

СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ПОДРОСТКОВ

В статье рассматривается проблема адаптационного потенциала подростков с умственной отсталостью. В качестве одного из факторов успешной адаптации приводится копинг-поведение. Формирование эффективных стратегий совладающего поведения во многом зависит от характера детско-родительских отношений.

Ключевые слова: умственная отсталость, адаптация, стратегии совладающего поведения, детско-родительские отношения.

В настоящее время увеличилось количество научных исследований, посвященных проблеме совладающего поведения.

Впервые термин «coping» был использован Л. Мерфи в 1962 г. в исследованиях способов преодоления детьми требований, выдвигаемых кризисами развития. К ним относились активные усилия личности, направленные на овладение трудной ситуацией или проблемой. Термин «копинг» при этом понимается как стремление индивида решить определенную проблему, которое, с одной стороны, является врожденной манерой поведения (рефлекс, инстинкт), а с другой – приобретенной, дифференцированной формой поведения (владение собой, сдержанность, склонность к чему-либо).

Копинг-поведение – форма поведения, отражающая готовность индивида решать жизненные проблемы.

Выраженность тех или иных способов реагирования на сложные жизненные ситуации ставится в зависимость от степени самоактуализации личности – чем выше уровень развития личности человека, тем успешнее он справляется с возникшими трудностями [3].

В подростковый возраст формируются устойчивые способы защитно-совладающего поведения, а также личностные особенности, выступающие в качестве ресурсов психологического преодоления трудностей. С точки зрения адаптации, успешной социализации умственно отсталые подростки являются «группой риска». Это связано не только с нарушением процесса социально-психологической адаптации у таких подростков, но и с их личностными особенностями.

Проблема успешной социально-психологической адаптации умственно отсталых подростков на сегодняшний день является актуальной.

Решение этой проблемы во многом зависит от совершенствования учебно-воспитательной работы с этой категорией детей путем реализации не только дифференцированного, но и индивидуального подхода к данному контингенту детей, предполагающего апелляцию к их личностному потенциалу.

Многие авторы отмечают, что в юношеском возрасте происходит регресс психопатических симптомов, у учащихся с легкой степенью умственной отсталости улучшается «социабельность» личности, интеллект, происходит интенсивный рост самосознания. Тем не менее, у таких учащихся отмечаются большие трудности после окончания школы при взаимодействии с другими людьми и при вступлении в новый жизненный этап. Для социальной интеграции таких подростков важным фактором оказывается формирование сбалансированной личности. Огромная роль в развитие адаптационного потенциала у подростка с умственной отсталостью принадлежит семье. Под руководством родителей ребенок приобретает свой первый жизненный опыт, знания об окружающем мире, социальные навыки. Существует большое количество работ, посвященных изучению влияния рождения ребенка с ограниченными возможностями здоровья на взаимоотношения внутри семьи. Так, Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков [1;3] относят серьезное заболевание ребенка именно к ситуационным воздействиям. Доминирующую роль в психологическом эффекте данных трудностей играет фактор внезапности (неподготовленность семьи к событию), исключительности (более легко переживается трудность, затрагивающая многие семьи), ощущение беспомощности (уверенность членов семьи, что они ничего не смогут сделать,

чтобы обезопасить себя в будущем). Все это выводит семью из состояния равновесия.

Одним из критериев, включенным в определение умственной отсталости, является нарушение адаптационных возможностей. В силу недостаточного осмысления складывающихся вокруг них социальных ситуаций у подростков с умственной отсталостью часто возникают психологические проблемы там, где у подростков с нормальным интеллектом эти задачи решаются без особого напряжения. Изучение механизмов психологической защиты у подростков с умственной отсталостью позволило установить, что для них в большей степени характерными являются незрелые, ранние механизмы защиты: «отрицание», «вытеснение», «замещение». Данное обстоятельство объясняется незрелостью личности подростков с интеллектуальным недоразвитием. При этом изучение копинг-стратегий показало, что применение сознательных механизмов совладания со стрессовой ситуацией у подростков с умственной отсталостью зачастую определяется их системой отношений с социумом и, в особенной степени, с родителями.

Цель исследования состояла в изучении особенностей копинг-поведения и детско-родительских отношений подростков с умственной отсталостью в аспекте их адаптации.

В исследовании были использованы следующие методики: «Три дерева», методика Рене Жилия, опросник копинг-стратегий детей школьного возраста, в адаптации И.М. Никольской и Р.М. Грановской, «Карта наблюдений Стотта». В исследовании принимало участие 50 подростков с легкой степенью умственной отсталости в возрасте 13–15 лет.

«Карта наблюдений Стотта» предназначена для изучения школьной дезадаптации. Мы посчитали правомерным использование данной методики для диагностики уровня адаптации, т. к. во-первых, она включает в себя много шкал и дает представление об адаптационном потенциале в более широком смысле слова, нежели только «школьная». Во-вторых, в этот период для умственно отсталых подростков школа еще является значимой группой, и попытки социализации проходят именно в школе.

Анализ результатов полученных по методике «Карта наблюдения Стотта» показал, что подростки с умственной отсталостью испытывают трудности в школьной адаптации. Для них

характерной является дезадаптация по таким симптомокомплексам, как «асоциальность», «неугомонность», «эмоциональное напряжение», «среда». Таким подросткам свойственно проявлять неусидчивость, неугомонность, эмоциональную лабильность. Наряду с перепадами настроения, невозможностью заниматься одним каким-то делом подростки с умственной отсталостью будут проявлять асоциальное поведение, негативизм. С одной стороны, подобное поведение можно связать с неблагоприятной социальной средой, по фактору которой у подростков с умственной отсталостью также выявлена дезадаптация. С другой стороны, умственно отсталые подростки «переносят» стили семейного взаимодействия во внешнюю среду, не задумываясь, относясь к этому некритично.

Методика «Три дерева» относится к разряду проективных, рисуночных тестов и предназначена для изучения отношения ребенка к своей семье. Анализируя результаты, полученные по методике «Три дерева», мы установили, что у 45,7% умственно отсталых подростков выявились конфликтные ситуации в семье. Конфликтные отношения с отцами выявились у 25% человек, действия садовника – «спилить», «пересадить», «дать меньше света», «отгородить забором». В тесте была фраза: «А может какому-то дереву ничего и не надо, ему и так хорошо». «Ничего не надо» для отцов выбрали – 21% человек, для матерей – 10,5% человек, для сестер и братьев – 7,8% человек. Конфликтные отношения с матерями выявились у 10,5% человек, действия садовника: «пересадить», «поставить забор», «меньше света». Выбор садовника «ничего не надо» может говорить о скрытом недовольстве данным членом семьи или о равнодушном отношении к нему. В целом большинство подростков положительно оценивают семейные отношения и выбирают такие действия садовника для родственников, как: «полить», «дать больше света», «внести удобрения», «пересадить к водоему», «ухаживать», «все бы сделал», «все-все для отличной жизни», «подстричь».

Большинство сравнили своих отцов с «самым большим» деревом, что может говорить о признании авторитета отца, многие сравнили мать с «самым маленьким» деревом, что может говорить о желании защищать и ухаживать. Сравнение себя с самым маленьким деревом, особенно при наличии младших братьев или сес-

тер, может говорить о ревности по отношению к младшим, привлечении внимания к себе, о некотором инфантилизме. Сравнение себя с «самым большим», «самым красивым», «больше всех нравится» деревьями может говорить о высокой или компенсаторно завышенной самооценке. Результаты, полученные при помощи методики Р. Жилия, подтверждают вышеприведенные данные. Для умственно отсталых подростков самой значимой фигурой является мать и авторитетный взрослый. Этими авторитетными взрослыми для подростков являются родители, для некоторых бабушки или дедушки, старшие братья или сестры, учителя. Этот человек самый эмоционально близкий, обеспечивающий поддержку и всегда находящийся рядом. Подростки с умственной отсталостью нуждаются в социальном окружении, поддержке и помощи.

Анализ переменных, характеризующих конкретно-личностные отношения подростка, показал, что наиболее важными для подростков также являются отношения с родителями. Для подростков важны родители как таковые, вместе. Возможность нахождения где-то (например, в кино, в театре, на прогулке) всех членов семьи является редкостью, а подросток чувствует в этом необходимость. Далее по значимости идут братья и сестры. К ним подросток эмоционально привязан, так как старшие часто находятся с ним, заменяя родителей, а младшие и ровесники нередко оказываются его единственными друзьями по играм. Потребность в общении с друзьями у подростков с умственно отсталостью выражена не так ярко как общение с членами семьи. Это может указывать на присутствие некоторой семейной изоляции. Бабушки и дедушки обозначаются детьми как менее значимые. Это может быть связано с тем, что большинство детей живет вдали от бабушки с дедушкой, а также от того, как мать и отец относятся к своим родителям.

Таким образом, родители, семья в целом является достаточно значимой для умственно отсталого подростка. Однако во многих семьях наблюдается негативное отношение к родителям (как правило, это отец или отчим), отгороженность от родителей, других членов семьи. Практически в половине случаев нам удалось обнаружить конфликтные внутрисемейные ситуации.

Говоря об адаптационных возможностях умственно отсталого подростка, важным представляется и разговор о системе совладающего

поведения. При выборе активных действий повышается вероятность устранения воздействия стрессов на личность. Совладающее поведение тесно связано с личностными характеристиками, что демонстрируется их значительным влиянием на процесс оценки, выбора и использования копинг-стратегий. Для подростков с умственной отсталостью в большей степени характерно использование таких стратегий поведения, как фантазирование, смена деятельности, избегания, поиска социальной поддержки, стратегии аффективного реагирования. В результате проведения корреляционного анализа мы смогли установить следующее. Доминирующее использование той или иной стратегии совладания оказалось взаимосвязанным с семейной атмосферой. Умственно отсталые подростки, в чьих семьях преобладает позитивная атмосфера, родители являются значимыми и семья воспринимается как единое целое, в качестве копинг-стратегий в большинстве случаев используют стратегии поиска социальной поддержки. В таких семьях родители не отталкивают ребенка, принимают его таким, какой он есть. Для подростка совершенно естественно в стрессовой ситуации обратиться за помощью к родителям, они всегда выслушают и постараются найти выход из проблемы. Привычное поведение в семье подросток переносит и на социум – он ожидает поддержки от окружающих точно также как от родителей.

Стратегия избегания свойственна тем подросткам, в чьих семьях, наоборот, не ощущается поддержка от взрослых, они привыкли к тому, что родители не очень интересуются их мыслями и проблемами. Подростки далеко не всегда способны решить свои проблемы и очень часто, не справляясь с трудной жизненной ситуацией и при этом не привыкнув искать помощь у окружения, умственно отсталый подросток старается уйти от решения ситуации, так и не найдя выхода. Такое поведение, безусловно, может способствовать возникновению дезадаптации у подростка с умственной отсталостью.

В ходе исследования нами были обнаружены стрессовые факторы, это жизненные обстоятельства в которых оказались подростки: неполные семьи, воспитание отчимом, мачехой, опекунами, есть неблагополучные семьи, где родители злоупотребляют алкоголем. Такие подростки переживают больше проблем в адаптации. Нами была прослежена тенденция за-

висимости недостатка социальной нормативности (асоциальность) с социальным положением подростка. Оказалось, что асоциальность наблюдается у подростков, которые оказались в подобных жизненных обстоятельствах. Жизненные обстоятельства данных детей могли сыграть роль условий, благоприятствующих развитию дезадаптации. Для таких подростков эффективной является стратегия фантазирования, т. е. ухода от реальности в мир грез, фантазии и стратегия избегания.

Таким образом, формирование адаптационного потенциала, развитие гармоничной личности умственно отсталого подростка в большей степени зависит от детско-родительских отношений, созданных в семье. Родители являются для своих детей образцами поведения; нарушение отношения к ребенку со стороны одного или обоих родителей является фактором риска и может способствовать развитию у него дезадаптации.

26.12.2011

Список литературы:

1. Добряков, И.В. Перинатальная психология. – СПб., 2010.
2. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / Под. ред. Л. Леви. – М., 1970.
3. Эйдемиллер, Э.Г. Методы семейной диагностики. – М., 1996.

Сведения об авторе:

Колосова Татьяна Александровна, директор ЦДО, Институт специальной педагогики и психологии, кандидат психологических наук, доцент
191002, г. Санкт-Петербург, Загородный пр-т, 24-6, e-mail: mama_t@mail.ru

UDC 159.922.766

Kolosova T.A.

E-mail: mama_t@mail.ru

COPING AS A FACTOR IN THE SUCCESSFUL ADAPTATION MENTALLY RETARDED TEENAGERS

In article the problem of adaptable potential of teenagers with intellectual backwardness is considered. As one of factors of successful adaptation the effective coping-behavior is resulted. Formation of effective strategy coping-behavior in many respects depends on character of children-parental relations.

Key words: Intellectual backwardness, adaptation, strategy coping-behavior, children-parental relations.

Bibliography:

1. Dobryakov, I.V. Perinatal psychology. – St. Petersburg., 2010.
2. Lazarus, R. Theory of stress and physiological research // The emotional stress/ed. by. L. Levy. – M., 1970.
3. Eydemiller, E.G. Methods of family diagnostics. – M., 1996.