

# СОДЕРЖАНИЕ И ПОКАЗАТЕЛИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ

Миттова Е.С.

обучающийся магистратуры  
Социально-педагогического института  
ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ,  
г. Мичуринск, Россия

**Аннотация:** В статье рассматривается содержательный механизм адаптации, выработанный в результате длительной эволюции, который обеспечивает возможность существования организма в постоянно меняющихся условиях среды. Значительное место в деятельности человека занимает социально-психологическая адаптация – процесс эффективного взаимодействия личности с социальной средой.

**Ключевые слова:** социально-психологическая адаптация, адаптированность, объективные и субъективные факторы адаптации.

Проблема социально-психологической адаптации личности в социальной среде, в коллективе поставлена в ранг актуальных научных исследований, прежде всего практическими потребностями общества, и решение ее возможно благодаря достижениям отечественной социальной психологии.

Адаптация как явление, свойственное всему живому, исследуется на различных уровнях — от философского до биологического. Выделение социально-психологической адаптации личности и методов ее исследования — одно из направлений разработки этой проблемы.

Основа успешности социально-психологической адаптации личности — ее адаптированность на социальном уровне. Социальная адаптация означает включение личности в социальную среду через обретение статуса, места в социальной структуре общества и является необходимым условием функционирования общества как единого социального организма. Область исследования социально-психологической адаптации личности — индивидуальный характер деятельности личности, которая занимает определенный социальный статус и действует в соответствии с потребностями общества и своими личностными качествами и тенденциями, индивидуализируя таким образом ролевое поведение и обретая личностную определенность [2].

Основные функции социально-психологической адаптации личности в социальной среде заключаются в формировании средств, нахождении условий и форм для свободного прогрессивного развития личности.

Определение области содержания явления социально-психологической адаптации личности затрагивает следующие категории: социальный статус, сформированность социально значимых способностей, качеств; положение в коллективе, в системе межличностных отношений ближайшего социального окружения, удовлетворяющее личный статус; характерологические особенности и качества личности; возможность проявления индивидуальности [1].

Критерии адаптации делятся: на объективные и субъективные. К первым относятся продуктивность деятельности, реальное положение в коллективе, успеваемость (для школьников). К объективным критериям адаптации, вероятно, можно отнести и авторитет как социальную реальность, отражающую устойчивое признание членами группы приоритета личности в каком-либо виде деятельности. Субъективными критериями адаптации являются удовлетворенность личности (осознанная или неосознанная), отношение к различным аспектам и условиям деятельности и общения, а также к себе самой [4].

Продуктивность деятельности, как один из критериев адаптации личности, должна рассматриваться не абсолютно, а в соответствии с реальными и потенциальными способностями личности. Такое ограничение в совокупности с субъективным критерием адаптации делает это понятие сугубо индивидуализированным.

Для фиксации адаптированности необходимо наличие обоих указанных критериев, так как определенный уровень продуктивности деятельности и положение в коллективе должны подкрепляться удовлетворенностью ими, а сама по себе удовлетворенность без признания в коллективе или какой-либо референтной группе и без направленности на продуктивную деятельность недостаточна для адаптированности социализированной личности и чаще является компенсаторной реакцией на дезадаптацию или признаком приспособленчества [2].

Уровень удовлетворенности, как критерий и показатель адаптации личности, вероятно, является очень чувствительным и требует уточнения.

Социально-психологические проблемы удовлетворенности трудом разрабатывались и определялись авторами как оценочное отношение человека к действительности; удовлетворенность проявляется и эмоциональных состояниях, установках, может выступать как мотив деятельности.

Эмпирическое определение удовлетворенности как критерия адаптации предусматривает разведение творческой, мобилизующей неудовлетворенности

и тревожной, тягостной; учет индивидуальных различий в эмоциональности личности и поиск показателей неосознаваемой неудовлетворенности.

Творческая неудовлетворенность, связанная, очевидно, с избытком «адаптационной энергии» (Г. Селье), с жадной деятельности выступает в качестве нормы при определении адаптации личности, и, напротив, удовлетворенность, исходящая из эмоционального безразличия и духовного опустошения, является отклонением от нормы. Такая неоднозначность одного из основных критериев адаптации происходит от влияния на него как мотивационных, так и некоторых других факторов, не полностью связанных с личностным уровнем адаптации, о котором идет речь. Имеется в виду психофизиологический фактор, детерминирующий интенсивность, силу эмоциональных проявлений, уровень активности, темперамент, состояние оптимальной работоспособности человека. Подконтрольность, сознательная регуляция некоторых из указанных категорий или формирование с их учетом индивидуального стиля деятельности является одним из показателей адаптированности личности [2].

Влияние эмоций личности на удовлетворенность определяется не только их интенсивностью, но и модальностью. «Модальность устойчиво доминирующих эмоций... своеобразие индивидуального эмоционального облика в значительной мере определяются соотношением тех церебрально-функциональных систем, от которых непосредственно зависит качество или модальность эмоций». Наличие индивидуальных различий в физиологических детерминантах эмоций подтверждает правомерность типологии эмоциональной сферы человека. Классификация эмоциональной направленности личности, сделанная на основе анализа эмоций, «в которых субъект чаще всего испытывает потребность и предвкушение которых наделяет мотивирующей силой выполняемую деятельность, выступающую благодаря этому в качестве интересной работы, интересной учебы, интересной игры» и т.д., осуществлена Б. И. Додоновым.

Автором были выделены следующие типы эмоций: альтруистические, коммуникативные, самоутверждения и честолюбия, практические, борьбы, романтические, гностические, эстетические, гедонические, приобретения и накопления. По мнению Б. И. Додонова, люди различаются в зависимости от тяготения к одной или нескольким типам эмоции, что и служит основой классификации эмоциональной направленности личности. Классификация Б.И. Додонова найдена в большой степени эмпирическим путем, она взята из жизни и, вероятно, еще будет уточняться и обосновываться автором. Для углубленного проникновения в истоки и суть удовлетворенности личности и более широко в контекст проблемы адаптации выделенная классификация, безусловно, большое подспорье.

Доминирующее влияние на процесс и характер адаптации, на продуктивность деятельности и удовлетворенность его 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... Будучи субъективным моментом интереса, мотивы определяют оценку различных условий профессионально-трудовой деятельности». Таким образом, устойчивое «мотивационное ядро» (определяя ценностно-ориентационную направленность личности) является решающим моментом адаптации личности в какой-либо сфере деятельности и опосредует восприятие и оценку как благоприятных, так и неблагоприятных факторов [3].

Адаптация личности происходит в коллективе и через коллектив. Особый интерес представляет начальная стадия адаптации в новой социальной среде. «Социально-психологическую адаптацию можно определить как вхождение человека в систему внутригрупповых отношений и приспособление к этим отношениям, выработку образцов мышления и поведения, которые отражают систему ценностей и норм данного производственного коллектива (группы),

приобретение, закрепление и развитие умений и навыков межличностного общения в этом коллективе» [1].

Адаптация в коллективе выступает как необходимое условие продуктивной социальной активности, самоопределения личности, «расширения сферы свободы, развития индивидуальности». «Для того, чтобы активно воздействовать на среду, участвовать в ее изменении и преобразовании, нужно прежде всего «врасти» в эту среду, чувствовать себя полноправным ее членом. Только при условии достижения определенной степени свободы в данной среде, чувствуя себя полноправным членом коллектива, можно активно и целенаправленно влиять на эту среду. Социальная активность не существует и не может проявиться без адаптации личности в данной социальной среде».

Для адаптации в новой социальной среде, вероятно, важно умение быстро находить свое место в совместной деятельности, свою роль в новом коллективе, умение находить, в рамках существующих условий, возможности для проявления своих способностей и интересов.

Условием продуктивности и удовлетворенности деятельностью является благоприятный психологический климат в коллективе — среде адаптации личности. Слаженность и стабильность отношений в коллективе зависят от не заменяющих друг друга четкости формальной организации и интенсивности дружеских отношений. В.Н. Парохин указывает на важность деловой формальной организации и направленности группы для ее выживания в конфликтных ситуациях; слишком близкие отношения, субструктурные эмоциональные связи взрывали группу изнутри при слабости суперструктурных оболочек.

Важным условием профилактики групповой сплоченности в коллективах являются ролевая дифференциация его членов, взаимоотношения формальных и неформальных лидеров и авторитетов в группе.

Информативными показателями адаптированности личности в коллективе являются активный социальный и удовлетворяющий личный

статус, позиция, характер взаимоотношений в значимых группах и коллективах. Однако даже изолированное положение индивида в группе еще не исчерпывающий показатель неадаптированности. Необходимо сопоставление с качествами его характера, интровертированностью, референтностью группы. Так, исследуя дружеские и товарищеские отношения в ближайшем социальном окружении личности как одни из факторов ее адаптированности, Б. Павлов обнаружил индивидов по своему психическому складу «нелюдимых», т.е. не имеющих и не желающих иметь друзей. Их процент в исследуемой выборке оказался малым – 3,2. К сожалению, в работе не указана степень их удовлетворенности таким положением. Пример доказывает необходимость комплексного исследования адаптации и взаимосвязи различных показателей [1].

К показателям адаптации относятся особенности поведения личности, возникающие в условиях психической напряженности в стрессовых состояниях или на основе конфликта личности с самим собой и с окружающими. Наличие таких конфликтов часто обусловлено неудовлетворенностью личности ее собственным статусом в коллективе.

К показателям адаптированности личности относят следующие ее особенности: уверенность в себе, ясность самосознания, ответственность, наличие «своей линии» поведения, умение преодолевать неудачно сложившиеся обстоятельства. Адаптированность личности проявляется и эмоциональных состояниях и социально, личностно значимых чувствах. К ним относятся: ощущение духовного комфорта, удовлетворительное самочувствие, ощущение жилищно-бытовой устроенности, положительные отношения с товарищами и высокий уровень удовлетворенности этими отношениями.

Адаптация – тот социально–психологический процесс, который при благоприятном течении приводит личность в состояние адаптированности.

Социально-психологическая адаптация – это перестройка сложившегося стиля деятельности для обеспечения приспособления внутренних свойств личности и внешних социальных условий [2].

### **Список литературы:**

1. Андреева, Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М.: Академия, 2014. – 380 с.
2. Некрасов, А.В. Изучение профессий и профессиональное самоопределение / А.В. Некрасов. – М.: Педагогика, 2008. – 192 с.
3. Павлютенков, Е.М. Формирование мотивов выбора профессии / Е.М. Павлютенков. – Киев: Наукова думка, 2010. – 153 с.
4. Решетников, М.М. Профессиональный отбор и профессиональная адаптация: проблемы и критерии / М.М. Решетников. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – С. 149-151 с.



## CONTENTS AND DATA IN SOCIAL PSYCHOLOGICAL ADAPTATION

Mittova E.S.

master's student of

social pedagogical institute

Michurinsk State Agrarian University,

Michurinsk, Russia

**Summary:** The article deals with the content-related mechanism of adaptation developed as a result of long evolution which ensures the possibility of existence of organism under the constant changing environmental conditions. Social psychological adaptation – the process of effective interaction of personality with the social environment plays a considerable role in human activity.

**Key words:** Social psychological adaptation, adaptability, objective and subjective factors of adaptation.