

## ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА В ПРОЦЕССЕ ЕГО ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Липунова О. В.

*ФГБОУ ВПО «Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет», г. Комсомольск-на-Амуре, Россия (681032, г. Комсомольск-на-Амуре, ул. Кирова, 17, корп.2.), e-mail: belousowa29@mail.ru*

Изложены результаты анализа психологических исследований проблемы адаптации-дезадаптации личности. Проведен анализ представлений современных исследователей о процессе адаптации как важнейшей составляющей развития личности в качестве субъекта социальной среды. Выделены критерии адаптации. Также проведен анализ представлений современных исследователей о понятии «дезадаптация» личности, показано, что это понятие содержит довольно широкий континуум состояний, в котором на одном полюсе находятся легкие расстройства, представляющие собой переживание неудач и жизненных проблем, а на другом – адаптационные нарушения, граничащие с психическими расстройствами непсихотического уровня. Установлено, что адаптация представляет собой явление сложной высокоорганизованной структуры, интегральное характерологическое качество личности. Показано, что критериями адаптации выступают целостность личности, стремление человека к совершенству в процессе развития.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптация, адаптированная психическая деятельность.

## PROBLEM OF HUMAN ADAPTATION IN THE PROCESS OF PERSONALITY DEVELOPMENT

Lipunova O. V.

*FGBOU VPO «Amursk State Humanitarian Pedagogical University» Komsomolsk-on-Amur Russia (681032 Komsomolsk-on-Amur Kirova street, 17\2), e-mail: belousova29@mail.ru*

The results of the analysis of psychological studies of adaptation problems, personality maladjustment. The analysis of the representations of contemporary researchers on the process of adaptation as an important component in the development of the individual as a subject of the social environment. The criteria of adaptation. Also, the analysis of representations of contemporary researchers concept of "maladjustment" personality shows that this concept contains a fairly broad continuum of states in which on one extreme are the lungs disorder predstavl-yayuschie are experiencing failures and problems of life, but on the other - adjustment disorders bordering non-psychotic mental disorders level established that adaptation is a phenomenon highly complex structure, integral characterological qualities. It is shown that the criteria for adaptation favor the integrity of the individual, the human desire for excellence in the development process.

Keywords: adaptation, disadaptation, adapted mental activity.

В современной отечественной и зарубежной психологии адаптация человека в процессе его личностного развития понимается в качестве одной из важнейших составляющих развития личности как субъекта социальной среды, в соответствии с его позитивной ролью во взаимоотношениях с другими людьми, с общественной значимостью его жизненных целей и стоящих за ними мотивов, способов поведения и средств применительно к своим целям и задачам [1; 2; 8; 28].

В психологии адаптация рассматривается также как приспособление организма к условиям среды, направленное на сохранение гомеостаза [2; 4; 5; 29].

Понятие адаптации является основополагающим в психологических концепциях, рассматривающих взаимоотношения индивида с его окружением как процессы

гомеостатического уравнивания (например, гештальтпсихология, генетическая теория интеллектуального развития Ж. Пиаже). Психологическая адаптация включает собственно биологический (морфологический, биохимический, электрофизиологический), психологический и социальный аспекты. Психологическая составляющая адаптации определяется активностью личности и выступает как единство процессов усвоения правил среды («приспособление себя») и преобразования, изменения среды («приспособление к себе»). Психологическая составляющая адаптации направляется социальной составляющей, которая определяет цели деятельности и социальные нормы – приемлемые способы достижения целей и санкции за отклонения от этих норм [10; 12; 24].

По мнению ряда исследователей, состояние психической адаптации обеспечивает деятельность человека на уровне «оперативного покоя» (способность к действию по выражению А. А. Ухтомского), позволяя ему не только наиболее оптимально противостоять различным природным и социальным факторам, но и активно и целенаправленно воздействовать на них. Ю. А. Александровский, Р. М. Баевский подчеркивают, что процессы адаптации направлены на поддержание равновесия внутри организма и между организмом и средой [2; 5; 26].

В трудах отечественных исследователей – Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна и др. описаны конструктивные варианты нормального развития человека, которые, по мнению исследователей, обеспечивают процесс его адаптации в социуме. Источником адаптации, согласно представлениям Л. С. Выготского, является нормальное развитие межфункциональных связей и отношений [12; 20; 25].

Критериями адаптации, по мнению А. Адлера, выступают целостность личности, стремление человека к совершенству, которое происходит в силу его природной особенности [1].

В исследованиях Ю. А. Александровского, А. Ф. Березина и др. подчеркивается системная организация психической адаптации и ее роль в целенаправленной активности индивида. Сам процесс психической адаптации предполагает воздействие не только субъекта на среду, но и среды на субъект. А. Ф. Березин рассматривает психическую адаптацию как процесс оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления деятельности. Адаптационные возможности индивида, как отмечает Ю. А. Александровский, обусловлены сложной многоуровневой структурно-функциональной системой, при этом на каждом уровне регулирования действуют преимущественно психологические или физиологические механизмы [2; 7].

Подходы к проблеме адаптации личности реализуются в психологической науке также через идеи развития личности как субъекта социальной среды (Б. С. Братусь, А. В.

Брушлинский, В. П. Зинченко, А. В. Петровский, В. И. Слободчиков и др.), его позитивной роли во взаимодействии с окружающими (Л. Н. Анцыферова, В. Н. Мясищев, С. Л. Рубинштейн и др.), идеи развития межфункциональных связей и отношений как первоосновы нормального развития человека (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн и др.).

По мнению современных исследователей, важнейшим фактором, обеспечивающим человеку состояние здоровья, является адаптированная психическая деятельность. В настоящее время термин «дезадаптация» используется очень широко. Сравнительно недавно в отечественной психологии этот термин обозначал исключительно нарушение процессов взаимодействия человека с окружающей средой. В последние годы в научной литературе все чаще встречаются термины «психическая адаптация» и «психическая дезадаптация». Проблема дезадаптации рассматривается авторами по-разному. В одних случаях дезадаптация используется для характеристики состояния «социального распада» и сопутствующих ему девиантных форм поведения (С. А. Беличева, В. И. Горохов, В. В. Гроховский, Л. С. Славина, Л. В. Яссман и др.). В других – этим понятием пользуются для объяснения сущности тех или иных патопсихологических явлений (Г. М. Бреслав, А. И. Захаров, К. С. Лебединская, В. В. Лебединский, В. И. Лубовский, Р. А. Туревская и др.). В третьих – придают ему статус клинических понятий (А. А. Александров, Е. Ф. Бажин, Н. В. Острокнутов, М. М. Гатауллин, Г. Б. Дмитриева, В. П. Емельянов, Н. М. Иовчук, Б. Н. Семичев, Н. И. Фелинская и др.). Одни авторы трактуют понятие «дезадаптация» широко, относят к нему как легкие нарушения, так и психические расстройства. Другие под термином психическая дезадаптация понимают преимущественно группу расстройств непатологического характера, используя при этом термины «стресс», «кризис», «кризисное состояние», «повышенный риск», «акцентуация», «препсихотическое состояние» (Ю. А. Александровский, Д. Н. Исаев, А. Е. Личко, В. В. Ковалев) [14; 15; 16; 30; 31].

Согласно представлениям современных исследователей – Ю. А. Александровского, С. А. Беличевой, И. А. Коробейникова, Л. В. Яссман и др., – процесс дезадаптации разворачивается по принципу «замкнутого порочного круга», где пусковым механизмом является, как правило, резкое изменение условий жизни, привычной среды, наличие стойкой психотравмирующей ситуации. Вместе с тем, указывает автор, немалое значение имеют и те особенности или недостатки в индивидуальном развитии человека, которые не позволяют ему выработать адекватные новым условиям формы поведения и деятельности [2; 6; 18; 32].

В. Н. Мясищев отмечает, что патогенность тех или иных факторов определяется объективным характером травмирующей ситуации, но и субъективным отношением к ней

личности, поэтому процесс дезадаптации в большей степени зависит от мотивационной структуры личности, эмоциональных и интеллектуальных особенностей индивида [22].

Первоначально проблема дезадаптации рассматривалась в терминах медико-биологического и психиатрического характера (Ю. А. Александровский, В. В. Ковалев, В. В. Королев, Б. Н. Семичев и др.). Впоследствии наметилась тенденция разработки социально-психологических и психолого-педагогических аспектов дезадаптации личности (А. Г. Амбрумова, С. А. Бадмаев, С. А. Беличева, А. Л. Гройсман, В. П. Кащенко, А. А. Начаджян, и др.). Всесторонний анализ дезадаптации личности дается в трудах Ю. А. Александровского. Широко в современной психологической литературе анализируются и формы дезадаптации личности (Б. Н. Алмазов, С. А. Бадмаев, С. А. Беличева, В. Г. Степанов и др.).

А. А. Налчаджян рассматривает состояние дезадаптации как нарушение собственно процессов адаптации. Такого же взгляда придерживается В. А. Дюк, который отождествляет нарушение адаптивности или ее низкий уровень с психической дезадаптацией, относя к ее формам кратковременные невротические реакции и неврозы, различные психогении, психический инфантилизм, алкоголизм и наркоманию, легкие формы психопатий. Таким образом, по мнению В. А. Дюка, психическая дезадаптация проявляется в основном легкими доклиническими формами психопатологических состояний, которых принято описывать как препатологии. Б. Н. Алмазов рассматривает дезадаптацию как самый низкий уровень адаптации. А. Г. Амбрумова, В. В. Ковалев, В. В. Королев считают, что дезадаптация не тождественна болезни, а ее понятие является комплиментарным к понятию адаптации [3; 23].

Эти авторы первыми сделали вывод о причинах социальной дезадаптации и ее последствиях в жизни каждого индивида.

Ю. А. Александровский относит к числу универсальных проявлений психической дезадаптации невротические реакции и состояния, преневротические нарушения, доклинические проявления, носящие непатологический характер, и другие, так называемые пограничные формы нервно-психических расстройств. Автор подчеркивает, что состояния психической дезадаптации сопровождаются пограничными психическими расстройствами. По мнению С. Б. Семичова, под психической дезадаптацией следует понимать лишь такие состояния, при которых испытываемые личностью трудности адаптации достигают такой степени, что возникает реальная угроза перерастания их в болезненные расстройства. В то же время по своей продолжительности, частоте (интенсивности) и выраженности проявления дезадаптации превосходят реакции, свойственные процессу адаптации в норме. Более широкое понимание дезадаптации предложено С. А. Беличевой. Автор выделяет три типа дезадаптации в зависимости от природы, характера и степени выраженности данного состояния: патогенную, психосоциальную и социальную. Патогенная дезадаптация вызы-

вается различными патологиями психического развития и нервно-психическими заболеваниями разного генеза, является результатом отклонений, патологий психического развития и нервно-психических заболеваний, в основе которых лежат функционально-органические поражения нервной системы. Проявляется в виде психозов, психопатий, органических поражений головного мозга, отставания в умственном развитии, дефектах анализаторов [2; 6].

Психосоциальная дезадаптация связана с половозрастными и индивидуально-психологическими особенностями индивида, которые обуславливают его определенную нестандартность. Включает в себя акцентуации характера, различные неблагоприятные и индивидуально-психологические особенности эмоционально-волевой, мотивационно-познавательной сферы, в том числе такие дефекты, как снижение эмпатийности, индифферентность интересов, низкая познавательная активность, резкий контраст в сфере познавательной активности и мотивации вербального (логического) и невербального (образного) интеллекта, дефекты волевой сферы (безволие, податливость чужому влиянию, импульсивность, расторможенность, неоправданное упрямство и т.д.) [6; 7; 9; 11; 13; 15].

Социальная дезадаптация проявляется в нарушении норм морали и права, деформации системы внутренней регуляции, референтных и ценностных ориентаций, социальных установок, в асоциальных формах поведения [17; 18; 19; 21].

В целом, адаптация понимается как приспособление структуры и функций индивида или группы к условиям среды (в общем случае как внутренней, так и внешней). По сути, адаптация – это процесс изменения характера связей, отношений индивида или группы со средой. Психическая адаптация связана с психической активностью человека или группы и понимается как взаимодействие процессов аккомодации (усвоение правил среды, «уподобление» ей) и ассимиляции (преобразование среды, «уподобление» себе). Процесс психической адаптации характеризуется целостностью его сторон – когнитивной, аффективной, моторно-поведенческой. Дизъюнктивность, «разрывность» различных сторон процесса психической адаптации обуславливает дезадаптацию, проявляющуюся в возникновении психических, поведенческих расстройств [25; 29].

Таким образом, анализ понятия дезадаптация личности показывает, что оно содержит довольно широкий континуум состояний, в котором на одном полюсе находятся легкие расстройства, представляющие собой переживание неудач и жизненных проблем, а на другом – адаптационные нарушения, граничащие с психическими расстройствами непсихотического уровня, и даже патологии психического развития и нервно-психические заболевания, в основе которых лежат функционально-органические поражения нервной системы.

Адаптация представляет собой явление сложной высокоорганизованной структуры, интегральное характерологическое качество, доступное каждому человеку. Адаптация представляет собой создаваемую средой, воспитанием и самовоспитанием характеристику развития личности, показателем которого является обретение человеком удовлетворяющего его и принимаемого обществом статуса.

Критериями адаптации выступают: целостность личности, которая представляет собой стиль жизни социально устойчивого человека; стремление человека к совершенству, которое происходит в силу его природной особенности, при этом он не отталкивается от внешних или внутренних причин, а скорее, тянется вперед, к личностно значимой жизненной цели.

Адаптация человека в процессе личностного развития рассматривается, исходя из того, что личность занимает позитивную позицию во взаимоотношениях с окружающими, ее жизненные цели и стоящие за ними мотивы имеют общественную значимость, способы поведения и средства адекватны применительно к целям и задачам.

### **Список литературы**

1. Александровский Ю. А. Состояния психической дезадаптации и их компенсация. – М.: Наука, 1976. – 272 с.
2. Алмазов Б. Н., Грищенко Л. А. Психология отклоняющегося поведения и задачи педагогической реабилитации трудновоспитуемых учащихся. – Свердловск: УрГУ, 1986. – 150 с.
3. Анцыферова Л. И. Системный подход в психологии личности // Принцип системности в психологических исследованиях. – М.: Наука, 1990. – С. 61.
4. Баевский Р. М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии. – М.: Медицина, 1973. – 173 с.
5. Беличева С. А. Основы превентивной психологии. – М.: Редакционно-издательский центр Консорциума «Социальное здоровье России», 1994. – 221 с.
6. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л.: Наука, 1988. – 295 с.
7. Братусь Б. С. Аномалии личности. – М.: Просвещение, 1988. – 304 с.
8. Бреслав Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма и отклонение. – М.: Педагогика, 1990. – 144 с.
9. Брушлинский А. В. Проблемы психологии субъекта – М.: Институт психологии РАН, 1994. – 109 с.

10. Вострокнутов Н. В. Динамика отклоняющегося поведения при формирующихся психопатиях в подростково-юношеском возрасте // Международный симпозиум детских психиатров социалистических стран, 7-й: Тезисы докладов. – М., 1986. – С. 16.
11. Выготский Л. С. Педология подростка: соч. в 6 т. – М.: Просвещение, 1984. – Т. 4. – С. 5-71.
12. Горохов В. И. Условия возникновения и прогноз психических заболеваний, начавшихся в детском и подростковом возрасте (эпидемиологическое исследование) // Эпидемиология нервных и психических болезней. – М., 1979. – С. 141.
13. Гороховский В. В. Вопросы профилактики и лечения трудновоспитуемых детей и подростков // Материалы 5 съезда невропатологов и психиатров УССР. – Киев, 1973. – С. 504.
14. Дмитриева Г. Б. Девиантное поведение у детей и подростков с патохарактерологическими и психопатоподобными расстройствами: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. – М., 1996. – 35 с.
15. Емельянов В. П. Преступность несовершеннолетних с психическими аномалиями / Под ред. И. С. Ноя. – Саратов: Саратовский университет, 1980. – 97 с.
16. Иовчук Н. М. Механизмы школьной дезадаптации при различных заболеваниях у детей и подростков // Дефектология. – 1998. – № 4. – С. 15.
17. Коробейников И. А., Агаев А. Ч., Миндиашвили Ш. Д. Диагностические аспекты профилактики и коррекции школьной дезадаптации. – М.: Просвещение, 1988. – 47 с.
18. Лебединская К. С., Райская М. М., Грибанова Г. В. Подростки с нарушениями в аффективной сфере. – М.: Педагогика, 1988. – 167 с.
19. Леонтьев А. Н. Проблема развития психики. – М.: Педагогика, 1977. – 565 с.
20. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. – Л.: Медицина, 1983. – 208 с.
21. Мясищев В. Н. Личность и неврозы. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1960. – 426 с.
22. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности: Формы, механизмы и стратегии. – Ереван: Изд-во АН Арм. ССР, 1988. – 262 с.
23. Петровский В. А. Психология неадаптивной активности. – М.: РОУ, 1992. – 224 с.
24. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер-Ком, 1999. – 720 с.
25. Семичов С. Б. Предболезненные психические расстройства. – Л.: Медицина, 1987. – 183 с.
26. Славина Л. С. Дети с аффективным поведением. – М.: Просвещение, 1966. – 150 с.
27. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Антропологический принцип в психологии развития // Вопросы психологии . – 1998. – № 6. – С. 3.

28. Сухарев А. В Информационный подход к психической адаптации человека // Журнал прикладной психологии. – 1998. – № 5. – С. 3.
29. Туревская Р. А. К вопросу о смысловой организации переживаний в подростковом и раннем юношеском возрасте // Вестн. Москв. ун-та. – Сер. 14. – Психология. – 1990. – № 4. – С. 57.
30. Фелинская Н. И. Клиническая дифференциация пограничных состояний // Журн. Невропатол. и психиатр. – 1976. – Вып. 6. – С. 875.
31. Яссман Л. В. Психологические основы системы предупреждения правонарушений у несовершеннолетних: соч. в 3 т. – Комсомольск-на-Амуре: Изд-во КГПИ, 1996. – Т. 3. – С. 32-67.

**Рецензенты:**

Яссман Л.В., д.псх.н., профессор, профессор кафедры психологии ФГБОУ ВПО «Дальневосточный государственный университет путей сообщения», г. Хабаровск;

Денисова Р.Р., д.п.н., профессор, зав. кафедрой специальной и дошкольной педагогики и психологии ФГБОУ ВПО «Благовещенский государственный педагогический университет», г. Благовещенск.