**Определение и виды социальной адаптации**

Автор – Чернядьева Елена Николаевна, магистрант ВятГУ, преподаватель и зав. отделом методического сопровождения КОГПОАУ «Вятский колледж культуры»

*Выживают не самые сильные и не самые умные, а самые быстро адаптирующиеся к переменам.*

[*Чарльз Дарвин*](http://www.inpearls.ru/author/charles%2Bdarwin) *[1]*

Каждый человек многократно в своей жизни сталкивается с необходимостью адаптации (в переводе с позднелатинского *adaptatio* – прилежание, приспособление [3, с.216]). Чтобы процесс адаптации протекал успешно, необходимо понимать суть этого процесса и владеть разными стратегиями адаптации [17].

Наиболее крупное направлении изучения адаптации – социальная адаптация, под которой понимается процесс и результат активного приспособления индивида к условиям новой социальной среды [15, c.10]. Данной средой может выступать как общественная группа, трудовой коллектив или семья [7, с.28], так и целая страна, ее культура, политика, идеология, сложившееся ситуация [11, с.336].

Социальная адаптация является одной из важнейших функций социальной психики (объекта социальной психологии) [16, c.95]. Поэтому выделяют один из видов социальной адаптации – ***социально-психологическую адаптацию***, под которой в социальной психологии понимается приобретение людьми определенного социально-психологического статуса, овладение теми или иными социально-психологическими функциями [19, с.219].

В зависимости от уровня социально активной личности исследователи выделяют два вида социально-психологической адаптации: активную и пассивную [19, с.221].

*Пассивная* адаптация предполагает приспособление на уровне конформизма, то есть изменения поведения или убеждения в результате реального или воображаемого давления другого человека или группы [4, с.58]. Существуют две разновидности конформизма:

– внешний конформизм (уступчивость), когда люди ведут себя так, как принято (чтобы избежать наказания или заслужить поощрения), не соглашаясь в душе с тем, что делают;

– внутренний конформизм (одобрение), когда человек искренне верит в то, что вынуждают его сделать [6].

В любом случае человек при пассивной адаптации принимает те условия, которые ему предлагает новая среда.

Напротив, *активная* социально-психологическая адаптация имеет место тогда, когда человек стремится воздействовать на социальную среду, чтобы изменить в ней то, что его по каким-либо причинам не устраивает [19, с.221]. В этом случае человек четко осознает свои личные преимущества от приобщения к новым ценностям и способам социальных действий [20, с.84]. Чаще всего такая адаптация связана с творческими способностями человека, которые помогают более успешной адаптации и к обучению [14, с.4]. Творческую активность В. А. Петровский понимает, как более высокий уровень адаптации, способствующей не только внешней гармонии человека со средой, но и внутренней личностной гармонии человека, способного реализовать свой личностный потенциал, не сковывая себя никакими рамками, нормами и ограничениями [12].

Однако активная адаптация может носить и отрицательный характер, когда она направлена на разрушение уже сложившейся системы и предлагаемых условий. В этом случае человек сознательно сопротивляется предъявляемым требованиям, не предлагая ничего взамен, намеренно эпатирует окружающих, пытаясь вызвать интерес к своей персоне, или старается самоутвердиться за счет других, более слабых людей. Такое поведение человека чаще всего зависит от желания быть индивидуальным, выделяться из массы. Но при таком способе адаптации человек больше теряет, нежели приобретает, хотя потребности, предполагающие выживание, продолжают удовлетворяться [18, с.181].

Поскольку человек не всегда адаптируется к условиям социальной среды, которые изменились не по его воле, а иногда и сам меняет их (переезжает в другую страну, переходит на другое место обучения и т.д.), то можно выделить два вида социально-психологической адаптации по этому признаку: добровольную и вынужденную.

*Добровольная* адаптация имеет место тогда, когда новые ценности и способы действия, которые предполагает среда, не противоречат системе ценностей личности:

– нормы и ценности социальной среды вписываются в систему самых значимых интересов и потребностей личности или даже создают более благоприятные условия для их реализации;

– ценностные ориентации, нормы поведения ранее свойственные личности изменяются в новых условиях без особого напряжения.

При *вынужденной* адаптации направления и методы преобразований не соответствуют представлениям и установкам личности:

– не принимая нового, личность пытается изменить требования среды, но данные попытки оказываются безуспешными, и ей приходится подчиняться;

– индивид подчиняется, не пытаясь что-либо изменить;

– новые способы социального поведения менее, чем прежние, соответствуют качествам личности, но она вынуждена использовать их, чтобы выжить [19, с.222].

Важнейшими признаками социальной активности является сильное и устойчивое (а не ситуационное) стремление влиять на социальные процессы, реальное участие в общественных делах, диктуемое стремлением изменить, преобразить, или сохранить и укрепить существующий социальный порядок, его формы и стороны [19, с.221].

В результате социально-психологической адаптации человек всегда:

– согласовывает свои цели с ценностями общества;

– учится, оставаясь собой, благополучно сосуществовать данном обществе;

– приобретает способность проявлять инициативу, принимать правильные решения, ставить цели;

– получает новые знания, умения, навыки и развивает уже имеющиеся;

– устанавливает близкие, эмоционально насыщенные и длительные взаимоотношения с другими членами общества.

Поэтому к функциям социально-психологической адаптации можно отнести:

– достижение оптимального равновесия в динамичной системе «личность – социальная среда»;

– регулирование общения и взаимоотношений;

– самопознание и самокоррекцию;

– сохранение психического здоровья;

– максимальное проявление и развитие творческих возможностей и способностей личности, повышение ее социальной активности;

– формирование эмоционально-комфортных позиций личности;

– повышение эффективности деятельности как адаптирующейся личности, так и социальной среды, коллектива;

– повышение стабильности и сплоченности социальной среды [10, с. 12].

Соответственно, главная цель социально-психологической адаптации личности не в ее единообразии, превращение в послушного исполнителя чужой воли, а в самореализации, развитии способностей для успешного осуществления поставленных целей, превращении в самодостаточную социальную личность. В противном случае процесс социализации лишается гуманистического смысла и становится инструментом психологического насилия, направленного не на личностный рост и не на достижение единственной в своем роде индивидуальности, а на «Я» [16, с.97].

В связи с этим, выделяют два типа социально-психологической адаптации:

– *прогрессивная* адаптация, которой свойственно достижение всех функций и целей полной адаптации и в ходе реализации которой достигается единство интересов, целей личности – с одной стороны, и групп, общества в целом – с другой;

– *регрессивная* адаптация, которая проявляется как формальность при адаптации, не отвечающая интересам общества, развития данной социальной группы и самой личности [9, с.50].

Часто регрессивную адаптацию обозначают как комфортную, основанную на внешнем принятии человеком групповых норм и ценностей. В этом случае личность лишает себя возможности проявить свои творческие способности и не может полностью самореализоваться. Только прогрессивная адаптация может способствовать подлинной социализации личности, иначе у человека формируется склонность к систематическим ошибкам поведения, нарушению норм, созданию новых проблемных ситуаций [16, с.97].

А. В. Карпов, В. Е. Орел, В. Я. Тернопол справедливо замечают, что процесс адаптации связан не только с окружающими социальными условиями, но и с условиями конкретной деятельности, то есть происходит дифференцирование понятия среды по критерию типов деятельности человека [8]. Эти предпосылки позволили развивать концепции, оперирующие понятиями «производственная» и «учебная адаптация», которые отражают именно тип деятельности, осуществляемой субъектом, и являются еще двумя видами социальной адаптации.

Производственная адаптация рассматривается как процесс включения индивида в новую для него производственную среду, вживание в нее, усвоение профессиональной роли, производственных норм, социальных отношений. В дальнейшем развитие данного направления в русле организационной психологии и теории менеджмента привело отечественных авторов к разработке концепции профессиональной адаптации [15, с.11].

Под ***профессиональной адаптацией*** обычно понимают систему мер и мероприятий, которые способствуют профессиональному становлению работника и формируют у него соответствующие профессиональные качества, а также помогают в освоении работником элементов организационной культуры и принятии нового социального статуса. Профессиональная адаптация включает самоидентификацию с новой ролью, статусной характеристикой и принятие культуры и ценностей профессиональной среды [13].

Под ***адаптацией к образовательному процессу*** (учебной адаптацией) понимается выработка оптимального режима целенаправленного функционирования личности обучающегося. Адаптация студентов представляет собой процесс вхождения личности в совокупность ролей и форм деятельности в образовательной организации, процесс содержательного и творческого приспособления индивида к особенностям избранной им специальности в ходе учебно-воспитательного процесса [15, с.11].

Поэтому исследователи различают 3 формы учебной адаптации обучающихся:

– *формальную*адаптацию – познавательно-информационное приспособление обучающихся к новому окружению, к структуре образовательной организации, к содержанию обучения в ней, к предъявляемым требованиям и к своим обязанностям;

– *общественную*адаптацию – процесс внутреннего объединения групп обучающихся и интеграции (объединение) этих же групп с окружением в целом;

– *дидактическую*адаптацию – подготовка обучающихся к новым формам и методам учебно-воспитательной работы образовательного учреждения [5, с. 378].

То есть социальная адаптация рассматривается уже не только как приспособление, но и как постоянный процесс интеграции индивида в общество, процесс его активного приспособления в социальной среде. В основе данного взаимодействия лежит усвоение элементов культуры (в том числе корпоративной), социальных норм и ценностей, которые помогают в формировании социально значимых качеств личности [15, с.10]. Это говорит о том, что социальная адаптация позволяет человеку не только успешно функционировать, но и личностно развиваться в общении и деятельности [2].

**Список использованных источников**

1. Адаптация: цитаты, высказывания, афоризмы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.inpearls.ru/pearls/tag/id/26610/value/adaptaciya> (дата обращения – 21.07.2018).
2. Битянова М.Р. Социальная психология: учебное пособие. – 2-е изд., перераб. – СПб: Питер, 2008. – 368 с.
3. Большая Советская Энциклопедия (в 30 томах). – Т.1 (А-Ангоб) / гл. ред. А.М. Прохоров. – 3-е изд. – М.: Советская Энциклопедия, 1970. – 608 с.
4. Бродская О. Человек в массе или человек массы? [// Персонал. – 2004](file:///%5C%5C%D0%9F%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB.2004).– № 3.– с.56-61.
5. Гордашников В. А. Образование и здоровье студентов / В. А. Гордашников, А. Я. Осин. – М.: Издательство «Академия Естествознания», 2009. – 395с.
6. Дэвид Майерс Социальная психология / перев. с англ. – СПб.: Питер, 1997. – 688 с.
7. Зинченко В. П., Мещерянков Б. Г. Большой психологический словарь: АСТ. – М.: Прайм-Еврознак, 2008. – 852 с.
8. Карпов А. В., Орел В. Е., Тернопол В. Я. Психология профессиональной адаптации: монография. – Ярославль: Институт «Открытое общество», РПО, 2003. – 161 с.
9. Классическая социальная психология: учебное пособие для студентов ВУЗов / под общей редакцией Е.И. Рогова. – М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2008. – 416 с.
10. Крысько В. Г. Социальная психология: схемы и комментарии. — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. –208 с.
11. Немов Р.С., Алтунина И.Р. Социальная психология: учебное пособие. – СПб: Питер, 2008. – 432 с.
12. Петровский В.А. Психология неадаптивной активности. – М.: ТОО «Горбунок», 1992.– 224 с.
13. Профессиональная адаптация [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psihdocs.ru/lekcii-po-kursu-psihologiya-truda.html?page=7> (дата обращения – 21.07.2018).
14. Прощенко Н.Н. Адаптация и творчество // Творческая активность личности в образовательном процессе: сборник научно-методических статей. – Новосибирск, 2000, с.3-10.
15. Смирнов А.А., Живаев Н.Г. Адаптация студентов и образ ВУЗа: монография. – Ярославль: ЯрГУ, 2010. – 168 с.
16. Соснин В.А., Красникова Е.А. Социальная психология: учебник. – 2-е изд. – М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2007. – 336 с.
17. Социальная адаптация [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.kakprosto.ru/kak-923863-socialnaya-adaptaciya#ixzz5QPGqEgKM> (дата обращения – 19.07.2018).
18. Стафеева Ю.В. Способы адаптации студентов младших курсов к условиям обучения в ВУЗе // Теория и практика общественного развития. – 2013.– № 11.– с.180-182.
19. Чернобай В.А. Социальная психология: серия «Среднее профессиональное образование». – Ростов н/Д: Феникс, 2007, 256 с.
20. Шабанова М.А. Социальная адаптация в контексте свободы // Социологическое исследование. – 1995. – № 7. – с.81-89.