

УДК 159.922-055.76

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ОПТИМІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ БЛИЗНЮКІВ ПЕРІОДУ ДОРΟΣЛІШАННЯ

Світлана Белякова
(Переяслав-Хмельницький, Україна)

У статті проаналізовано основні труднощі, що виникають під час виховання монозиготних близнюків. Представлено психологічні рекомендації практичним психологам, батькам, вчителям із оптимізації особистісного розвитку близнюків періоду дорослішання.

Ключові слова: картина світу, психологічний вік, монозиготні та дизиготні близнюки, спадковість, середовище.

В статье проанализированы основные трудности, возникающие во время воспитания монозиготных близнецов. Представлены психологические рекомендации практическим психологам, родителям, учителям относительно оптимизации личностного развития близнецов периода взросления.

Ключевые слова: монозиготные и дизиготные близнецы, наследственность, среда.

Basic difficulties that appear during the education of monozygotic twins are analyzed in the article. Methodical recommendations to the practical psychologists, parents, teachers concerning optimization of personality development of twins of the period of maturing are represented.

Keywords: monozygotic and dizygotic twins, heredity, environment.

Постановка проблеми. У процесі роботи з метою оптимізації особистісного розвитку близнюків практичним психологам закладів системи освіти необхідно враховувати як індивідуально-психологічні особливості близнюкової пари, так і соціальну ситуацію їх розвитку в цілому. Наше дослідження показало, що соціальне оточення кожного з близнюків має суттєвий вплив на їх особистісний розвиток. Тому без корекції соціального середовища будь-які зусилля психологів, спрямовані на допомогу близнюкам, будуть зведені нанівець.

Аналіз досліджень. Зазвичай кожна родина, яка має близнюків, відповідно має і свій, роками набутий досвід батьківства, в якому є певні здобутки та прорахунки у виховних впливах на дітей. Можна назвати багато причин цих помилок, але найістотнішою, на нашу думку, є слабка поінформованість батьків про особливості психологічного розвитку близнюкової пари, сучасний досвід у вихованні дітей-близнюків у родині і т.д. Як зазначає О.Кононко [1], дитину із дошкільного віку необхідно вправляти у двох основних галузях знань – у пізнанні своєї індивідуальності (власних потреб, цілей, ідеалів, особливостей)

та умов життя (природних, предметних, соціальних). Тобто основними завданнями батьків є створення сприятливих умов для відкриття та засвоєння дитиною двох основних життєвих реалій – власного «Я» та оточуючого світу. Через відкриття «власного Я» дитина оволодіває вмінням відрізнити себе з-поміж інших, спостерігаючи за собою, концентруючи увагу не лише на власній зовнішності, а й на думках, почуттях. Дитина визначає простір «Я», у неї формується самосвідомість, вона відкриває власні чесноти і вади, диференціює свої права і обов'язки, навчається цінувати себе, виробляє елементарні судження з приводу своїх якостей та досягнень, виявляє почуття власної гідності. Тому у роботі психологів з батьками дітей-близнюків ми виділяємо один загальний напрям – це психологічна просвіта батьків, яку можна здійснювати шляхом індивідуальних консультацій, бесід, круглих столів.

Виклад основного матеріалу. У першу чергу, необхідно надати батькам таку інформацію, стосовно особливостей розвитку та виховання близнюків, яку вони потребують. Цей вид роботи особливо важливо розпочинати із батьками близнюків, котрі тільки переступили поріг навчального закладу, з метою попередження таких негативних явищ у їх розвитку як взаємозалежність та непомірне суперництво чи нетерпимість у близнюковій парі, розвиток автономного мовлення.

З огляду на аналіз психологічної літератури, зауважимо, що батькам в Україні доступна обмежена кількість джерел, де можна отримати інформацію про специфіку розвитку близнят. До речі, в США до послуг батьків «двійнят» багато джерел інформації. Національна організація клубів матерів близнят в Альбукерці, штат Нью-Мексико, безкоштовно поширює брошури з рекомендаціями щодо їх виховання. Батьки можуть також звернутися за консультацією в одне з 300 відділень цієї організації. Агенція «Твінлайн» в Берклі, Каліфорнія, пропонує поради з догляду за близнятами. Журнал «Твінз» публікує багато статей, де розкриваються проблеми, пов'язані з розвитком близнят. Іноді вельми цінні поради дають батьки і самі близнята.

У нашій країні не тільки батьки, а навіть вчителі й психологи не завжди чітко уявляють, що їх чекає. Тільки нещодавно з'явилися окремі інтернет-сайти (які, на жаль, доступні не всім), що висвітлюють проблеми розвитку близнюкової пари. Багато майбутніх мам близнят залишаються без інформації щодо народження і виховання своїх дітей. Очікування дитини вже хвилююча подія, але коли одночасно розвиваються двоє і більш дітей – це пов'язано з певним ризиком, як для матері, так і для дітей. Саме в цей період їй необхідна психологічна підтримка близьких людей, професійні консультації у спеціалістів.

Постійне спілкування близнят один з одним сприяє специфічному формуванню їх самосвідомості і виникає взаємозалежність, що формується як на фоні комплементарних стосунків, так і на фоні ситуації «лідер – підлеглий». Факт домінування спостерігається і у МЗ близнят, і у ДЗ, але у ДЗ близнят більше, тоді як у МЗ частіше зустрічається почергова домінантність. Основними чинниками домінування одного близнюка над іншим є не тільки біологічні особливості кожного з них (зріст, вага при народженні, внутрішньоутробне положення), але й фізичне середовище, шкільна успішність. Учені стверджують про неорієнтований вплив цих чинників на МЗ і ДЗ близнят. У МЗ – більше уваги при розподілі ролей усередині пари приділяється шкільній успішності і фізичній силі, а у ДЗ відіграє роль порядок народження і зріст/вага при народженні.

Різностатеві ДЗ займають проміжне положення між перерахованими парами [4; 36]. Певні умови оточуючого середовища можуть збільшувати або зменшувати внутрішньопарну схожість показників МЗ і ДЗ близнят за ознакою, що вивчається. Проте такі умови розвитку МЗ і ДЗ не впливають на їх внутрішньопарну схожість (за психологічними характеристиками), що визначатиметься реальною зиготністю, а не уявною. Це трапляється у ситуації неправильного визначення зиготності, де МЗ близнята все одно будуть більш схожі, ніж ДЗ. Виховання і спадковість може мати відчутний вплив на особистість без того, щоб відбувалися глибокі зміни у її структурі. Наприклад, у ДЗ близнят з народження існує різниця в афективних установках: схильність до плачу, здатність заспокоїтися, готовність посміхнутися і т.д.

Особливим підґрунтям для батьків, на шляху реалізації ними особистісно орієнтованого підходу до виховання і навчання дітей в сім'ї виступають наступні чинники [2]:

- реалізація цілісного, інтегрованого підходу до особистості, її розвитку, виховання і навчання;
 - формування у дитини наукової картини світу, що ґрунтується на уявленнях про елементарні закономірності розвитку природи, суспільства, людини та їх взаємозв'язок;
 - впровадження в життя принципу активного підходу до зростаючої особистості як до суб'єкта життєдіяльності зі своїм індивідуальним досвідом, уподобаннями, життєвими планами, простором «Я»;
 - використання як провідного поняття «психологічний вік» єдності соціальної ситуації розвитку, провідної діяльності та особистісних новоутворень;
 - врахування вікових та індивідуальних особливостей – темпераменту дитини, її статевої належності, нахилів і уподобань;
 - увага до проблеми соціального розвитку дитини, вміння орієнтуватися у нових умовах життя, пристосовуватися до незвичних вимог соціуму, оволодівати навичками доцільної перетворювальної діяльності, виявляти готовність до само покладання відповідальності;
 - надання дитині можливості відчути психологічний комфорт, емоційне благополуччя, душевну рівновагу, захищеність дорослим оточенням.
- У роботі з батьками близнюків ставиться завдання досягти:
- формувати у батьків потреби позитивних змін у спілкуванні із близнюковою парою;
 - правильно оцінювати батьками близнюків своїх уявлень про дітей;
 - формувати у батьків адекватного уявлення про психологічні та фізичні особливості близнюкової пари та розуміння їх.
 - сприяти позитивним змінам у процесі взаємодії їх з близнюками, доводячи до відома батьків, що їх ставлення часто є вирішальними у тому, як сформується близнюкова пара як структурна одиниця мікросоціуму і кожен її член, як окрема особистість [3].

Тому, ознайомивши батьків із особливостями їх взаємодії із близнятами і тим, як це впливає на їх психологічний розвиток, можна сформулювати наступні рекомендації. Перш за все важливо мати чітке уявлення про підлітка-близнюка, намагатися пізнати його внутрішній світ, сприймати його таким, який він є:

- необхідно усвідомлювати межу впливу (як дорослої особистості). Можливі певні дії стосовно поведінки підлітка-близнюка, але вони мають носити

ситуативний характер. По мірі дорослішання діти все більше потребують від дорослих підтримки, розуміння, терплячості, щирих почуттів із дотриманням певної дистанції між дорослим і дитиною, яка б давала простір для її самореалізації в соціумі;

- варто навчитись довіряти підліткам та їх здатності виживати в сучасному світі. Інколи підлітки значно більше соціалізовані в сучасному житті, ніж здається дорослим. Дуже часто дорослі беруть підлітків у полон власних страхів щодо оточення, вони поводяться з ними, як з об'єктами однозначних впливів, здатними зашкодити собі ж своїми діями. У бажанні захистити дитину від зовнішніх випробувань дорослі вибудовують обмеження, що не є обгрунтованими ні потребами, ні можливостями особистості, знижуючи їх шанс на самоактуалізацію, пошуки власного «я»;

- дорослі мають чітко пояснювати, чого саме чекають від підлітків. Їхні вимоги мають бути зрозумілими настільки, наскільки й сама мотивація дорослих. Підлітків важливо переконати, які наслідки їх чекають у результаті тих чи інших дій; надавати підліткам можливість висловитись щодо встановлених правил та можливих результатів;

- будьте відкритими до своїх потреб, переживань. Розмовляйте з підлітками про свої негаразди і сумніви. Підлітки прекрасно відчують, коли дорослі уникають певних тем або не говорять правду. Їм також не завадить знати, що дорослі не позбавлені недоліків, які вони можуть визнавати або ж не помічати в силу різних зовнішніх і внутрішніх причин.

- дійте розумно і виважено, реагуючи на різноманітні «експерименти» підлітків. Ваш спокій і розуміння можуть звести проблему до мінімуму. Відверто спілкуйтеся з підлітком про те, що ви відчуваєте в ситуаціях, коли він поводить ризиковано, уникайте категоричності, осуду, сприяйте усвідомленню того, яким чином вживання алкоголю, наркоманія та інші ситуації ризику можуть вплинути на їх подальше життя. Не слід карати підлітка, якщо він не звернувся до вас за порадою, знайдіть спосіб, за допомогою якого підліток може змінити своє життя на краще.

Одна з проблем, яка стоїть перед батьками, – індивідуальність близнят, наскільки слід підкреслювати в близнятах схожість і наскільки слід заохочувати розвиток їх індивідуальності – питання, яке стоїть у батьків близнят гостро, особливо якщо діти дуже схожі. Всі захоплюються близнятами, звертають на них увагу, всім подобається, коли близнята однаково одягнені і однаково виглядають. Батькам близнят часто задають безглузді питання: «хто з них розумніший?», «кого ви більше любите?». Батькам важко утриматися і не задовольнити сентиментальні або нездорові смаки людей. Чому ж цього слід уникати? Проблема в тому, що це може створити у близнят враження, що єдине джерело їх привабливості – схожість, що вони подобаються оточуючим тільки як однаково одягнена пара незвичайних малюків. Це дійсно чарівне видовище, а часто близнята все ще намагаються привернути увагу своєю схожістю і однаково одягаються в дорослому віці, посилюючи залежність один від одного. Це не сприяє створенню власної сім'ї, кола друзів і загалом соціалізації та особистісної актуалізації. Схожість близнят приносить задоволення і їм самим, і їх батькам. Близнюки саме через свій статус стають сильними особистостями: у них рано виробляється відчуття незалежності від батьків, вони більше, ніж інші діти, пристосовані до активної участі в колективних іграх, їх вирізняє

глибока відданість і великодушність стосовно один одного. Щоб уникнути зайвого підкреслення того факту, що вони близнята, особливо, якщо вони дуже схожі, розумно з боку батьків не давати їм схожих імен; звертатися до кожного з них по імені, а не просто «діти»; одягати їх в ранньому дитинстві відповідно до їх уподобань та смаків; рано вводити їх в коло інших дітей, щоб вони не звикали лише один до одного; не заважати їм знайомитись та спілкуватись, якщо вони цього хочуть; заохочувати друзів і сусідів до взаємодій. Іноді ми спостерігаємо залежність одного з членів пари від іншого у виконанні домашніх завдань. У цьому випадку доцільніше давати індивідуальні завдання, уникаючи жорстокості, авторитаризму.

Відомо, що близнюки довше затримуються на стадії автономного мовлення, а відсоток егоцентричного мовлення у них менший, ніж у однопороджених дітей. Соціалізоване мовлення у близнюків довше зберігає ситуативний характер. До шкільного віку вони наздоганяють в мовленнєвому розвитку своїх однопороджених однолітків, хоча у них можуть зберігатися труднощі артикуляції. Можливими причинами затримки розвитку мовлення є біологічні особливості, затримка інтелектуального розвитку, «близнюкова ситуація», мінімізація вербального спілкування з дорослим. Специфічні для близнят (зиготність) і загальні для всіх дітей (стать, соціоекономічний і освітній статус батьків, розмір сім'ї, порядковий номер народження) також впливають на мовленнєвий розвиток близнят.

Щоб уникнути негативних проявів автономного мовлення, а також з метою підтримки і прискорити мовленнєвий розвиток близнят, батькам необхідно:

- прагнути знаходити час для розмов з кожним близнюком окремо;
 - у розмові з кожною дитиною демонструвати їй приклад правильного мовлення, адекватного вживання нових термінів;
 - читати близням вголос і спонукати їх до спільного творчого процесу, оскільки це розвиває інтерес дітей до слів;
 - віднаджувати дітей перебивати співбесідника або демонстративно привертати до себе увагу;
 - давати кожному близнюку можливість самостійно спілкуватися з іншими дітьми;
 - дозволяти своїм малюкам спілкуватися з однолітками, що допомагає їм розвинути навички мовлення, що у свою чергу робить вплив на читання і письмо.
 - не варто називати близнят співзвучними іменами - на зразок «Маша і Даша», «Саша і Паша». Від самого народження намагатися спілкуватися окремо з кожним з малюків, звертаючись до кожного окремо;
 - не прагніть одягати дітей однаково, даруйте їм різні подарунки, погодивши це з їх індивідуальними смаками;
 - подбайте про те, щоб хоча б інколи брати близнят на прогулянки не разом, а окремо; прагніть також викроїти час на те, щоб поспілкуватися з кожним віч-на-віч, обговорити його індивідуальні, а не «близнюкові» проблеми;
 - навіть якщо житлові умови не дозволяють виділити кожному з близнят окрему кімнату, подбайте про те, щоб у будинку в кожного з них був свій куточок.
 - заохочуйте близнят до хороших вчинків, зроблених кожним з них окремо.
- Відповідно, і зауваження варто робити кожному окремо;
- підтримуйте прагнення дітей мати різні точки зору з різних питань.

До восьми років більшість близнюків вже достатньо підготовлена до життя у суспільстві, щоб відмовитися від «автономного мовлення», що існувало між ними. Необхідно враховувати індивідуальність кожної дитини, оскільки у кожного близнюка свій темп психофізичного розвитку.

Шкільним вчителям доводиться переживати інші труднощі у спілкуванні з близнюками ніж батькам, адже вони отримують «подарунок» у вигляді близнюкової пари тоді, коли діти вже приходять до школи у 6-7 років. В анамнезі розвитку таких близнюків уже цілий «багаж» - автономне мовлення, сформовані за будь-яким типом стосунки у парі і близнюкова ситуація, яка ніким до цього не діагностувалася, не контролювалася і не коригувалася. Перед вчителем відкривається широке коло проблем, які він з близнюками має вирішити разом. Тому до підліткового періоду між вчителем і близнюками мають скластися добрі дружні стосунки. Варто зауважити, що ефективність будь-якої корекційної роботи з парою насамперед залежить від активної співпраці вчителя з батьками близнюків.

Практичний психолог, плануючи роботу із учителями близнюків, може використовувати наступні форми: групові та індивідуальні консультації, а також психолого-педагогічний консиліум у класичній формі. Розглянемо кожну з них.

Групові консультації для вчителів потрібні в тому випадку, коли необхідно надати вичерпну інформацію стосовно вікових особливостей розвитку, виховання і навчання близнюків. Особливо важливо їх проводити тоді, коли близнюки переходять із однієї шкільної ланки в іншу. Такі консультації плануються на початку навчального року із учителями шкільної паралелі, у якій навчаються близнюкові пари. Звернемо увагу на те, що вчителям важливо виробити єдину систему вимог до близнюків, тоді їх робота буде успішною.

Індивідуальні консультації вчителям надаються тоді, коли виникає непередбачувана, нестандартна ситуація з близнюками, розібратися в якій під силу вчителю лише з допомогою психолога.

Психолого-педагогічний консиліум у роботі практичного психолога з учителями близнюків може бути використаний з метою перебудови ставлення до близнюкової пари та стилю спілкування з нею. Даний вид роботи є достатньо ефективним, адже навчання вчителя під час консиліуму відбувається на теоретичному, методичному та технологічному рівнях. Щоб допомогти педагогам переосмислити свій стиль спілкування з близнюковою парою, на консиліумах застосовується колективне обговорення даної проблеми членами педагогічного колективу, які спільно розробляють напрями індивідуального підходу до кожного члена діади. Опіраючись на специфіку розвитку близнюків, учителі в значній мірі можуть скоригувати свої вимоги стосовно них.

Отже, для вчителів, які працюють з монозиготним близнюками також можна сформулювати ряд рекомендацій, які, на нашу думку, допоможуть їм у роботі:

- монозиготних близнюків необхідно сприймати як різних дітей, навіть якщо вони дуже схожі між собою і їх важко розрізнити;
- намагатися знайти в кожного із близнюків індивідуальні задатки, інтереси, хоббі і говорити про це самим близнюкам, наголошуючи на їх індивідуальній унікальності;
- у школі кожному близнюку варто давати окреме доручення, наприклад – один доглядає за квітами, другий – чергує у бібліотеці;
- звертатися до близнюків по імені, а не безособово-загальним – «діти», «близнюки»;

- намагатися залучати близнюків до контактів із учнями класу, як під час навчання, так і під час позакласної роботи (гуртки, секції, і т.д.);

- намагатися не виділяти в парі лідера або «головного», а будь-які завдання чи доручення давати в однаковій мірі складності обом близнюкам;

- у ситуації яскраво вираженої близнюкової ситуації у парі вести роботу з подолання негативних наслідків у тісній співпраці із практичним психологом закладу та батьками дітей. У цьому випадку робота носитиме систематичний характер і матиме позитивний результат.

Бути особистістю – означає поєднувати у собі активного діяча та неповторну індивідуальність, дорожити своєю самістю, відстоювати власну гідність, визнавати чесноти інших людей, збалансовувати свої почуття з почуттями іншої людини, презентувати реалістичну я-концепцію. Психологу, як і батькам, належить навчити дітей докладати зусиль для свого особистісного становлення, допомагати собі у критичних ситуаціях, підтримувати в ситуації неуспіху, опиратися негативним впливам.

Робота шкільного психолога із самими близнюками (а вони є в кожній школі) має вестися регулярно, бути зорієнтованою на:

- формування у монозиготних близнюків усвідомлення і прийняття себе і свого близнюка як окремої особистості, усвідомлення підлітками своєї унікальності і неповторності;

- активну адекватну соціалізацію кожного з членів близнюкової пари;

- розвиток комунікативних навичок спілкування із оточуючим мікро- (діада, сім'я) і макросоціумом (школа, суспільство);

- формування адекватної самооцінки кожного з близнюків, асертивності;

Така робота вимагає спеціальної підготовки від практичних психологів. Сам психолог має відповідати професійним вимогам і мати достатню практичну підготовку, яка б дозволяла проводити діагностичні та корекційно-консультативні процедури з близнюками, починаючи з початкової шкільної ланки. Професійна діяльність психолога-практика висуває особливі умови до особистості фахівця, покликаною надавати психологічну допомогу іншим.

Висновки. Отже, як бачимо, лише подолання негативних наслідків близнюкової ситуації, саме по собі, не може обмежуватися короткотривалою психологічною корекцією або консультуванням. Також «близнюкові» проблеми неможливо вирішити самотужки ні спеціалістам – психологам, вчителям, вихователям, ні батькам близнюків. Тому даний вид корекційних впливів має носити систематичний характер, де засоби корекції мають добиратись відповідно до завдань, специфіки близнюкової ситуації, особливостей адаптації дітей у дитячому закладі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кононко О.Л. Пріоритети сімейного виховання в контексті модернізації дошкільної освіти України / Кононко О.Л. // Додаток до журналу «Практична психологія та соціальна робота». – Випуск 1 «Діти – батьки – сім'я»
2. Советы родителям: особенности воспитания близнецов. [Електронний ресурс] – 2008. Режим доступу: <http://bdbb.narod.ru/stat.html>.
3. Современные мифы о близнецах [Електронний ресурс] – 2009. Режим доступу: <http://twins.popular.ru/twins/items/st91.html>.
4. Сергиенко Е.А. Развитие близнецов и особенности их воспитания / Е.А.Сергиенко. – М: РАН, 1996. – С. 36.