

CARACTERISTICI ALE CONCEPTULUI DE ADAPTARE ÎN CONTEXTUL SOCIAL ȘI PSIHOLOGIC

Oxana PALADI, *dr., conf. univ.*,
Institutul de Științe ale Educației

Abstract. *In this article are presented various visions regarding the adaptation concept characteristics in the social and psychological context.*

În literatura de specialitate, conceptul de adaptare este abordat din varia perspective. De altfel, importanța teoretică și practică a acestuia a atras frecvent atenția specialiștilor din filosofie, sociologie, psihologie, pedagogie, fiziologie, biologie etc. În acest articol vom prezenta caracteristicile conceptului de adaptare doar prin prisma contextului social și psihologic.

În Marele Dicționar al psihologiei noțiunea de adaptare este definită drept ansamblu al modificărilor conduitelor care vizează asigurarea echilibrului relațiilor între organism și mediile lui de viață și, în același timp, al mecanismelor și proceselor care susțin acest fenomen [15].

Într-un alt *Dicționar de psihologie*, conceptul de adaptare vizează reacția, conduita, ce pune organismul și activitatea psihică ce îl caracterizează social în repliere suplă la condițiile variabile și numeroase ale mediului în care acesta trăiește, capacitatea psihicului de a se modifica în raport cu schimbările intervenite în condițiile sale de viață, devenind apt de a îndeplini funcțiile și obiectivele sale [21].

Adaptarea se manifestă la toate nivelurile structural-funcționale din a căror dinamică se constituie condiția umană, ca „*proces dinamic de schimbare, dezvoltat în mod voluntar sau involuntar, în scopul replasării organismului într-o poziție mai avantajoasă față de mediul înconjurător și presupunând capacitatea de a învăța. Comportamentul este medierea cea mai des folosită pentru plasarea organismului într-o situație mai puțin amenințătoare, pentru satisfacerea trebuințelor sale, pentru asigurarea atât a propriei supraviețuiri, cât și a speciei sale. Un obstacol obligă la o mobilizarea organismului care încearcă prin comportament să-și mențină echilibrul anterior sau să ajusteze și să creeze un nou echilibru compatibil cu supraviețuirea sa. Căutarea acestui echilibru este o necesitate psihologică*” [6].

În Dicționarul de psihologie socială, adaptarea socială este definită ca fiind un „*produs al acumulării și condensării în timp a interacțiunii interpersonale, caracterizat printr-o serie de transformări și ajustări mutuale ale trăsăturilor de personalitate și conduitelor indivizilor participanți la interacțiune*” [3].

În *Enciclopedia de Filosofie și Științe Umane*, adaptarea este un proces de modificare prin care un individ sau un grup își adecvează, parțial sau total, propriul mod de a acționa în funcție de condițiile și exigențele mediului natural sau socio-cultural. Adaptarea omului la condițiile mediului este una dintre principalele

probleme științifice interdisciplinare. Adaptarea nu este altceva, decât procesul de acomodare a individului, a însușirilor personalității la condițiile schimbătoare ale vieții și activității omului. Procesul de adaptare este legat de formarea reacțiilor necesare, care ar asigura menținerea sănătății și capacității de muncă a omului, de transformarea activă a mediului extern pentru crearea condițiilor de viață, de muncă și de trai ce ar facilita acomodarea subiectului la situațiile noi [7].

În lucrările autorului C.G. Jung relația dintre subiect și obiect constă întotdeauna dintr-un *raport de adaptare*, aceasta presupunând acțiuni ale unuia asupra celuilalt, acțiuni ce duc la acele modificări reciproce ale subiectului și obiectului care constituie însăși adaptarea. Autorul susține că personalitatea dispune de patru funcții principale pentru a se adapta lumii și structurii sale interne: „*gândirea*”, „*sentimentul*”, „*senzația*” și „*intuiția*”. Predominarea unei funcții caracterizează tipul și determină acțiunea sa. Conform autorului, extravertiții se adaptează repede și bine în comparație cu introvertiții [12].

J. Piaget, în teoriile sale, menționează că adaptarea, rezultă din echilibrarea a două procese: *asimilarea* și *acomodarea*. Prin *asimilare* se înțeleg modificările pe care organismul le impune obiectelor lumii înconjurătoare, iar prin *acomodare*, fenomenul invers, constând în modificarea acțiunilor individului în raport cu lucrurile [19]. Procesele de adaptare sunt utilizate de fiecare dată când o situație comportă unul sau mai multe elemente noi, necunoscute sau care nu sunt, pur și simplu, familiare. Asimilarea și acomodarea sunt considerate de către Piaget activități esențiale pentru dezvoltarea individului, al cărui dinamism îl exprimă împreună [Apud 15].

A. Adler consideră că fiecare dintre noi dorește a fi mai presus față de celălalt, de a fi câștigător, altfel ne simțim inferiori. Deci, acest fenomen joacă un rol important în procesul de adaptare sociopsihologică a persoanei. Autorul afirmă că dezvoltarea personalității este condiționată de factorii socio-culturali, accentuând importanța influențelor educative în formarea Eului. Influențele sociale se concretizează în plan psiho-comportamental, în două aspecte: *adaptarea* – modificarea variabilelor personale în funcție de mediu; *modelarea* – modificarea variabilelor de mediu în funcție de configurația personală [1].

H.J. Grossman susține că o persoană este cu atât mai bine adaptată, cu cât are mai frecvente și mai profunde schimburi interpersonale echilibrate cu ceilalți din jur și diferiți factori ai ambianței sociale. În alți termeni, comportamentul adaptativ exprimă, din perspectiva psihologică, eficiența sau gradul în care individul atinge standardele independenței personale și responsabilității sociale cerute de grupul social căruia îi aparține [Apud 16].

În viziunea lui E. Erickson, procesul de adaptare este determinat de „alarmă” – reacții defensive ale individului la cerințele mediului ca echilibru armonios sau conflictual. Astfel, conflictul este unul dintre rezultatele posibile ale interacțiunii dintre individ și mediul înconjurător, în cazul în care reacția de protecție a individului și „concesiile” mediului social sunt insuficiente pentru a stabili afectarea echilibrului homeostatic. Aceasta accepțiune este, cu siguranță, una importantă pentru înțelegerea adaptării psihologice a personalității [34].

K. Horney diminuează importanța nevoilor înnăscute și pune accentual pe determinanți socioculturali în explicarea conceptului de adaptare. În viziunea psihologică a adaptării mecanismelor de apărare în societate, se poate recurge la una dintre strategiile conform cărora o persoană poate decide să se supună prin inferioritate „față de societate” sau prin încercarea de a transpune pe ceilalți slăbiciunile sale. Astfel de indivizi aleg valorile respective, dar nu o fac conștient. Aceste valori sunt necesare pentru sistemul lor de protecție internă [9].

J. Fleyvell definește adaptarea ca un proces și ca un rezultat al activității subiectului în cadrul mediului social [33].

H.J. Eysenck determină adaptarea ca o stare de armonie între individ și mediul natural sau social, ca proces prin care se realizează o stare armonioasă [8].

Autori precum, J. Mayer, P. Salovey, D. Goleman, D. Caruso, R. Bar-On sunt de părere că planul emoțional este implicat în adaptarea socială [Apud 16].

R.M. Klein afirmă că „*adaptarea socială este o formă de activitate socială care constă din stăpânirea ambianței. Ea urmărește realizarea unui echilibru între capacitățile, aspirațiile, obiectivele și dorințele individului cu cerințele și solicitările ambianței sociale și a mijloacelor oferite de ea pentru satisfacerea acestor aspirații*” [10].

T. Cavell, definește adaptarea socială ca măsura în care persoana este capabilă să atingă scopuri personale, incluzând acceptarea din partea egalilor și starea de bine emoțională adecvat nivelului său de dezvoltare. Autorul subsumează adaptarea socială conceptului supraordonat de competență socială, ce include și deprinderile necesare producerii răspunsurilor adecvate contextului social și performanța sau calitatea acestor răspunsuri [35].

P. Popescu-Neveanu definește termenul de adaptare ca „*ansamblul de procese și activități prin care se trece de la un echilibru mai puțin stabil între organism și mediu, la un echilibru mai stabil; funcționarea organismului prin înglobarea schimburilor dintre el și mediu. Dacă aceste schimburi favorizează funcționarea normală a organismului, acesta este considerat ca adaptat*”. Autorul relevă trei tipuri de adaptare: senzorială, psihologică și socială. Adaptarea psihologică – în sensul dat – este acceptată de J. Piaget. Adaptarea socială semnifică potrivirea unei persoane cu mediul, acordul dintre conduita personală și modelele de conduită caracteristice ambianței, echilibrul dintre asimilarea și acomodarea socială [20].

În viziunea autorilor A. Coașan, A. Vasilescu adaptarea este concepută ca una dintre „*proprietățile fundamentale ale organismului de a-și modifica adecvat funcțiile și structurile corespunzătoare schimbărilor cantitative și calitative ale mediului înconjurător*” [5].

C. Gorgos consideră că adaptarea este un „*proces activ, dinamic și creator, care necesită un permanent efort realizat prin procesele de integrare și reglare, care fac posibilă utilizarea optimă a rezervelor funcționale, precum și refacerea acestora în perioada în care solicitarea încetează*” [11].

I. Mânzat susține că „*adaptarea este un proces al învățării, care contribuie la construcția omului asigurându-i adolescentului dezvoltarea ca factor constructiv și dinamizator*”. Autori precum M. Epuran, I. Holdevici, F. Tonița consideră că

ultima dimensiune, a modalităților de reacție și adaptare, este rezultatul unui sistem rațional/științific de pregătire-învățare, care conduce la formarea deprinderilor psihice de autoreglare a diferitelor instanțe, procese sau funcții psihice, cum sunt atenția, gândirea pozitivă, controlul anxietății, imaginea de sine, auto-sugestia, încrederea în sine, relaxarea, orientarea spre un scop, combativitatea [Apud 17].

În accepția autorilor A. Baba și R. Ciurea, adaptarea facilitează: eliminarea sau modificarea condițiilor care creează probleme; perceperea controlului semnificației trăirilor într-o manieră prin care să se neutralizeze caracterul ei problematic; păstrarea consecințelor emoționale ale problemelor în limite controlabile [2].

C. Păunescu și I. Mușu consideră că „*procesul adaptării constituie o acțiune complexă care, pe baza anumitor funcții și strategii, generează o fuziune esențială între elementele sistemului personalității și elementele sistemului social, determinând o dinamică de dezvoltare și de proces simultan și reciproc*” [18].

Adaptarea este un proces greu de surprins, fiindcă vizează acordul individului cu mediul social. În acest context, adaptarea este concepută ca una din proprietățile principale ale organismului, care contribuie la modificarea adecvată a funcțiilor corespunzătoare schimbărilor ce intervin din mediul înconjurător [Apud 22].

Pornind de la tipurile de adaptare la schimbare identificate de Merton, Eckstein prezintă următoarele strategii pe care indivizii le pot folosi pentru a se adapta la schimbări drastice: conformitate ritualică; conformitate pragmatică, retragere și rezistența la autoritate. Aceste strategii duc, în cele din urmă, la crearea unor noi modele și teme culturale. Procesul de adaptare de la vechile reguli și idealuri la cele noi este un proces de durată, caracterizat de competiție între diferite ideologii pentru a fi acceptate de către public [23].

Sunt foarte importante lucrările autorilor ruși cu referire la conceptul de adaptare din prisma contextului social și psihologic.

T.B. Снегирева consideră că adaptarea social-psihologică este un proces activ de însușire de către personalitate a experienței sociale, posedarea de capacități comunicative și roluri sociale [33].

A.B. Петровски evidențiază că adaptarea social-psihologică reprezintă fenomenul includerii omului în mediul social, în activitatea de bază, integrarea lui în grup, în funcție de particularitățile sale individuale [30].

Д.В. Колесов introduce rafinament în această terminologie. În opinia lui, procesul de adaptare poate fi numit stare a organismului, ca urmare a implementării cu succes a acestui proces – adaptabilitate, iar diferențele în starea corpului, înainte și după procesul de adaptare – ca efect de adaptare [27].

A.H. Леонтьев și С.Я. Рубинштейн consideră procesul de adaptare sociopsihologică ca raport între cele două componente: persoana și mediul social, în care persoana acționează, pe de o parte, și ca actul interacțiunii multidimensionale, pe de altă parte. Рубинштейн a propus pentru prima dată formula „*reflecție–personalitate–rezultat*”, pentru a clarifica că personalitatea umană se manifestă

ca un „tot unitar” incluzând totalitatea structurilor interne pentru a interacționa cu mediul extern [28; 32].

T.H. Вершинина afirmă că în cazul în care mediul social este activ cu privire la subiectul respectiv, dispozitivul de adaptare predomină, iar în cazul în care interacțiunea domină subiectul natura adaptării are un caracter dinamic [26].

Ю.А. Александров analizează adaptarea psihologică ca urmare a activităților sistemice de autoguvernare holistică, activități ce țin de componente individuale în interacțiunea lor, dar și ca „asistență” care generează noua calitate integratoare a subsistemelor individuale [24].

Adaptarea socială descrie mecanismele prin care un individ se recunoaște apt de a aparține unui grup. Б.Ф. Березин definește adaptarea socială drept proces de asimilare de către personalitate a relațiilor sociale existente, a normelor, a etaloanelor, a tradițiilor existente în societatea în care trăiește și activează [25].

В.И. Медведев definește noțiunea de adaptare astfel: „*un răspuns sistemic intenționat al individului, oferindu-i posibilitatea de a realiza activități sociale și de viață sub influența unor factori, a căror intensitate și amploare duce la dezechilibrul homeostatic*” [29].

Adaptarea este folosită pentru a descrie rezultatul procesului de adaptare în genere și al celui de adaptare asociat cu o anumită „viziune”, de pregătire a individului pentru socializare [35].

A.A. Пеан subliniază angajamentul personal ca o condiție de adaptare eficientă: „*adevărată adaptare este întotdeauna un proces activ: dacă se schimbă în mod activ mediul social, se schimbă în mod activ și individul*” [31].

V.G. Krāsiko definește adaptarea psihosocială – rezultat al interacțiunii dintre individ și mediul social, care conduce la raportul optim între scopurile și valorile unui individ și grup [14]. Adaptarea reprezintă procesul de dobândire de către oameni a unui anumit statut psihosocial, de asimilare a unor funcții psihosociale pe roluri. Reflexia reprezintă un mecanism de comprehensiune reciprocă, adică conștientizarea de către individ a mijloacelor cu care a produs o anumită impresie asupra altor persoane.

În procesul de adaptare psihosocială, individul tinde să obțină o armonie, între condițiile de viață și activitatea internă/externă. Pe măsura realizării acestei armonii crește gradul de adaptabilitate al individului. În cazul unei adaptabilități totale se obține caracterul adecvat al activității psihice a individului la condițiile date ale mediului și ale activității sale în anumite situații sau altele.

Adaptarea psihosocială apare și ca un mijloc de protecție a individului, cu ajutorul căruia se relaxează și se elimină tensiunea psihică internă, neliniștea, stările destabilizatoare, care apar la individ în cazul interacțiunii cu alte persoane, cu societatea în ansamblu. Mecanismele de protecție ale psihicului acționează în acest caz ca mijloace de adaptare psihologică a individului. În ansamblu, când individul asimilează mecanismele de protecție psihologică, aceasta mărește potențialul său adaptativ, favorizează reușita adaptării psihosociale [14].

Evidențiem că există o multitudine de definiții referitoare la conceptul de adaptare. În contextul social și psihologic acestea sunt prezentate de unii autori

în mod diferit, iar de alții cu multe dimensiuni identice. De altfel, observăm că, sunt autori care vorbesc despre adaptarea social-psihologică ca un tot întreg, ceea ce denotă că caracteristicile acesteia sunt complexe și îmbină în sine necesitatea de a corespunde cerințelor societății ținând cont de propriile trebuințe, și orientări valorice.

Bibliografie:

1. Adler A. *Cunoașterea omului*. București: Iri, 1996.
2. Baba A., Ciurea R. *Stresul, adaptare și patologie*. București: Acad. Română, 1992.
3. Bogdan-Tucicov A. Chelcea S., Golu M. et al. *Dicționar de psihologie socială*. București: Editura Științifică și Enciclopedică, 1981.
4. Cavell T.A. *Social adjustment, social performance, and social skills: A tri-component model of social competence*. In: *Journal of Clinical Child Psychology*, 1990, No 19 (2), p. 111-122.
5. Coașan A., Vasilescu A. *Adaptarea școlară*. București: Editura Științifică și Enciclopedică, 1988.
6. Doron R., Parot F. *Dicționar de psihologie*. București: Humanitas, 2007.
7. *Enciclopedia de Filosofie și Științe Umane*. București: Editura Deagostini, ALL Educațional, 2007.
8. Erikson E.H. *Identity. Jouth and Crisis*. N. J., 1968.
9. Even R.B. *Introducere în teoriile personalității*. București: Editura Trei, 2012.
10. Eysenck H.J. *Personal preferences, aesthetic sensitivity and personality in trained and untrained subjects*. In: *Journal of Personality*, vol. 40, issue 4. London: Institute of Psychiatry, 1972, p. 544-557.
11. Gorgos M.C. *Dicționar enciclopedic de psihiatrie*. Vol. I-IV. București: Editura Medicală, 1992.
12. Jung C. *Puterea sufletului*. Antologie II. *Descrierea tipurilor psihologice*. București: Anima, 1994.
13. Klein R.M. *Dictionary of Sport Science*. Schorndorf: Edit. E. Beyer, Karl Hofmann Verlag, 1987.
14. Krâsiko V.G. *Psihologia socială*. Trad. V. Poleanu. București: Europress Group, 2007.
15. *Marele dicționar al psihologiei*. București: Editura Trei, 2006.
16. Mîslițchi V. *Adaptarea școlară: ghid metodic*. Chișinău: Pulsul Pieței, 2015.
17. Murariu D. *Impactul psihodinamicii neurocerebrale asupra adaptării sociale a adolescenților*. Teza de doctor în psihologie. Chișinău, 2015.
18. Păunescu C., Mușu I. *Psihopedagogie specială integrată. Handicapul mintal. Handicapul intelectual*. București: Editura Pro Humanitate, 1997.
19. Piaget J. *Psihologia inteligenței*. București: Editura Științifică, 1965.
20. Popescu-Neveanu P. *Personalitatea și cunoașterea ei*. București: Editura Militară, 1969.
21. Șchiopu U. *Dicționar de psihologie*. București: Editura Babel, 1997.
22. Țărnă E. *Adaptarea studentului la mediul universitar*. Teza de doctor în pedagogie. Chișinău: UST, 2013.
23. Voicu B., Voicu M. *Valori ale românilor: 1993-2006. O perspectivă sociologică*. Iași: Institutul European. 2007.
24. Александров Ю.А. *Пограничные психические расстройства*. Москва: Медцина, 1993.

25. Березин Ф.Б. *Психология и психофизиология адаптации человека*. Ленинград: Наука, 1988.
26. Вершинина Т.Н. *Взаимосвязь текучести и производственной адаптации рабочих*. Новосибирск: Наука, 1986.
27. Колесов Д.В. *Адаптация организма подростков к учебной нагрузке*. Москва: Педагогика, 1987.
28. Леонтьев А.Н. *Деятельность. Сознание. Личность*. Москва: Политиздат, 1975.
29. Медведев В.И. *О проблеме адаптации. Компоненты адаптационного процесса*. Ленинград: Наука, 1984.
30. Петровски А.В. *Личность. Деятельность. Коллектив*. Москва: Просвещение, 1982.
31. Реан А.А. *Психология изучения личности: Учебное пособие*. СПб.: Изд.-во Михайлова В.А., 1999.
32. Рубинштейн С.Я. *Психология умственно отсталого школьника*. Москва: Просвещение, 1986.
33. Снегирева Т.В. *Особенности межличностного воспитания восприятия в подростковом возрасте*. Москва, 1988.
34. Флейвелл Дж. *Генетическая психология Жана Пиаже*. Пер. с англ. Москва: Просвещение, 1967.
35. Фролова О.П., Юркова М.Г. *Психологический тренинг как средство адаптации студентов к обучению в вузе*. In: Вопросы профориентации, адаптации и профессиональной подготовки. Иркутск, 1994, с. 55-64.