

УДК: 159.922.761:57.017.3

© Клопота Є.А., 2013 р.

Є.А. Клопота  
Національний університет,  
м. Запоріжжя

## **АДАПТИВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ОСОБИСТОСТІ З ВАДАМИ ЗОРУ**

В статті розглядається адаптація в процесі соціалізації особистості з порушеннями зору. Аналізуються адаптивні можливості незрячих та слабовидящих людей. Виділяються стратегії адаптації особистості в напружених ситуаціях.

*Ключевые слова:* адаптационный потенциал, Я-образ, самооценка, незрячие, слабовидящие, адаптация.

**Е.А. Клопота**

### **АДАПТИВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЛІЧНОСТІ С ДЕФЕКТАМИ ЗРЕННЯ**

У статті розглядається адаптація у процесі соціалізації особистості з порушеннями зору. Аналізуються адаптивні можливості незрячих та слабкозорих людей. Виділяються стратегії адаптації особистості у напружених ситуаціях.

*Ключові слова:* адаптаційний потенціал, Я-Образ, самооцінка, незрячі, слабкозорі, адаптація.

**E.A.Klopota**

### **ADAPTIVE POTENTIAL OF THE PERSON WITH VISUAL DEFICIENCIES**

The article deals with the process of adaptation to the socialization of the visually impaired. Analyzes the adaptive capacity of the blind and visually impaired people. Allocated individual adaptation strategies in stressful situations.

*Key words:* adaptive capacity, self-image, self-esteem, blind, visually impaired, adaptation.

Проблема адаптації особистості до критичних ситуацій середовища ще з давніх часів привертала увагу фахівців. На сучасному етапі розвитку науки підвищився інтерес до цієї проблеми у зв'язку зі збільшенням стресогенних чинників. Виникає необхідність адекватної адаптації людини в оточуючих її соціальних умовах, і тому особистість повинна постійно звертатися до свого „Я”, удосконалювати знання про себе, з метою більш диференційованого регулювання поведінки.

У системі різноманітних взаємозв'язків зі світом, особистість є суб'єктом різних видів діяльності та соціальних відносин. Кожна така взаємодія зі світом речей та світом людей формує „Я-образ” особистості. У процесі самоаналізу здій-

снюється конкретизація та узагальнення певних компонентів свого образу і уявлень про себе. Таким чином поступово виникає узагальнений образ власного Я, який створюється із багатьох конкретних „Я-образів” в процесі самосприйняття, самоспостереження та самоаналізу [6].

Психологічна адаптація визначає оптимальну збалансованість людини та середовища на рівні особистості, що дозволяє реалізовувати актуальні людські потреби і пов'язані з ними значимі цілі. Дослідження поняття психологічної адаптації допомога вирішити практичні та теоретичні завдання психології, такі як проблеми онтогенетичного розвитку, становлення психічної діяльності та її перебудови у разі зміни умов оволодіння новими видами діяльності. При цьому, адаптивні зміни призводять до формування адаптивних характеристик особистості, способів оволодіння діяльністю, адаптивних реакцій. Актуальність дослідження зумовлена існуванням нагальної необхідності у всебічному вивченні адаптивного потенціалу осіб з глибокими порушеннями зору, адже вони стикаються зі значними бар'єрами у процесі соціалізації. Зараз все більше уваги приділяється проблемам інтеграції в соціум таких людей, розробки психологічних програм, спрямованих на успішну адаптацію у різноманітних сферах життєдіяльності незрячих та слабкозорих осіб.

**Метою** даної статті є теоретичний аналіз адаптивного потенціалу та стратегій адаптації особистості з вадами зору.

Феномен адаптації у психології розглядається як комплексна й міждисциплінарна проблема, що об'єднує різноманітні рівні існування особистості. З початку поняття адаптація вивчалася у межах біологічних та медичних досліджень, як пристосування до довготривалого адекватного подразника. Однак, специфіка адаптації людини полягає у постійній взаємодії з навколишнім середовищем. У зв'язку з цим, поняття адаптації стало використовуватися у соціологічних та соціально-психологічних дослідженнях [3]. Переважно, адаптація розглядається як результат взаємодії людини з навколишнім світом, тобто зміни себе та оточуючого

середовища. Можна виділити такі види адаптації: біологічна, психофізіологічна, психологічна, особистісна, соціальна та соціально-психологічна.

Ступінь сформованості психічної адаптивності є показником зрілої особистості критерієм якої виступає загальний рівень психічного розвитку, особистісні особливості індивіда, характер й зміст психологічної проблеми [5]. Адаптаційний потенціал особистості розглядається як інтегративна характеристика психічного здоров'я. Проблема соціальної адаптації осіб з глибокими вадами зору у спеціальній психології вивчається у межах теорії соціальної реабілітації та інтеграції незрячих та слабкозорих людей. Отже, адаптація це процес, який спрямований на пристосування за допомогою компенсаторних можливостей, а реабілітація – на відновлення, активізацію фізичних та психічних резервів людини [1].

Розвиток у незрячих осіб навичок просторової та побутової орієнтації сприятиме їх мобільності, самостійності, впевненості, що забезпечить адаптацію на соціальному та особистісному рівнях. До соціальної дезадаптації можуть призвести труднощі у міжособистісній взаємодії з оточуючим середовищем. Процес встановлення соціальних контактів ускладнюється неможливістю відслідковувати невербальне спілкування за допомогою зору. Однак, під час спілкування незрячі люди можуть орієнтуватися на інтонацію, паузи, тембр, рух повітря та ін. Крім того, на характер і особливості взаємодії зрячих та незрячих осіб впливають соціальні установки, щ існують у нашому суспільстві по відношенню до сліпоти [2].

Великого значення для успішного пристосування до оточуючого середовища має відношення незрячих до себе і свого дефекту. Для адекватного сприйняття свого Я-образу необхідно усвідомити наслідки від порушення зору і реальні свої можливості. Зокрема, пізньосліплі схильні до неприйняття факту втрати зору та, відповідно, необхідності пристосування до ситуації. Неадекватна самооцінка може бути наслідком недооцінки або переоцінки власних можливостей. Недооцінка своїх можливостей може призвести до зменшення загальної активності незрячої особистості, що утруднює процес адаптації у різних сферах життєдіяльності. Низьку самооцінку і рівень домагань мають особи, які втратили недавно зір. У той

же час, ігнорування факту сліпоти призводить до того, що вони намагаються виконувати завдання, які не відповідають їх можливостям. У результаті виникає знецінювання своєї особистості, з'являється невпевненість у собі і своїх здібностях. Для успішної адаптації необхідно формувати адекватний Я-образ, позитивні установки до себе, оточуючих, праці і свого дефекту. Деякі автори вважають, що незрячі жінки нижче за чоловіків оцінюють майбутні свої життєві перспективи [1]. Підкреслимо, що однією з головних умов подолання перешкод у результаті втрати зору є різноманітна діяльність. Участь у різних видах діяльності підвищує рівень активності, розвиває мотиваційну сферу, має позитивний вплив на вищі психічні функції.

Вважаємо, що не зоровий дефект як такий, а саме несприятливі соціальні умови, некваліфікована психолого-педагогічна допомога або її відсутність можуть спровокувати виникнення в осіб із глибоким порушенням зору специфічних негативних особистісних якостей і властивостей.

Так, порівняно обмежені контакти незрячих та слабкозорих з оточуючими людьми спричиняють замкнутість, некоммунікбельність, прагнення зануритися у свій внутрішній світ. Порушення соціальних контактів може викликати появу негативних особистісних особливостей, до яких належать зміни в динаміці потреб, пов'язані з утрудненістю їх задоволення, звуження кола інтересів, обумовлене обмеженнями в сфері почуттєвого відображення, редукованість здібностей до видів діяльності, які вимагають візуального контролю й ін. Крім того, відсутність зору сприяє, особливо при недоліках сімейного виховання, виникненню умов при яких у незрячих формуються негативні риси характеру: моральні (егоцентричність, егоїзм, відсутність почуття обов'язку чи товариськості), вольові (відсутність самостійності, нерішучість, сугестивність, впертість, негативізм), емоційні (байдужість до оточуючих, черствість) і інтелектуальні (відсутність допитливості, почуття нового) [4].

Таким чином, у формуванні основних властивостей особистості на перший план виступають соціальні фактори, дія яких виявляється відносно або повністю незалежним від часу виникнення й глибини патології зору.

Саме тому при порушенні зору недостатньо біологічної компенсації для відновлення рівноваги людини та соціального середовища. Для цього необхідно засвоєння людського досвіду, який здійснюється в результаті міжособистісного спілкування, спільної діяльності, активних і адекватних дій, у зв'язку із чим, ніяка біологічна функція сама по собі ніколи не зможе компенсувати, відновити порушені дефектом зору зв'язки людини й суспільства.

У багатьох дослідженнях згадується про адаптивні стратегії, які характерні для різних напружених ситуацій, однак, відсутня єдність у підходах до вивчення їх природи, класифікацій та визначень [7].

Наведемо кілька стратегій, які спрямовані на адаптацію особистості.

1. Адаптація особистості шляхом перетворення або повного подолання проблемної ситуації, у тому числі й різних видів конфліктів - активна захисна адаптація.

2. Адаптація шляхом уникнення проблемної ситуації - це пасивна адаптація, утеча, пошук більш сприятливих для забезпечення безпеки та задоволення потреб стратегія.

3. Адаптація зі збереженням проблемної ситуації та пристосування до неї, що може здійснюватися:

- шляхом перетворення сприйняття і тлумачення ситуації, тобто створення її не проблемного суб'єктивного образу;
- шляхом більш глибокої зміни самої особистості, тобто її „Я-образу”.

Можна стверджувати, що адаптивні підструктури самосвідомості виникають у першу чергу як результат систематичного використання останньої адаптивної стратегії. Крім того існують компенсаторні та сверхкомпенсаторні адаптивні стратегії особистості, у якій створився фруструючий образ свого тіла.

Також у психологічній літературі описується ще один варіант пристосування, характерний для людей, що мають фізичні недоліки, який полягає у пристосуванні до установок оточуючих.

Велике значення для успішної адаптації незрячої та слабкозорої особистості в колективі зрячих, на думку Ю.І. Кочеткова, має його спеціальна підготовка. Це припускає розуміння незрячим свого реального положення й своїх можливостей, а також рівня домагань. Усвідомлення себе як дієздатною особистістю, яка спроможна вести повноцінне життя, навчальну, професійну діяльність, за оцінкою Ю.І. Кочеткова, допомагає незрячому звільнитися від комплексу неповноцінності, який найчастіше нав'язується їй оточуючими [4].

Люди із глибокими порушеннями зору, коли потрапляють до колективу зрячих, зустрічаються з певною сторожкістю оточуючих. Подібна ситуація, як правило, є стандартною, а її подолання багато в чому залежить від особистості, якій необхідно постійно стежити за своїм зовнішнім виглядом, уміти обслуговувати себе, бути фізично підготовленою, вміти добре орієнтуватися і самопрезентуватися в групі. Крім того, фактором, який полегшує соціальну адаптацію є комунікабельність, вміння будувати взаємодію на різних рівнях міжособистісних відносин. Найважливішою умовою адаптації індивіда в будь-якому колективі є адекватність вибору засобів і методів, за допомогою яких вона домагається самовдосконалення.

Отже, існує необхідність у глибокому вивченні адаптивних стратегій та потенціалу особистості осіб із глибокими вадами зору і розробці психологічних програм, спрямованих на усвідомлення „Я-образу” і власної взаємодії людини з навколишнім світом.

## Список літератури

1. Волкова, И.П. Психология социальной адаптации и интеграции людей с глубокими нарушениями зрения: Монография / И.П.Волкова. – СПб.: Изд-во Рос. гос. пед. ун-та, 2009. – 271 с.

2. Гудонис В.П. Основы и перспективы социальной адаптации лиц с нарушенным зрением / Гудонис В.П. – М.: НПО “МОДЭК”, 1998. – 288 с.
3. Думбаев А. Е. Инвалид, общество и право / А.Е. Думбаев, Т.В. Попова. – Алматы: ТОО “Вверена“, 2006. – 180 с.
4. Мурашко В. В. Социально-психологические факторы адаптации студентов с нарушениями зрения к условиям обучения в вузе: дис. на соиск. уч. степени канд. психол. наук: 19.00.10 Коррекционная психология / В.В. Мурашко. – СПб., 2007. – 199 с.
5. Налчаджан А.А. Социально-психическая адаптация личности / А.А. Налчаджан. – Ереван: Изд-во АН АрмССР, 1988. – 263 с.
6. Самосознание и защитные механизмы личности / Под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: Издательский Дом Бахрах, 2000. – 656 с.
7. Яницкий М.С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики / М.С. Яницкий. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 1999. – 84 с.