

ДО ПРОБЛЕМИ ДЕПРИВАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ ГЛИБИННОГО ПІЗНАННЯ

Кононова М. М.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
meershaum@ukr.net

В сучасних умовах набуває особливої значущості феномен депривації, оскільки виступає потужним гальмівним чинником для повноцінного розвитку особистості.

Термін «депривація» традиційно розглядають як родове поняття, що об'єднує цілий клас психічних станів особистості, які виникають у результаті тривалого позбавлення або істотного обмеження можливостей для задоволення життєво важливих потреб.

Історично склалося розуміння депривації як позбавлення індивіда можливості задовольняти сенсорні, емоційні або когнітивні потреби.

Навіть сьогодні, під час загальнонаціонального карантину, коли ми ізолюємося, знаходимося в умовах зниженої активності (фізичної і робочої), навколо нас менше візуальних, аудіальних стимулів (оточення менш різноманітне), обмежене спілкування (що в якійсь мірі компенсується он-лайн спілкуванням), ми відчуваємо в тому чи іншому ступені депривацію.

Незважаючи на багатотомову історію вивчення явища депривації, психологи не мають єдиної думки щодо внутрішніх механізмів його впливу. Дослідження в галузі екстремальної психології дали змогу виявити зміни на фізіологічному і душевному рівнях, визначити деякі закономірності і створити низку способів керування сенсорною депривацією, які можна використовувати для корекції психологічних станів.

Відомо, що латентно-психологічні витoki депривації пов'язані з несвідомою сферою суб'єкта, що зумовлює необхідність застосування методів пізнання психіки в її цілісності (в єдності свідомого й несвідомого).

Досліджено наслідки психічної депривації – дефіцитарність і дисфункціональний розвиток структур психіки, про що свідчать роботи таких науковців, як Л. Божович, Дж. Боулбі, А. Валлон, Д. Віннікотт, О. Захаров, Г. Костюк, М. Кляйн, Й. Лангмейер, М. Лісіна, С. Максименко, О. Максименко, Н. Максимова, А. Прихожан, Н. Толстих, Р. Шпіц, Т. Яценко та інші.

Зазвичай умови депривації детерміновані іззовні, соціальним оточенням, і тому найбільш схильною до деприваційного впливу є дитяча, незріла психіка.

Однак ми часто констатуємо явище депривації серед дорослих людей, коли брак соціального спілкування, дефіцит позитивних емоцій, інформації призводить до депресії, втрати працездатності, емоційного вигорання, розвитку психосоматичних захворювань, аддиктивної поведінки тощо. Особистість, яка зовні видається самодостатньою, відчуває самотність, екзистенційні страхи, втрату сенсу життя.

Суттєве значення має саме психологічний бік деприваційних наслідків: незалежно від того, чим зумовлена депривація: обмеженістю моторики людини, відлученням її від соціуму, позбавленням з раннього дитинства материнської любові, прояви цього явища схожі. Тривожність, страх, депресія, інтелектуальні розлади – ось найхарактерніші риси так званого деприваційного синдрому [2].

Симптоматика психічної депривації може охоплювати весь спектр можливих порушень: від легких дивацтв у поведінці та спілкуванні до грубих порушень розвитку інтелекту й особистості.

Людині необхідно постійно отримувати відомості про навколишній світ. Пристосування організму до навколишнього середовища, що розуміється в якнайширшому значенні цього слова, потребує постійного інформаційного балансу між середовищем і організмом. Інформаційному балансові протистоять інформаційні пере- і недовантаження (сенсорна ізоляція), що призводять до серйозних функціональних порушень [2].

Якщо людина позбавлена спілкування, потрібного їй відповідно до типу її особистості, необхідних життєвих вражень, у неї можуть виникнути проблеми і психологічного, і психіатричного, і соматичного характеру. Адже вона відчуває природний голод за спілкуванням, за інформацією. І страждання від самотності – не що інше, як прояв сенсорної депривації в тому чи іншому вигляді (простіше кажучи, брак того чи іншого виду інформації або вражень).

Наявність і якість емоційних стимулів є умовою повноцінного психічного розвитку в дитинстві, а також чинник психічного благополуччя як у дитинстві, так і в зрілості. У дорослої людини наслідками емоційної депривації можуть бути депресії, апатії, різні фобії тощо, при цьому справжня причина подібних порушень нерідко залишається прихованою.

Дефіцит інформації призводить і до когнітивної депривації, що виявляється в хаотичності, суперечливості, невпорядкованості, перешкоджаючи побудові адекватних моделей навколишнього світу (і, отже, можливості продуктивно діяти в ньому), а також викликаючи низку певних психологічних феноменів. Наприклад, у професійній діяльності він стає причиною помилок і прийняття непродуктивних рішень [2]. У повсякденному житті брак інформації не тільки викликає нудьгу, а й призводить до більш серйозних наслідків, зокрема до побудови хибних висновків щодо поточних подій або людей, які оточують.

У сучасному повсякденному житті при неможливості отримувати інформацію іншим шляхом, надмірне захоплення Інтернетом, он-лайн-платформами можна розглядати як спосіб подолання когнітивної депривації.

Когнітивна депривація тісно пов'язана із сенсорною і має з нею багато спільного як щодо причин виникнення, так і щодо наслідків – загальних та індивідуальних.

Дослідження переконливо показують, що різні види депривації часто викликають аналогічні психічні стани. Так, соціальна депривація, як і сенсорна, веде до розвитку тривожності, страху, депресії.

У кожному конкретному випадку ступінь деприваційної «поразки» особистості різний. Вирішальне значення мають вираженість і співвіднесеність таких чинників:

1) рівень психологічної стійкості особистості, її деприваційний досвід, здатність протистояти стресу та впливу ситуації;

2) ступінь жорсткості та багатоаспектності деприваційного впливу.

Тож, характер психічної депривації зумовлений індивідуальними особливостями особистості, а також значущістю депривованих потреб. Чимало залежить від тривалості впливу деприваційних умов, від віку людини. Та найважливішим чинником деприваційних змін у психічних процесах суб'єкта є умови соціального розвитку: вони позначаються на формуванні самодепривуючих установок особистості.

Більшість дослідників проблеми відзначають, що будь-яка депривація має різні рівні розвитку: високий (цілком відсутня взаємодія внутрішнього психічного людини із зовнішнім психічним відповідного характеру), середній (взаємодія людини із зовнішнім психічним відповідного характеру здійснюється рідко і в малому обсязі), низький (взаємодія із зовнішнім психічним відповідного характеру здійснюється систематично, хоча й не в повному обсязі та не активно) [1].

Одним з головних завдань фахівця, який має справу з наслідками психічної депривації, являється допомога людині в тому, щоб:

1) визначити основні характеристики почуттів суб'єкта (найчастіше це: почуття внутрішньої дисгармонії, бездіяльності, депресивності, відчуття безпорадності й психологічної слабкості, пасивності, апатії, агресивності, тривожності, наявність суїцидальних нахилів, деструктивної залежності);

2) усвідомити, що використовувані людиною способи подолання деприваційних впливів неефективні;

3) послабити неадаптивні процеси, що заважають відкрити доступ до ресурсів, які забезпечують адекватне психосоціальне функціонування;

4) активізувати внутрішню активність особи, необхідну для розширення власного арсеналу способів конструктивного подолання негативних впливів психічної депривації.

Виходячи з того, що латентно-психологічні витoki депривації пов'язані з несвідомою сферою суб'єкта, це завдання може бути реалізоване при застосуванні методів пізнання психіки в її цілісності (в єдності свідомого й несвідомого), наприклад, у груповому методі активного соціально-психологічного пізнання (АСПП), що заснований на психодинамічній теорії. Метод, розроблений академіком Тамарою Семенівною Яценко являє собою «цілісну психолого-педагогічну систему, спрямовану на «глибинне пізнання особистості» та сприяє розширенню самосвідомості суб'єкта навчання.

Метод АСПП одночасно вирішує питання процесуальної діагностики і психокорекції. Під час роботи у групі АСПП її учасники здобувають не стандартні знання (акцент на змістовному аспекті), а рефлексивні (аспект на динамічному аспекті), які отримуються досвідним шляхом через актуалізацію власних емоційних переживань, інтелекту і поведінки [3].

В основу активного соціально-психологічного пізнання покладено аналіз власного досвіду суб'єкта в міжособистісних відносинах. Ефективна результативність навчання обумовлюється когнітивним рівнем обробки отриманого групового матеріалу.

Для більшої прозорості факту програмованості внутрішнього світу попереднім досвідом передбачено використання респондентом у процесі самопрезентації символічно-предметних, метафорично-архетипних засобів (малюнків, просторових моделей, каменів тощо). Особливу значущість має розроблена Тамарою Семенівною методика психоаналізу комплексу тематичних (авторських) малюнків, що сприяє різнобічній візуалізації рефлексії, яка стимулюється численністю тем. Емпіричний матеріал у цьому випадку завдяки процесу предметного вираження мимовільної активності суб'єкта наближає глибинне пізнання до специфіки образності мови несвідомого [3].

На психокорекційних заняттях учасники активного соціально-психологічного пізнання, через об'єктивування несвідомих чинників, через рефлексивне опрацювання матеріалу отримують нову особистісно-значущу інформацію, яку іншим шляхом не можливо пізнати.

Отже, депривація справляє великий вплив на становлення психічних функцій людини і розвиток її особистості загалом. Кількість і якість емоційних, сенсорних та інших стимулів є умовою повноцінного психічного розвитку, як у дитинстві, так і в зрілості. Депривація спричиняє порушення психічних функцій людини, спотворюючи її особистісний розвиток. Одним з головних завдань фахівця, який має справу з наслідками психічної депривації, являється допомога людині в тому, щоб підвищити у неї психологічну стійкість і здатність до внутрішньої рівноваги. Тож у перспективі наших досліджень актуальним є більш детальне (з представленням стенограм) розкриття особливостей методу активного соціально-психологічного пізнання в роботі з особистістю, яка відчула вплив депривації.

Список використаних джерел:

1. Варій М. Й. Психологія [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://textbooks.net.ua/content/view/5582/104/>.
2. Яценко Т. С., Бондар В. І., Євтушенко І. В., Кононова М. М., Максименко О. Г. Самодепривація психіки та дезадаптація суб'єкта. – Київ: НПУ імені М. Драгоманова, 2015. – 279 с.
3. Яценко, Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання : навч. посіб. – К.: Вища шк., 2004. – 679 с.