

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«ХОРТИЦЬКА НАЦІОНАЛЬНА НАВЧАЛЬНО-
РЕАБІЛІТАЦІЙНА АКАДЕМІЯ» ЗАПОРІЗЬКОЇ
ОБЛАСНОЇ РАДИ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ОСВІТНЬО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ПРОСТОРУ:

СОЦІАЛЬНІ, ПЕДАГОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ

МОНОГРАФІЯ

Том
2

Запоріжжя
2022

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«ХОРТИЦЬКА НАЦІОНАЛЬНА НАВЧАЛЬНО-
РЕАБІЛІТАЦІЙНА АКАДЕМІЯ»
ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ОСВІТНЬО-
РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ПРОСТОРУ: СОЦІАЛЬНІ,
ПЕДАГОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ**

Монографія

Том 2

*За загальною редакцією д. пед. н., проф. В. В. Нечипоренко
За редакцією д. соціол. н., проф. Н. М. Гордієнко,
д. пед. н., доц. М. А. Дергач*

Запоріжжя
Вид-во Хортицької національної академії
2022

*Ухвалено до друку вченою радою
КЗВО «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» ЗОР
Протокол № 2 від 10.11.2022 р.*

Рецензенти:

Шеремет Марія Купріянівна – д. пед. н., професор, декан факультету спеціальної та інклюзивної освіти Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова

Шевяков Олексій Володимирович – д. психол. н., професор, професор кафедри психології та педагогіки Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ

Пріб Гліб Анатолійович – д. мед. н., професор, проректор з наукової роботи Академії праці, соціальних відносин і туризму

Автори:

Анісімова Л. В., Антоненко І. Ю. Бессараб А. О., Бохонкова Ю. О., Бочелюк В. Й., Галієва О. М., Гордієнко Н. М., Горшкова Г. В., Дергач М. А., Жадленко І. О., Кетлер-Митницька Т. С., Кіріллова А. О., Клименко О. В., Ключкова Ю. В., Кудінова М. С., Мосаєв Ю. В., Нечипоренко В. В., Панов М. С., Позднякова-Кирбят'єва Е. Г., Познякова О. Л., Сташук О. О., Таран Н. О., Турубарова А. В.

А 43 **Актуальні проблеми освітньо-реабілітаційного простору: соціальні, педагогічні та психологічні аспекти** / за заг. ред. В. В. Нечипоренко, за ред. Н. М. Гордієнко, М. А. Дергач. – Запоріжжя : Вид-во Хортиц. нац. акад., 2022. – Т. 2. – 436 с.

ISBN 978-617-7929-02-3

У монографії представлено результати науково-дослідної роботи кафедр спеціальної освіти та психології і соціальної роботи Хортицької національної академії з проблем розвитку особистості в освітньо-реабілітаційному просторі. В другому томі висвітлюються питання формування окремих психологічних, соціологічних та педагогічних феноменів особистості в умовах освітньо-реабілітаційного простору, розкриваються шляхи і тенденції підготовки фахівців до роботи з особами з особливими освітніми потребами в умовах освітньо-реабілітаційного простору.

Адресується науковцям, викладачам, студентам вищих навчальних закладів, магістрам та всім, хто цікавиться проблемами спеціальної педагогіки, спеціальної психології, соціології та соціальної роботи.

УДК 37:364-57]:[316.614+37.013+159.9

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА СУЧАСНОЇ СОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ	8
Нечипоренко В. В.	
<i>1.1. Структурно-функціональна модель управління реабілітаційним хабом у структурі освітньо-реабілітаційного простору Хортицької національної академії</i>	8
Гордієнко Н. М.	
<i>1.2. Соціальна практика як один із компонентів соціальної реабілітації центру системної реабілітології (реабілітаційного хабу) Хортицької національної академії</i>	22
Позднякова-Кирбят'єва Е. Г., Масаєв Ю. В.	
<i>1.3. Соціологічний вимір сучасної соціальної реабілітації</i>	39
Дергач М. А.	
<i>1.4. Арт-терапевтичні техніки в системі соціально-психологічної допомоги літнім людям, що постраждали внаслідок військової агресії</i>	65
Кудінова М. С.	
<i>1.5. Характеристика програми розвитку стресостійкості старшокласників: теоретико-практичний аспект</i>	87
РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОСВІТНЬО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ПРОСТОРУ	114
Панов М. С.	
<i>2.1. Роль психосоматики у формуванні сучасних уявлень про єдність соматичного і психічного</i>	114
Бочелюк В. Й., Позднякова О. Л.	
<i>2.2. Дослідження психологічних особливостей розвитку дитини дошкільного віку з порушенням функцій опорно-рухового апарату через самоствердження</i>	126
Бохонкова Ю. О., Турубарова А. В.	
<i>2.3. Особливості писемного мовлення у дітей молодшого шкільного віку із синдромом дефіциту уваги з гіперактивністю</i>	165

Антоненко І. Ю., Кіріллова А. О.	
<i>2.4. Формування соціального інтелекту в умовах тренінгових занять у підлітків з проявами психічного інфантилізму.....</i>	193
Кетлер-Митницька Т. С.	
<i>2.5. Інтернальність як чинник відновлення психологічного благополуччя студентів в умовах пандемії: теоретичний аспект.....</i>	210
Горшкова Г. В.	
<i>2.6. Дослідження навчальної мотивації майбутніх вчителів-логопедів.....</i>	229
РОЗДІЛ 3. ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ОСВІТНЬО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ПРОСТОРУ.....	250
Бессараб А. О., Таран Н. О.	
<i>3.1. Формування комунікативних навичок у дітей з легкою розумовою відсталістю.....</i>	250
Сташук О. О.	
<i>3.2. Соціально-педагогічна характеристика сприятливого середовища реабілітаційного закладу для дітей з психофізичними порушеннями.....</i>	300
Клименко О. В.	
<i>3.3. Методичні підходи до використання корекційних можливостей музикування дітей з особливими освітніми потребами.....</i>	324
Галієва О. М.	
<i>3.4. Дослідження рівня академічної доброчесності та якості освіти серед майбутніх психологів.....</i>	335
Жадленко І. О., Анісімова Л. В.	
<i>3.5. Історичний аспект дослідження проблеми дитячого аутизму.....</i>	362
Клочкова Ю. В.	
<i>3.6. Інклюзія у закладах освіти: досвід США.....</i>	379
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	402
ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ.....	431

1.4. Арт-терапевтичні техніки в системі соціально-психологічної допомоги літнім людям, що постраждали внаслідок військової агресії

Військова агресія російської федерації проти України створила в українському суспільстві екстремальну ситуацію надзвичайно високо рівня, від якої страждає кожний громадянин. Особливо вразливою категорією є діти і літні люди. Психологічне напруження, в якому перебувають люди похилого віку через евакуацію в більш безпечні регіони країни, поселення в зони компактного проживання, зокрема модульні містечка, гуртожитки, центри допомоги, що переобладнані для проживання людей соціальні установи тощо, накладаються на соціально-психологічні фрустрації, зумовлені особливостями старшого віку, значно погіршуючи психічне здоров'я людей старшого віку. Зважаючи на це, завданням психологів, які надають психологічну допомогу постраждалим цивільним в наслідок військових дій, є пошук методик і технологій, використання яких зможе гармонізувати психічний стан внутрішньо переміщеної людини похилого віку.

Кожен період в житті людини, зокрема в похилому віці, ставить складні завдання в плані особистісного розвитку. Їх вирішення вимагає нових навичок, нового ставлення літньої людини до реальності, що не завжди є можливим через вікові зміни. Обмеження фізичних

можливостей літньої людини, відповідно, відображаються на психічній сфері та впливають на її спосіб життя, утруднюючи його. Бездіяльність на цьому етапі онтогенезу поступово призводить до втрати індивідуальності, відмови від повноцінного життя і, як наслідок, зміни місця людини похилого віку у суспільстві.

Усвідомлюючи фізіологічні процеси, що відбуваються після 60 років, літня людина відчуває психологічний дискомфорт, який впливає на її моделі поведінки. Особливо це загострюється, коли вона потрапляє у нове незнайоме для неї фізичне і соціальне середовище, зокрема, в спеціалізовані центри для внутрішньо переміщених людей [1]. Питання спеціалізованої психологічної та психотерапевтичної допомоги, налагодження соціальних контактів всередині таких центрів та за їх межами, створення психологічного комфорту, психологічного супроводу літніх людей під час перебування в центрах внутрішньо переміщених осіб потребує вирішення [4].

Актуальність зазначених питань зумовлюється тим, що, опинившись у стінах установ для тимчасового проживання внутрішньо переміщених осіб, літні люди переживають розрив звичних соціальних зв'язків і труднощі у налагодженні та підтримці нових соціальних відносин. Це значно загострює загальний психологічний стан літньої людини, який, в цілому, характеризується збідненим емоційним та інтелектуальним життям, актуалізацією страху смерті, втратою значущих сенсів життя, переживанням екзистенціальної тривоги та ін. Отже, соціально-психологічна адаптація літніх людей до умов перебування в нових життєвих умовах є досить важливою [6].

Соціально-психологічна адаптація людей похилого віку спрямована на зняття психологічної напруги, збереження і продовження їх соціальної активності, розвиток особистісного потенціалу, задоволення потреби у

визнанні, різноманітних культурно-просвітницьких та комунікаційних потреб, пробудження нових інтересів тощо. На нашу думку, ефективність соціально-психологічної адаптації літніх людей значно підвищиться за умови психологічного супроводу цього процесу. Для перевірки такого припущення було здійснене наукове дослідження, за результатами якого розроблена програма психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації людей похилого віку в умовах компактного проживання в центрах для внутрішньо переміщених осіб.

Дослідження проводилося в Запорізькому міському центрі соціально-психологічної допомоги м. Запоріжжя (Україна), в якому взяли участь 32 людини похилого віку. Головними завданнями дослідження було виявлення особливостей процесу соціально-психологічної адаптації літніх людей до умов перебування в центрі допомоги; розробка та апробація програми психологічного супроводу людей літнього віку, спрямовану на покращення їх адаптаційних механізмів.

Виявлення особливостей адаптації літніх людей до умов перебування в центрі допомоги здійснювалося методом тестування з використанням опитувальника Р. Даймонда і К. Роджерса «Діагностика соціально-психологічної адаптації». Отримані результати оброблялися за допомогою методів математичної статистики з використанням критерія Фішера та t-критерія Стьюдента.

Програма психологічного супроводу людей похилого в умовах їх перебування в центрі допомоги розроблялась на основі арт-терапії [2; 3; 5]. Вибір саме арт-терапевтичних технік і вправ зумовлювався наступними положеннями:

1. Майже кожна людина (незалежно від віку, культурного досвіду чи соціального статусу) може брати участь в арт-терапевтичній роботі. Арт-терапія не вимагає

особливих мистецьких здібностей або спеціальних художніх навичок.

2. Арт-терапія – це засіб невербального спілкування, що робить її особливо цінною для тих, кому складно словом описати свої переживання. Символічна мова є однією з основ мистецтва і допомагає людині більш точно висловити переживання, по-новому поглянути на життєві проблеми та знайти шляхи до їх розв'язання.

3. Художня творча діяльність є потужним засобом зближення людей. Заняття художньою творчістю активізують і збагачують комунікативні навички особистості, сприяють орієнтації на міжособистісну взаємодію.

4. Арт-терапія – засіб вільного самовираження і самопізнання. Художня творчість допомагає осмислити і оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил і спілкування із самим собою.

5. Арт-терапія заснована на мобілізації творчого потенціалу особистості, концентрації позитивного емоційного заряду, який сприяє формуванню активної життєвої позиції та впевненості у своїх силах.

Психологічний супровід людей похилого віку розглядався нами як сукупність певних обставин, які створювалися в соціальному середовищі (у нашому випадку – в центрі допомоги) та позитивно впливали на процес їхньої соціально-психологічної адаптації до нового соціального середовища, в якому опинилися люди похилого віку внаслідок внутрішнього переміщення. Психологічний супровід умовно був розподілений на три етапи:

I етап. Ознайомлювальний, головними завданнями якого було увести літніх людей до нових умов життєдіяльності, які могли сприйматися ними як чужі і, відповідно, викликати психологічну напругу; досягти повноцінного включення в процеси, які відбувалися

навколо; активізувати соціально-психологічні механізми пристосування літніх людей до нових умов життя.

II етап. Початкова взаємодія. Він співпадає з адаптаційним етапом, що характеризується прагненням людини налагодити перші комунікативні зв'язки. Завдання психологічного супроводу на цьому етапі полягало у розширенні комунікативного кола засвоєння соціальних цінностей в ході активної взаємодії літньої людини з іншими членами колективу.

III етап. Сумісність, яка характеризується тим, що вимоги суб'єкта (літньої людини) та вимоги середовища збігаються. Завдання психологічного супроводу на цьому етапі – це створення умов, при яких літня людина усвідомлює свою приналежність до соціального середовища, в якому перебуває і, тим самим, максимально адаптується до нього.

Отже, програмою дослідження передбачалося: а) виявити психологічні ресурси адаптації людей похилого віку; б) скласти та апробувати програму психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації літніх людей.

1. Психологічні особливості

соціально-психологічної адаптації людей літнього віку

Для виявлення особливостей соціально-психологічної адаптації людей похилого віку до умов перебування у геріатричному стаціонарі застосовувався «Опитувальник соціально-психологічної адаптації Р. Даймонда – К. Роджерса».

Аналіз та інтерпретація отриманих даних дозволила зробити висновок: за середніми показниками низький рівень адаптивності виявляється у незначній кількості сімейних і самотніх людей похилого віку, проте, за показниками середнього рівня адаптованості в групі самотніх осіб виявлена перевага над сімейними, що свідчить про кращу адаптованість самотніх людей до перебування в центрі допомоги, ніж сімейних. Також були виявлені значимі розбіжності за шкалами «прийняття

себе», «прийняття інших», «внутрішнього контролю», «зовнішнього контролю», «домінування», «веденості». Розглянемо це більш детально.

За шкалою «прийняття себе» виявлено, що показники самотніх людей похилого віку (86%) більші, ніж у сімейних (83%), тобто, в сімейних людей вищий рівень неприйняття себе, ніж у самотніх. Це дозволяє передбачити, що самотні люди є більш дружніми до свого власного «Я», вони схвалюють себе, довіряють собі та мають позитивну самооцінку. Сімейні люди, в свою чергу, бачать в собі переважно недоліки, мають низьку самооцінку та схильні до самозвинувачення. Такий факт можна пояснити тим, що тип проживання накладає відбиток на людину: самотні люди звикли самі піклуватися про себе і покладатися тільки на себе, в той час як сімейні, звикли спочатку турбуватися та звертати увагу на близьких, а вже потім думати про себе.

Щодо результатів за шкалою «прийняття інших», то тут навпаки, більш високі показники за нормою отримали сімейні люди похилого віку (79%), ніж самотні (76%), що відображає рівень їх дружності-ворожості до оточуючих людей, до світу: вони приймають людей, схвалюють їх життя і ставлення до себе в цілому, очікують позитивного ставлення оточуючих до себе. А самотні люди більш схильні критичного ставитися до інших, виявляти зневагу по відношенню до них, очікувати негативного ставлення до себе. Це також пояснюється типом проживання: самотні люди звикли бути на одинці, вони закриті для інших, тому й виявляється схильність ворожого ставитися до оточуючих. В той час як сімейні люди навпаки, звикли бути серед людей, що зменшує напругу у взаємодії людини, з оточуючим соціальним середовищем.

За показниками шкали «внутрішнього контролю» виявлено, що самотні люди похилого віку (86%) мають більший внутрішній контроль, ніж сімейні (77%). Це дозволяє припустити, що самотні люди відчувають себе

активними об'єктами власної діяльності, вважають, що події, які відбуваються в їх житті – це результат власної діяльності. Сімейні люди навпаки, звикли більше покладатися на інших і тому вважають, що події їхнього життя – це результат дії зовнішніх сил (випадку, інших людей і т.п.). Знову ж таки, на такий стан речей впливає тип проживання людини. Показники в нормі за шкалою «зовнішнього контролю» навпаки переважають у сімейних людей похилого віку (89%), ніж у самотніх (85%). Це свідчить про те, що самотні люди більш звернені на самих себе, на власний внутрішній контроль, ніж на зовнішній; вони звикли переживати все в собі, в той час як сімейні навпаки – більше звернені на зовнішній контроль.

За шкалою «домінування» виявлено, що показники сімейних людей похилого віку (79%) більші, ніж показники самотніх (71%). Це дає підстави передбачити, що домінувати в міжособистісних стосунках сімейні люди прагнуть набагато частіше, ніж самотні.

За шкалою «відомості» показники сімейних людей (72%) також вищі, ніж показники самотніх (67%), відповідно припускаємо: сімейні люди можуть краще узгоджувати свої дії з іншими, підпорядковуватися нормам чи правилам ніж самотні. Також це може свідчити про те, що самотні люди частіше уникають міжособистісних стосунків ніж сімейні.

Узагальнюючи вищесказане, можна зробити висновок, що самотні люди похилого віку краще адаптуються до умов проживання в центрі допомоги ніж сімейні, проте, сімейні люди краще адаптуються до міжособистісних стосунків зі своїми однолітками, які проживають в центрі допомоги. Отже, в ході організації та впровадження психологічної допомоги людям похилого віку з метою їх ефективної адаптації до умов перебування в центрі допомоги, насамперед, важливо враховувати наступні правила:

– при роботі з самотніми людьми похилого віку першочерговим є налагодження особистісних стосунків з мешканцями центру допомоги;

– при роботі з сімейними людьми похилого віку головним є пристосування їх до умов перебування в центрі допомоги.

2. Програма психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації людей похилого віку

Дослідження в центрі допомоги тривало 24 дні, в період з 06 червня по 29 червня 2022 р. Програма психологічного супроводу людей похилого віку складалася з трьох частин і впроваджувалася, відповідно, у три етапи, завданням яких було:

I етап – ознайомлення з умовами проживання; зниження рівня тривожності; досягнення стану впевненості; підвищення самооцінки; формування психологічної стійкості до життєвих подій; досягнення внутрішньоособистісної гармонії.

II етап – стимулювання до розширення комунікативного кола літніх людей; розвиток уміння правильно висловлювати свої думки та вміння приймати точку зору інших; уникнення конфліктних ситуацій, що виникають в ході комунікації; досягнення гармонійної взаємодії з іншими мешканцями центру допомоги.

III етап – підвищення рівня ідентичності; усвідомлення своєї приналежності до соціального середовища, в якому перебуває літня людина.

Психологічний супровід літніх людей здійснювався у формі занять-зустрічей, які проводилися в першій половині дня, орієнтовно з 10.00, і тривали від однієї до півтори години. Важливим було враховувати вікові особливості випробуваних: швидко втомлюваність та нестійку мотивацію до роботи.

Розглянемо структуру та зміст програми психологічного супроводу соціально-психологічної

адаптації людей похилого віку до умов перебування в центрі допомоги.

I етап психологічного супроводу

Головна мета цього етапу – зниження рівня тривожності та досягнення стану впевненості людини похилого віку в умовах перебування в центрі допомоги. Відповідно, наші дослідницькі завдання полягали у наступному:

– дослідити емоційну атмосферу людини похилого віку та допомогти відчувати внутрішню цілісність її особистості;

– скорегувати вплив оточуючого середовища на психіку літньої людини;

– виявити ресурсні та проблемні етапи життя літньої людини та звернути її увагу на особистісні ресурси.

Психологічний супровід на I етапі здійснювався на заняттях-зустрічах шляхом знайомства людей один з одним, з використанням методів арт-терапії.

Зустріч 1. (08.06.22).

Мета зустрічі: знайомство людей один з одним (1 год.). Хід заняття:

1. Міні лекція на тему: «Що таке арт-терапія» (10 хв.).

2. Вправа «Мене звать ... Я люблю себе за те, що ...» (10 хв.).

Мета: знайомство, відновлення в пам'яті імен учасників групи і створення робочої атмосфери. Очікуваний результат – знайомство один з одним, налагодження доброзичливої атмосфери та встановлення перших соціальних контактів.

3. Вправа «Напиши своє ім'я» (35 хв.).

Мета: навчитися само презентуватися, виявляти свої сильні сторони, та налагодити більш тісний контакт між підопічними стаціонару. Очікуваний результат – люди похилого віку впевнено презентують себе, виявляють

сильні сторони та індивідуальність своєї особистості, налагоджують тісний міжособистісний контакт.

Зустріч 2. (09.06.22).

Мета зустрічі: дослідити емоційну атмосферу людини похилого віку та допомогти відчувати внутрішню цілісність особистості. (1 год.). Хід заняття:

1. Вправа «Комплімент» (10 хв.).

Мета: зняти напругу, налагодити доброзичливу атмосферу, створити робочу атмосферу.

2. Вправа «Трояндовий кущ» (арттерапевтична техніка В. Окландер) (45 хв.).

Мета: діагностика психоемоційного стану людини. Очікуваний результат – осмислення літньою людиною свого емоційного стану, що сприятиме відчуттю внутрішньої цілісності, єдності прагнень та намірів, пошуку ресурсного потенціалу та гармонізації із зовнішнім світом.

Зустріч 3. (10.06.22).

Мета зустрічі: скорегувати вплив оточуючого середовища на психіку людини похилого віку методами ізотерапії (1 год.). Хід заняття.

1. Вправа «Перші враження» (25 хв.).

Мета: налагодити контакт між людьми похилого віку та підкреслити важливість кожного в цьому соціумі. Очікуваний результат: зниження рівня відчуженості та тривожності, формування відчуття зовнішньої підтримки.

2. Вправа «Колір – почуття» (35 хв.).

Мета: корекція впливу оточуючого середовища на психіку людини шляхом оптимального поєднання форми та кольору; діагностика особливостей характеру, психічного та емоційного стану людини на основі його кольорових уподобань та загальноприйнятих співвідношень «колір – почуття – настрій».

3. Міні-лекція «Властивості кольорів» (15 хв.).

Очікуваний результат: зниження рівня відчуженості та тривожності, відчуття підтримки у підопічних центру,

налагодження емоційного стану людини на основі її кольорових уподобань.

Зустріч 4. (13.06.22).

Мета зустрічі: виявити ресурсні та проблемні етапи життя літньої людини та звернути її увагу на власні особистісні ресурси (1 год.). Хід заняття.

1. Вправа «Долоньки» (15 хв.).

Мета: отримання позитивного зворотного зв'язку, активізація особистісних ресурсів. Очікуваний результат – задоволення від міжособистісної взаємодії, активізація власних ресурсів.

2. Вправа «Лінія життя» (45 хв.).

Мета: виявити ресурсні та проблемні етапи життя випробуваних, акцентувати їх увагу на власні ресурси. Очікуваний результат – розкриття та активізація особистісних ресурсів людини похилого віку, її самоприйняття.

По завершенні I етапу програми психологічного супроводу адаптації літніх людей до умов центру допомоги виявлено зниження рівня тривожності та досягнення стану впевненості, підвищення самооцінки та самоприйняття.

II етап психологічного супроводу

Головна мета цього етапу – досягти гармонійної взаємодії між мешканцями центру допомоги. Відповідно, були сформульовані такі завдання:

– допомогти налагодити перші комунікативні зв'язки;

– стимулювати літніх людей до розширення комунікативного кола;

– згуртувати групу шляхом знаходження у мешканців центру подібних рис і якостей;

– допомогти літнім людям засвоїти соціальні цінності при активній взаємодії з іншими.

Зустріч 1. (15.06.22).

Мета зустрічі: налагодити перші комунікативні зв'язки (1 год.). Хід заняття.

1. Вправа «Інтерв'ю» (25 хв.).

Мета: розвинути комунікативні навички. Очікуваний результат: вдосконалення вміння слухати партнера, адекватно реагувати на нього, висловлювати власні думки та виявляти емоції, встановлювати комунікативні зв'язки.

2. Вправа «Передача листа» (35 хв.).

Мета: зміцнення комунікативних зв'язків. Очікуваний результат: налагоджений комунікативний зв'язок між людьми похилого віку та скорочення комунікативної дистанції.

Зустріч 2. (17.06.22).

Мета зустрічі: стимулювати розширення комунікативного кола літніх людей (1 година).

1. Вправа «Заверши карлючку» (15 хв.).

Мета – позитивне налаштування на роботу.

2. Вправа «Маскотерапія» (45 хв.).

Мета: проекція вербальної комунікації. Очікуваний результат: закріплення навичок вербальної комунікації та виявлення індивідуальності кожного учасника групи.

Зустріч 3. (20.06.22).

Мета зустрічі: згуртувати групу через пошук подібності між підопічними центру (1 година).

1. Вправа «Єдність» (10 хвилин).

Мета: формування емоційно-вольової єдності групи. Очікуваний результат: підвищення групової згуртованості.

2. Вправа «Без маски» (15 хв.).

Мета: розкрити особистість кожного учасника та сформувати потребу у підтримці один одного. Очікуваний результат: виявлення індивідуальності кожної дитної людини, формування розуміння цінності та унікальності кожної особистості.

3. Вправа «Пошук схожості» (35 хв.).

Мета: згуртувати групу через пошук схожих елементів чи рис між її учасниками. Очікуваний результат: учасники приходять до думки про те, що між ними набагато більше подібного, ніж це здається на перший погляд; формування розуміння того, що подібне в нас – є основою для згуртування.

Зустріч 4. (22.06.22).

Мета зустрічі: навчити людей літнього віку засвоювати соціальні цінності при активній взаємодії з іншими індивідами (1 год.).

1. Вправа «Наш герб» (25 хв.).

Мета: активна взаємодія між підопічними центру. Очікуваний результат: згуртованість випробуваних.

2. Вправа «Моя лялька» (лялькотерапія) (35 хв.).

Мета: закріпити внутрішні ресурси та активізувати творчу роботу кожної людини у групі.

По завершенню II етапу програми психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації літніх людей до умов перебування в центрі допомоги виявлена гармонізація міжособистісної взаємодії, значне розширення комунікативного кола літніх людей, підвищення рівня засвоєння ними соціальних цінностей та унікальності кожної людини.

III етап психологічного супроводу

Головна мета III етапу – дати можливість літній людині усвідомити свою приналежність до соціального середовища центру допомоги, в якому вона перебуває. Відповідно, сформульовано такі завдання:

– активізувати в літній людині почуття власної значущості;

– зміцнити ідентичність літньої людини в колективі однолітків;

– створити тісний психологічний контакт між людьми похилого віку;

– закріпити комунікативний зв'язок між підопічними центру та їх пристосованість до нового соціального середовища.

Зустріч 1 (24.06.22).

Мета зустрічі: стимулювати почуття значущості та зміцнити ідентичність людини похилого віку в колективі однолітків (1 год.).

1. Вправа «Передати одним словом» (15 хв.).

Мета: виявити важливість інтонацій в процесі комунікації. Очікуваний результат: розвиток комунікативної перцепції, вміння інтонаційно підкреслювати важливі слова.

2. Вправа «Малюємо кола» (45 хв.).

Мета: дослідити особливості власної особистості. Очікуваний результат: визначення і осмислення випробуваними особистісних рис і якостей, цінностей та уподобань учасників арт-терапевтичного процесу; отримання задоволення від спільного творчого процесу, згуртування колективу.

Зустріч 2 (27.06.22).

Мета зустрічі: створити тісний психологічний контакт між людьми похилого віку методами музикотерапії (1 год.). Хід заняття.

1. Міні-лекція «Що таке музикотерапія?» (15 хв.).

2. Вправи з музикотерапії (35 хв.).

Мета: активізувати пізнавальні процеси, моторику, емоційний стан випробуваних. Очікуваний результат: психологічне перезавантаження літніх людей, відновлення функцій організму шляхом досягнення вищого ступеня міжособистісної інтеграції.

Зустріч 3. (28.06.22).

Мета зустрічі: створити тісний психологічний контакт між людьми похилого віку методами казкатерапії (1 год.). Хід заняття.

1. Міні-лекція «Що таке казка-терапія?» (15 хв.).

2. Вправи з казкатерапії (45 хв.).

Мета: створити тісний психологічний контакт між людьми похилого віку. Очікуваний результат; переосмислення взаємодії з іншими людьми, отримання задоволення від міжособистісної комунікації, гармонізація психологічного стану.

Зустріч 4 (29.06.22).

Мета зустрічі: закріпити комунікативний зв'язок між підопічними центру. (1 год.).

1. Вправа «Колаж на тему: «Наш центр допомоги» (50 хв.).

Мета: закріпити тісний психологічний контакт між людьми. Очікуваний результат: взаємна підтримка учасників арт-терапевтичного процесу, задоволеність від спільної роботи, прийняття індивідуальності кожного учасника творчого процесу.

2. Вправа «Подарунок» (10 хв.).

Мета: позитивне завершення роботи, активізація індивідуальної та групової рефлексії. Очікуваний результат: гармонізація внутрішнього стану випробуваних, згуртованість, прийняття себе та інших.

По завершенню III етапу психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації людей похилого віку до умов центру допомоги виявлено, що у них значно підвищився рівень групової згуртованості, налагодився тісний психологічний контакт та комунікативний зв'язок, підвищилася пристосованість до соціального середовища.

3. Рекомендації щодо впровадження програми психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації людей похилого віку

Запропонована програма може використовуватися в різних типах соціальних установ в ході психологічного супроводу та підтримки процесу соціально-психологічної адаптації літніх людей.

Психологічна допомога повинна здійснюватися за алгоритмом, який відповідає загальним особливостям адаптації людини до нових умов життєдіяльності.

Відповідно, наша програма психологічної допомоги складається з трьох етапів: до I етапу віднесено: ознайомлення, зниження рівня тривожності; досягнення стану впевненості; підвищення самооцінки; формування психологічної стійкості до подій у житті; досягнення внутрішньоособистісної гармонії людей похилого віку. До II етапу віднесено: стимулювання розширення комунікативного кола літніх людей; розвиток уміння висловлювати правильно свої думки та вміння приймати точку зору інших для уникнення конфліктних ситуацій; досягнення гармонійної взаємодії між мешканцями стаціонару. До III етапу віднесено: усвідомлення своєї приналежності до соціального середовища, в якому перебуває літня людина. Результати апробації такої програми психологічного супроводу виявили, що у людини похилого віку підвищується показник групової згуртованості, покращуються навички вербального і невербального спілкування, знижується показник тривожності, психологічної напруги, підвищується самооцінка, в цілому в групі створюється позитивна атмосфера та ін.

Успішність психологічної допомоги людям похилого віку залежить від низки умов. Перше, на що треба звернути увагу, це те, що заняття з літніми людьми проводяться в першій половині дня. Люди літнього віку швидко втомлюються та втрачають зацікавленість, тому тривалість занять не повинна перевищувати годину.

Кожне заняття необхідно починати з привітання, з висловлення подяки за зустріч, радості від можливості бачити всіх, хто прийшов та похвали за їх бажання чомусь навчатися та зростати.

На початку зустрічі важливо презентувати себе: представитися групі, розповісти про себе. Це створить атмосферу довіри між учасниками занять. Необхідно розказати про сутність спільної роботи та встановити в групі правило звернення один до одного. Це дозволить

впорядкувати дії всіх членів групи. На вашому одязі повинен бути бейдж, на якому написано ваше ім'я, так люди похилого віку не будуть перейматися через те, що можуть забути, як вас звать. Учасникам групи також можна запропонувати використовувати бейджи з іменами для зручності в спілкуванні.

Кожне нове заняття має починатися з міні-вправи, яка допомагає налаштувати всіх на роботу та налагодити позитивну атмосферу в групі. В ході заняття обов'язково звертайте увагу на реакцію літніх людей на запропоновану вправу. Не потрібно їх примушувати виконувати ту чи іншу вправу, якщо вони відмовляються. Літніх людей можна тільки змотивувати на її виконання або запропонувати альтернативний вид діяльності.

Під час проведення заняття необхідно враховувати і такі ймовірні фактори, як слабкість зору і слуху, тугорухливість суглобів людей літнього віку. Тому, зважаючи на це, потрібно голосно і чітко говорити, за необхідності повторювати фрази декілька раз. Якщо у вправі використовується текст, то він має бути надрукований великим шрифтом.

Всі міні-лекції необхідно робити змістовними та зрозумілими, матеріал має подаватися чітко і лаконічно. Ви маєте більше розповідати, звертаючись до кожного з учасників зустрічі, а не читати текст з аркуша. В ході викладення лекційного матеріалу обов'язково використовуйте приклади та ілюстрації.

Перед виконанням кожної вправи необхідно чітко і лаконічно повідомити учасників про хід роботи, розкриваючи зміст кожного її етапу.

Люди похилого віку під час заняття повинні сидіти по колу. Такий формат розташування сприяє налагодженню доброзичливої атмосфери та зручний при виконанні багатьох вправ.

Наприкінці кожної зустрічі-заняття проводиться шеринг, де люди похилого віку по черзі обмінюються

отриманими враженнями, розповідають про своє самопочуття, обговорюють спільну дію тощо, можливо, висловлюють якісь побажання.

Також ми повинні обов'язково акцентувати увагу літніх людей на те, що в ході роботи в групі не має правильних чи не правильних думок. Групою приймається правило на заборону критики, порівняння і оцінювання суджень, дій і думок інших. Ми підкреслюємо, що кожна робота є унікальною та індивідуальною. Таким чином, кожен учасник має можливість залишатися самим собою, не відчувати незручність, сором, образу від порівняння з більш успішними, на його погляд, людьми. Дуже важливо доброзичливо, стримано та поважно ставитися до людей похилого віку.

Особливу увагу психолог повинен приділяти методиці проведення занять і окремих вправ з людьми похилого віку. Зупинимося більш детально на особливостях проведення деяких вправ, які були внесені нами під час апробації програми психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації літніх людей до умов центру допомоги.

1. Вправа «Мене звать ... Я люблю себе за те, що ...».

Мета: знайомство, відновлення в пам'яті імен учасників групи і створення робочої атмосфери.

В ході цієї вправи потрібно починати з себе, таким чином Ви краще налаштуєте групу до себе, відкриєтесь їй та продемонструєте, що в її виконанні не має нічого складного. Також можна запропонувати назвати, що людина любить взагалі, замість того, що вона любить у собі. В ході цієї вправи Ви може занотовувати для себе імена та уподобання членів групи.

2. Вправа «Напиши своє ім'я».

Мета: набути навичок навчитися самопрезентації, виявляти свої сильні сторони та налагодити більш тісний контакт між мешканцями центру. В цій вправі

пропонується зобразити свої імена на аркуші паперу в довільному стилі і формі, а після цього презентувати себе через малюнок.

Під час проведення цієї вправи можливі такі труднощі: деякі люди похилого віку можуть відмовитися від її виконання, мотивуючи це тим, що вони погано малюють і погано бачать. В такій ситуації варто запропонувати їм розповісти в усній формі про своє ім'я, подобається воно їм чи ні, можливо розповісти історію свого імені. Таким чином всі учасники групи будуть задіяні в роботі не зважаючи на те, що їх діяльність відрізняється.

3. Арт-терапевтична техніка «Трояндовий кущ» (В. Окландер) [7].

Мета – діагностика психоемоційного стану. Перед виконанням цієї техніки, людям похилого віку необхідно запропонувати більш зручно влаштуватися на своїх місцях, розслабитися та заплющити очі, кілька разів глибоко вдихнути та трішки пофантазувати про будь-що. Далі Ви, під тихе звучання легкої релаксаційної мелодії, зачитуєте основний зміст вправи. Після цього учасники зустріч-заняття повільно та поступово розплющують очі і починають малювати те, що вони відчують або уявляють. По закінченні вправи, на прикладі однієї роботи Ви аналізуєте отримані результати. Не потрібно наполягати, якщо людина не хоче, щоб її роботу аналізували, але в нашій практиці всі охоче віддавали свої роботи для аналізу.

4. Вправа «Перші враження».

Мета – налагодити контакт між людьми похилого віку та підкреслити важливість кожного в нашому соціумі.

Під час виконання вправи потрібно об'єднатися у пари та на аркуші паперу по черзі намалювати будь-які елементи зовнішнього вигляду партнера, на яких зупиняється погляд, не відриваючи олівця від паперу. Потім обговорити створені малюнки.

Виконуючи цю вправу можна зіткнутися з тим, що учасники групи відмовляються малювати. Вони обґрунтовують це хвилюванням про те, що погано намалюють і власник портрету образиться. В такій ситуації краще запропонувати інший варіант цієї роботи, де кожен учасник сформованої пари повинен по черзі висловлювати свої перші думки і враження, пов'язані з партнером, та акцентувати увагу на гарних якостях й на тому, що подобається саме в цій людині. В нашій практиці ця вправа проходила досить жваво, багато людей були приємно вражені визначеними в них якостями, багато з яких вони в собі навіть не помічали, недооцінюючи себе.

5. Вправа «Лінія життя».

Мета: виявити ресурсні та проблемні етапи життя літньої людини, звернути її увагу на власні ресурси.

Для виконання цієї вправи Ви даєте учасникам таку інструкцію: «В ході вправи потрібно на аркуші паперу накреслити горизонтальну лінію. Відзначити зліва крайню точку лінії – це початок вашого життєвого шляху. Від цієї точки по лінії зліва направо відкласти рівні відрізки, кожен з яких умовно відповідає трьом рокам вашого життя. Недалеко від правого кінця лінії відзначте точку – це сьогоdnішній день. Необхідно уявити, що лінія є графічним зображенням вашого життєвого шляху. Почніть зліва. Намагайтеся згадати перші три роки вашого життя. Візьміть олівець і розфарбуйте цей відрізок, кольором, який, як вам здасться, зміг би відобразити основні настрої, емоції, переживання цього періоду. Зробіть те ж саме з усіма іншими відрізками вашого життєвого шляху».

Після виконання інструкції і завершення малюнку Ви розпитуєте учасників про використані кольори, особливо про темні. Темні кольори можуть відображати складні події в житті людини, тож Ви можете ставити такі запитання: «Що допомогло пережити важкі події?», «На які ресурси Ви спиралися у їх подоланні?» і т.п.

В ході виконання цієї вправи ми зіткнулися з такими труднощами: декілька учасників групи відмовилися малювати, обґрунтовуючи тим, що погано бачать та не взяли свої окуляри. Ми запропонували їм не малювати, а розповісти якусь життєву ситуацію, що з ними трапилася, та як саме вони вийшли з цієї ситуації.

Після завершення малювання Ви проводите обговорення, під час якого кожен учасник групи розповідає свої життєві ситуації та вихід з них. Важливо підтримувати кожного учасника та дати йому змогу розповісти те, що він хоче. Вправа є дуже ресурсною для кожного учасника групи.

6. Вправа «Передача листа».

Мета – зміцнення комунікативних зв'язків.

Хід роботи: психолог пропонує учасникам групи що-небудь намалювати (це може бути композиція чи знайомий усім образ). Через десять хвилин кожний повинен передати свій малюнок сусіду праворуч. Той що-небудь додає до зображення й передає його далі по колу доти, доки робота не повернеться до свого автора.

В ході апробації ми з'ясували, що цю вправу для літніх людей необхідно спростити. Ми пропонуємо виконувати роботу не на окремих власних аркушах, а на одному спільному. Такий спільний аркуш передається по колу сусіду праворуч доти, доки робота не повернеться до ведучого. В результаті отримуємо одну спільну роботу, позитивні емоції від зробленої справи, а в соціально-психологічному сенсі – зміцнення комунікативних зв'язків.

Наприкінці кожної зустрічі-заняття з літніми людьми необхідно дякувати всім за плідну роботу, щирі емоції, відкритті почуття, за працьовитість та дружність.

В ході зустрічей-занять, за згодою учасників, можна робити фото і наприкінці програми, роздати їх на згадку.

Після впровадження вищезазначених занять можна зробити наступні висновки: перебування людей похилого віку в екстремальних ситуаціях значно впливають на їх не

психічне здоров'я, переміщення в наслідок військових дій агресора, перебування в тимчасово нових умовах життя, поселення в центрах допомоги значно загострює соціально-психологічні труднощі, що виникають у людей похилого віку, як результат вікових змін.

Аналіз сучасних наукових праць в галузі геронтопсихології, результати дослідження особливостей адаптації людей похилого віку переконливо свідчать про необхідність психологічної підтримки літніх людей, особливо тоді, коли змінюється звичне для них фізичне і соціальне середовище. Проведене дослідження показало, що літні люди потребують психологічного супроводу в період перебування в центрах допомоги, причому сімейний стан та спосіб життя значно впливає на їхні адаптаційні механізми.

Програма психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації літніх людей до умов перебування в центрах тимчасового поселення має розроблятися на основі арт-терапії, реалізовуватися в три етапи у формі занять-зустрічей тривалістю не більше 1 години. Організація і проведення занять-зустрічей має відбуватися з врахуванням фізичних можливостей літніх людей, їх інтересів і уподобань, проводиться у доброзичливій психологічній атмосфері.

Кінцевий результат впровадження програми психологічного супроводу соціально-психологічної адаптації літніх людей до умов перебування в місці тимчасового поселення свідчить про те, що у літніх людей:

1) знижується рівень тривожності, досягається стан впевненості, підвищується самооцінка та самосприйняття;

2) гармонізується міжособистісна взаємодія, розширюється комунікативне коло, краще засвоюються соціальні цінності;

3) краще усвідомлюється приналежність до соціального середовища та підвищується пристосованість до нього, налагоджується психологічний контакт та комунікативний зв'язок між іншими мешканцями.

Список використаних джерел:

1. Балабанова Л. М. Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2017. Вип. 22. С. 51–59.
2. Вознесенська О. Арт-терапія в роботі з вимушеними переселенцями *Простір арт-терапії. Збірник наукових праць*. 2015. Вип. 2(18). С. 23–41.
3. Вознесенська О. Л. Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям. *Практ. посібник*. Київ : Human Rights Foundation, 2015. 50 с.
4. Коленіченко Т. І. Адаптація людей похилого віку до нових соціальних умов. Київ, 2011. 183 с.
5. Лазос Г. П. Психологічна допомога внутрішньо переміщеним особам (на прикладі роботи з переселенцями з Криму). *Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник* / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко... Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : ТОВ "Видавництво "Логос". С. 26–46.
6. Ушакова І. М. *Геронтопсихологія: підручник*. Харків : НУЦЗУ, 2014. 236 с.

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ОСВІТНЬО-
РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ПРОСТОРУ: СОЦІАЛЬНІ,
ПЕДАГОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ**

Монографія

Том 2

*За загальною редакцією д. пед. н., проф. В. В. Нечипоренко
За редакцією д. соціол. н., проф. Н. М. Гордієнко,
д. пед. н., доц. М. А. Дергач*

Комп'ютерне верстання – П. В. Демченко
Дизайн обкладинки – Т. В. Геворкян-Тарасова

Підписано до друку 10.11.2022
Формат 60x84/16. Папір офсетний.
Гарнітура Times New Roman. Друк Riso.
Ум. друк. арк. 25,34.
Наклад 300 пр. Зам. № 106

Видавництво комунального закладу вищої освіти
«Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради
Україна, 69017, м. Запоріжжя, вул. Наукового містечка, 59.
Свідоцтво: ДК № 7031 від 27.12.2019 р.
E-mail: info@khnra.zp.ua
Сайт: khnra.edu.ua