

image not found or type unknown



Современному обществу необходимы граждане, мобильно адаптирующиеся в новых социальных условиях. Поэтому адаптация личности является одной из актуальных проблем, стоящих перед педагогической наукой и практикой.

В научной литературе на сегодняшний день существует большое количество определений понятия «адаптация» как социального процесса. Но все они трактуются достаточно неоднозначно, и связано это с тем, что данное явление рассматривается с абсолютно разных точек зрения у специалистов таких областей, как психология, педагогика, социология, культурология и философия, а также многих других.

Понятие адаптации.

Феномен адаптации является объектом междисциплинарного исследования, так как может быть применен к разным аспектам приспособления. В широком смысле слова адаптация (от латинского *adaptare* – приспособлять) – это процесс приспособления к активно меняющимся внутренним и внешним условиям окружающей среды (при наличии двух важных аспектов – биологического и социального, которые взаимосвязаны друг с другом). Обзор многочисленных литературных источников от таких авторов, как А.А. Реан, А.И. Берг, Т.Г. Дичев, В.З. Коган, А.Н. Жмыриков, О.И. Зотова, И.С. Кон и Л.М. Ростова позволяет говорить о том, что сегодня существует большое количество взглядов на этот объект, а также теоретических подходов к проблеме адаптации в разных областях научного знания. Это связано со спецификой задач проводимых исследований, а также с различием в подходах, которые приняты в научных школах разного направления.

Например, биологический аспект адаптации является общим как для человеческого организма, так и для животного. Он включает в себя механизмы приспособления биологического существа к устойчивым условиям окружающей среды, которая постоянно изменяется под воздействием многих внешних и внутренних факторов. Сюда входят, например, сенсорная или световая типы адаптации индивида.

Процесс адаптации реализуется всякий раз, когда в системе «организм- среда» возникают значимые изменения, и обеспечивается формирование нового гомеостатического состояния, которое позволяет достигать максимальной эффективности физиологических функций и поведенческих реакций. Поскольку организм и среда находятся не в статическом, а в динамическом равновесии, их соотношения меняются постоянно, а, следовательно, также постоянно должен осуществляться процесс адаптации. Таким образом, в биологии адаптация рассматривается (с лат. *adaptatio* – приспособление) как совокупность морфофизиологических, поведенческих, популяционных и других особенностей биологического вида, обеспечивающая возможность специфического образа жизни особей в определенных условиях внешней среды. Адаптацией называется и сам процесс выработки приспособлений.

Специфическая и неспецифическая адаптация.

Различают 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" - характеризуется генерализированной реакцией функциональных систем организма, направленной на мобилизацию его защитных сил. Вторая стадия "резистентности" состоит в частичном приспособлении, 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.

Место адаптации в социуме.

Адаптация занимает очень важное место в социальной жизни человека. Это явление, которое предполагает непосредственное приспособление индивида к новым для него условиям социальной действительности, формирование

адекватной и ожидаемой системы отношений с новыми для него социальными объектами, пластичность поведения, смена социальных статусов и ролей по необходимости. Все это приводит к тому, что личность плавно интегрируется в социальную группу, становится ее частью, выполняет функции, которые несут пользу не только самому человеку, но и всей социальной группе в целом. В связи с этим тезисом, процессы социальной и культурной адаптации следует рассматривать и как активно развивающиеся, потому что они формируются параллельно изменениям внутренних установок личности. Человек не только адаптируется, но и сам оказывает прямое активное влияние на себя, свою жизнь, свои будущие перспективы.

Заключение.

В итоге, 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.