

## ОПТИМІЗАЦІЯ МІЖСОБИСТІСНОГО СПІЛКУВАННЯ ЗРЯЧИХ СТУДЕНТІВ ТА СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ В ІНТЕГРОВАНІХ НАВЧАЛЬНИХ ГРУПАХ

*У статті представлено результати емпіричного дослідження міжособистісного спілкування в студентських групах, де навчаються інваліди по зору. Наведено рекомендації щодо оптимізації міжособистісних стосунків.*

**Ключові слова:** соціально-психологічна взаємодія, установка, ставлення, комунікативні потреби, ідентичність, гіперідентичність, тренінг.

*The article deals with the results of empirical researches of interpersonal communication in students group with visual impairments students. There are represented the recommendations concerning the optimization of relations.*

**Key words:** socio-psychological coordination, direction, relations, communicative needs, identity, hyperidentity, training,

Значна кількість досліджень у галузі соціальної тифлопсихології присвячена висвітленню проблем соціально-психологічної взаємодії осіб з порушеннями зору (О.Г.Литвак [4], Є.П.Синьова [6], В.В.Кобильченко [2], Є.А.Клопота [3] та ін.), адже спілкування є важливою умовою існування людини, засобом реалізації комплексу комунікативних потреб, здійснення самопізнання, самооцінки та самореалізації особистості в умовах зорової деривації.

Гострота даного питання розкривається в контексті реалізації державної програми, спрямованої на інтеграцію інвалідів по зору в суспільство. Ефективність адаптації значною мірою залежить від активності осіб з порушеннями зору у встановленні міжособистісних взаємин та ділових стосунків зі зрячими (О.Г.Литвак [4], Є.П.Синьова [5], В.В.Кобильченко [2], Є.А.Клопота [3], Т.М.Гребенюк [1]).

Встановленню соціальних контактів осіб з порушеннями зору, за даними тифлологічних досліджень, значною мірою перешкоджають:

- неадекватні установки, що виникають у людей з порушеннями зору, у ставленні до себе та зрячих;
- занижена або завищена самооцінка;
- приписування оточуючим негативних думок про себе та емоційна реакція на ці приписувані думки;
- стан постійного психічного напруження, депресивні настрої, що виникають внаслідок недостатнього задоволення комунікативних

потреб у близькій людині, приналежності до соціальної спільноти, потреби у співчутті, підтримці, піклуванні, повазі та авторитеті.

Люди з порушеннями зору у повсякденному житті часто намагаються уникнути контактів зі зрячими, орієнтуючись більшою мірою на власний внутрішній світ, і потребуючи при цьому психологічного захисту. Певного психологічного комфорту в даній ситуації забезпечує набуття групової ідентичності – усвідомлення своєї приналежності до групи осіб, які мають подібні проблеми. Приналежність до групи допомагає прийняти певний спосіб життя і підкоритися йому, відчутти себе захищеним у кризових життєвих ситуаціях та в умовах підвищеної психологічної напруги, особливо, коли важко сподіватися на власні сили. Отже, ідентичність (виявляючи сутність особистості) включає знання, емоції, задає поведінкові стереотипи, норми та стандарти.

Разом з тим, підвищене прагнення ототожнювати себе виключно з однією групою (так звана гіперідентичність) набуває негативного характеру і призводить до сприймання оточуючого світу як загрозливого по відношенню до групи та її членів. Стосовно осіб з порушеннями зору, гіперідентичність значною мірою заважає їхній інтеграції у суспільство, часто виявляючись у протиставленні і відмежовуванні від зрячих людей: «Ніхто не розуміє наших проблем», «Ми маємо менше можливостей реалізувати себе, ніж зрячі», «Представники громадських організацій інвалідів мають контролювати діяльність всіх державних установ, адже там не розуміють, як врахувати наші інтереси». Подібні установки здебільшого заважають повноцінному, відвертому спілкуванню та здійсненню продуктивної взаємодії інвалідів по зору у суспільстві. Дані установки обов'язково повинні коригуватися.

Потребують певної корекції і неадекватні установки зрячих людей по відношенню до інвалідів по зору, які беруть початок у сфері соціальних фобій у ставленні до осіб, які відрізняються за фізичними ознаками (гандикапізм). Для зрячої людини сліпий є носієм певних фізичних, психічних та соціальних особливостей, які відрізняють його від більшості. На думку Е.Бекера [7], зустріч з фізично чи психічно неповноцінною людиною засмучує нас, адже ці люди нагадують нам про реальну можливість власного фізичного неблагополуччя. Тому ми підсвідомо дистанціюємося від них, записуємо їх в категорію «чужих» і намагаємося таким чином подолати ірраціональний страх втрати сенсу життя.

Отже, вже в ранньому юнацькому віці у людини з порушеннями зору може сформуватися негативний захисний комплекс перед зрячими [1], який поступово закріплюється як стійкий стереотип поведінки. Водночас, наявність в навчальному чи робочому колективі незрячої людини вимагає певної психологічної адаптації зрячих осіб. Проведене нами дослідження виявило основні установки зрячих студентів по відношенню до осіб з порушеннями зору в умовах навчання в інтегрованих групах (табл. 1).

## Кількісна характеристика результатів дослідження

№	Поведінкові установки зрячих студентів	Кількість (%)
1.	Прагнення надати допомогу	18,7
2.	Зацікавленість, задоволення від спілкування	12,7
3.	Особистісна симпатія	18,7
4.	Розуміння, жалість, емпатія	29,2
5.	Бажання уникнути конфліктів	8
6.	Бажання уникнути маніпулювання, зловживання з боку інвалідів	4,7
7.	Прагнення уникнути спілкування та відчуття незручності	8

Аналіз отриманих даних свідчить, що майже 30% респондентів розуміють труднощі, які виникають у осіб з порушеннями зору в навчання та повсякденному житті, висловлюють жалість, співчуття: «Я розумію їхній стан», «Не можна ігнорувати таких людей», «Я розумію, що цій людині важко», «Вони такі ж люди, як усі», «Не завжди контролюють себе», «Від цього ніхто не застрахований», «Ніколи не буду ставитися зверхньо».

18,7% тверджень виявляють прагнення зрячих студентів надавати допомогу людям з порушеннями зору у різних життєвих ситуаціях, наприклад: «Ніколи не відмовлю у допомозі без вагомих причин», «Хочу бути корисною», «Не пройду повз, якщо потрібна моя допомога», «Можу бути корисною комусь, хоча б у спілкуванні, якого їм бракує».

Значна кількість досліджуваних висловили симпатію (18,7%), задоволення від спілкування та зацікавленість (12,7%): «Мені подобається бажання цих людей досягти максимально гарних результатів в усіх проявах життя», «Подобається, що ці люди адекватно реагують на дефект, не мають депресії», «Людина перемогла проблеми і продовжує жити далі», «Ці люди є досить розумними і цікавими».

Бажання уникнути спілкування, відчуття незручності (8%), прагнення уникнути конфліктів (8%) та спроб маніпулювання з боку осіб з порушеннями зору (4,7%) виникають, якщо «незряча людина поводить себе агресивно», «зловживає своїм становищем», «намагається маніпулювати мною», «часто бреше», «поводиться так, ніби її поява – це найважливіша подія для оточуючих, вимагає повної уваги тільки до себе».

Отже, загалом зрячі студенти виявляють доброзичливе ставлення до осіб з порушеннями зору у випадках, коли міжособистісне спілкування має позитивне емоційне забарвлення, відвертий характер. Однак висловлюють занепокоєння, якщо відчувають спроби маніпулювання шляхом перебільшеної демонстрації власної слабкості, «невинного» обману, помічають споживацьке ставлення тощо. Тому при виборі партнера для дружніх стосунків та спілкування частіше надають перевагу зрячим однокласникам.

Студенти з порушеннями зору при виборі партнера у спілкуванні надають перевагу особам, які також мають порушення зору: «У нас є спільні теми для розмов», «Легше висловлювати думку тому, хто зрозуміє», «У нас подібні інтереси і можливості». Висловлювання щодо спілкування зі зрячими одногрупниками розподілилися таким чином (табл. 2).

Таблиця 2.

**Кількісна характеристика результатів дослідження**

№	Поведінкові установки студентів з порушеннями зору	Кількість (%)
1.	Зацікавленість, задоволення від спілкування	35,8
2.	Невпевненість у власній значущості для оточуючих	15,5
3.	Відчуття самотності в оточенні зрячих	13,2
4.	Настороженість, недовіра	26,5
5.	Бажання уникнути спілкування	9

Наведені у таблиці 2 дані дозволяють зробити висновок, що незважаючи на яскраво виражене прагнення спілкуватися зі зрячими одногрупниками і відчуття задоволення від спілкування (35,8%), повноцінному спілкуванню найбільше заважають настороженість і недовіра (26,5%), а також невпевненість у власній значущості для оточуючих (15,5%), відчуття самотності в оточенні зрячих (13,2%), бажання уникнути спілкування (9%).

Інваліди по зору занепокоєні тим, що під час спілкування «нас можуть підслухати, а я не помічу», «відчуваю, що іноді зайвий», «хочу уникнути розмов про те, як погано бути незрячим», «боюся, що зі мною ніхто не заговорить».

На нашу думку, оптимізувати міжособистісне спілкування між зрячими студентами та студентами з порушеннями зору, навчити знаходити позитивні стосунки, долаючи побоювання бути знехтуваним, можна шляхом застосування тренінгових методик, спрямованих на розвиток міжособистісних вмінь. До таких вмінь ми відносимо:

- вміння приставати на думку іншої людини;
- знаходження спільних рис та точок дотику, спільних інтересів;
- формування вмінь адекватно оцінювати себе.

Бажаним результатом виконання тренінгових вправ є підвищення соціально-психологічної стійкості особистості (до стресів, конфліктів, розвиток толерантності).

Наведемо приклади тренінгових вправ, спрямованих на розвиток толерантності у взаємовідносинах між зрячими студентами та інвалідами по зору в інтегрованих групах.

**Вправа «Нерівні старты» [6]**

**Мета:**

- створення умов для розуміння становища у суспільстві осіб з обмеженими можливостями;

- формування співчуття до людей, які мають фізичні вади;
- формування гуманістичного світогляду.

**Необхідний час:** 20 хвилин.

**Матеріали:** непрозорі пов'язки на очі для  $\frac{1}{4}$  від кількості учасників, склянка сухої квасолі, папір А4, олівці, призи-заохочення.

**Процедура проведення.** Ведучий повідомляє, що зараз усі будуть брати участь у змаганнях. За жеребкуванням учасники розділяються на 4 групи: перша група отримує пов'язки на очі, учасники другої групи мають з'єднати руки на грудях (під час змагання вони не можуть користуватися руками), учасники третьої групи повинні сісти на стільці (під час змагання не можна пересуватися і вставати зі стільців), для учасників з четвертої групи обмежень немає. Ці вимоги виконуються обов'язково.

**Змагання включає такі завдання:**

1) ведучий розкладає на підлозі аркуші паперу на відстані близько 70 см один від одного – утворюється ламана лінія-доріжка. Учасники по черзі переплигують з аркуша на аркуш і мають пройти від початку до кінця доріжки, як по купинам. Якщо учасник торкається підлоги він відсторонюється від змагань. Ведучий фіксує результати кожного учасника (1 бал за вдалу спробу перестрибнути з аркуша на аркуш, не доторкнувшись до підлоги).

2) ведучий розсипає по підлозі склянку сухої квасолі. Учасники мають за 1 хвилину зібрати якомога більше квасолин. Ведучий фіксує кількість квасолин, зібраних кожним учасником.

3) учасники отримують аркуші паперу і олівці. Їм дається завдання за 1 хвилину намалювати будиночок. Якість малюнків оцінює ведучий за 5-бальною системою.

В ході змагань в учасників може виникнути бажання допомогти один одному. Ведучий м'яко, однак впевнено, має заборонити надання допомоги.

Після завершення бали підраховуються і визначаються три переможці. Звісно перемагають учасники, що не мали обмежень. Ведучий говорить, що переможці заслуговують на нагороду і роздає їм призи. Після цього пропонує обговорити результати змагання.

**Питання для обговорення:**

- Чи задоволені ви тим, як пройшли змагання?
- Як відчували себе учасники, чиї фізичні можливості були обмежені?
- Як відчували себе ті учасники, чиї можливості не були обмежені?
- Чи справедливо були розподілені призи?
- Які почуття і проблеми відчувають люди з обмеженими можливостями у нашому суспільстві?

**Примітка.** Після обговорення слід роздати призи за усім учасникам і подякувати за участь.

**Вправа «З мінуса робимо плюс» [6]**

**Мета:**

- усвідомлення інтеграції і взаємозалежності між позитивними і негативними якостями особистості;

- розвиток здатності знаходити і помічати позитивні аспекти у будь-якій ситуації;
- підвищення самооцінки.

**Необхідний час: 35 хвилин.**

**Матеріали:** паперові картки.

**Процедура проведення.** Учасники записують на картках власні негативні якості і складають картки з у коробку так, щоб інші не бачили записів. Ведучий має право за необхідності додати картки з доступними для трансформації якостями. Ведучий ставить перед учасниками завдання поглянути на негативні якості з позитивної точки зору.

Учасники по колу дістають з коробки картки з написаними на них негативними якостями, зачитують і наводять приклад ситуації, в якій виявляється названа якість. Далі кожен з учасників за допомогою групи наводить можливі позитивні аспекти даної якості в інших життєвих ситуаціях.

Результатом роботи має бути позитивна трансформація негативних якостей і знаходження їх позитивних еквівалентів, наприклад: боягузливий – обережний, жадібний – економний (заощадливий), агресивний – активний, нав'язливий – товариський, зверхній – гідний, упертий – наполегливий, хитрий – винахідливий та ін.

**Питання для обговорення:**

- Які труднощі ви відчували, коли виконували завдання?
- Що ви відчували, коли вдавалося знаходити позитивний бік негативних якостей?
- Чи завжди негативні якості, які ми в собі знаходимо, дійсно однозначно погані?
- Від чого залежить оцінка нами тих чи інших якостей?
- Як ви вважаєте, слід завжди прагнути звільнитися від негативних якостей чи можна навчитися їх контролювати та використовувати у необхідних ситуаціях?

**Вправа «Як поставити себе на місце іншого» [6]**

**Мета:**

- розвиток навичок емпатії;
- усвідомлення необхідності безоцінного прийняття почуттів іншої людини.

**Процедура проведення.** Ведучий розповідає учасникам, що дуже важливо вміти поставити себе на місце іншої людини, зрозуміти її почуття й безоцінно прийняти їх. Учасники працюють в парах. В кожній парі один учасник розповідає будь-який випадок зі свого життя, коли він відчував сильні почуття. Причому слід намагатися не називати ці почуття, а розповісти про факти. Учасник, що відіграє роль слухача, має висловити припущення щодо переживань партнера. Розповідач виражає свою згоду чи незгоду, за бажанням надає уточнення та пояснення. Потім учасники обмінюються ролями.

**Питання для обговорення:**

- Що допомогло вам краще зрозуміти розповідача, його переживання?

- Чи легко було поставити себе на місце розповідача?
- Як ви вважаєте, наскільки важливо повідомляти співрозмовнику ваші враження про його почуття?

Отже, наше емпіричне дослідження зафіксувало наявність психологічних установок, несприятливих для формування позитивних навичок міжособистісного спілкування у студентів інтегрованих груп. Дані установки мають підлягати обов'язковій корекції, одним із засобів якої може бути застосування елементів соціально-психологічного тренінгу.

#### Список літератури

1. Гребенюк Т.М. Соціально-психологічна адаптація інвалідів з вадами зору до навчання у вищих навчальних закладах: Автореф. дис. ... кандидата психол. наук / Інститут спеціальної педагогіки АПН України. – К., 2008. – 21 с.
2. Кобильченко В.В. Корекція психосоціального розвитку учнів 1-4 класів з вадами зору. – К.: Актуальна освіта, 2005. – 151 с.
3. Клопота Є.А. Оптимізація спілкування учнів 5-8 класів шкіл для сліпих: Автореф. дис. ... кандидата пед. наук / Український державний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова. – К., 2005. – 24 с.
4. Литвак А.Г. Психология слепых и слабовидящих. – СПб.:Каро, 2006. – 336 с.
5. Синьова Є.П., Сасіна І.О. Взаємостосунки в колективах осіб з глибокими порушеннями зору.-К.: НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2005.-104с.
6. Солдатова Г.У., Макарчук А.В. Может ли другой стать другом? Тренинг по профилактике ксенофобии. – М.: Генезис, 2006. – 256с.
7. Beker E. Escape from the evil. – New York: Free Press, 1975.

Статтю подано до друку 12.03.2008 р.

УДК 159.922.761:617.751.98(075.8)

**Є.П.Синьова**  
професор

завідуюча кафедрою тифлопедагогіки  
ІКПП НПУ імені М.П.Драгоманова

### СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСІБ З ГЛИБОКИМИ ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ

*В статті розглядаються питання впливу порушень зору на процес соціалізації особистості у суспільстві. Виводяться як невід'ємні складові цього процесу, наявність соціальної установки (аттитюду) на соціалізацію, можливі відхилення в цьому процесі, як наслідок порушення зору, та необхідна психолого-педагогічна підтримка.*