

2.3. Проблемы психологической адаптации в медицинской реабилитации.

В современной научной литературе есть достаточно много определений общей и психической адаптации. В.И.Медведев (1984) определяет адаптацию как **«системную реакцию организма, обеспечивающую возможность всех видов социальной деятельности и жизнедеятельности»**. В.В.Виноградов (1989) рассматривает адаптацию как **«совокупность реакций живой системы, поддерживающих ее функциональную устойчивость при изменении условий окружающей среды»**. Баевский Р.М. (1975) отмечает, что процессы адаптации направлены на поддержание равновесия внутри организма и между организмом и средой. Они, по мнению автора, связаны как с самосохранением функционального уровня саморегулирующейся системы, так и с выбором функциональной стратегии достижения цели. Платонов К.К.(1986) даёт определение адаптации, как **«пластичного приспособления внутренних изменений к изменениям внешним»**.

Психическая адаптация - есть непрерывный процесс активного приспособления психики человека к условиям окружающей его физической и социальной среды, а также одновременно и результат этого процесса. Для описания результата адаптационного процесса используется термин **«адаптированность»**, включающий уровень фактического приспособления и уровень его социального статуса и самоощущения удовлетворенности или неудовлетворенности собой и своей жизнью (Столяренко Л.Д., 1997).

К.К.Платонов (1986) описывает три вида психической адаптации как взаимосвязанные и как составляющие компоненты - и адаптации, и дезадаптации. Первый из предлагаемых видов адаптации - это **физиологическая или психофизиологическая адаптация** как свойство организма перестраивать физиологические функции в соответствии с требованиями среды. Второй вид адаптации - это **собственно**

психологическая адаптация, нарушения которой связаны с психологическим стрессом. Третий из предлагаемых видов адаптации – это **психосоциальная адаптация** личности к общению с обществом, социумом.

В.М.Воробьев (1993) выделяет также такие признаки адаптации, как наличие потребности в разрешении конфликта, принципиальную неразрешимость конфликта привычными средствами и связанную с этим высокую степень психической напряженности. В данном случае адаптация рассматривается как **процесс психической регуляции в состоянии стресса**.

Ф.Б.Березин (1988) указывает на **взаимосвязь между психической деятельностью**, обуславливающей поведение, и **физиологическими механизмами**, обеспечивающими это поведение. Таким образом, психическая адаптация рассматривается как комплексный феномен, не сводящийся к только психологической (психической) адаптации. Непосредственно же «психическую адаптацию» Ц.П.Короленко (1978) определяет, как адаптацию на уровне психических функций, в их интегральной связи, как наиболее высокий уровень адаптации.

А.П.Коцюбинский и Н.С.Шейнина (1996) также выделяют **биологический, психологический и социальный уровень** психической адаптации, соответственно представлениям о трех уровнях психической регуляции - биологическом, индивидуально-личностном и личностно-средовом.

По мнению Ю.А.Александровского (1997), есть принципиальное отличие функциональной деятельности системы психической адаптации от всех других самоуправляемых систем. Это, прежде всего, механизмы сознательного саморегулирования, в основе которых лежит субъективная индивидуально-личностная оценка природных и социальных воздействий на человека.

Если психическая адаптация включает в себя, кроме познавательных, ещё и эмоционально-волевые, практические и мотивационные аспекты, то необходимо выделить так называемую **субъективную индивидуально-**

личностную оценку среды (Ушатиков А.И., Казак Б.Б.,1998). Те же авторы, говоря о психосоциальной адаптации, обращают внимание на зависимость ее от целей и ценностных ориентаций индивида, от принятия им социальной роли.

Г.К.Ушаков (1987), подчеркивая комплексность процессов психической адаптации, выделяет среди уровней психофизиологического реагирования на психотравмирующую ситуацию, помимо личностного также и внеличностные, крупносистемные уровни - **нейровегетативный, нейроэндокринный, характерологический.**

Психическая адаптация, согласно **модели адаптационной психодинамики S.Rado**, базируется на 3 иерархических системных уровнях интеграции: **гедоническом, эмоциональном и мыслительном.** Таким образом, **психическая адаптация человека представляется как результат деятельности целостной самоуправляемой системы, активность которой обеспечивается не просто совокупностью отдельных компонентов, а их взаимодействием, порождающим новые интегративные качества, не присущие изолированным системообразующим компонентам по отдельности** (Карвасарский Б.Д., 2000). Это представляет собой так называемый **«системный эффект».**

Г.А.Балл (1989) подчеркивает, что «по мере усложнения... систем тенденция к равновесию реализуется посредством развертывания и разрешения внутренних противоречий системы, неминуемы нарушения ее равновесия под влиянием внешних воздействий, а также в результате возникающих в ней самой, в процессе ее функционирования и развития, новых внутренних противоречий». Соответственно, «состояние равновесия временно, относительно, оно все время нарушается... процесс же уравнивания постоянен».

Симеонова Н.К. (1985) подчёркивает, что на процессы физиологической адаптации оказывают влияние также **конституционально-типологические особенности**, определяющие индивидуальную

реактивность организма, его адаптационные особенности, **своеобразие течения физиологических процессов, патологическое предрасположение.**