

УДК 159.922

ВОЗРАСТНАЯ ИЗМЕНЧИВОСТЬ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ЛИЧНОСТИ

А. М. Богомолов

AGE VARIABILITY OF THE PERSONAL ADAPTIVE POTENTIAL

A. M. Bogomolov

В статье поднимаются вопросы функциональной и структурной изменчивости личностного адаптационного потенциала в процессе онтогенеза, рассматриваются закономерности возрастной эволюции адаптационного потенциала как комплексной характеристики адаптационных способностей личности. Автор затрагивает проблемы надежности потенциала адаптации и факторов, обуславливающих его формирование в онтогенезе. В заключение определяются задачи и перспективы дальнейших теоретических исследований рассматриваемого феномена.

The questions of functional and structural variability of the personal adaptive potential in the ontogenesis are raised in the paper, laws of an age evolution of the adaptive potential as a complex characteristic of personal adaptive abilities are also considered. The author mentions problems of reliability of adaptive potential and factors which cause its formation in ontogenesis. In conclusion the author defines tasks and prospect of further theoretical researches of considered phenomenon.

Ключевые слова: адаптационный потенциал личности, развитие, психическая адаптация, онтогенез.

Keywords: personal adaptive potential, development, mental adaptation, ontogenesis.

Исследование возрастной эволюции регуляционно-приспособительных свойств психики и анализ сложной картины онтогенетических изменений структуры и функций адаптационного потенциала на всех уровнях организации личности являются актуальными задачами психологии развития. Адаптационный потенциал (адаптоспособность по В. И. Медведеву) выступает неспецифической, т. е. мало зависящей от действующего фактора, характеристикой способностей личности осуществлять адаптационные перестройки. Реализация потенциала адаптации осуществляется в общем контексте взаимодействия личности и среды.

Личностный адаптационный потенциал характеризует устойчивость личности к воздействию внешних факторов, «готовность» к разрешению и усложнению адаптационных задач, способность к образованию прогрессивных адаптационных эффектов и новообразований. Таким образом, потенциал адаптации не ограничивается лишь способностью «выдержать» адаптационную нагрузку, сохранив целостность и устойчивость личности.

Концепция адаптационного потенциала личности сформирована в рамках общей теории адаптации, основывается на работах Ф. Б. Березина, Л. Г. Дикой, В. И. Медведева, Д. В. Колесова, А. А. Налчаджяна, А. А. Реана и других авторов, рассматривавших проблемы регуляционно-приспособительной активности личности, факторы, закономерности и механизмы психической адаптации. Исследования собственно адаптационного потенциала, как системного образования, представлены работами Н. Л. Коноваловой, А. Г. Маклакова, С. Т. Посоховой и др. Отметим, что на сегодняшний день сложно выделить устоявшиеся и общепринятые взгляды на функции и структуру адаптационного потенциала.

Адаптационный потенциал, как упорядоченная система связанных внутренними закономерностями

свойств и качеств личности, обуславливающих и регулирующих процессы психологической адаптации, имеет полифункциональный характер. Возрастная изменчивость функциональной стороны адаптационного потенциала связана с неравномерной динамикой формирования психологических функций и систем, наиболее выраженной в детском возрасте. Онтогенез адаптационного потенциала личности имеет системный характер и выражается, в частности, в преобразовании взаимосвязей между различными уровнями регуляции (индивидуальным, личностным, субъектно-деятельностным), которое обеспечивается процессами интеграции и дифференциации функциональных систем и внутренних адаптационных факторов.

Процессы психической адаптации имеют неоднозначное влияние на развитие личности. Позитивный аспект адаптационных преобразований заключается в формировании прогрессивных адаптационных следов и новообразований, обнаруживается в формулировании новых «задач» для целенаправленного развития отдельных сторон личности. Отрицательное влияние связано с дезадаптивными функциональными или структурными нарушениями, а также с приобретением личностью свойств, ограничивающих, искажающих, нарушающих процессы развития. При этом дезадаптивные состояния могут являться следствием как уровня адаптогенных требований, превышающего предельные адаптационные возможности, так и слабостью имеющихся адаптационных механизмов (например на ранних этапах онтогенеза).

В. И. Медведев предполагает, что программы, сформировавшиеся в раннем постнатальном периоде, характеризуются прочностью, которая определяется тем, что постоянное пребывание в адаптационных условиях освобождает человека от мучительного процесса ломки и переделки программ. Необходимость частых «переадаптаций» хотя и тренирует

адаптационные возможности организма, повышает его адаптоспособность, отрицательно сказывается на длительности стабильной адаптации. Автор приводит данные, свидетельствующие о прямой связи между прочностью существующей структуры гомеостатического регулирования и сложностью развития адаптационного процесса [9].

На ранних этапах онтогенеза границы и вариативность адаптационных возможностей обусловлены индивидуальными свойствами ребенка [12], при этом предъявление адаптационных задач регулируется и регламентируется микросоциальным окружением. Психологические новообразования микропериодов детства включаются в репертуар адаптационных средств, обеспечивающих психологическое благополучие ребенка и формирование системы его социальных отношений.

Внутренние факторы, определяющие эффективность адаптационных изменений, связаны со степенью зрелости личности (Н. Л. Коновалова; А. М. Богомоллов, А. Г. Портнова). Развитие функциональной системы адаптации ребенка происходит системно и гетерохронно, что создает предпосылки для приспособления к тем или иным факторам среды на разных этапах онтогенеза [6]. Эволюция потенциала в детский период онтогенеза характеризуется изменчивостью «геометрии», силы корреляционных связей между адаптационными переменными и удельного веса последних в определении характера адаптационного ответа. Психофизиологическое созревание ребенка и расширение границ функциональных резервов обуславливают повышение порога чувствительности к воздействию адаптогенных факторов и возрастание временных и энергетических возможностей адаптационных реакций.

Адаптационные процессы совершенствуются по мере онтогенетического развития [11]. Как отмечает Л. И. Божович, «психические особенности и качества возникают путем приспособления ребенка к требованиям окружающей среды. Но, возникнув таким образом, они затем приобретают самостоятельное значение и в порядке обратного влияния начинают определять последующее развитие» [4]. По мере формирования сознательной регуляции поведения осознанные цели все в большей мере начинают контролировать и направлять аккомодационную и ассимиляционную активность субъекта [10].

В течение детского и подросткового периодов онтогенеза происходит преобразование иерархии значимых адаптогенных факторов, индивидуализация механизмов регуляции психической адаптации, развитие стилевых черт и дифференциация векторов адаптационной активности. Формирование поведенческих и собственно психологических механизмов регуляции обуславливает усложнение структуры адаптационного ответа и расширение адаптогенного контекста.

В регулирование психофизиологической адаптации включены механизмы, претерпевающие существенные изменения в процессе развития и окончательно формирующиеся к моменту завершения полового созревания [2, с. 195]. Психофизиологиче-

ские особенности ребенка обуславливают специфичность процессов как срочной, так и долговременной адаптации. В раннем возрасте адаптационный процесс отличаются две важнейшие особенности: недостаточность ресурсов у развивающегося субъекта адаптации и генерализация адаптационного ответа на воздействующий стимул.

Недостаточность адаптационных ресурсов у детей связана с особенностями структуры функционального диапазона. Воздействие, требующее адаптационных реакций организма, приводит к активации функциональных систем до уровня резервных возможностей. Нижняя граница зоны резервных возможностей является тем пороговым значением, после преодоления которого и начинается собственно адаптация. У детей зона резервных возможностей имеет гораздо меньший диапазон, соответственно, имеющихся ресурсов чаще не хватает для решения возникающих адаптационных задач [2, с. 196]. Риск развития дезадаптивных состояний возрастает у детей уже в условиях действия «умеренных» функциональных нагрузок.

Говоря о возрастной эволюции регуляционно-приспособительных возможностей у детей, М. М. Безруких, В. Д. Сонькин и Д. А. Фербер отмечают, что на ранних этапах онтогенеза практически любое новое воздействие на организм вызывает бурную, генерализованную, обобщенную реакцию, в реализацию которой вовлекается большое число физиологических систем. Генерализованность адаптационного ответа, по предположению авторов, вызвана несформированной способностью нервных центров качественно дифференцировать приходящие стимулы. В процессе взросления ребенка функциональные системы организма оптимизируют взаимосогласованность действий, совершенствуются механизмы регуляции.

В структуре адаптационного ответа ребенка специфические компоненты адаптации почти не проявляются, а неспецифические во многих случаях идентичны. Неспецифическая, генерализованная адаптационная реакция характеризуется неэкономичностью и вынуждает активироваться большое число систем, не способных содействовать решению стоящей перед развивающимся организмом адаптационной задачи. Вследствие того, что резервные возможности детского организма и без того невелики, такая стратегия адаптации неминуемо ведет к перенапряжению. По мере созревания нервных структур адаптационные реакции у детей дифференцируются и становятся значительно более избирательными по отношению к воздействующим стимулам. Адаптационный ответ делается все более локальным и специфическим, то есть строго направленным на устранение определенного действующего агента (фактора), на решение конкретной и узкой адаптационной задачи. Наиболее значимые изменения в стратегии физиологической адаптации ребенка происходят в возрасте 5 – 7 лет, начиная с этого возраста, организм становится способным осуществлять специфические и дифференцированные адаптационные реакции. В период полового созревания

адаптационные процессы, по мнению М. М. Безруких, В. Д. Сонькин и Д. А. Фербер, временно утрачивают свою эффективность и вновь становятся менее специфическими, а после 15 – 16 лет уровень адаптационных возможностей достигает практически, уровня, соответствующего возможностям взрослых людей.

Формирование адаптационных способностей личности соответствует выделенному Б. Г. Ананьевым двухфазному характеру психического развития. Оно включает общий, фронтальный прогресс функций в первой фазе и специализацию тех же функций применительно к определенным объектам, операциям деятельности и сферам жизни во второй [12]. Развитие адаптационного потенциала происходит в направлении от генерализованности адаптационных реакций на широкий круг адаптационных стимулов и задач к избирательности и повышению специфичности адаптационных реакций. Возрастание адаптационного потенциала личности сопровождается одновременным увеличением сензитивности к определенному роду воздействиям. Неспецифические адаптационные реакции связаны с общей активностью функциональной системы психической адаптации, реактивностью и устойчивостью личности. Специфические реакции характеризуются высокой изменчивостью и представляют диапазон вариативности адаптационных механизмов в условиях воздействия различных адаптогенных стимулов.

Динамика снижения компенсаторно-приспособительных возможностей личности к периоду поздней взрослости имеет гетерохронный, неравномерный характер и непосредственно связана с активностью и включенностью личности в социальные отношения. Рассматривая динамику изменения адаптационного регулирования в возрастном аспекте, замечает В. И. Медведев, можно прийти к выводу, что тезис об уменьшении адаптационных способностей не вполне корректный. Действительно, физиологические компоненты адаптации характеризуются сужением функционального диапазона, но оно в значительной мере компенсируется поведенческими компонентами, что позволяет достаточно долго осуществлять необходимую деятельность. Здесь основным системообразующим фактором является социальная деятельность человека [8].

Любой организм, замечает В. И. Медведев, в той или иной мере обладает резервами оптимизации и при слабости или отсутствии одних адаптационных механизмов достигает адаптационной цели другими путями, используя иные механизмы [9]. Особенно велики резервы индивидуальной стратегии адаптации, когда происходит адаптация к деятельности, где появляются адаптационные механизмы, связанные с волевыми активационными качествами человека. Умеренность, управляемость, предсказуемость адаптационных задач, что неоднократно подчеркивалось отечественными исследователями (Б. Г. Ананьев, В. И. Медведев, Е. Ф. Рыбалко), выступают факторами долголетия психических функций и систем.

Возрастные кризисы развития являются неотъемлемым компонентом анализа специфики возрастной эволюции любого психического феномена. Нормативные возрастные кризисы сопровождаются преимущественным использованием онтогенетически более ранних адаптационных механизмов, возрастание интенсивности эксплуатации которых может сопровождаться высокими адаптационными затратами. Обнаруживается зависимость: чем более эффективными оказывались адаптационные механизмы на предыдущих этапах онтогенеза, тем более сложным оказывается процесс включения новых механизмов, адекватных изменившимся социальным отношениям и психологическим особенностям ребенка (Л. В. Лебединский, О. С. Никольская и др.). Сформированные формы и механизмы адаптации, адекватные задачам предшествующих этапов онтогенеза, неспособны обеспечить эффективное снижение рассогласования в системе личность–среда в условиях интенсивного преобразования социальной ситуации развития.

Внутренние и внешние механизмы реализации и регуляции адаптационного потенциала личности претерпевают онтогенетические изменения наряду с его функциональной стороной и структурными особенностями. Предпочтение и индивидуальная predisположенность к алло- или интрапсихическим способам адаптации, а также реализуемые векторы адаптационных усилий, направленные на обеспечение согласованности и устойчивости личности или на достижение внешних адаптационных задач связаны с возрастными особенностями субъекта адаптации. Например, готовность к достижению адаптационных задач путем гипермобилизации адаптационных возможностей свойственна периодам взрослости, в то время как поздние периоды онтогенеза характеризуются превалированием значения внутреннего адаптационного статуса над разрешением возникающих задач социально-психологической адаптации.

Отдельные возрастные этапы характеризуются существенно отличными социальными ситуациями развития, которые в норме предъявляют ожидаемые адаптационные задачи и содержат социальные механизмы поддержания личности. «Зона ближайшего развития» адаптационных способностей личности формируется совокупностью упорядоченных по степени значимости и содержанию адаптационных задач.

Внутренняя регуляция потенциала как сложной системы осуществляется посредством изменения уровней характеристик адаптационных переменных (индивидуально-психологических свойств, включенных в структуру потенциала), функционально-компенсаторной подвижности (взаимозаменяемость и взаимодополняемость психологических свойств), структурной динамики, изменчивости механизмов реализации потенциала или прибегания к разнообразным формам ухода. Преобладание внутренних механизмов регуляции адаптационного потенциала является одним из показателей зрелости личности.

Теоретический анализ существующих исследований (П. К. Анохин, Ф. Б. Березин, В. П. Ковалев, В. И. Медведев, А. А. Реан и др.) позволяет условно выделить в развитии адаптационного потенциала несколько основных линий. Первая заключается в усложнении его внутренней структуры, обусловленном усложнением психического аппарата в процессе развития личности, включением высших психических функций и систем в программы гомеостатического регулирования и обеспечения психологического благополучия личности. В границах данного направления развития находится преобразование связей (внутри- и межфункциональных) функциональных систем адаптации, подвижность иерархии уровней протекания адаптации. Вторая линия связана с формированием субъекта адаптации и возрастанием личностной обусловленности всех звеньев адаптационного процесса. В процессе онтогенеза возрастает роль личностных факторов в определении субъективной значимости адаптационных задач, дифференциации значимых адаптогенных стимулов. Третья линия выражается в индивидуализации социального развития субъекта адаптации – динамике социальных ролей, преобразовании статуса, построении индивидуальной «архитектуры» социальных связей и т. д. В процессе онтогенеза претерпевает изменения структура социальных ожиданий, регламентирующих формы и способы адаптационного ответа личности, и формы поддержки микро-социальным окружением.

Все эти линии представляют различные аспекты единого процесса эволюции индивидуальных приспособительных возможностей, обобщенно выражающихся в истории преобразования адаптационного потенциала личности в контексте процессов онтогенеза и индивидуального жизненного пути.

Обоснованно предположить, что системообразующие факторы адаптационного потенциала личности соответствуют стержневым факторам структуры возраста, понимаемой Л. С. Выготским как внутреннее строение процесса развития в каждой возрастной эпохе [5, с. 902]. Данное предположение относится к стабильным возрастным периодам, в то время как в критические периоды наблюдается «отставание», отражающееся в преимущественном использовании в структуре адаптационного ответа устойчивых образований предыдущих периодов. Согласно Е. Ф. Рыбалко, обнаруживается закономерная последовательность формирования различных функций; интенсивный рост одной функции осуществляется за счет замедления развития другой, долговечность отдельных функциональных систем зависит от их роли в жизнедеятельности организма.

Структурный анализ адаптационного потенциала предполагает дифференциацию функций быстрого и медленного реагирования (имеющих различную продолжительность периодов колебания), обеспечивающих реакции краткосрочной и долговременной адаптации. Включение различных функций в структуру потенциала приводит к тому, что в систему адаптационных приспособлений могут вовлекаться структуры и процессы, обладающие разными ре-

зервными возможностями, длительное напряжение нестабильных функций может приводить к срывам адаптации [9].

Соответственно, важной задачей является понимание механизмов поддержания надежности сложной многоуровневой функциональной системы психической адаптации в онтогенезе. Понятие надежности физиологических систем А. А. Маркосян предлагает положить в основу теории онтогенеза и возрастной периодизации. Надежность развивается и усложняется в процессе онтогенеза и по-разному проявляется на отдельных этапах развития [7, с. 224]. Под надежностью физиологической системы А. А. Маркосян понимает такой уровень регулирования и такое соотношение элементов самого процесса, когда обеспечивается его оптимальный ход с резервными возможностями, с взаимозаменяемостью звеньев, с быстрым возвратом к исходному состоянию, с достаточной лабильностью или пластичностью, гарантирующей быстрое приспособление и перестройку. Надежность, стабильность (имеющая колебательный характер и обеспечиваемая постоянными динамическими преобразованиями) является принципом организации адаптационного потенциала личности в различных возрастах.

А. А. Маркосян приводит к выводу, что надежность системы максимально повышается именно в том звене, которое на данном этапе развития является наиболее важным. Это не значит, что другие звенья системы или другие системы не развиваются. Речь идет о том, что в различных возрастах то или иное звено приобретает важное значение и именно в этот период возникают оптимальные условия для развития и прочного закрепления именно этой функции.

Принципы надежности биологической системы, сформулированные А. А. Маркосяном, включают следующие: принцип избыточности элементов управления и протекающего процесса; принцип дублирования, или взаимозаменяемости, элементов регулирования и процесса; принцип совершенного и быстрого возврата к состоянию относительного постоянства и принцип динамичности взаимодействия звеньев самой системы [7, с. 234].

Дифференциацию нормы потенциала адаптации, определение некоторого спектра оптимальных адаптационных реакций принято производить на основе критериев гармоничности структуры личности, сохранения психологического здоровья, развития и формирования качественных новообразований в процессе адаптации. Границы адаптационного потенциала очерчены возможностями личности по организации целесообразных адаптационных реакций, адекватных интенсивности и значимости воздействующих стимулов, с одной стороны, и имеющимся ресурсам – с другой [3].

Продуктивность адаптационных процессов, с точки зрения формирования устойчивых адаптационных эффектов, «следов», новообразований, их гармоничность, взвешенность, «сонаправленность» структурных и уровневых изменений являются основными характеристиками личностного адаптаци-

онного потенциала. Согласованность или диссонанс индивидуальных целей и ценностей с ценностями среды, стремление к равновесию или неравновесию, реализации собственных целей определяют как степень реализации потенциала, прогрессивный или регрессивный характер его структурной и уровневой динамики, так и «стоимость» достижения поставленных целей [1, с. 28]. Описание состояния, тенденций уровневой и структурной изменчивости адаптационного потенциала как сложной системы, определение типа структурной динамики (дифференциация и интеграция, центробежные или центростремительные тенденции и т. д.) позволяет выделить ключевые стороны потенциала и прогнозировать его развитие в будущем.

Структурно-функциональная модель адаптационного потенциала, на наш взгляд, является наиболее адекватным средством для анализа возрастной эволюции регуляционно-приспособительных свойств психики. Названная модель основывается на выделении компонентов, обеспечивающих выполнение специфических функций в процессе психической адаптации и представляющих отдельные звенья адаптационного цикла, универсальные для всех возрастов (например, имеющих отношение к когнитивному, ориентировочному анализу, энергетическому обеспечению, микросоциальному взаимодействию, компенсаторным и охранительным задачам). Психологические свойства и системы, обеспечивающие реализацию выделенных функций, являются специфичными для каждого возрастного периода и позволяют проследивать изменения адаптационного потенциала в процессе онтогенеза.

Литература

1. Аверин, В. А. Цели развития [Текст] / В. А. Аверин // Психология человека от рождения до смерти / под ред. А. А. Реана. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. – С. 27 – 30.
2. Безруких, М. М. Возрастная физиология (Физиология развития ребенка): учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст] / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер. – М.: Академия, 2002. – 416 с.
3. Богомолов, А. М. Механизмы регуляции и закономерности реализации адаптационного потенциала личности [Текст] / А. М. Богомолов // Теоретические и прикладные аспекты психологии развития: проблемы, решения, перспективы: сборник научных трудов / под ред. И. С. Морозовой, ГОУ ВПО «Кемеровский государственный университет». – Кемерово: Кузбассвуиздат, 2007. – С. 300 – 304.
4. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
5. Выготский, Л. С. Психология [Текст] / Л. С. Выготский. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
6. Колесов, Д. В. Проблема адаптации в возрастной физиологии [Текст] / Д. В. Колесов // Адаптация организма подростков к учебной нагрузке / под ред. Д. В. Колесова. – М.: Педагогика, 1987. – 152 с.
7. Маркосян, А. А. Надежность физиологической системы и онтогенез [Текст] / А. А. Маркосян // Молекулярные и функциональные основы онтогенеза. – М.: Медицина, 1970. – С. 224 – 234.
8. Медведев, В. И. О проблеме адаптации [Текст] / В. И. Медведев // Компоненты адаптационного процесса. – Л.: Наука, 1984. – С. 3 – 16.
9. Медведев, В. И. Устойчивость физиологических и психологических функций человека при действии экстремальных факторов [Текст] / В. И. Медведев. – Л.: Наука, 1982. – 104 с.
10. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды [Текст] / Ж. Пиаже. – М., 1969. – 680 с.
11. Портнова, А. Г. Возрастная динамика индивидуальных и личностных характеристик учащихся в связи со школьной адаптацией [Текст] / А. Г. Портнова: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. – СПб., 2001. – 191 с.
12. Рыбалко, Е. Ф. Возрастная и дифференциальная психология [Текст] / Е. Ф. Рыбалко. – СПб.: Питер, 2001. – 224 с.