

Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа¹

Богомолов А. М.*,

кандидат психологических наук, ассистент кафедры общей психологии и психологии развития социально-психологического факультета Кемеровского государственного университета

В статье проводится анализ понятия «адаптационный потенциал личности», предлагается рабочее определение личностного адаптационного потенциала как системного свойства; анализируются подходы к его исследованию, обсуждается содержание данного феномена, его структура и динамика. В завершение статьи определяются задачи и перспективы дальнейших исследований.

Ключевые слова: адаптационный потенциал личности, адаптивность, психическая адаптация, адаптационные ресурсы и способности.

Анализ публикаций, посвященных адаптационному потенциалу личности, показывает растущую частоту применения этого термина при формулировании психологического диагноза, констатации адаптационных возможностей личности. Вместе с тем, заметна неоднородность исследований, в которых производится операционализация, определение его содержания. Под адаптационным потенциалом обычно понимается совокупность качественно своеобразных индивидуально-психологических свойств, набор которых неодинаков в различных исследованиях. Заключение о состоянии личностного адаптационного потенциала производится в результате анализа уровней характеристик этих свойств, объединенных в группу, вызывает сложности сопоставле-

ния исследований и выделение общих свойств, факторов и закономерностей формирования адаптационного потенциала. Наблюдается противоречие между объяснительной ценностью данного понятия и неоднозначностью его определения.

На сегодняшний день распространение понятия «адаптационный потенциал личности» в практике психологической помощи обусловлено задачами оценки приспособительных возможностей индивида, дифференциации устойчивых нарушений адаптации и преходящих дезадаптивных состояний. Корректные представления о природе нарушений адаптации, границах и свойствах адаптационного потенциала определяются исследователями в качестве важных предпосылок эффективности кор-

¹ Автор благодарен доценту А. Г. Портновой, а также М. Г. Ивановой, С. А. Кашинцеву и К. А. Хохловой за помощь, оказанную в период работы над статьей, их ценные советы и замечания.

* meabam@inbox.ru

реакционно-реабилитационных мероприятий. Помимо этого, на наш взгляд, адаптационный потенциал может служить основной вероятностного прогноза развития адаптационного процесса и динамики адаптационного статуса личности.

В качестве примера приведем несколько подходов к пониманию личностного адаптационного потенциала в работах отечественных авторов.

Адаптационный потенциал личности определяется Н. Л. Коноваловой как интегрирующая характеристика психического здоровья. Психическая адаптивность оценивается при этом в качестве интегрального свойства личности как целостной системы и рассматривается как совокупность внутренних факторов, определяющих эффективность адаптационных изменений. Адаптивность, по мнению автора, в целом характеризующая способность личности противостоять срывам психической адаптации, зависит от многих конституциональных, врожденных и приобретенных факторов, определяющих структуру личности, находится в тесной взаимосвязи с периодизацией развития личности. Психическая адаптивность здесь определяется рядом составляющих – общий уровень психического развития, личностные особенности и система отношений, характер и содержание психологических проблем, позиция личности по отношению к ним [2].

Понятие «адаптационный потенциал» рассматривается С. Ю. Добряком в качестве синонимичного понятию «адаптивность» и привлекается для обозначения свойства, выражающего возможности личности к психической адаптации [1].

В работах А. Г. Маклакова и В. А. Кулганова с соавторами также производится оценка индивидуально-психологических признаков, являющихся компонентами адаптационного потенциала, уровень развития которых, соответственно, определяет границы потенциала и вероятность успешной адаптации к широкому диапазону факторов внешней среды [3, 6]. Исследование внутренних факторов, обуславливающих эффективность психической адапта-

ции, в качестве которых выступают разновекторные характеристики личности, также представлены работами Ф. Б. Березина, А. А. Налчаджяна, А. А. Реана и др.

С. Т. Посохова предполагает, что в адаптационном потенциале заложена латентность адаптационных способностей, своевременность и вектор реализации которых зависит от активности личности. По ее мнению, адаптационный потенциал целесообразно представлять как интегральное образование, объединяющее в сложную систему социально-психологические, психические, биологические свойства и качества, актуализируемые личностью для создания и реализации новых программ поведения в измененных условиях жизнедеятельности. Личностный адаптационный потенциал включает биопластический, биографический, психический и личностно-регуляторный компоненты [7].

Проведенный анализ определений данного феномена позволяет выделить некоторые его общие, основные черты и показать, что, как правило, личностный адаптационный потенциал:

а) рассматривается как интегральная переменная, характеризующая совокупность индивидуально-психологических признаков, обуславливающих эффективность психической адаптации;

б) имеет свойства сложной системы и, соответственно, системный анализ выступает основным подходом к его исследованию;

в) включает не только наличные проявления адаптационных способностей, но и латентные свойства, которые могут проявиться при изменении содержания, силы и направления воздействия адаптогенных факторов;

г) определяет границы адаптационных возможностей личности и устойчивости к воздействующим факторам, содержит предпосылки к некоторому диапазону ответных адаптационных реакций;

д) связан с возрастно-психологическими особенностями, при этом собственная активность личности выступает в качестве условия, регулирующего меру реализации потенциальных возможностей.

Таким образом, адаптационный потенциал принято рассматривать как системное свойство личности, обуславливающее границы ее адаптационных возможностей и характер протекания адаптации личности в ответ на воздействие тех или иных факторов и условий среды. Особенности индивидуального потенциала, опосредуя воздействие факторов адаптогенного контекста, определяют направление, содержание, интенсивность адаптационного ответа личности.

Мы рассматриваем адаптационный потенциал как способность личности к структурным и уровневым изменениям (под влиянием адаптогенных факторов) качеств и свойств, что повышает ее организованность и устойчивость. «Адаптационный потенциал» является интегральным понятием, включающим специфические ресурсы, представленные на различных уровнях организации личности (индивидуальном, субъектно-деятельностном). Важными составляющими адаптационного потенциала являются механизмы, способы использования и преобразования адаптационных ресурсов, их количественных и качественных составляющих (разворачивание, аккумуляция, восполнение и т. д.). Эти процессы служат связующими звеньями между возможностями и способностями личности и реальной их реализацией в целенаправленном адаптационном процессе.

На наш взгляд, адаптационный потенциал личности характеризует возможности личности к продуктивному прохождению адаптационного процесса, формированию прогрессивных адаптационных эффектов, расширению диапазона реагирования и приобретению новых адаптационных навыков. Приобретенные свойства, вероятно, могут иметь, в большей или меньшей мере, устойчивый характер и степень интеграции в структуре личности.

Подчеркнем, что потенциал адаптации не ограничивается наличием свойства «выдержать» адаптационную нагрузку, сохранив целостность и устойчивость личности. Соответствующие ее способности, адаптивность представляют собой хронологический срез этого потенциала, кото-

рый проявляется и реализуется в деятельности и системе отношений человека. Его характеристики, по всей видимости, не ограничиваются наличными актуальными возможностями и достижениями личности, но также включают латентные, формирующиеся и только проявляющиеся свойства. Адаптационный потенциал обеспечивает «готовность» личности к усложнению адаптационных задач, преобразованиям структуры и свойств адаптационного ответа для обеспечения гармоничных отношений со средой, оптимизации психофизиологической стоимости адаптационных перестроек и успешной реализации поставленных целей.

Необходимость операционализации понятия «адаптационный потенциал личности» обуславливает исследование его в контексте психической адаптации, в системе четко определенных внутренних и внешних, субъективных и объективных ее показателей.

Самым общим и распространенным подходом к классификации адаптационных ресурсов является разделение их на внутренние (личностные) и внешние (средовые) [4, 5]. Подходы к типологии личностных адаптационных ресурсов также могут основываться на отнесении их к осознаваемым или неосознаваемым сторонам регуляции, к психофизиологическому, психологическому или психосоциальному уровням.

Исходя из предложенного выше рабочего определения адаптационного потенциала личности, определение его компонентов предполагает выделение индивидуально-психологических свойств, способствующих прогрессивному, продуктивному протеканию процесса адаптации.

Составляющими адаптационного потенциала возможно обозначить те разноуровневые свойства и качества (по сути, ресурсы) личности, которые объединены внутри- и межфункциональными связями в процессе организации адаптационного ответа определенными (возможным или наличным) условиями. Диапазон вариативности этих одно- и разноуровневых связей и

является характеристикой адаптационного потенциала личности. Другими словами, потенциал характеризует возможности системы по изменению режима своего функционирования, которые одновременно должно удовлетворять разнонаправленным стремлениям к стабилизации и развитию системы.

Свойство личности приобретает качество ресурса только в контексте адаптационного процесса. То есть обозначить свойство личности как ресурс – значит соотносить его с условиями протекания и задачами адаптационного процесса. В этом смысле все индивидуально-психологические характеристики личности в той или иной мере в различных условиях могут выступать в качестве ресурсных.

В узком смысле в качестве ресурсов можно обозначить свойства личности, которые связаны с особенностями предмета исследования (например, профессиональной, спортивной, учебной деятельности, экстремальными условиями деятельности и т. д.). В контексте настоящей работы в качестве ресурсов мы можем дифференцировать такие свойства личности, которые включены в реализацию и обуславливают эффективность психической адаптации, структурно-динамические свойства адаптационного ответа, поддержание психологического здоровья личности, ее целостности и устойчивости.

Дифференциация потенциала адаптации и потенциала развития, по нашему мнению, основывается на степени и хронологической протяженности структурных и уровневых преобразований свойств, качеств, функций личности. При этом анализ различий данных феноменов целесообразно проводить как в стабильные, так и в критические периоды онтогенеза.

К ресурсам адаптации мы можем отнести свойства и качества, обуславливающие структуру, динамические свойства (длительность, интенсивность, темп) адаптационного ответа на возникшее расхождение в системе личность-среда, преобразование адаптационных навыков и расширение адаптивности.

Потенциал же развития характеризуют:

- накопление адаптационных эффектов;
- формирование адаптационных новообразований;

- переход количества приобретенных навыков в качественные свойства;
- устойчивое закрепление и интеграция их в структуру личности.

Можно предположить, что адаптационные ресурсы, которыми располагает личность, находятся в определенном соотношении между собой. Это соотношение может быть представлено как индивидуальный «профиль» ресурсов, где одни из них доминируют и выполняют основную функцию в обеспечении протекания адаптационного процесса, другие составляют резерв реагирования, третьи находятся в латентном состоянии. Система внутренних связей, характер соотношения между качеством своеобразными ресурсами обуславливают структуру адаптационного потенциала. Эти связи, вероятно, обуславливаются целым комплексом факторов, включающим как особенности самих ресурсов и меру их «надежности», так и адаптационную цель, стоящую перед субъектом, самооценку собственного потенциала и пр.

Анализ структуры адаптационного потенциала личности, на наш взгляд, предполагает соотношение его компонентов с задачами, возникающими по мере реализации соответствующего ответа на различных этапах «разворачивания» собственно процесса адаптации во времени (мобилизации ресурсов, ориентировки в изменившихся условиях, антиципации возможных результатов и т. д.). Это позволяет представить структуру потенциала, обеспечивающую продуктивное протекание указанного процесса.

Теоретический анализ позволил нам выделить следующие компоненты личностного адаптационного потенциала: *энергетический, когнитивный, инструментальный, творческий, мотивационный и коммуникативный* (см. табл.). Приведенное в таблице схематическое отображение личностного адаптационного потенциала подлжет экспериментальной верификации и детальному описанию элементов.

Компоненты личностного адаптационного потенциала

Уровень	Компонент адаптационного потенциала
Индивидуальный	<i>Энергетический</i> (психофизиологические характеристики, обуславливающие энергетический и динамический диапазоны реагирования) Когнитивный (уровень развития познавательных процессов, когнитивная гибкость)
Субъектно-деятельностный	<i>Инструментальный</i> (способности, навыки и умения) <i>Творческий</i> (творческие способности, способность к творческому разрешению возникающих адаптационных задач)
Личностный	<i>Мотивационный</i> (иерархия мотивационной сферы, любознательность, интересы и склонности, напряженность мотивации) <i>Коммуникативный</i> (коммуникативные особенности личности, система отношений)

В качестве ресурсов личности, прежде всего, выступают **индивидуальные свойства**. Они являются базисом, определяющим энергетические и динамические границы активности, в которых личность способна успешно реализовать и в последующем восполнять затраты ресурсов, качественно преобразовывать их и развиваться. Мы склонны рассматривать психофизиологические характеристики как важнейшие составляющие адаптационного потенциала.

Субъектно-деятельностный уровень содержит как ресурсы человека, так и способы, механизмы их реализации. Прежде всего, ресурсы этого уровня представлены способностями и навыками, характеризующими адаптационное поведение личности (сформированные адаптационные схемы и программы).

Личностный уровень, вероятно, выступает самым богатым по составу, качеству и разнообразию ресурсов. К ним можно отнести особенности мотивационно-потребностной сферы, обуславливающей вектор и напряженность активности личности, механизмы, посредством которых происходят процессы целеполагания и выбора средств для достижения поставленных целей. Говоря об адаптационном потенциале

как о форме интеграции ресурсов, мы хотим подчеркнуть, что именно на личностном уровне представлены способы и механизмы управления ресурсами в соответствии с намерениями, целями и реализуемыми ценностями личности. Механизмы совладания, психологической защиты, эмоционального отреагирования можно отнести к способам регуляции адаптационных ресурсов и одновременно к способу их организации в структуре адаптационного ответа.

На уровне индивидуальности адаптационный потенциал формируется как целостная характеристика и приобретает уникальное и неповторимое своеобразие, определяющееся индивидуальной структурой ресурсов, направлением и способами их реализации.

В группе свойств, присущих адаптационным ресурсам личности, помимо структурных особенностей, целесообразно выделять динамические свойства, которые характеризуют изменчивость и активность функций и структуры ресурсов во времени и включают интенсивность использования, склонность к консервации, устойчивость и др. Переплетение динамических и структурных свойств, на наш взгляд, наблюдается в

процессах возобновляемости, взаимообогащения и компенсации ресурсов, т. е. гибкости их использования в пределах некоторых границ индивидуального потенциала.

Нам представляется, что динамические свойства ресурсов и в целом потенциала являются наиболее значимыми. Наблюдения показывают, что успешность адаптации и процесса развития определяется не абсолютной величиной потенциала, а относительной: способами, механизмами формирования ресурсов, их интенсификации, индивидуальным стилем расходования и возобновления, широкими возможностями компенсации недостающих или нарушенных ресурсов. Таким образом, даже при низких адаптационных ресурсах в отдельности характер объединения их в потенциал, при определенных внутренних и внешних условиях, может привести к высокой эффективности адаптации и развития личности.

Помимо определения наличного ресурсного обеспечения интересным является исследование динамики реализации потенциала в онтогенезе, особенно в условиях снижения и компенсации ресурсов. На наш взгляд, ресурсы адаптации и развития являются динамическими феноменами, состояние которых подчиняется колебательным, циклическим закономерностям, выражающимся в чередовании фаз расходования и восполнения. Кроме того, роли и соотношение ведущих и латентных компонентов потенциала преобразуются в онтогенезе, что отражает процессы структурообразования, иерархизации элементов потенциала и качественного преобразования свойств. В связи с тем что адаптационный потенциал является комплексной характеристикой системы, возможно, кривая динамики имеет сложный характер и является результирующей суммирования ряда колебательных гармоник.

Наряду с выделением и исследованием отдельных составляющих адаптационного

потенциала, влияющих на течение и результаты адаптационного процесса, актуальной задачей является разработка структурно-динамической модели адаптационного потенциала личности, представляющей его структуру, систему внутренних и внешних связей и позволяющую анализировать его изменчивость. Непрерывное развитие адаптационного потенциала в онтогенезе обуславливается процессами интеграции и дифференциации его компонентов и развитием системы его внутренних и внешних связей.

Можно предположить, что свойства адаптационного потенциала личности следует искать не только в совокупности составляющих его психологических свойств и формировании качественно новых свойств, не сводимых к сумме составляющих элементов, а также в закономерностях сочетания признаков с различными диапазонами оптимального функционирования, оказывающих влияние на согласованность, устойчивость и другие характеристики потенциала как системы. Вероятнее всего, формирование адаптационного потенциала, обеспечивающего координацию и согласованность разноуровневых показателей, заключается в интеграции такой структуры адаптационных ресурсов, которая обеспечит наиболее эффективное протекание адаптационного процесса и достижение адаптационных задач, а также внутренних условий, позволяющих осуществить становление этой структуры.

Анализ структуры адаптационного потенциала, иерархии его элементов, качественного своеобразия его внутренних и внешних связей, возможно, является ключом к корректному и надежному прогнозированию адаптационного процесса, повышению эффективности программ его психологического сопровождения и формирования адаптационных эффектов, оказанию индивидуализированной психологической помощи.

Литература

1. Добряк С. Ю. Динамика психологической адаптации курсантов на первом и втором году обучения в военном вузе: Автореф. дис... канд. психол. наук. СПб., 2004.
2. Коновалова Н. Л. Предупреждение нарушений в развитии личности при психологическом сопровождении школьников. СПб., 2000.
3. Кулганов В. А., Шенберг Л. С., Короткова И. А. Исследование адаптационного потенциала личности у подростков и молодежи // Материалы научно-практической конференции «Ананьевские чтения-2005» / Под ред. Л. А. Цветковой, Л. М. Шипицной. СПб., 2005.

4. Куликов Л. В. Психогигиена личности: Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. СПб., 2004.
5. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс. Л., 1970.
6. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. Т. 22. 2001. №1.
7. Посохова С. Т. Психология адаптирующейся личности: монография. СПб., 2001.

Individual Adaptive Potential in the Context of System Analysis

A. M. Bogomolov,

Ph.D. in Psychology, assistant at the Chair of General and Developmental Psychology, Faculty of Social Psychology, Kemerovo State University

The author analyses the concept of 'individual adaptive potential' regarding it as a system characteristic and reviews different approaches to exploring it. The paper also discusses the substance of the concept as well as its structure and dynamics and outlines the tasks and perspectives for further exploration of the concept.

Keywords: individual adaptive potential, adaptiveness, psychological adaptation, resources and capacity for adaptation.

References

1. Dobryak S. Yu. Dinamika psihologicheskoi adaptatsii kursantov na pervom i vtorom godu obucheniya v voennom vuze: Avtoref. dis... kand. psihol. nauk. SPb., 2004.
2. Konovalova N. L. Preduprezhdenie narushenii v razvitii lichnosti pri psihologicheskom soprovozhdenii shkol'nikov. SPb., 2000.
3. Kulganov V. A., Shenberg L. S., Korotkova I. A. Issledovanie adaptatsionnogo potentsiala lichnosti u podrostkov i molodezhi // Anan'evskie chteniya-2005: Materialy nauchno-prakticheskoi konferentsii "Anan'evskie chteniya-2005" /

- Pod red. L. A. Cvetkovoi, L.M. Shipicynoi. SPb., 2005.
4. Kulikov L. V. Psihogigiena lichnosti: Voprosy psihologicheskoi ustoichivosti i psihoprofilaktiki. SPb., 2004.
5. Lazarus R. Teoriya stressa i psihofiziologicheskie issledovaniya // Emocional'nyi stress. L., 1970.
6. Maklakov A. G. Lichnostnyi adaptatsionnyi potentsial: ego mobilizatsiya i prognozirovanie v ekstremal'nykh usloviyakh // Psihologicheskii zhurnal. 2001. T. 22. №1.
7. Posohova S. T. Psihologiya adaptiruyusheysya lichnosti: monografiya. SPb., 2001.