

АДАПТАЦИЯ КАК СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

Adaptation as a Social Process

Голуб Л.Н., к.п.н., доцент кафедры иностранных языков, e-mail: loragolub@rambler.ru
Golub L.N.

ФГБОУ ВО Брянский ГАУ
243365, Брянская область, Выгоничский район, с. Кокино, ул. Советская, 2 а
Bryansk State Agrarian University

Реферат. Важнейшей задачей подготовки квалифицированных кадров в системе профессионального образования является формирование у выпускников способности легко и бесконфликтно адаптироваться к быстроменяющимся производственным условиям, интегрироваться в любой производственный коллектив. Адаптация - это сложный социально-психологический механизм социализации личности. Это состояние взаимоотношений личности и социальной среды, которое характеризуется наличием субъективных и объективных обстоятельств, позволяющих личности без особых внешних и внутренних (психологических) конфликтов продуктивно осуществлять профессиональную деятельность, удовлетворять свои социогенные потребности.

Summary. *The most important training task of the qualified personnel in the system of professional education is to develop the graduates' ability to adapt to rapidly changing working conditions easily and harmoniously, and to integrate in any labour group. Adaptation is a difficult social and psychological mechanism of socialization. It is a state of interrelationship of an individual and social environment characterized by the subjective and objective circumstances allowing the personality to carry out professional activity productively without special external and internal (psychological) conflicts, and to satisfy the sociogene requirements.*

Ключевые слова: адаптация, адаптированность, цель адаптации, социальный процесс, социальная среда, социальная адаптация, деятельность, взаимодействие в коллективе.

Key words: *adaptation, adaptedness, adaptation purpose, social process, social environment, social adaptation, activity, team interaction.*

Сегодня перед профессиональным образованием стоит очень серьезная задача, состоящая в формировании у обучающихся способности быстро и безболезненно адаптироваться к постоянно обновляющимся производственным условиям, интегрироваться в том или ином производственном коллективе. В связи с этим необходимо выделить в педагогической практике вузов особое направление работы со студентами по развитию у них способности социально-профессиональной адаптации.

Обратимся к французскому натуралисту Ж. Бюффону, который еще в VII столетии выдвинул идею о том, что в основе выживания организма лежит его приспособление к окружающей среде, которой свойственны изменения.

Ч. Дарвин и его приверженцы раньше всех пришли к научному пониманию адаптации в биологии. Они признавали адаптацию как комплекс важных преобразований для организма, составляющих в определенной степени правильное отражение влияния обновляющихся факторов окружающих условий. Положительные перемены осуществляются благодаря биологическим формам отражения, которыми являются наследственность и изменчивость.

Если говорить об адаптации как о науке, то этот термин связан с именем немецкого физика Х. Ауберта, который связывал его с характеристикой процессов приспособления чувствительности органов зрения и слуха, выражавшихся в повышении или понижении порога чувствительности в ответ на действие раздражителя.

В начале XIX века проблема адаптации вышла за рамки теории эволюции и общей биологии. Постепенно она стала проникать в социальную психологию, социологию, медицину и другие науки.

В биологии, например, адаптация рассматривается как целостная реакция живых объектов, диалектически сочетающая в себе способности к поддержанию динамического равновесия со средой и к историческому развитию при необратимых изменениях среды.

В кибернетике адаптацией называют способность устройств или систем приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды или внутренним изменениям с целью повышения эффективности их функционирования.

В медицине адаптация понимается как система внутреннего самоналаживания и взаимного при-

лаживания организма и вышестоящих биологических, экологических и других систем друг к другу.

Рассматривая адаптацию с позиции общественного воспитания, педагоги основное содержание этого понятия видят в гибком видоизменении личностью характера своих действий или самой среды в процессе адекватного реагирования.

Среди психологов бытует мнение, что адаптация - это приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям среды. Однако при таком использовании термина "адаптация", мы считаем, он имеет лишь второстепенное значение.

Но большинство ученых того времени считали, что процесс адаптации есть приспособление, самообучение. Они использовали буквальный перевод латинского слова "adaptatio" - приспособление. Мы не согласны с таким мнением, так как оно не представляет научный интерес для исследования адаптации личности.

С.А. Шапкин и Л.Г. Дикая считают, что основными компонентами процесса адаптации являются: активизационный, когнитивный, эмоциональный, мотивационно-волевые процессы.

Активизационный компонент связан с органическими и функциональными затратами, нацеленными как на достижение важных для объекта целей, так и на компенсацию факторов, противодействующих реализации данных целей [5].

Основу второго компонента, когнитивного, составляют перестройки в когнитивных системах деятельности, которые направлены на выработку наиболее эффективных способов переработки информации. Без данных способов невозможна эффективная адаптация.

В основе третьего, эмоционального компонента, лежат эмоциональные переживания.

Четвертый компонент - мотивационно-волевые процессы, которые обеспечивают координацию всех вышеизложенных компонентов при реализации наиболее важных для личности целей и тем самым гарантируют устойчивость и непрерывность процесса адаптации.

Интересную точку зрения предлагает Б.Д. Парыгин. Он считает, что адаптация - это изменение системы поведения субъекта под воздействием тех требований, которые предъявляет к нему окружающая среда. Е.В. Таранов попытался конкретизировать данное понятие, дополнив его активным вхождением субъекта в новую для него деятельность в целях превращения ее в основу своей жизнедеятельности.

Можно выделить следующие типы адаптации:

1) биофизиологическая (в т.ч. психофизиологическая) акклиматизация, приспособление организма, органов чувств к новым условиям существования;

2) общепсихологическая, которая имеет несколько стадий:

а) деструктивная реактивность - рассогласование функций и процессов за счет гипер- и гипоеффектов физиологических, когнитивных и регуляторных параметров, которые по интенсивности неадекватны ситуации;

б) стабилизация - устойчивая структура взаимосвязанных показателей, обеспечивающая успешность психической деятельности в состоянии напряжения и оптимально энергетические траты организма;

в) функциональная регрессия - чрезмерная реактивность отдельных психофизиологических функций и процессов, снижение продуктивности интеллектуальной деятельности, сужение диапазона приспособительных форм поведения;

г) перестройка структуры личности за счет формирования новых свойств или коррекции ранее сформированных черт;

3) социальная адаптация, в том числе социально-психологическая,

4) учебная, профессиональная.

Попытаемся проанализировать понятие социальной адаптации. Оно содержит в себе значительные возможности активизации человеческого фактора, которые используются пока еще недостаточно эффективно. Нельзя не согласиться с мнением социологов, которые трактуют адаптацию как процесс вхождения субъекта в новую для него социальную среду. Согласование интересов между личностью и средой осуществляется при помощи установления их взаимодействия.

Социальная адаптация – это категория, «работающая» на различных уровнях социальной общности: от человечества в целом до личности, «рассматривающая» их как самоорганизующиеся социальные системы различного уровня. А коль это так, то мы можем говорить об общем механизме социальной адаптации и о том, что этот процесс является управляемым. Важной стороной такого механизма, его основным элементом является активная трудовая деятельность людей.

Отдельные ученые связывают социальную адаптацию с процессом и результатом взаимодействия отдельной личности, или группы лиц с кардинально меняющейся социальной средой, в ходе

которого постепенно согласуются требования и ожидания обеих сторон, так что индивид получает возможность выживания (и не только, но еще и процветания), а макросреда – воспроизведения и вступления в иную, восходящую стадию. Но необходимо учитывать желает ли личность, чтобы с ней происходили перемены и в какой степени они подконтрольны ей. Ведь одно дело, когда адаптационные трудности возникают вследствие свободного выбора, например, профессии, места работы, учебного заведения, о котором давно мечтал индивид. И совсем другое дело, когда изменение обстоятельств инициируется другими людьми, например, родителями и может не отвечать потребностям индивида. При этом необходимо выявить какова степень вынужденного и добровольного в процессе социальной адаптации.

Адаптация – это сложный социально-психологический механизм социализации личности, включающий, в частности, освоение людьми новых социальных ролей, формирование мотивационной сферы, восприятие индивидами себя, своего окружения и многие другие психологические явления и состояния. В настоящее время их изучение имеет большое практическое значение.

Если говорить о содержании социально-психологической адаптации, то она включает:

- социальный статус;
- профессиональное самоопределение;
- сформированность социально значимых способностей, качеств;
- положение в коллективе, в системе межличностных отношений ближайшего социального окружения, удовлетворяющий личность статус;
- характерологические особенности и качества личности;
- возможность проявления индивидуальности.

По результату можно выделить: прогрессивный тип и регрессивный.

По уровню активности личности:

- активную адаптацию;
- пассивную (конформную) социальную адаптацию;
- неадаптивное поведение.

На наш взгляд, адаптация в социологическом понимании есть приобщение личности к определенным видам деятельности, которые организованы в данной социальной среде. Другими словами, адаптация представляет собой усвоение личностью социального опыта общества в целом и той среды (микросреды) в которой она находится. В основе такого процесса лежит адаптивная потребность, состоящая из информационной и контактно - экстравертной потребности через поиск и селекцию информации, и установление в социальной системе положительных связей. Задача адаптироваться к другим людям встает перед человеком со дня его рождения. Он адаптируется также к той социальной среде, которая частично является результатом активности предыдущих поколений и его самого [2].

Попытаемся преломить определение социальной адаптации к студентам, поступающим в учебное заведение. Адаптация студента к условиям ВУЗа является одной из наиболее важных и значимых проблем. Успешная адаптация является залогом дальнейшего развития студента как личности и его становления как будущего специалиста.

Степень адаптации первокурсников определяется множеством факторов: индивидуально-психологическими особенностями личности, деловыми качествами, ценностными ориентациями, состоянием здоровья, социальным окружением, обстановкой в семье.

Поступление в учебное заведение для каждой личности является новым этапом в жизни. Первый год обучения для студентов является самым сложным. Первокурсники сталкиваются с множеством трудностей. Прежде всего, это сложившийся стереотип, с которым личность приходит в учебное заведение. Процесс адаптации невозможен без изменения старого стереотипа и формирования нового. Еще одна сложность заключается в совершенно новой для них организации учебного процесса, новых формах и методах обучения, объемах учебного материала, который подлежит усвоению, отсутствии навыков организации самостоятельной работы, новых условиях проживания, неумении правильно организовать время [1]. Взаимоотношения в коллективе, который может быть разновозрастным и разным по социальному статусу, тоже осложняют процесс адаптации. При вхождении личности в новый коллектив, она приобретает новый социальный статус студента, который, в свою очередь, требует выработки новых способов поведения.

Нельзя не учитывать мотивационную сторону поступления индивида в ВУЗ. Например, основным мотивом студента при поступлении в вуз была возможность заниматься в секции картингистов. Однако обязательное условие приема в секцию - хорошая успеваемость, овладение профессиональными навыками, активная общественная деятельность, что в свою очередь и вызвало ответственное отношение к учебе и избранной профессии. В итоге данный студент быстро адаптировался к учебно-

му заведению. В то же время нет гарантии, что доминирующая роль данной сферы деятельности не изменится с течением времени, так как подросткам свойственно увлекаться и часто менять свои увлечения.

Далеко не у всех студентов в период адаптации к учебному заведению формируются позитивные учебные мотивы – профессиональные, социальные, познавательные. У многих преобладают внешние мотивы, что отрицательно сказывается на эффективности учебной деятельности: тормозится формирование целостной структуры целей, вследствие чего отсутствует систематическая работа в течение полугодия, самостоятельная постановка учебных целей [3]. В итоге знания усваиваются формально, поверхностно. Для того чтобы процесс адаптации действительно стал успешным, необходимо целенаправленное формирование позитивных учебных мотивов.

Процесс адаптации направлен на достижение адаптированности к условиям учебного заведения. Необходимо учитывать, что данный процесс зависит от индивидуальных особенностей личности, в частности от свойств нервной системы. Необходимость адаптации к новым условиям и новым формам обучения вызывает у студентов на какой-то период состояние напряжения, которое можно рассматривать как ситуационно-психологический стресс. В одинаковых условиях адаптация студентов будет протекать по-разному.

Таким образом, необходимым педагогическим условием эффективной адаптации и реабилитации учащихся является учет индивидуальных особенностей учащихся.

Возникает вопрос, не является ли понятие «адаптация» синонимом понятию «социализация»? Говоря о социализации, мы имеем в виду, что это процесс усвоения личностью определенного социального опыта в результате ее попадания в социальную среду, комплекс социальных связей и процесс активного воспроизводства системы социальных связей индивидом за счет его активной деятельности, активного включения в социальную среду. Анализируя мнения ученых относительно процесса адаптации, мы приходим к выводу, что это определение можно отнести и к процессу адаптации. Усвоение социального опыта личностью, воспроизводство системы социальных связей характерно и для процесса адаптации. Однако считать данные понятия идентичными невозможно. Почему? Адаптация – это метод, способ благодаря которому происходит социализация, развитие личности и ее воспитание. Социализация реализуется через адаптацию индивида к социальному окружению. Социализация подвержена изменениям, если меняются: содержание, цели, задачи, которые стоят перед ней. Но метод и способ, которым осуществляется социализация, то есть адаптация, не изменяется. Путем адаптации в процессе социализации вырабатываются наиболее ценные признаки и качества студентов в условиях вуза, которые дают возможность правильно жить, активно работать, хорошо учиться, уметь отдыхать в новой для него среде [4].

Кто такой адаптированный человек? Адаптированный человек в своей деятельности максимально является самим собой. Хорошо адаптированным можно считать человека, у которого высокая продуктивность, который испытывает чувство духовного комфорта, жилищно-бытовой устроенности, высокий уровень удовлетворенности отношениями с товарищами.

Если адаптированный в определенном коллективе индивид оказывается в новой среде, где преобладают совершенно другие ценности, нормы и формы поведения, где ведущая деятельность другая, то перед ним возникает задача реадаптации. Когда индивид не принимает процесс реадаптации, то он находится в состоянии дезадаптации. Если он ставит перед собой задачу адаптироваться в новой среде, то ему необходимо пересмотреть, а может быть полностью, или частично отказаться от норм, ценностей, способов поведения, социальных ролей, а также от некоторых адаптивных механизмов. Это сложный процесс, в ходе которого возможны серьезные изменения личности.

Показатели адаптации и реабилитации студентов можно объединить в две группы: объективные и субъективные. К первой группе мы относим:

- отношение к учебе;
- уровень знаний по предметам;
- практическая подготовленность к профессиональной деятельности (наличие знаний, умений, навыков по избранной профессии);
- интерес к избранной профессии;
- качественное выполнение заданий;
- проявление творческой активности;
- овладение смежными и параллельными профессиями;
- наличие учебно–профессиональных планов после окончания вуза;
- наличие цели в жизни;
- уровень готовности к самостоятельной жизни;

- стремление к самосовершенствованию;
- культура поведения: знает и соблюдает нормы поведения;
- позиция студента в группе;
- характер взаимоотношений студента с коллективом группы, с куратором, администрацией;
- умение организовать свой досуг;
- наличие увлечений;

Субъективные показатели:

- уровень удовлетворенности студента выбранной профессией;
- удовлетворенность условиями организации процесса обучения в учебном заведении и на практике;
- удовлетворенность своим положением в коллективе;
- удовлетворенность организацией и проведением свободного времени.

Объективные и субъективные показатели адаптации взаимосвязаны и обуславливают друг друга.

Таким образом, мы можем охарактеризовать адаптацию как процесс выработки оптимального режима целенаправленного функционирования личности, то есть приведение ее в конкретных условиях времени в такое состояние, когда вся энергия, все физические и духовные силы личности направлены и расходятся только на выполнение ее основных задач.

Библиографический список

1. Батурина О.А. Особенности поэтического индивидуально-авторского концепта (на поэтическом материале Бориса Пастернака) // Социально-экономические и гуманитарные исследования: проблемы, тенденции и перспективы развития: материалы международной научно-практической конференции. Брянск, 2016. С. 468-472.
2. Голуб Л.Н. Педагогические условия и факторы эффективной адаптации студентов в условиях вуза // Электронный журнал. Вестник образовательного консорциума «Среднерусский университет». Серия: Гуманитарные науки. 2016. № 8. С. 14-16. Режим доступа: <http://www.universitys.ru>
3. Медведева С.А. Формирование ценностей межкультурного общения при подготовке бакалавров менеджмента: дис. ... канд. пед. наук. Брянск, 2014. 224 с.
4. Сметанин Е.Н. Адаптация населения к современной экономической ситуации. // Социс. 1998. № 4. С 18.
5. Шапкин С.А., Дикая Л.Г. Деятельность в особых условиях: компетентный анализ структуры и стратегии адаптации // Психологический журнал. 1996. № 1. С. 18.

References

1. Baturina O.A. Features of a poetic individual and author's concept (on poetic material of Boris Pasternak) // Social-economic and humanitarian researches: problems, tendencies and prospects of development: materials of International scientific-practical conference. Bryansk, 2016. Pp. 468-472.
2. Golub L.N. Pedagogical conditions and factors of effective adaptation of the students in high school // Electronic Journal. Bulletin of Educational Consortium "Central Russian University". Series: Humanities. 2016. №8. Pp. 14-16. Access mode: <http://www.universitys.ru>
3. Medvedeva S.A. Formation of cross-cultural communication values when training bachelors of management: dis. cand. pedagogical sciences. Bryansk, 2014. 224 p.
4. Smetanin E.N. The population adaptation to the modern economic situation // Bulletin of the Institute of Sociology. 1998. № 4. P. 18.
5. Shapkin S.A., Dikaya L.G. Activity in special conditions: competent structure analysis and adaptation strategies // Psychological Journal. 1996. № 1. P.18.