

УДК 159.922.6: 159.94]-053.6

ПСИХОЛОГІЧНА СПЕЦИФІКА КОМУНІКАТИВНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ЯК ЧИННИК ЇХНЬОГО ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ

Брецко І. І.

PSYCHOLOGICAL SPECIFICATION OF TEENAGERS COMMUNICATIVE DEPRIVATION AS A FACTOR OF ITS EMOTIONAL DISEASE

Bretsko Iryna

Стаття розкриває негативний вплив режиму комунікативної депривації на розвиток спілкування дітей підліткового віку. Встановлено основні сутнісні ознаки і симптоми психоемоційного вигорання, встановлено закономірності його негативного впливу на діяльність і спілкування депривованої особистості. Відзначається, що обмеження повноцінного спілкування призводить до психоемоційного вигорання підлітків. Розроблено генетично-психологічну програму профілактично-корекційної роботи з депривованими підлітками для подолання наслідків їхнього емоційного вигорання.

Ключові слова: депривація, підлітки, комунікативна депривація, психоемоційне вигорання.

The article reveals the negative influence of the mode of communicative deprivation on the development of communication of teenagers. The basic essential signs and symptoms of psychoemotional burnout, regularities of its negative influence on the activity and communication of the deprived personality have been determined. It is noted that the restriction of full-fledged communication leads to the psycho-emotional burnout of adolescents. The genetic and psychological program of preventive correction work with deprived teenagers has been developed to overcome the consequences of their emotional burnout.

Keywords: deprivation, teenagers, communicative deprivation, psycho-emotional burnout.

У контексті численних соціально-психологічних детермінант і плетиві різнотипних синдромів, стимулюючих або гальмуючих перебіг особистісного становлення, одне з чільних місць посідає континуум «норма – депривація». Побутування гуманістичної віри в те, що генерації, які вирости в нуклеарних родинах та навчаються в загальноосвітніх школах, спроможні до продовження подальшого прогресу, на жаль, досить часто загрожується численними прикрими викликами і фактами руйнації сімейних цінностей і традицій, стагнації в шкільних реформах і програмах, депривації в дистантних і девіантних сім'ях тощо. Типовою константою виступає те, що соціально-психологічний розвиток депривованих підлітків відбувається своєрідним шляхом та істотно відрізняється від онто- і соціогенезу їхніх однолітків, які виховуються в умовах повноцінної сімейної взаємодії. Блокування можливостей підлітків у вільній самореалізації екзистенційних потреб, пригнічення базових життєвих спонук наповнює негативним забарвленням їхнє повсякденне життєіснування та зумовлює цілу низку складнощів і особливостей соціальної активності. Тому широке контекстне осмислення психологічних особливостей психоемоційного вигорання депривованих підлітків, висувається в ранг актуальних і потрібних досліджень насамперед у сферах вікової, педагогічної та сімейної психології.

Мета і завдання статті – дослідити психологічні особливості комунікативної депривації як детермінанти емоційного виснаження і вигорання підлітків.

Психологія комунікативної депривації дітей, позбавлених сімейної опіки, тепла і любові, виступає предметом дослідження низки науковців (Дж. Боулбі, Я. Гошовський, І. Дубровіна, Й. Лангмейер, М. Лісіна, Г. Лялюк, З. Матейчек, Мухіна, Л. Осьмак, А. Прихожан, Т. Юферева та ін.). Констатується певна закономірність – психоемоційною

реакцією на відсутність батьків, повноцінного сімейного спілкування стають розлади й перепади настрою, фрустраційні й тривожні синдроми, сенсорний голод і емоційне вигорання [2; 3]. Загалом, аналіз результатів досліджень дає підстави стверджувати, що оскільки в онтогенезі особистості порушення інформаційної та комунікативної функцій призводить до відставання в розвитку когнітивної сфери, то це неминуче позначається і на емоційних конструктах її психоструктури, проявляючись у неврозах і депресіях, психоемоційних розладах і вигораннях, аутизмі й фрустрації тощо. Здійснений нами аналіз наукової та навчально-методичної психолого-педагогічної літератури, присвяченої вивченню спілкування у депривованих вихованців інтернатних закладів (М. Аралова, Я. Гошовський, Н. Карасьова, Й. Лангмейєр, М. Лісіна, З. Матейчек, С. Мещерякова, Л. Осьмак та ін.) [1], дозволив виокремити найтипівші симптомокомплекси проблеми: емоційно-вольова неврівноваженість, що формує імпульсивні й хаотичні тактики і стратегії спілкування та детермінується підвищеним рівнем загальної тривожності в учнів шкіл-інтернатів при спілкуванні з дорослими та однолітками; специфіка співвідношення та функціонування в депривованих дітей емоційного, когнітивного, поведінкового аспектів емпатії, зокрема її завищений рівень; гостре переживання самотності, знехтуваності, занедбаності, меншовартості; помітна специфіка транзактних виборів вихованців шкіл-інтернатів, зокрема полярна (наївна або прагматична) комунікативна мотивація; особливості поведінки вихованців інтернатних закладів у конфліктних ситуаціях; прояви егоїзму та сегрегації за ознакою «свій – чужий».

Зазначимо, що сімейна депривація зумовлює нестачу міжособистісних взаємин на рівні «батьки-діти», в результаті чого виникає дефіцит спілкування та не набуваються вкрай важливі перцептивні складові. Порушення комунікативної діалогічності, трансформація й викривлення інтеракційних функцій, розбалансованість партнерської взаємодії призводять до появи психічних відхилень у розвитку дитини, породжують відчуття особистісної неповноцінності, негативно впливають на становлення всіх конструктів, тактик і стратегій міжособистісного спілкування. Спілкування як провідний вид діяльності підлітка піддається в умовах депривації обмежувальному тискові різноманітних детермінант. Правда, режим депривації досить часто надмірно звужує коло комунікативних партнерів, що призводить до перенасичення спілкуванням, а отже й до психоемоційного вигорання та виснаження. Слід відзначити, що пережита в дитинстві депривація спілкування викликає складне переплетення всіх видів депривації (сенсорної, емоційної, когнітивної, економічної), що ускладнено позначається на самосвідомості й на подальшому особистісному розвитку. Через негативний вплив таких мегафакторів, як соціально-економічні трансформації суспільства, що мають типовим проявом трудову міграцію та інші ускладнюючі повномірну комунікацію форми і чинники, виникає ціла низка істотних перепон, що гальмують розвиток комунікативної активності депривованої дитини, яка відчуває вакуум спілкування на найважливішому соціально-генетичному рівні – на рівні сімейно-родинного комунікативно-перцептивного досвіду. Звичайно, внаслідок перерваної або відсутньої сімейної взаємодії появляються обтяжливі деприваційні фактори, що виступають могутніми комунікативними бар'єрами та заважають міжособистісній перцепції, що несприятливо позначається на самосвідомості дитини, звужуючи та збіднюючи розімкнуті параметри її поліфонічного спілкування із соціумом. Розроблена нами генетично-психологічна програма профілактично-корекційної роботи з депривованими підлітками для подолання наслідків їхнього емоційного вигорання [1] включала три послідовні етапи: підготовчий як підготовка до роботи із проектування власного саморозвитку, основний як навчання методам самодіагностики, психоемоційної саморегуляції, розвитку самоспостереження, самоаналізу, рефлексії, формуванню ціннісного ставлення до себе, власного здоров'я, широкого природного і соціального довкілля, завершальний як закріплення отриманих знань і навичок самоспостереження, самодіагностики, саморегуляції та саморекреації. Завдяки формуально-корекційним впливам як задіяння комплексу тренінгових заходів, спрямованих на попередження й

нейтралізацію синдрому емоційного вигорання, відбулися істотні зрушення у бік зменшення його негативної дії. Внаслідок успішної участі депривованих дітей у тренінгу вдалося понизити рівень інтенсивності і сили синдрому психоемоційного вигорання. Які позитивні результати стали можливими завдяки єдності психопрофілактичної та психокорекційної діяльності щодо запобігання негативного впливу психоемоційного вигорання на депривованих підлітків, зокрема за допомогою оптимізації просоціальної мотивації розвитку індивідуальних рис упевненості, ініціативності, цілеспрямованості, креативності, працьовитості, дисциплінованості; уміння знаходити компромісні рішення, передбачати, планувати, аналізувати, бути готовим до змін, володіти стресостійкістю та адекватністю застосування механізмів психозахисту; вдосконалювати комунікативно-перцептивні навички, стилі гнучкого й плідного міжособистісного спілкування.

Культивовані авторитарні стосунки дорослих з вихованцями навчального закладу закритого типу посилюють пригнічення суб'єктності, внутрішньої активності, гальмують особистісну автономність. Комунікативна депривація, залежність від думок і оцінок інших, заборона обговорення спірних питань збіднюють структуру емоційної самореалізації, впливають на становлення пригніченого й депресивного суб'єкта, що постійно відчуває на собі вплив «синдрому госпіталізму» та схильний до психоемоційного вигорання. Розвивальні генетично-психологічні тренінгові заняття оптимізують міжособистісне спілкування депривованих підлітків і стимулюють у них тенденції до особистісної самореалізації в соціумі.

Список використаних джерел

1. Брецько І.І. Психоемоційне вигорання підлітків в умовах сімейної депривації: монографія / Ірина Брецько. – Мукачево : МДУ, 2015. – 293 с.
2. Гошовський Я. Ресоціалізація депривованої особистості: монографія/ Я. Гошовський. – Дрогобич : Коло, 2008. – 480 с.
3. Лангмейер І. Психическая депривация в детском возрасте / И. Лангмейер, З. Матейчек; пер. Г. А. Овсянникова. – Изд. 1-е русск.– Прага : ЧССР : Авиценум. Медицинское издательство, 1984. – 334 с.

References

1. Brezko I.I. (2015), *Psychoemotional vyhorannia pidlitkiv v umovakh simeinoi depyvatsii: monohrafiia* [Psychoemotional burnout of adolescents in the conditions of family deprivation: monograph], Mukachevo: MSU, 293 p.
2. Goshovsky Ya. (2008), *Resotsializatsiia depyvovanoi osobystosti: monohrafiia* [Resocialization of depressed personality: monograph], Drohobych: Circle, 480 p.
3. Langmeier I., Mateichek Z. (1984), *Psykhycheskaia depyvatsyia v detskom vozraste* [Mental deprivation in childhood], Ed. 1st Russian, Prague : Czechoslovakia : Avicenum. Medical Publishers, 334 p.