



2. Voyskunskiy A. E. *Psikhologiya i Internet* (Psychology and Internet). Moscow, 2010. 439 p.
3. Belinskaya E. P. *Psikhologiya internet-kommunikatsii: ucheb. posobie* (Psychology of Internet communication: studies benefit). Moscow; Voronezh, 2013. 192 p.
4. *Lichnost' i mezhlchnostnoe vzaimodeystvie v seti*

Internet. Blogi: novaya real'nost': sb. st. pod red. V. L. Volokhonskogo, Ju. E. Zaycevoy, M. M. Sokolova (Personality and interpersonal communication in the Internet. Blogs: The new reality: sb. art. Eds. by V. L. Volokhonskiy, Ju. E. Zayceva, M. M. Sokolov). St.-Petersburg, 2006. 199 p.

УДК 316.37

ПОНЯТИЙНЫЙ АППАРАТ ПСИХОЛОГИИ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ

М. В. Григорьева

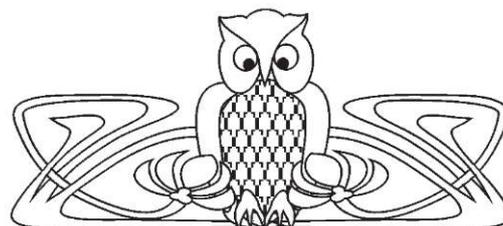
Григорьева Марина Владимировна - доктор психологических наук, профессор, кафедра педагогической психологии и психодиагностики, Саратовский государственный университет, Россия
E-mail: grigoryevamv@mail.ru

Раскрыто содержание основных понятий, используемых в современных исследованиях психологической адаптации личности. Психологическую адаптацию предложено определять как развивающий процесс и результат оптимального и динамичного соотношения требований (возможностей) окружающей среды и возможностей (требований) личности. Рассмотрено соотношение категорий адаптации и взаимодействия. Психологическая адаптация осуществляется в форме активного взаимодействия со средой. Взаимодействие личности и среды может предшествовать адаптации, когда в его процессе разворачиваются противоречия между возможностями личности и требованиями среды или требованиями личности и возможностями среды. Обоснована необходимость использования понятий «адаптационная активность», «адаптационная готовность», «адаптационные способности»; раскрыто содержание этих понятий с позиций экопсихологического подхода.

Ключевые слова: личность, психологическая адаптация, адаптационная активность, адаптационная готовность, адаптационные способности.

Введение

Условия развития современного общества характеризуются возрастанием информационных потоков и темпа жизни и деятельности, интенсификацией взаимодействий личности и среды, значительным повышением неопределенности, которое выражается в сложности идентификации трудностей и определении действий по их преодолению, повышенными требованиями к конкурентоспособности личности в профессиональной сфере. Все это актуализирует проблему психологической адаптации личности в современных динамичных условиях жизни и деятельности. Интерес психологов находится в основном в области общих и конкретно практических вопросов, связанных с адаптацией. Проведенный нами теоретический анализ про-



блемы психологической адаптации личности [1] показал, что понятие адаптации признается многими исследователями в качестве одной из основных категорий психологии (А. В. Петровским, М. Г. Ярошевским, Б. Г. Ананьевым, Ю. Л. Неймером, И. И. Мамайчук, С. И. Степановой, В. Г. Бушуровой, А. А. Реаном, Ф. Б. Березиным, Ю. А. Александровским, Г. А. Баллом и др.), обозначены общие интеллектуальные механизмы адаптации (Ж. Пиаже, В. Штерном, Р. Кэттеллом, Дж. Гилфордом, Г. Ю. Айзенком, Р. Стернбергом, В. Н. Дружининым, Л. Ф. Бурлачуком, Д. Н. Завалишиной и др.), достаточно полно изучены факторы и критерии производственной адаптации (А. Л. Свенцицким, Л. Г. Почебут, В. Д. Шадриковым, К. К. Платоновым, Г. Г. Голубевым, В. Г. Подмарковым, Н. А. Ермоленко, М. П. Будякиной, А. А. Русалиновой, Р. Д. Бардиным, Г. Д. Орешниковой и др.) и адаптации к экстремальным и стрессогенным условиям (Г. Селье, Л. А. Китаевым-Смык, Л. П. Гримаком, В. А. Ганzenом, Е. П. Ильиным, В. И. Медведевым, Б. А. Вяткиным, Ф. З. Меерсоном, В. Э. Мильманом, Г. С. Никифоровым и др.). В настоящее время вводятся новые понятия, раскрывающие сложный и многоплановый характер психологической адаптации.

Понятийный аппарат психологии адаптации личности

Психологическая адаптация рассматривается нами как развивающий процесс и результат оптимального и динамичного соотношения требований (возможностей) окружающей среды и возможностей (требований) личности. Исследователями признается двойной вклад в динамику процесса адаптации и личности, и среды. С позиций экопсихологического подхода психологическая адаптация изучается в процессе активного взаимодействия со средой. Взаимодействия могут предшествовать адап-



тации, когда в их процессе разворачиваются противоречия между возможностями личности и требованиями среды или требованиями личности и возможностями среды. Успешная адаптация может и не достигаться в процессе конкретных взаимодействий, и не быть непосредственной целью конкретных взаимодействий. Тогда взаимодействия личности и среды осуществляются по типу субъект-объектных отношений, эффективность которых невелика. В этом случае ряд неэффективных взаимодействий приводит или к осознанию противоречий и необходимости адаптации, или к разрушению структуры взаимодействий. Взаимодействия могут эффективно осуществляться на основе разрешенных противоречий в процессе адаптации до того момента, пока согласование возможностей и требований не станет избыточным и не станет тормозить процесс развития личности. Тогда существующая структура взаимодействий личности и среды разрушается и целью последующих взаимодействий становится установление другого уровня равновесия, т.е. адаптация.

Одним из новообразований в адаптационном процессе в системе «личность-среда» становится *адаптационная готовность* личности - готовность эффективно взаимодействовать с новыми и динамичными образовательными, профессиональными, социальными и др. средами. Такая постановка проблемы в современной психологической науке и комплексное ее исследование являются достаточно новыми. Адаптационная готовность рассматривается во взаимосвязи с эффектами социализации и социально-психологическими факторами, одним из которых признается характер социальной активности [2-4], особое внимание уделяется готовности к взаимодействию с образовательными средами [5-8]. Представляется, что *структура адаптационной готовности* включает многоуровневую готовность психофизиологических (состояния и предрасположенности нервной системы к определенным действиям, эмоциональных состояний, способствующих или не способствующих определенным действиям), психологических (когнитивных, мотивационных, волевых явлений) и социально-психологических (социально-перцептивных, коммуникативных и интерактивных явлений) уровней психической активности.

В последнее время исследователи активно применяют понятие адаптационных способностей. Обобщение результатов исследований психологов показало, что традиционно адаптационные способности связывались учеными с отдельными сторонами психической активности: интеллектом (Г. Айзенком, Л. Ф. Бурлачуком, Дж. Гилфордом, В. Н. Дружининым, Р. Кэттеллом, Ж. Пиаже, Я. А. Пономаревым, Р. Стернбергом, В. Штерном и др.), способностью спра-

виться с адаптационным синдромом в ситуации стресса (Л. М. Аболиным, Л. А. Китаевым-Смык, Л. В. Куликовым, Г. Селье и др.), межличностными отношениями и взаимодействиями (С. Д. Артемовым, А. И. Донцовым, Е. Л. Доценко, Т. С. Кабаченко, Я. Л. Коломинским и др.) [9].

Адаптационные способности понимаются нами как индивидуально-психологические особенности личности, выражающиеся в выборе наиболее оптимальных и эффективных способов адаптации к окружающей среде и являющиеся результатом взаимодействия психофизиологических, психических и социально-психологических явлений, функционирующих в процессе достижения динамического равновесия в системе «личность-среда» [10].

Реформы системы образования ставят вопросы адаптационной готовности и у педагогов, осуществляющих педагогическую деятельность в напряженном инновационном режиме. Как показано в наших теоретических обзорах [11], эти вопросы более популярны в педагогике, чем в психологии, и решаются с точки зрения конкретных практических проблем: готовности администрации к изменениям (З. К. Ушаковым), диагностики готовности педагогов к инновационной деятельности (С. А. Трифионовой), разработки технологии внедрения новшеств в образовательный процесс (Э. В. Хачатрян), развития определенных личностных качеств (Н. В. Кузьминой, В. А. Сластениным, Л. С. Подымовой и др.); в психологии готовность педагогов к изменениям связывается с разработкой философии инноваций в образовании (В. И. Слободчиковым), проектированием и экспертизой развивающих образовательных сред (В. И. Пановым, В. В. Рубцовым, В. И. Слободчиковым, В. А. Ясвиным), профессионально-личностными качествами (Л. М. Митиной), творческим мышлением (М. М. Кашаповым), мотивационной готовностью (О. Н. Коптяевой) и др. факторами. Вместе с тем идея становления образования как места «продуктивного и взаиморазвивающего разрешения бытийных противоречий» [12] между личностью и обществом с трудом принимается педагогами школы, а проблемы педагогической готовности к ориентации на учащихся и их развитие в психологической науке практически не рассматриваются.

В современной психологии адаптация учащихся к условиям обучения в школе рассматривается как результат психического развития индивида за определенный период (дошкольное детство, начальная школа, среднее звено школы, старшие классы). Современные динамичные общественные отношения требуют от школы постоянного соответствия содержания и качества образования требованиям общества. Динамика образовательного процесса в сочетании с дина-



микой всей жизни постоянно детерминируют изменения личности, требуют от учащихся гибкого и оптимального взаимодействия с образовательной средой. Возникает необходимость исследования не просто адаптационного процесса в его непрерывности, а изучения личностных метаобразований, позволяющих быть личности жизне- и конкурентоспособной в современных чрезвычайно динамичных общественных условиях. Такими метаобразованиями выступают адаптационная готовность и адаптационные способности, которые обеспечивают интеграцию прошлого личностного опыта и ориентацию на успешную деятельность в будущем (ближайшем или отдаленном).

Заключение

Таким образом, сказанное выше позволяет констатировать: недостаточную концептуальную и терминологическую разработанность проблемы оптимальной адаптационной готовности личности в динамичных условиях жизни и деятельности; отсутствие критериев и показателей достаточного уровня развития ее адаптационной готовности; недостаточность знаний о психологических и социально-психологических механизмах, способствующих формированию адаптационной готовности и адаптационных способностей у субъектов общественных взаимодействий. Практически отсутствуют комплексные исследования адаптационной готовности и адаптационных способностей личности, объединяющие в единую психолого-педагогическую концепцию вопросы структурного строения и динамики феномена адаптационной готовности. Недостаточны знания о рисках слабого развития и неадекватной реализации адаптационной готовности и адаптационных способностей у субъектов образования в условиях его реформирования; педагогического, психолого-педагогического и семейного воздействия на результаты психологической адаптации. Неясны соотношения взаимоожиданий субъектов образования и вопросы морально-нравственного выбора, связанного с изменениями.

Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ, проект «Структура и предикторы субъективного благополучия личности: этнопсихологический анализ» (грант № 14-06-00250 а).

Библиографический список

1. Григорьева М. В. Диахронический подход к исследованию процессов социально-психологической адаптации личности // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Филология. Психология. Педагогика. 2013. Т. 13, вып. 1. С. 54-58.
2. Малышев И. В. Характеристика адаптационной готовности личности школьников в зависимости от уровня социализации // Наука и образование в XXI веке : сб. науч. тр. по материалам междунар. науч.-практ. конф. : в 34 ч. (Тамбов, 30 сентября 2013 г.). Тамбов, 2013. Ч. 19. С. 95-97.
3. Шамионов Р. М. Адаптационная готовность выпускников школы и первокурсников вуза во взаимосвязи с социально-психологическими факторами // Психология обучения. 2012. № 11. С. 116-123.
4. Шамионов Р. М. Соотношение адаптационной готовности и социальной активности личности // Теоретическая и экспериментальная психология. 2012. Т. 5, № 2. С. 72-80.
5. Ваганова А. Р. Родительское отношение в семье и формирование адаптационной готовности выпускника школы // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2012. Т. 1, вып. 3. С. 15-18.
6. Порецкова Г. Ю., Печкуров Д. В., Емелина А. А. Оценка адаптационной готовности младших школьников г. Самары к процессу обучения // Практическая медицина. 2008. № 6 (30). С. 96-97.
7. Тарасова Л. Е. Психологическая безопасность образовательной среды как условие развития адаптационной готовности старшеклассников // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2012. Т. 1, вып. 2. С. 18-22.
8. Шамионов Р. М. Формирование адаптационной готовности старшеклассников и студентов вузов // Психология обучения. 2013. № 9. С. 20-30.
9. Григорьева М. В. Сравнительный анализ механизмов и факторов школьной адаптации в разных условиях обучения : дис. ... канд. психол. наук. Саратов, 2005. 187 с.
10. Григорьева М. В. Роль адаптационных способностей учащихся в процессе взаимодействия с образовательной средой // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2012. Т. 1, вып. 3. С. 11-15.
11. Григорьева М. В. Психологическая структура и динамика взаимодействий образовательной среды и ученика в процессе его школьной адаптации : дис. ... д-ра психол. наук. Саратов, 2010. 521 с.
12. Слободчиков В. И. Со-бытийная образовательная общность - источник развития и субъект образования. URL: http://www.values-edu.ru/wp-content/uploads/2011/05/slobodchikov_co_existence.pdf (дата обращения: 02.04.2014).

Concept Apparatus in Psychology of Personality's Adaptation

Marina V. Grigoreva

Saratov State University
83, Astrakhanskaya, Saratov, 410012, Russia
E-mail: grigoryevamv@mail.ru

The article discusses contents of the key concepts used in modern psychological research of personality adaptation. The author suggests



that we define psychological adaptation as a developing process and a result of balanced and dynamic correlation between the requirements (capabilities) of environment and capabilities (requirements) of personality. The article throws light on correlation between categories of adaptation and interaction. Psychological adaptation is happens in a form of active interaction with the environment. Interaction of personality and environment may forego adaptation when the contradictions between personality's requirements and capabilities of environment arise. The study gives grounds to the necessity of using such terms as «adaptational activity», «adaptational readiness», «adaptational capabilities». The content of these notions are explained from the point of view of eco-psychological approach. **Key words:** personality, psychological adaptation, adaptational activity, adaptational readiness, adaptational capabilities.

References

1. Grigoreva M. V. *Diakhronicheskiy podkhod k issledovaniyu protsessov sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii lichnosti* (Diachronic approach to investigation of processes of personality's social-psychological adaptation). *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 2013, vol. 13, iss. 1, pp. 54-58 (in Russian).
2. Malyshev I. V. *Kharakteristika adaptatsionnoy gotovnosti lichnosti shkol'nikov v zavisimosti ot urovnya sotsializatsii* (Characteristic of adaptive readiness of schoolchildren's personality in dependence of socialization conditions). *Nauka i obrazovanie v XXI veke: sb. nauch. tr. pomaterialam Mezhdunar. nauch.-prakt. konf.: v 34 ch. (Tambov, 30 sentyabrya 2013 g.)* (Science and education in the 21st century: in 34 parts. Tambov, 2013, part 19, pp. 95-97 (in Russian).
3. Shamionov R. M. *Adaptatsionnaya gotovnost' vypusknikov shkoly ipervokursnikov vuza vo vzaimosvyazi s sotsial'no-psikhologicheskimi faktorami* (Adaptive readiness of school-graduates and first-year students in interrelation with social-psychological factors). *Psikhologiya obucheniya* (Educational psychology), 2012, no. 11, pp. 116-123 (in Russian).
4. Shamionov R. M. *Sootnoshenie adaptatsionnoy gotovnosti i sotsial'noy aktivnosti lichnosti* (Correlation of personality's adaptive readiness and social activity). *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya* (Theoretical and experimental psychology), 2012, vol. 5, no. 2, pp. 72-80 (in Russian).
5. Vagapova A. R. *Roditel'skoe otnoshenie v sem'e i formirovanie adaptatsionnoy gotovnosti vypusknika shkoly* (Parental attitude at family and formation of school-graduate's adaptive readiness). *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2012, vol. 1, iss. 3, pp. 15-18 (in Russian).
6. Poretskova G. Yu., Pechkurov D. V., Emelina A. A. *Otsenka adaptatsionnoy gotovnosti mladshikh shkol'nikov g. Samary k protsessu obucheniya* (Valuation of Samara primary school pupils' adaptive readiness to learning process). *Prakticheskaya meditsina* (Practical medicine), 2008, no. 6 (30), pp. 96-97 (in Russian).
7. Tarasova L. E. *Psikhologicheskaya bezopasnost' obrazovatel'noy sredy kak uslovie razvitiya adaptatsionnoy gotovnosti starsheklassnikov* (Psychological safety of educational environment as condition of upper-form pupils' adaptive readiness). *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2012, vol. 1, iss 2, pp. 18-22 (in Russian).
8. Shamionov R. M. *Formirovanie adaptatsionnoy gotovnosti starsheklassnikov i studentov vuzov* (Formation of upper-form pupils' and universities students' adaptive readiness). *Psikhologiya obucheniya* (Educational Psychology), 2013, no. 9, pp. 20-30 (in Russian).
9. Grigoreva M. V. *Sravnitel'nyy analiz mekhanizmov i faktorov shkol'noy adaptatsii v raznykh usloviyakh obucheniya: dis. ... kand. psikhol. nauk* (Comparative analysis of school adaptation mechanisms and factors in different condition of learning: diss. ... cand. of psychology). Saratov, 2005. 187 p. (in Russian).
10. Grigoreva M. V. *Rol' adaptatsionnykh sposobnostey uchashchikhsya v protsesse vzaimodeystviya s obrazovatel'noy sredoy* (Role of pupils' adaptive abilities in process of interaction with educational environment). *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2012, vol. 1, iss 3, pp. 11-15 (in Russian).
11. Grigoreva M. V. *Psikhologicheskaya struktura i dinamika vzaimodeystviy obrazovatel'noy sredy i uchenika v protsesse ego shkol'noy adaptatsii: dis. ... d-rapsikhol. nauk* (Psychological structure and dynamic of interaction between educational environment and pupil in his school adaptation process: diss. . . doct. of psychology). Saratov, 2010. 521 p. (in Russian).
12. Slobodchikov V. I. *So-bytiynaya obrazovatel'naya obshchnost' - istochnik razvitiya i sub'ekt obrazovaniya* (Co-being educational community - source of development and subject of education). Available at: http://www.values-edu.ru/wp-content/uploads/2011/05/slobodchikov_co_existence.pdf (accessed 02 April 2014).