

АДАПТАЦИЯ КАК ОБЪЕКТ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Евсюкова Ирина Алексеевна

магистрант, Курский государственный университет, РФ, г. Курск

Елизаров Сергей Геннадьевич

научный руководитель, д-р психол. наук, профессор, Курский государственный университет, РФ, г. Курск

Аннотация. В данной статье рассматривается адаптация как объект научного исследования.

Abstract. This article considers adaptation as an object of scientific research.

Ключевые слова: деятельность, адаптация, приспособление.

Keywords: activity, adaptation, adaptation.

Процесс адаптации, как объект изучения, имеет пролонгированную историю: перечисляя ученых, касавшихся этой темы, мы можем затронуть довольно много имен. Среди них Анохин П.К., Баевский Р.М., Селье Г. и др.

Первоначально данный феномен исходил из естественно-научных дисциплин: медицины, биологии, физиологии и так далее. Однако, позднее, понятие адаптации «нашло место» в науках круга социологии и психологии.

Адаптация, как термин, подразумевает под собой биологическое приспособление организма (его строения и функций), органов и клеток к окружающим условиям[1].

Анализ литературы показал, что исследователи приводят следующую классификацию видов адаптации:

1. в общем смысле, адаптация – это процесс приспособления и изменения строения и функций организма к изменившимся условиям существования в определенной среде;
2. физиологическая - это изменение чувствительности анализаторов, понижение их порогов в результате их приспособления к изменению силы действующих раздражителей;
3. профессиональная - это процесс приспособления людей к изменившимся условиям, связанным с профессиональной и учебной деятельностью;
4. сенсорная адаптация – это приспособительное изменение чувствительности к интенсивности раздражителя. Характеризуется диапазоном изменения чувствительности сенсорного канала, скоростью этого изменения, вариативностью и избирательностью (селективностью) изменений относительно адаптирующего воздействия;
5. социальная адаптация – это постоянный и устойчивый процесс, результат активного

приспособления индивида к социальным условиям среды, усвоение норм, традиций и групповой культуры. Своеобразие адаптации личности определяется её индивидуальными потребностями и возможностями, и характером адаптивной ситуации. Адаптивный процесс является суммой взаимодействий различных звеньев деятельностного, поведенческого и информационно-психологического характера. Именно оптимальное сочетание деятельностного и психологического компонентов в реальном адаптационном процессе служит необходимым условием, позволяющим эффективно и быстро осуществлять адаптацию. Личность адаптируется, взаимодействуя, и взаимодействует адаптируясь.

Если говорить о том, какую цель имело применение в биологических науках понятия «адаптация», то мы можем остановиться на описании этого феномена с разных сторон, а именно: механизмов приспособительного поведения как в мире растительном, так и в мире животном, эволюции и развития различных форм существования, как процесса, отражающего взаимовлияние живого организма и окружающей среды.

Понимание адаптации как комплекса физиологических реакций, содержащихся в основе процесса приспособления к постоянно изменяющимся условиям окружающей среды и направленных на поддержание гомеостаза, является биологической трактовкой и, соответственно, относится к физиологии и медицине.

В развитие естественно-научной теории адаптации, и, как следствие, ее преобразование, в частности в биологии, физиологии и медицине, внесли вклад и отечественные, и зарубежные учёные, например: Анохин П.К., Баевский Р.М., Василевский Н.Н., Казначеев В.П., Меерсон Ф.З., Г.Селье и многие другие. В своих исследованиях они останавливались на клеточном, органном, организменном, популяционном и видовом уровнях организации жизни.

С точки зрения физиологии с процессом адаптации тесно связаны такие понятия как реактивность (способность адекватно реагировать на раздражитель) и резистентность (устойчивость к воздействиям извне).

Развитие адаптации в организме проходит через ряд фаз:

1. Начальная фаза развивается в начале воздействия патогенного фактора, наблюдается возникновение ориентировочного рефлекса и торможения тех видов деятельности, которые были активны до этого момента. Сразу после торможения наблюдается резкое возбуждение.
2. Переходная фаза характеризуется уменьшением возбудимости центральной нервной системы.
3. Фаза устойчивой адаптации является адаптацией в общем её понимании, перестройкой деятельности как отдельных клеток, так систем органов.

В медицине проблема адаптации связана с понятиями нормы и патологии, которые определяют положения человеческого организма – здоровье и болезнь. О приспособительной сути заболевания, по мнению медицинских работников, следует судить не по исходу приспособления, а по тенденции – любыми имеющимися средствами, ценой самых тяжелых жертв, оптимально сбалансироваться со средой. Таким образом, здоровье и болезнь – две формы единого процесса адаптации [3].

Разделяют адаптацию специфическую и неспецифическую. Специфическая адаптация вызывает такие изменения в организме, которые направлены непосредственно на устранение либо ослабление действия неблагоприятного фактора. Неспецифическая адаптация обеспечивает активизацию разнообразных защитных систем организма, целесообразную на начальных этапах приспособления к любому фактору среды независимо от его природы. Неспецифические компоненты и стадии физиологической адаптации описаны канадским физиологом Г. Селье под названием адаптационный синдром, или стресс, состоящий из трёх типичных стадий. Первая - "стадия тревоги" - обуславливается распространяющейся реакцией функциональных систем организма, направленной на активацию и мобилизацию его защитных сил. Вторая стадия "резистентности" состоит в частичном приспособлении и привыкании, выявляется напряжение отдельных функциональных систем, особенно

нейрогуморальных регулятивных механизмов. На третьей стадии состояние организма либо стабилизируется и наступает устойчивая адаптация, либо в результате истощения ресурсов организма возникает срыв адаптации. Конечный результат зависит от характера, силы, продолжительности действия стрессоров, индивидуальных возможностей и функциональных резервов организма [4].

В общественном сознании понятие адаптации обозначает процесс приспособления человека к условиям социальной среды. Исходя из этого, появились понятия социальной и психической адаптации, (взаимосвязь не ясна – дополнить) результатом которой является адаптированность личности к различным социальным ситуациям, микро - и макрогруппам. Целью любой адаптации является устранение либо ослабление вредоносного (разрушающего) действия факторов окружающей (биологической, физической, химической, социальной) среды. Человек – активный субъект саморазвития. В процессе развития личности необходимо учитывать, что социальная среда в действительности не является стабильной, индивид, различающийся по своим социально-психологическим характеристикам по-разному включается в социальную среду, и соответственно он способен развиваться в самых разнообразных направлениях. Человек готовится не к жизни вообще, а к жизнедеятельности в определенных культурных условиях, где возникают социальные отношения общности, группы. [5].

Обобщая все вышесказанное, отметим, что адаптация – это процесс удовлетворения потребностей личности в результате её активного приобщения к требованиям среды, новым отношениям, видам деятельности и способность к дальнейшему развитию без ущерба здоровью.

Список литературы:

1. Абульханова-Славская, К. А. Активность и сознание личности как субъекта деятельности / К. А. Абульханова-Славская // Психология личности в социалистическом обществе. Активность и развитие личности. – М.: Наука, 1989. – С. 110-133.
2. Казначеев, В.П. Современные аспекты адаптации / В.П. Казначеев. – Новосибирск, 2000. – 192 с.
3. Ромм М.В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект. – Новосибирск: Наука. Сиб. издательская фирма РАН, 2002. – 275 с.
4. Корель, Л.В. Социология адаптации: вопросы теории, методологии и методики / Л.В. Корель; ИЭОПП СО РАН. – Новосибирск: Наука, 2005. – 423 с.
5. Философские проблемы теории адаптации / под ред. Г. И. Царегородцева. – М.: Мысль, 1975. – 277 с.