

Богомаз С.Л.

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск, Чапаева, 30.
Доцент, кандидат психологических наук.

Пашкович С.Ф.

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск, Чапаева, 30.
Аспирант кафедры прикладной психологии.
suhov69@mail.ru

Статья посвящена проблеме психолого-педагогического сопровождения процесса социализации человека с ограниченными возможностями, возникающими вследствие повреждения опорно-двигательного аппарата.

Ключевые слова: социализация, психологическая адаптация, копинг-стратегии, люди с ограниченными возможностями, повреждение опорно-двигательного аппарата.

The article is devoted to the problem of psychological and pedagogical support of process of socialization of the person with disabilities arising from damage to the locomotor apparatus.

Keywords: socialisation, psychological adaptation, coping strategies, people with disabilities, damage to the musculoskeletal system.

УДК 159.9.072.432

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
ПРОЦЕССА СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ
ОГРАНИЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ**

**PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF PROCESS
OF SOCIALIZATION OF PERSONALITY IN TERMS OF PHYSICAL DISABILITY**

Введение. Впервые термин «социализация» был введен в 1887 году Ф.Г. Гидденсом и изначально относился к развитию личности в детстве, подростковом периоде и юности. Однако в последние десятилетия интерес к изучению данного процесса распространился на период зрелости и даже пожилой возрастной период. Возникновение этой тенденции вполне закономерно, поскольку человеку приходится адаптироваться в социуме на протяжении всей жизни.

Проблемы адаптации становятся особенно актуальными, если человек в результате тяжелой травмы попадает в ситуацию ограничения физических возможностей и становится зависимым от социума, поскольку он теряет способность к самостоятельному передвижению и совершению элементарных действий по самообслуживанию. Невозможность выполнения личностью в таком положении набора общепринятых социальных ролей может способствовать переходу из состояния активного поиска способов реабилитации, социализации и путей самореализации в состояние пассивной приспособительной жизнедеятельности. Своевременная психологическая помощь может оказать положительное влияние на оптимизацию процессов адаптации и социализации.

В трудной жизненной ситуации активируются механизмы психологической адаптации, которые различаются степенью осознанности и эффективности, и в зависимости от того какие механизмы будут задействованы, будет во многом зависеть успешность процесса социализации личности в условиях осложненными травмой.

В отечественной психологии проблема трудных жизненных ситуаций разрабатывались многими авторами, опираясь на такие понятия, как переживание, копинг-

стратегии, стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями: это Ф.В. Бассин, Ф.Б. Березин, Ф.Е. Василюк, Л.И. Вассерман, С.В. Духновский, Ц.П. Короленко, С.К. Нартова-Бочавер, Л.А. Пергаменщик, Н.Н. Пуховский, М.М. Решетников, Н.В. Тарабрина, И.А. Фурманов, В.М. Ялтонский и др. За рубежом проблемами совладающего поведения занимались Дж. Амирхан, М. Арнольд, Р. Лазарус, Л. Мерфи, Л. Перлин, С. Фолькман, К. Шулер, и др. В настоящее время активно ведутся исследования по определению наиболее важных копинг-ресурсов личности и их роли в формировании успешного совладающего поведения. Все больше внимания уделяется изучению механизмов психологической адаптации личности во всех сферах жизнедеятельности, в том числе и в условиях, осложненных различными физическими дефектами, травмами и заболеваниями. Однако исследований, посвященных изучению особенностей адаптационных механизмов в условиях ограничения физических возможностей, возникающих вследствие травмы или заболевания опорно-двигательного аппарата, пока недостаточно. Практически не освещены вопросы поиска психологических прогностических критериев протекания процесса адаптации, где сложные взаимодействия личностных переменных, адаптационных ресурсов и отношения с ближайшим окружением человека с ограниченными возможностями могут иметь определяющее значение. В связи с этим актуальной становится проблема психолого-педагогического сопровождения психологической адаптации человека с ограниченными возможностями для его успешной социализации.

Цель статьи – продемонстрировать возможности программы психолого-педагогического сопровождения процесса социализации человека с ограниченными возможностями, способствующей осознанию личностью своих жизненных целей и средств их достижения, а также поиску и максимальному использованию внутренних ресурсов в жизни после тяжелой травмы или заболевания опорно-двигательного аппарата.

Материал и методы. Материалом послужил многолетний опыт работы авторов с людьми, имеющими ограничения в физической сфере вследствие травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата различной степени тяжести. Методологической основой исследования являются труды отечественных ученых, которые изучали проблемы психологии переживания (Ф.В. Бассин, Ф.Е. Василюк, Л.С. Выготский, С.В. Духновский, С.Л. Рубинштейн, Б.М. Теплов), зарубежных авторов, в работах которых рассматривается когнитивная теория стресса и копинга (А. Бандура, Р. Лазарус, Л. Мерфи, Г. Селье, С. Фолькман, и др.); работы по исследованию копинг-поведения (Д. Амирхан, Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, и др.); метод «обоснованной теории» предложенный социологами Б. Глезером и А. Строссом; интегративная эклектика путем триангуляции – разработанная В.А. Янчуком авторская модификация подхода методологической триангуляции, представляющая комбинирование продуктивных возможностей количественных и качественных методов исследования, предполагающая использование процедур альтернативных методологий, направленных на выявление динамического, экзистенциально-феноменального и неосознаваемого аспектов исследуемого явления [1]. Методы применялись в системе, причем выбор в каждом случае обосновывался возможностью метода выявлять причинно-следственные связи изучаемых явлений. Для обработки и интерпретация полученных результатов применялся количественный и качественный анализ данных.

Результаты и их обсуждение. Сущностью социализации в рамках субъект-субъектного подхода (Ч. Кули и Д.Г. Мид) является сочетание приспособления и обособления личности в условиях социума. При этом приспособление (социальная адапта-

ция) понимается как процесс и результат встречной активности субъекта и социальной среды, согласование притязаний личности, с её возможностями и с реалиями среды. Процесс обособления в данном случае трактуется как автономизация личности. Из этого следует, что в процессе социализации заложен внутренний, до конца не разрешимый конфликт между мерой адаптации личности к социуму и степенью её обособления. То есть, эффективная социализация предполагает определенный баланс адаптации и обособления. Соблюдение этого баланса в условиях физических ограничений, налагаемых тяжелой травмой, становится очень трудноразрешимой задачей. Психолого-педагогическое сопровождение данного процесса подразумевает ориентацию личности на использование конструктивных копинг-стратегий.

Одной из основных задач, решаемых при помощи копинг-стратегий, является возвращение человеку ощущения психологического комфорта и благополучия, утраченного в результате каких-либо неблагоприятных воздействий. Ощущения психологического комфорта и благополучия для человека напрямую связаны с его физическим самочувствием. При этом, если для людей с нормальным состоянием здоровья субъективное ощущение психологического комфорта в данном контексте измеряется в пределах шкалы «болит–не болит», то для людей с серьезными проблемами в состоянии здоровья, серьезно ограничивающими их физические возможности и, часто сопровождающимися постоянными болевыми ощущениями, данная шкала измерения перемещается в сферу «могу–не могу». То есть, в данном случае ощущения психологического комфорта и благополучия напрямую зависят от объема физических возможностей, которые находятся в распоряжении у человека.

Однако, здесь закономерно возникает вопрос: «Какой объем физических возможностей необходим человеку для того, чтобы чувствовать себя психологически комфортно?». Ведь, по сути, даже если человек передвигается без костылей или инвалидного кресла, это не означает, что он обладает безграничными возможностями. Следовательно, в объективной оценке своих физических возможностей многое зависит от субъективного восприятия этих возможностей самим человеком. А посему, сам по себе напрашивается вывод, что к состоянию психологического комфорта часто можно приблизиться переоценкой своих возможностей и определением пути реализации своего личностного потенциала.

Здесь будет уместным вспомнить, что главная движущая сила развития личности по Ш. Бюлер, – врожденное стремление человека к самоосуществлению, самоисполнению, то есть всесторонней реализации самого себя. Реализовать себя человек может только благодаря творчеству, созиданию. Самоосуществление – итог жизненного пути. Она считает, что причина психического нездоровья человека, причина неврозов – в отсутствии жизненных целей, наиболее адекватных его внутренней сущности. В данном аспекте идеи Ш. Бюлер получили свое развитие в гуманистической теории А. Маслоу, который охарактеризовал самоактуализацию как желание человека стать тем, кем он может стать [2]. В тоже время, один из лучших и успешных психотерапевтов, Милтон Эриксон говорил: «Всегда ставьте себе реально выполнимую цель в ближайшем будущем. Не всегда нужно, чтобы другие знали мотивы наших действий, но необходимо, чтобы мы имели цели – конкретные и достижимые» [3].

Повреждение опорно-двигательного аппарата меняет все. Коренным образом меняется образ жизни. Естественная и привычная для человека активная деятельность, после травмы или заболевания во многом ограничивается, а в некоторых сферах стано-

виться невозможной. В такой ситуации человек теряет не просто свободу выбора из-за отсутствия самостоятельности в своей деятельности, но, очень часто не может найти смысла своего существования в новом положении. Более того, как показывают многолетние наблюдения, многими тяжелая травма или заболевание опорно-двигательного аппарата, приводящие к серьезному ограничению в свободе передвижения, переживается как безвременно наступивший конец жизни и при этом почти осознанно запускается программа на самоуничтожение. Реализация данной программы происходит посредством злоупотребления алкоголем, никотином, бессистемного и бессмысленного образа жизни. Но, в тоже время, мы неоднократно наблюдали такие случаи, когда травма для человека становится мощнейшим стимулом личностного роста. Более того, порой создается впечатление, что для того, чтобы данная личность начала свое активное развитие и реализацию заложенного в ней потенциала, ей просто необходимо было ограничение ее физических возможностей. Такие случаи показывают возможность успешной адаптации в любом положении, несмотря ни на какие ограничения.

Следует сказать, что вне зависимости от того, в каком состоянии здоровья пребывает человек, он идет вперед благодаря возникающим у него потребностям требующих реализации. Травма меняет условия жизнедеятельности и тем самым ставит препятствия в первую очередь на пути самореализации. В подавляющем большинстве случаев поисковая активность, направленная на изменение ситуации, блокируется ввиду того, что человек не видит возможности вообще каким-либо образом влиять на ситуацию. И мало кому приходит в голову, что можно эти препятствия и сложности (сам процесс их преодоления) использовать как своеобразный трамплин для «прыжка» в своем личностном развитии. Как показывают многолетние наблюдения, большинство из людей с ограниченными возможностями не может самостоятельно определить свое место в жизни, найти сферы для реализации своего потенциала, открыть в себе новые возможности. Им необходима квалифицированная психологическая помощь. Наше эмпирическое исследование копинг-стратегий людей с повреждением опорно-двигательного аппарата, возникающего вследствие травмы или заболевания показало, что успешно адаптироваться в новом положении удастся тому, кто проявляет активность и использует копинг-стратегию «Решение проблем» [4]. Однако проявления активности может блокироваться ограничениями налагаемыми травмой. Исходя из того, что одной из основных проблем в адаптационном процессе после тяжелого повреждения опорно-двигательного аппарата является утрата возможности реализации ранее наметившихся жизненных целей, мы предположили, что успешной психологической адаптации будет способствовать определение новых целей. При этом, естественно, должны быть учтены и новые условия, возникшие после травмы, и, что самое главное – доступные ресурсы, с помощью которых становится возможным достижение поставленных целей. Помимо этого, психологической адаптации должно способствовать развитие способности понимания себя, стимулирование осознания и принятия личностных особенностей, а так же развитие эмоциональной устойчивости в сложных жизненных ситуациях и уверенности в себе.

Для оказания психологической помощи человеку с повреждением опорно-двигательного аппарата нами была разработана программа психологической адаптации для людей данной категории. Программа занятий с элементами социально-психологического тренинга «Цель, ресурсы, мотивация» прошла апробацию на базе Центра развития личности и практической психологии учреждения образования «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова». В программе приняло уча-

стие шестнадцать человек. Предполагалось, что, приняв участие в занятиях, люди с ограниченными физическими возможностями после травмы или заболевания опорно-двигательного аппарата смогут определить для себя новые цели в жизни и скорректировать уже имеющиеся, найти необходимые ресурсы для их реализации и проанализировать мотивы, которые направляют их движение к цели. Основной целью программы являлось осознание личностью своих жизненных целей и средств их достижения для достижения состояния успешной психологической адаптации и социализации.

Для того чтобы оценить эффективность программы, нами была использована методика измерения уровня невротизации Л.И. Вассермана [5]. Выбор методики обосновывается следующим образом: причины невротизации заключаются в несоответствии сочетания желаний и возможности их удовлетворения, а выполняемые упражнения в первую очередь направлены на осознание личностью своих истинных желаний и определение наличия возможностей их удовлетворения, и это осознание должно способствовать разрешению вышеназванного несоответствия, и в итоге привести к снижению уровня невротизации. Уровень невротизации определялся в начале занятий, после окончания программы, а также спустя год после завершения. Сравнительный анализ данных показал, что к концу занятий уровень невротизации у участников программы снизился в среднем на 13,5 %. Этот факт может свидетельствовать о том, что испытуемые в процессе занятий стали переходить от состояния выраженной эмоциональной нестабильности к состоянию эмоциональной устойчивости. Также в данной ситуации можно говорить о снижении продуцирования различных негативных переживаний (тревожности, напряженности, беспокойства, растерянности, раздражительности) и начала движения в сторону создания положительного фона основных переживаний (спокойствия, уверенности, оптимизма, инициативности). Анализ результатов полученных участниками программы после завершения занятий и спустя год после завершения программы показал, что за прошедший период уровень невротизации у участников программы снизился в среднем на 8,9 %. Этот факт может свидетельствовать о том, что испытуемые принявшие участие в программе с течением времени не только не отошли от занятых ими позиций, но и продолжили развивать успех в своем личностном росте и реализации личностного потенциала. Дальнейшее снижение уровня невротизации в данном случае можно объяснить тем, что испытуемые пришли к осознанию, что корень их проблем кроется не в физических ограничениях, а в их собственной безынициативности, в результате которой формируются переживания, связанные с неудовлетворенностью желаний. Помимо этого значимым фактором, мешающим приблизиться им к состоянию психологического комфорта, является их эгоцентрическая личностная направленность, которая проявляется, как в склонности к ипохондрической фиксации на неприятных соматических ощущениях, так и в сосредоточенности на переживаниях своих личностных недостатков. Это, в свою очередь, формирует чувство собственной неполноценности, затрудненность в общении, социальную робость и зависимость. В тоже время, приближение к состоянию эмоциональной устойчивости и положительном фоне основных переживаний (спокойствие, оптимизм, простота в реализации своих желаний) формируют чувство собственного достоинства, социальную смелость, независимость, легкость в общении. Данные показатели свидетельствуют об успешности адаптации человека в условиях физических ограничений, что, в свою очередь, является базисом его успешной социализации.

Заключение. Наше исследование продемонстрировало возможности программы психолого-педагогического сопровождения процесса социализации людей с ограниченными физическими возможностями вследствие травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата различной степени тяжести. Анализ данных исследования полученных после проведения программы показал, что произошли существенные изменения в самосознании участников программы. Одним из свидетельств, позволяющих говорить об этом, является тот факт, что совершенно по-другому произведена расстановка приоритетов желаемых целей. Участники программы в процессе занятий смогли определить жизненные области, наиболее важные для себя. То есть определить те сферы, в которых они хотели бы и, что самое главное, могли бы добиться определенных успехов. Можно говорить о том, что испытуемые приходят к реальному осознанию своих ограниченных возможностей, но, в тоже время, они понимают, что достижение целей зависит не от преходящих обстоятельств, а от того насколько они сами правильно выстроят стратегию по достижению целей с учетом имеющихся в их распоряжении ресурсов. Участники программы пришли к пониманию, что необходимо не только правильно ставить и формулировать свои цели, но при этом жизненно важно очень четко определять наличие тех ресурсов, которые им будут необходимы для достижения этих целей. Поскольку, если человек начинает реализацию каких-либо планов без опоры на соответствующие ресурсы, то остановка движения к намеченной цели неизбежно приведет к глубокому разочарованию и еще большему сомнению в своей собственной эффективности. Результатом проведенных занятий можно считать изменения взглядов испытуемых, которые позволяют говорить о том, что они осознали то, какие препятствия на самом деле мешают реализации их планов. Можно констатировать, что участники программы четко осознали истинные причины, мешающие в реализации их замыслов, то есть, испытуемые пришли к осознанию, что корень их проблем кроется не в физических ограничениях, а в их собственной безынициативности, в результате которой формируются переживания, связанные с неудовлетворенностью желаний. Эти негативные переживания, в свою очередь, формируют чувство собственной неполноценности, затрудненность в общении, социальную робость и зависимость. Следует отметить, что осознание истинных причин неудач в большинстве случаев может быть очень болезненным, но, в тоже время является жизненно необходимым. Особенно для тех, кто хочет добиться конкретных и реальных результатов в улучшении качества своей жизни. Именно осознание своих реальных возможностей позволяет почувствовать реальную почву под ногами, от которой можно оттолкнуться и идти вперед в своем личностном развитии, находя и привлекая на своем пути все новые и новые ресурсы. Считаем необходимым акцентировать внимание на понятии «свой путь», поскольку многие из исследуемой нами категории всю свою жизнь стремятся подражать людям с обычными, если можно так выразиться, возможностями, и, как правило, это не приносит положительных результатов. Опыт показывает, что успеха в любых сферах человек с ограниченными физическими возможностями, возникающими вследствие повреждения опорно-двигательного аппарата, может добиться в том случае, если осознает свою собственную личностную уникальность и неповторимость, а также уникальность и неповторимость своего жизненного пути, и не будет строить свою жизнь, стараясь вписать ее в рамки общепринятых шаблонных представлений. И правильно выбранная активная стратегия с переоценкой и поиском всевозможных ресурсов в ситуации ограничения физических возможностей может не только способствовать восстановлению психоло-

гического равновесия, но и оказывать содействие в формировании гармоничной, зрелой личности.

Таким образом, результаты проведенного исследования подтверждают практическую значимость нашей работы, которая заключается в том, что программа психолого-педагогического сопровождения психологической адаптации с целью успешной социализации может быть использована психологами специализированных отделений социально-психологической адаптации в работе по оказанию психологической помощи людям с ограниченными физическими возможностями.

Список использованной литературы:

1. Янчук, В.А. Интегративно-эклетикий подход к анализу психологической феноменологии. Словарь-справочник. / В.А. Янчук. – М-во образования Республики Беларусь. Академия последипломного образования. – Мн., 2001. – 48 с.
2. Маслоу, А. Мотивация и личность. / А. Маслоу. Перевод. с англ. Татлыбаевой А.М. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
3. Эриксон, М. Мой голос останется с вами / М. Эриксон. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2009. – 304 с.
4. Богомаз, С.Л. Использование копинг-стратегий в психологической адаптации людей с травмой опорно-двигательного аппарата / С.Л. Богомаз, С.Ф. Пашкович // Вестник МГУ им. А.А. Кулешова. Серия С: психолого-педагогические науки. – 2012. – №2. – С. 32–43.
5. Козлов, В.В. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп: учеб. пособие / В.В. Козлов, Н.П. Фетискин, Г.М. Мануйлов. – М.:Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.

Виноградова С.А.

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск, Чапаева, 30.

Алексеенок В.Е.

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск, Чапаева, 30.

vsu@mail.ru, viktoria.alexeevok@ya.ru

Статья посвящена проблеме ценностных ориентаций и особенностей взаимосвязи с показателями субъективного благополучия личности на разных этапах юности. Проведено эмпирическое исследование (на примере учащихся 11 класса и студентов 1 курса факультета социальной педагогики и психологии), показавшее наличие достоверной взаимосвязи некоторых ценностных ориентаций и показателей субъективного благополучия.

Ключевые слова: Ценностные ориентации, субъективное благополучие, юношеский возраст, формирование, ориентация на процесс, ориентация на свободу.

The article deals with the problem of value orientations, and especially the relationship with indicators of subjective well-being of the individual at different stages of youth. Conducted an empirical study (for example, students in grade 11 and the 1st year students of Social Pedagogy and Psychology), showed the presence of significant association of some value orientations and indicators of subjective well-being.

Keywords: Value orientation, subjective well-being, youth age, formation, orientation to process orientation to freedom.