

УДК 316

## ТРЕНІНГ ЯК СКЛАДОВА АДАПТАЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ В ІНТЕГРОВАНІХ ГРУПАХ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Бацман О. С.

*аспірантка кафедри соціології і соціальної роботи*

*Класичного приватного університету,*

*викладач кафедри соціальної роботи*

*Полтавського інституту економіки і права*

*Вищого навчального закладу*

*"Відкритий міжнародний університет розвитку людини "Україна"*

Данная статья посвящена теоретическому анализу проблем студентов с особыми потребностями в интегрированной среде. В статье представлен тренинговый метод как эффективная технология адаптации и интеграции всех участников учебного процесса.

This article is devoted to the theoretical analysis of problems of students with the special requirements in the integrated environment. A training method as effective technology of adaptation and integration of all participants of educational process is presented in the article.

Дана стаття присвячена теоретичному аналізу проблем студентів з особливими потребами в інтегрованому середовищі. В статті представлений тренінговий метод як ефективна технологія адаптації та інтеграції всіх учасників навчального процесу.

**Ключові слова:** адаптація, інтегроване середовище, особистість з функціональними обмеженнями здоров'я, вищий навчальний заклад, тренінг.

Право людей з функціональними обмеженнями здоров'я на інтеграцію в суспільство та адаптацію в ньому – одна із вимог міжнародних стандартів. Важливим завданням держави та інших соціальних інститутів є створення для дітей та молоді з функціональними обмеженнями необхідних умов для подолання перешкод, що стоять на заваді повноцінному життю у соціумі. Зусилля повинні бути спрямовані на те, щоб ці люди стали повноцінними членами суспільства, поділяли людські цінності, ієрархізували їх на основі оцінки стану свого здоров'я та реалізували свої інтереси відповідно до власних особливих потреб. Не завжди можна подолати фізичний недолік людини, але потрібно зробити все, щоб навчити інвалідів осмислено і продуктивно адаптуватися та самореалізуватися у суспільстві, яке априорі збудовано з урахуванням потреб здорової людини.

На наш погляд навчання та отримання соціального досвіду є єдиною можливістю для молоді даної категорії включитися в суспільне життя, адаптуватися до його умов, набутти впевненості, свободи мислення, максимально можливої самостійності. Доступність освіти зумовлює навчання у вищих навчальних закладах, можливість вибору форми навчання, технологій та методів, які застосовуються для адаптації та стимулювання індивідуального розвитку кожного студента з особливими потребами та полегшує процес адаптації та інтеграції. Тому напрямок дослідження технологій, як складової адаптаційного процесу для полегшення інтеграції молоді з обмеженими функціональними можливостями у

суспільство є дуже вагомим питанням, що і обумовило **актуальність** даної статті.

**Метою** даної статті є теоретичний аналіз проблем студентів з особливими потребами та впровадження тренінгових занять при адаптації та інтеграції молоді із функціональними обмеженнями здоров'я у вищому навчальному закладі.

Для реалізації мети ми поставили наступні **завдання** :

1. Розкрити проблеми студентів з особливими потребами в питанні адаптації до нових умов життєдіяльності, зокрема в період входження в інтегроване середовище вищих навчальних закладів.

2. Окреслити суть тренінгу як ефективної технології адаптаційного процесу в інтегрованих групах вищого навчального закладу.

**Основний текст статті.** Спроможність адаптуватися, долати труднощі, віднайти своє місце у життєвому просторі є вирішальним чинником вдалого розвитку молодої людини, а в майбутньому – фахівця з вищою освітою.

На сьогодні феномен соціальної адаптації цікавить представників різних наук. Останні філософські дослідження проблеми адаптації в загальнофілософському трактуванні знайшли відображення в працях І. Бичко, О. Бондаренко, А. Кавалерова, М. Лукашевича, М. Мокляка, О. Панченка, Л. Шпак та ін. [1]. Психологи вивчають чинники адаптації особистості (Ю. Бохонкова, О. Кузнєцова), психологічну структуру професійної адаптації (Н. Чайкіна) та інші [1].

Низка останніх педагогічних досліджень присвячена соціальній адаптації дітей у рамках закладу для сиріт (І. Дементьєва), підлітків у дитячому телевізійному об'єднанні (С. Олександров), студентів в умовах педагогічного училища (Л. Зданевич, О. Кочерга), професійній адаптації учнів та випускників професійно-технічних навчальних закладів (ПТНЗ) (В. Давидович, Н. Ничкало).

Соціологи та соціальні педагоги вивчають соціальну адаптацію дітей дошкільного віку, зокрема тих, які мають обмежені можливості (Ю. Долинний), підлітків у загальноосвітніх санаторних школах-інтернатах (Ю. І. Чернецька), адаптацію сиріт до навчання в ПТНЗ (Л. Кримчак), молоді в студентському середовищі (Т. Логвіновська); висвітлюють проблему соціальної адаптації в технологіях соціальної роботи (С. Харченко, М. Кратінов, Л. Ваховський, О. Песоцька, В. Кратінова, О. Караман), особливості соціальної адаптації як складової процесу соціалізації особистості (О. Безпалько, І. Зверєва, Л. Коваль, С. Хлебтк ін.), адаптація людей з обмеженими можливостями (Е. Ярська-Смірнова, П. Романов), адаптаційні можливості вищої школи для осіб з функціональними обмеженнями здоров'я (О. Дікова-Фаворська).

У ВНЗ процес навчання першокурсників налагоджується не просто, характеризується великою динамічністю психічних процесів і станів, які зумовлені зміною соціального докільця. Зокрема, вступ до навчального закладу у значної частини молоді супроводжується дезадаптацією, що спричинена новизною студентського статусу, відсутністю референтної групи, підвищеними вимогами з боку професорсько-викладацького складу, напруженістю та жорстким режимом навчання, збільшенням обсягу самостійної роботи і самовідповідальності загалом. Усе це вимагає від першокурсника значної мобілізації своїх можливостей для успішного входження в нове оточення та якісно інший ритм життєдіяльності [2]. В нашому випадку це студент із функціональними обмеженнями здоров'я.

Дана категорія молодих людей, має обмежені можливості, обумовлені фізичними, психологічними, сенсорними і соціальними бар'єрами, що не дозволяють їй легко і повноцінно інтегруватися та адаптуватися, жити повноцінними життям, як інші члени суспільства, тому, на наш погляд, доцільно виділити такі види соціальної адаптації для даної категорії в контексті досліджуваної проблеми:

- активна адаптація, яка полягає у перетворенні середовища відповідно до умов, інтересів особистості;

- пасивна адаптація - сприйняття впливу середовища як незмінного та підкорення умовам, що диктує життя;

- креативна адаптація виступає певним компромісом щодо двох попередніх типів. Вона ґрунтується на фільтруванні впливів соціуму, сприймає те, що вважає слушним та необхідним. Якщо активна модель адаптації вражає своїм героїзмом, то креативна захоплює відчуттям необмежених можливостей людського духу [3].

У науковій літературі зустрічаємо і таку класифікацію:

- статична адаптація, коли абітурієнт націлений лише на сприйняття моделей і відтворення загальноприйнятих алгоритмів поведінки;

- динамічна адаптація припускає не тільки "вписування" у середовище, але і його зміну [3].

На жаль, саме пасивна та статична адаптація найбільш поширена серед молоді з функціональними обмеженнями, а особливо в процесі інтеграції в суспільство. Але забезпечення освітніх можливостей для студентів з особливими потребами, створення певних умов для повноцінного навчання та спілкування з членами групи при необхідному рівні психолого-педагогічної готовності можуть змінити на краще процес адаптації даної групи осіб. Інтеграція стає для цих молодих людей головним завданням перших студентських років, коли їм потрібно інтегруватися в навчальний процес, у колектив студентської групи, пристосувати до ритму університетського життя і навчання свій організм, підтримуючи його працездатність, розкрити свої здібності й таланти.

Проблеми адаптації та доступності навчання для студентів із функціональними обмеженнями пов'язані з труднощами комунікації, з їх руховими особливостями. Нечіткість вимови та специфіка артикуляції заважає їх вільному спілкуванню з іншими студентами та викладачами. Коло проблем таких студентів – це порушення психічних пізнавальних процесів, занижена самооцінка, занижений рівень домагань і багато інших. Проте однією з найактуальніших проблем є порушення взаємовідносин зі здоровими студентами і викладачами через деформуючий вплив на особистість хронічного захворювання і виникнення стереотипних очікувань від даної категорії молоді у здорових студентів. А це, в свою чергу, може стати пусковим механізмом для формування у студентів з обмеженими можливостями як внутрішньоособистісного конфлікту, так і

зовнішнього міжособистісного конфлікту під час навчання у вищому навчальному закладі. А ми розуміємо, що студентам даної категорії досить нелегко навчатись через наявність у них певних фізичних дефектів чи фізіологічних розладів.

Тому доцільним, на наш погляд, для адаптації молоді та всіх суб'єктів взаємодії в навчально-виховному процесі є впровадження тренінгових програм в інтегрованих групах вищого навчального закладу. На сьогоднішній день широко розроблені методи емпатійного слухання (К.Роджерс), створені спеціальні програми навчання навичок емпатії психотерапевтів, викладачів, подружжя (А.Голдстейн, Т.Гордон), програми соціально-психологічного тренінгу емпатії для молодших школярів та підлітків (М.Удовенко), тренінгова програма розвитку професійних якостей психолога, визначальних для роботи в початковій школі (І.Мартинюк), а також програма тренінгу сенситивності студентів-медиків (О.Юдіна) [4].

На відміну від традиційних методів навчання соціально-психологічний тренінг спрямований передусім на:

- розвиток особистості;
- формування ефективних комунікативних умінь;
- засвоєння навичок як ділового спілкування, так і неформального;
- формування впевненості в собі та зниження тривожності у спілкуванні;
- стійку мотивацію до саморозвитку.

При використанні цієї форми навчання позиція викладача характеризується яскраво вираженою спрямованістю на особистість учасника групи, на підтримку й допомогу в його розвитку, на засвоєння теоретичних знань у їх безпосередньому відпрацюванні на практиці. Цьому сприяє саме специфіка тренінгу як однієї із сучасних форм психолого-педагогічної підготовки викладачів. Річ у тому, що набуття нових навичок і досвіду відбувається у тренінгу завдяки активній участі всіх членів групи та кожного зокрема. Принцип активності передбачає не засвоєння готових знань і прийомів, а самостійне відпрацювання найбільш ефективних навичок спілкування.

Другий важливий принцип соціально-психологічного тренінгу – принцип зворотного зв'язку, на якому ґрунтується набуття нового перцептивного, емоційного та когнітивного досвіду. Специфіка зворотного зв'язку тренінгу – це його описовий, а не оцінювальний характер, його не віддаленість, реальність як відправника, так і того, хто отримує, реалізація його в контексті групи.

Зауважимо, що в навчально-виховній практиці вузів немає спеціальних педагогічних методів активного впливу на особистість з метою професійної психокорекції її якостей. Проте в нашому випадку це сприяло б підвищенню адаптації всіх суб'єктів навчально-виховного процесу в інтегрованих групах вищого навчального закладу.

Тренінг і традиційні форми навчання мають суттєві відмінності. Традиційне навчання більш орієнтоване на правильну відповідь, і за своєю сутністю є формою передачі інформації та засвоєння знань. Натомість тренінг, перш за все, орієнтований на запитання та пошук. На відміну від традиційних, тренінгові форми навчання повністю охоплюють весь потенціал людини: рівень та обсяг її компетентності (соціальної, емоційної та інтелектуальної), самостійність, здатність до прийняття рішень, до взаємодії тощо. Звичайно, традиційна форма передачі знань не є сама по собі чимось негативним, проте у світі швидких змін і безперервного старіння знань традиційна форма навчання має звужені рамки застосування [5].

Так само, як і будь-яке навчальне заняття, тренінг має певну мету. Нею можуть бути:

- інформування та набуття учасниками тренінгу нових професійних навичок та умінь;
- опанування новими технологіями в професійній сфері;
- зменшення чогось небажаного (проявів поведінки, стилю неефективного спілкування, особливостей реагування тощо);
- зміна погляду на проблему;
- зміна погляду на процес навчання, аби зрозуміти, що він може давати наснагу та задоволення;
- підвищення здатності учасників до позитивного ставлення до себе та життя;
- пошук ефективних шляхів розв'язання поставлених проблем завдяки об'єднанню в тренінговій роботі різних спеціалістів, представників різних відомств, які впливають на розв'язання цих проблем.

Пропонуємо розглянути елемент тренінгового заняття адаптації викладачів, здорових студентів та студентів із функціональними обмеженнями здоров'я при входженні в інтегроване середовище вищого навчального закладу.

Зміст тренінгу спрямований на адаптацію викладачів, здорових студентів та студентів з обмеженими можливостями вузів в інтегрованих групах та зміну установок викладачів та здорових студентів стосовно даної категорії студентів. Тренінг пов'язаний з віртуальним зануренням у

внутрішній світ молоді людини з функціональними обмеженнями, тобто основне завдання тренінгу полягає в тому, щоб спонукати його учасників подивитися на особливих студентів зсередини, спробувати збагнути їх проблеми, почуття, сприймання світу.

Метою даного тренінгу є:

- Розвиток емпатії, соціально-перцептивного інтелекту, комунікативних здібностей (здатності розуміти емоційний стан іншої людини та співчувати їй, адекватно висловлювати свій емоційний стан та надавати зворотний зв'язок).

- Формування навичок позитивного впливу на інших, взаємодопомоги та готовності до швидкого реагування в ситуаціях.

- Підвищення розуміння необхідності розвитку в собі сенситивності, самоусвідомлення і чутливості до інших.

- Активізація внутрішніх резервів творчої активності.

Програма курсу

1. Програма базується на принципі поетапності розвитку групи та поступовості у більш глибокому розумінні кожним учасником себе. Кожна зустріч логічно витікає із попередньої та являється у змістовому плані основою для наступної.

2. У структуру тренінгу входять індивідуальна та групова рефлексія (на початку та в кінці заняття). Цінність такої роботи полягає в осмисленні процесів, засобів і результатів індивідуальної та сумісної діяльності. До основних прийомів такої роботи належать:

- різного роду техніки невербальної взаємодії: мімічні, жестові, тактильні, рухові, що дає можливість учасникам глибше заглянути в переживання інших і наблизитися до розуміння цих переживань; психогімнастичні процедури з релаксаційним ефектом (тільки знявши фізичні (м'язові) блоки та "тиски", вивільнившись від тривожності, людина починає вільно мислити та діяти);

- ведення щоденників учасників групи;
- аналітична робота ведучого з осмислення групових процесів, зміни в позиції учасників психофізіологічних показників (стомлення, інтерес тощо).

3. Одним із провідних методів є групова дискусія: тематична та загальна спонтанна, яка визначається ситуацією в даний момент.

4. У структуру занять включені рольові ігри, які дозволяють кожному учаснику на деякий час стати різним-Я та іншим-Я, дозволяють з'ясувати, як особистісна проблема деструктує службові стосунки, робить їх неефективними.

5. Використовуються досить універсальні вправи, які є спільними для всієї тренінгової практики. Найбільша цінність утілення вправ у груповий процес полягає в їх обговоренні, в психологічному аналізі емоційно-почуттєвих реакцій.

6. Мова – основний засіб спілкування. Тому широко використовуються особисто вербальні методики. Серед них – інтонаційна техніка, прийоми ведення діалогу, способи подачі та сприйняття зворотного зв'язку.

7. У заключну частину заняття обов'язково входять самозвіти учасників.

Проектовані етапи тренінгу

Процедура 1.

Інформування про цілі тренінгу. (5 хв.)

Процедура 2

Принципи групової роботи (10 хв.)

Процедура 3

Знайомство (15 хв.)

Призначення:

- формування у членів групи установки на взаєморозуміння;

- формування першого враження один про одного;

- визначення можливих тактик та стратегій спілкування з кожним учасником;

- створення клімату психологічної безпеки.

Процедура 4

Проведення ігор та вправ

Завершення.

Самозвіти учасників.

- Що було важливим для кожного з вас на сьогоднішньому занятті?

- Як проходить практика за індивідуальною програмою?

Заключне слово тренера.

Отже, для вирішення проблем, пов'язаних з адаптацією всіх суб'єктів навчально-виховного процесу в інтегрованих групах вищого навчального закладу потрібне проведення тренінгів, адаптаційних технологій та методик, що дасть змогу всім учасникам швидко адаптуватися в інтегрованих групах вищого навчального закладу.

---

---

**Література:**

1. Зайцев Д. В. Социальная интеграция детей-инвалидов в современной России [Текст] / Зайцев Д. В. – Саратов: "Научная книга", 2003. – 255 с.
2. Селіверстов С.І. Деякі проблеми адаптації студентів першого курсу у вищому навчальному закладі. [Текст] / Селіверстов С.І.// Проблеми освіти. Наук.-метод. зб. – Вип.. 10. – К. – 1997. - С. 135-139.
3. Дікова–Фаворська О. М. Специфічні групи осіб з обмеженими можливостями здоров'я у фокусі соціології [Текст] / Дікова–Фаворська О. М.– Житомир: "Полісся", 2009. – 488 с.
4. Гірник А.М., Шпалерчук І.Н. Тренінг комунікативних вмінь. [Текст] / Гірник А.М., Шпалерчук І.Н. // Практична психологія та соціальна робота. – 2001 - №6 – С.21-25.
5. Гольдштейн А., Хомик В. Тренінг умінь спілкування. [Текст] / Гольдштейн А., Хомик В. – К.: Либідь, 2003. – 520 с.