

## К ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ФАКТОРОВ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ

**Кисенова Р.Х.**

*аспирант кафедры психологии личности и специальной психологии НГПУ,  
г. Новосибирск  
E-mail: kisenova\_roza@mail.ru*

В психологической литературе можно встретить достаточно разнообразные и нередко противоречивые определения понятия «адаптация», что связано с многообразием подходов к ее изучению, разрабатываемых в рамках различных научных школ. На современном этапе развития психологической науки адаптация рассматривается как многогранная структура, многофакторное образование, касающееся нескольких сложных категорий – личности, деятельности, общения. Адаптация рассматривается и как процесс, характеризующийся, с одной стороны, изменением окружающей среды путем снижения уровня рассогласования с личностью, с другой – перестройкой самой личности, а в целом гармонизацией указанных выше двух путей.

Адаптация как процесс, «...позволяет индивидууму удовлетворять актуальные потребности и реализовывать связанные с ними значимые цели, обеспечивая в то же время соответствие деятельности человека, его поведения требованиям среды» (Ф. Б. Березин) и «...при благоприятном течении приводит личность к состоянию адаптированности» (А. А. Налчаджан).

Вопрос о факторах какого-либо процесса всегда касается проблемы его детерминации. Фактор – (от лат. – действующий, производящий) причина, движущая сила какого-либо процесса, явления, определяющая его характер или отдельные черты, следовательно, в качестве факторов адаптации личности выступают условия и обстоятельства, определяющие ее темп, уровень и результат.

Попытка выявления основных факторов адаптации личности предпринималась многими исследователями в зарубежной (З. Фрейд, А. Фрейд, Г. Гартман, Э. Эриксон и др.) и отечественной психологии (С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев, К. А. Абульханова-Славская, С. А. Ларионова и др.).

Так, по мнению представителей психоаналитического направления (З. Фрейд, А. Фрейд, Г. Гартман) процесс адаптации детерминирован конфликтами в развитии личности, функционированием защитных механизмов, которые благоприятно решают эти конфликты и приводят (либо не приводят) личность к психическому равновесию [4; с. 40 - 41]. В рамках гуманистического направления (А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм) основными условиями

адаптации являются: индивидуальные особенности, которые характеризуют самоактуализирующуюся личность; высокий показатель конгруэнтности «реального Я» и «идеального Я»; ценностные ориентации с точки зрения их нормативности в обществе [4; с. 44 - 45]. Представители бихевиористского направления (Б. Ф. Скиннер, А. Бандура и др.) считают, что главным источником развития личности является среда, а основными условиями адаптации будут являться условия воспитания (т.е. внешние) [4; с. 25]. В рамках интеракционистского направления (Л. Филипс и др.) на адаптацию влияют как внутриспсихические (личностные черты - целеустремленность, активность, самостоятельность), так и средовые факторы (условия воспитания) [4; с. 28]. Представители когнитивного направления (Ж. Пиаже, Л. Фестингер и др.) рассматривают адаптационные свойства интеллекта и приходят к заключению о том, что развитые интеллектуальные способности могут быть условием адаптации личности. [6, с. 147].

В отечественной психологии в рамках деятельностного подхода (С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев, К. А. Абульханова-Славская и др.) основным условием адаптации является деятельность. Деятельность понимается как сложная динамическая система взаимодействия субъекта с миром, в процессе которого и формируются свойства личности (А. Н. Леонтьев, 1975).

А. А. Налчаджан, основываясь на работах зарубежных исследователей в области адаптации и на работах С. Л. Рубинштейна и Л. С. Выготского, посвященным аспектам самосознания, выделяет в качестве основных факторов, оказывающих влияние на адаптацию личности, «Я-концепцию» и ее подструктуры, в том числе ситуативные «Я-образы», которые являются комплексными мотивами и регуляторами поведения. Согласно автору, «психика человека в лице центральных образований его «Я» следит за тем, как функционируют адаптивные механизмы, сравнивает реальное поведение с предварительным планом, с предвосхищаемым ходом адаптации» [3; с. 235]. На основе полученных им эмпирических данных, автор выдвигает предположение, что интегрированная и устойчивая «Я-концепция» является психологической основой (условием) толерантности к фрустрациям и свидетельствует о хорошей социальной адаптированности личности независимо от того, какое социальное положение она занимает на данном отрезке своего жизненного пути. Таким образом, «Я-концепция» личности является регулятором ее социального адаптивного поведения [3; с. 238].

В.Г. Ананьев разделяет факторы, влияющие на успешность протекания процесса адаптации, на две группы: субъективные и средовые. К субъективным автор относит демографические (возраст, пол), физиологические и психологические характеристики человека; к средовым – условия жизнедеятельности, режим и характер деятельности, особенности социальной среды.

НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ  
НП «СИБИРСКАЯ АССОЦИАЦИЯ КОНСУЛЬТАНТОВ»

Рассматривая демографические характеристики человека как фактор адаптации, можно отметить двухстороннее влияние возраста на успешность адаптации: с одной стороны, адаптационные возможности молодого человека выше, в пожилом возрасте они снижаются; с другой стороны, с возрастом накапливается опыт адаптации и взаимодействия со средой.

Л.Г. Лаптев выделяет 4 фактора социально-психологической адаптации личности: когнитивный (когнитивные способности и особенности когнитивных процессов личности), эмоциональное реагирование (особенности эмоциональной сферы личности), практическая деятельность (условия и особенности деятельности) и мотивация личности (Лаптев Л.Г., 1998).

Мотивации личности многие авторы отводят особое место в структуре психологических факторов адаптации личности. Так, по мнению Ф.Б. Березина (1988) преобладание мотивации достижения успеха над мотивацией избегания неудач способствует успешной адаптации и эффективной деятельности. Н.А. Свиридов указывает, что доминирующее влияние на процесс и характер адаптации оказывает соответствие мотивационного ядра личности содержанию, целям и условиям реальной деятельности. «Мотивы не только выступают сами в качестве факторов адаптации, но и опосредуют влияние внешних по отношению к индивиду условий, обстоятельств, воздействий».

Успешности социально-психологической адаптации в различных условиях способствуют и некоторые характерологические особенности и качества личности. С.В. Овдей, А.А. Алдашева, В.Ю. Селин сходятся во мнении, что ведущей характеристикой, влияющей на протекание процесса адаптации, является эмоциональная стабильность-нестабильность. Другие исследователи (Т.А. Кухарева, М.С. Симиочев и др.) подчеркивают важную роль активности личности. При этом авторы выделяют разные аспекты активности: активность в общении, активность в деятельности, интеллектуальную активность, которые проявляются в таких личностных качествах, как инициативность, самостоятельность, целеустремленность. Ряд исследователей отмечают значение самооценки для успешности адаптации личности (С.Л. Арефьев, Л. Н.Корнеева и др.). Так, Корнеева говорит о том, что результатом неадекватной самооценки обычно является неполной реализация возможностей человека в деятельности или отказ от нее. Резкая ломка самооценки негативно сказывается на успешности адаптации, сопровождается устойчивыми отрицательными эмоциями, невротизацией. Однако защитное сохранение неадекватной самооценки, временно обеспечивающая личности относительный комфорт, еще более неблагоприятна для адаптации, считает Л.Н. Корнеева. В результате исследований В.Г. Леонтьева, А.Н. Жмырикова была выявлена взаимосвязь успешной адаптации с такими личностными качествами как активное воображение, волевые свойства, пластичность и гибкость поведения,

склонность к доминированию, способность адекватно оценивать фрустрирующую ситуацию (Леонтьев В.Г., 1992).

С. А. Ларионова (2002) в своем исследовании предлагает структурно-функциональную модель социально-психологической адаптации как самоорганизующейся системы, которая отвечает всем общим требованиям, предъявляемым к системам: «сохраняет свою устойчивость благодаря взаимодействию с внешней средой и способна к самостоятельной перестройке своей организации как под воздействием внешней среды, так и процессов, происходящих в самой системе». В своей работе С. А. Ларионова выделяет следующие факторы, детерминирующие адаптацию личности: 1. ценностные ориентации, направленность личности; 2. «Я-концепция» личности; 3. базовая социальная потребность личности в позитивном отношении и самоотношении; 4. Индивидуальные особенности личности, определяющие адаптационные ресурсы; 5. адаптационные свойства интеллекта; 6. эмоционально-волевой компонент. Кроме того, автором выделяются следующие факторы социально-психологической дезадаптации: несформированность высших социальных мотивов, низкий уровень развития нравственных качеств личности, асоциальные тенденции; снижение волевого контроля над аффектом (склонность к паническим реакциям, к аффективной дезорганизации деятельности или наличие возбудимых черт) и над побуждениями (влечениями) и др. [2; с. 93]

В настоящее время в отечественной психологии исследователи отмечают устойчивая связь между идентичностью и социальной адаптацией. Так по мнению М.В. Ромма, Я-идентичность задает личности ту или иную стратегию интерпретации социальной реальности, тем самым определяя вектор социальной адаптации человека [5; с.115-129].

По мнению Г.С. Никифорова (1991) адаптация личности определяется не абсолютными значениями (выраженностью) тех или иных стабильных характеристик личности, а изменением структуры взаимосвязей между этими характеристиками, что сказывается на поведении индивида и его устойчивости к факторам среды.

Итак, процесс адаптации индивида детерминируется как средовыми воздействиями, так и субъективными характеристиками личности, причем не выраженностью последних, а структурой взаимосвязей между ними.

### **Список литературы:**

1. Кряжева, И. К. Социально-психологические факторы адаптированности личности / И. К. Кряжева: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М, 1980. – 24 с

2. Ларионова, С. А. Социально-психологическая адаптация личности: теоретическая модель и диагностика / С. А. Ларионова. – Белгород, 2002. – 200 с., с. 93
3. Налчаджан, А. А. Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии) / А. А. Налчаджан / [отв. Ред. Э.А. Александрян]; АН АрмССР. Ин-т философии и права. – Ер. : Изд-во АН АрмССР, 1988. – 263 с., с. 238.
4. Реан, А. А., Кудашев, А. Р., Баранов, А. А. Психология адаптации личности: Учебно-научное издание / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов - СПб.: Медицинская пресса, 2002. – 352 с., с. 40-41
5. Ромм, М. В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект / М.В. Ромм. – Новосибирск: Наука. Сибирская издательская фирма РАН, 2002. – 275 с.
6. Фестингер, Л. Теория когнитивного диссонанса / Л. Фестингер. - СПб., 1999.