

## *Технології соціальної профілактики та адаптації*

1. Сутність соціальної профілактики. Технології профілактики.
2. Сутність соціальної адаптації, дезадаптації та переадаптації.
3. Технології адаптації.

**1. Соціальна профілактика** - це науково обґрунтований і такий, що своєчасно застосовується, вплив на соціальний об'єкт з метою збереження його функціонального стану та попередження можливих негативних процесів у його життєдіяльності. Термін "профілактика" походить від грецької мови і означає "запобіжний". Ефективність здійснення соціальної профілактики багато в чому визначається професіоналізмом суб'єкта впливу і комплексним характером її застосування.

Соціальна профілактика створює передумови для процесу нормальної соціалізації особистості, що ґрунтується на пріоритеті принципів законності і моралі. Соціальна профілактика (попередження, превенція) - діяльність з попередження соціальної проблеми, соціального відхилення чи втримання їх на соціально терпимому рівні через усунення або нейтралізацію причин, що їх породжують. Вона спрямована на попередження можливих фізичних, психологічних чи соціокультурних колізій в окремих індивідів і "груп ризику", збереження, підтримку та захист нормального рівня життя і здоров'я людей; сприяння їм у досягненні поставлених цілей та у розкритті їхнього внутрішнього потенціалу.

Профілактики потребує все населення. Але є пріоритетні напрями її застосування, категорії населення, які її потребують найбільшою мірою. До таких соціальних груп можна віднести дітей, підлітків, інвалідів, людей похилого віку, тих осіб, які ведуть асоціальний спосіб життя, та ін.

Практика профілактичної роботи знаходиться в постійному розвитку, але можна виділити деякі основні моменти, що стосуються її змістовної частини.

1. Будь-яка важлива подія в житті людини є важливою для розуміння того, що відбувається зараз і, можливо, відбудеться в майбутньому. Буденне життя насичене стресовими факторами, але оскільки вони, непомітно накопичуючись, мають так званий кумулятивний ефект, ні один із них окремо не може вважатися причиною тієї чи іншої складної соціальної проблеми. Тому методи профілактики мають системний характер, тобто вони спрямовані на викорінення джерел стресу як в самій людині, так і в соціальному та природному середовищі і одночасно - на створення умов для набуття людиною необхідного досвіду вирішення проблем, що виникають.

2. Служби профілактики прагнуть не стільки реагувати на проблеми, що можуть мати негативні наслідки, скільки попередити їхню появу. Вони звернені насамперед до громадян, які ще не вступили в смугу передбачуваної життєвої кризи чи передбачуваних проблем.

3. Методи профілактики зазвичай включають в себе навчання людей новим навичкам, що допомагають їм досягти поставлених цілей і зберегти здоров'я.

4. Профілактика передбачає вирішення проблем, які ще не виникли. Тому одні профілактичні заходи здійснюються задовго до їх виникнення, а інші - безпосередньо перед виникненням проблеми.

5. Служби профілактики покликані знаходити оптимальні рішення як у досягненні поставлених цілей, так і в запобіганні передбачуваним проблемам.

Об'єкти соціально-профілактичного впливу можна умовно поділити на чотири групи:

- ◆ негативні сторони в об'єктивних умовах життєдіяльності людей (матеріальна і соціально-культурна база, рівень добробуту та житлово-побутові умови, технічне оснащення виробництва, умови праці і т.ін.);
- ◆ негативні сторони в організаційно-управлінській діяльності державних і громадських органів самоуправління (система загальної і спеціальної освіти, соціально-побутове обслуговування, засоби масової інформації, заклади культури, ідейно-виховна і культурно-масова робота та ін.);

- ◆ негативні сторони в міжособистісних взаєминах і поведінці людей (взаємини між людьми в процесі трудової діяльності, в побуті й на відпочинку, сімейні відносини і т.ін.);
- ◆ негативні явища в правосвідомості і соціально-правовому мисленні.

Виділяють три рівні соціальної профілактики:

1. *Загальносоціальний рівень* передбачає діяльність держави, суспільства, їхніх інститутів, спрямовану на вирішення протиріч у галузі економіки, соціального життя, в морально-духовній сфері і т.ін. Вона здійснюється різноманітними органами державної влади і управління, громадськими формуваннями, для яких функція попередження правопорушень не є головною чи професійною.

2. *Спеціальний рівень* полягає в цілеспрямованому впливові на негативні фактори, що пов'язані з окремими видами відхилень чи проблем. Усунення чи нейтралізація причин цих відхилень здійснюється в процесі діяльності відповідних суб'єктів, для яких профілактична функція є професійною.

3. *Індивідуальний рівень* являє собою профілактичну діяльність стосовно конкретних осіб, поведінка яких має риси відхилення чи проблематичності.

Реалізація профілактичних заходів здійснюється через систему методів: профілактична інформаційно-консультативна бесіда; системне спостереження; профілактичні тренінги; стимулювання розвитку нових навичок, моделей поведінки; метод завчасної нейтралізації конфліктної ситуації; метод профілактичного втручання та ін.

Найбільш поширеним є метод *профілактичної бесіди*. Така бесіда може бути ефективною, якщо витримуються її профілактичні етапи. Початковий етап - консультант встановлює емоційний контакт із співбесідником, виявляючи доброзичливість, співчуття і особливу коректність. 2-й етап - консультант намагається встановити першопричини проблеми, що назріває. 3-й етап - консультант разом з клієнтом намагається сформулювати нову модель його поведінки, яка б дозволила попередити негативний розвиток подій. 4-й етап - завершальний, консультанту важливо досягти внутрішнього прийняття його співбесідником нової моделі поведінки чи іншого розуміння проблеми, а також налаштованості на успіх.

Профілактичні бесіди застосовуються і в системі заходів попередження батьківських зловживань у ставленні до дітей. Метод профілактичної бесіди застосовується також у практиці роботи телефонів довіри. Завдяки зусиллям профконсультантів, які там працюють, вдається попередити кризовий розвиток подій, допомогти розрядити конфліктну ситуацію.

За всієї значущості профілактичної інформаційно-консультативної бесіди слід розуміти, що невміле і нав'язливе її проведення може дати зворотний ефект. Це, зокрема, стосується бесід з проблем профілактики наркоманії. Спеціальними дослідженнями, які проводились в нашій країні і за кордоном, було виявлено, що інформаційний підхід у таких випадках малоефективний. Профілактичні бесіди і лекції нерідко здійснюють зворотний вплив, пробуджуючи цікавість до психоактивних речовин.

Правильний підбір методів профілактичного впливу, їх своєчасна і професійна реалізація забезпечують ефективність соціальної профілактики. У соціальній роботі це означає попередження несприятливого розвитку тих чи інших соціальних процесів, збереження, підтримку і захист нормального рівня життя і здоров'я людей.

Профілактика дозволяє зберегти суспільство і особистість від витрат й серйозних зусиль з переборення стійких негативних явищ та процесів, адже легше попередити і запобігти подальшому їхньому розвитку, ніж потім переборювати ці негативні явища та процеси.

Разом з тим, як показує практика, система соціальної роботи ще не стала галуззю професійної діяльності, в якій широко застосовуються профілактичні методи впливу на клієнтів. Причини тут полягають в тому, що об'єктивні (економіка, політика, соціальна сфера і т.ін.) і суб'єктивні (рівень знань, кадри) фактори не завжди сприяють розвитку системи профілактичних заходів.

**2. Адаптація** займає істотне місце в змісті соціальної роботи. Вона характеризує, з однієї сторони, процес взаємодії об'єкта соціальної роботи з соціальним середовищем, а з іншої - є відображенням певного результату соціальної роботи, який може виступати критерієм її ефективності.

Під соціальною адаптацією розуміється процес активного пристосування людини до нових для неї соціальних умов життєдіяльності шляхом активного їх засвоєння; вид взаємодії особистості чи соціальної групи з соціальним середовищем.

Соціальна адаптація - це інтегративний показник стану індивіда, що відображає його можливості виконувати певні біосоціальні функції, а саме: адекватне сприйняття оточуючої дійсності і власного організму; адекватна система ставлення і спілкування з оточуючими; змінність (адаптивність) поведінки відповідно до ролевих очікувань інших.

Соціальна адаптація є одним із основних механізмів соціалізації, одним із шляхів більш повної соціалізації.

Змістом соціальної адаптації є зближення цілей і ціннісних орієнтацій групи і індивіда, який входить в неї, засвоєння ним норм, традицій, групової культури, входження в ролеву структуру групи.

У ході соціальної адаптації здійснюється не тільки пристосування індивіда до нових соціальних умов, а й реалізація його потреб, інтересів і прагнень; особистість входить у нове соціальне оточення, стає його повноправним членом, самостверджується і розвиває свою індивідуальність. У результаті адаптації формуються соціальні якості спілкування, поведінки і діяльності, що прийняті в суспільстві, завдяки яким особистість реалізовує свої прагнення, потреби, інтереси і може самовизначитися.

Процес соціальної адаптації передбачає прояв різноманітних комбінацій прийомів, способів, стратегій соціальної адаптації. Поняття "стратегія" в загальному можна визначити як спрямовуючий, організуючий спосіб ведення дій, поведінки, розрахованих на досягнення не випадкових, щоденних, а значущих, визначальних цілей.

Стратегія соціальної адаптації являє собою індивідуальний спосіб адаптації особистості до суспільства і його вимог. Для нього визначальним є досвід ранніх дитячих переживань, неусвідомлюваних рішень, що приймаються відповідно до суб'єктивної схеми сприйняття ситуацій, і свідомий вибір поведінки, зроблений відповідно до цілей, прагнень, потреб, системи цінностей особистості.

Стратегії соціальної адаптації індивідуальні і неповторні для кожної особистості, але можна виділити деякі ознаки і риси, що є загальними, характерними для ряду стратегій адаптації.

А. Лазурський виділяє три рівні взаємин "індивід - середовище":

- ◆ на першому рівні особистість повністю залежна від середовища. Оточення, зовнішні умови "придушують" людину, тому пристосування є недостатнім.
- ◆ на другому рівні пристосування здійснюється з користю для себе і суспільства.
- ◆ третій рівень - творче ставлення до середовища, індивіди вміють на лише вдало пристосуватися до середовища, а й впливати на нього, змінюючи і перетворюючи оточуюче середовище відповідно до свої власних потреб та захоплень.

Науковці визначають також такі стадії соціальної адаптації (схема 7.1.):

1. Початкова стадія, коли індивід, який адаптується, лише вловлює правила поведінки, але система цінностей соціуму ним ще не визнається.

2. Стадія терпимості, коли і соціальне середовище, і індивід визнають рівноцінність еталонів поведінки у ставленні один до одного.

3. Стадія пристосування, "акомодації", - пов'язана із взаємними поступками: індивід визнає і приймає систему цінностей середовища, але й представники цього середовища визнають деякі його цінності.

4. Стадія повної адаптації, "асиміляції", коли індивід відмовляється від попередніх зразків та цінностей і повністю приймає нові.

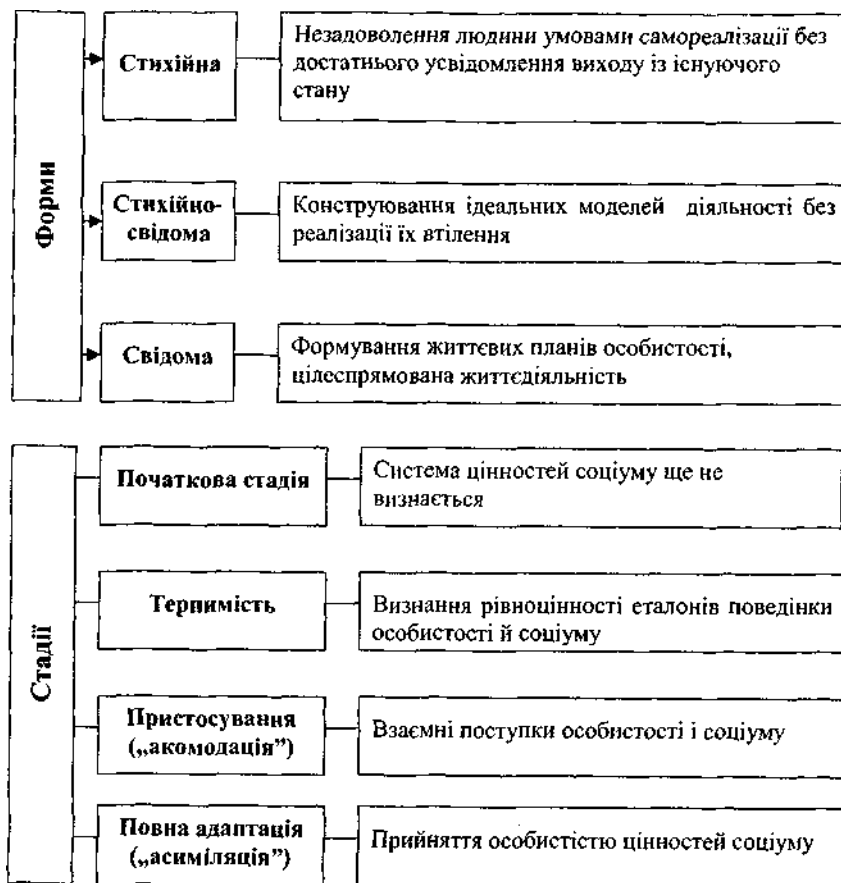


Схема. 7.1. Адаптація особистості в соціумі

На думку Ж.Шаже, умовою успішної адаптації можна вважати оптимальне поєднання двох аспектів соціальної адаптації: акомодації як засвоєння правил середовища і асиміляції як перетворення середовища.

Є. Завьялова і С. Посохова розрізняють індивідуальні стратегії адаптації в зв'язку з пошуковою активністю особистості, що спрямована на вдосконалення системи взаємодії з оточуючим середовищем і з самою собою. Пасивна стратегія найбільш характерна для людей, які знаходяться в стані соціального чи емоційного шоку, і виявляється в прагненні людини захистити себе насамперед як біологічну одиницю, залишити незмінним минулий спосіб життя, використати налагоджені й ті, що були раніше ефективними, стереотипи взаємодії з оточенням і з самою собою. Ядром пасивної системи адаптації є негативні емоційні переживання: тривога, відчуття втрати, нездоланності перешкод; минуле здається прекрасним незалежно від реальності; частішають агресивні реакції у ставленні до оточуючих і до себе; людина боїться взяти на себе відповідальність за прийняття ризикованих рішень.

Пасивна стратегія формує певний тип особистості, в структурі якої домінує місце займають надобережність, педантичність, ригідність, надання переваги регламентації над будь-якою творчою активністю, орієнтація на прийняття колективно виробленого рішення, потяг до обезособлювання, беззастережне прийняття соціальних норм, відповідальне виконання звичних обов'язків.

Активна стратегія адаптації - стратегія, що центрована на внутрішньо особистісних і зовнішніх соціальних перебудовах особистості, на зміні попереднього способу життя, на переборенні труднощів і руйнуванні відносин, що її не задовольняють. При цьому людина орієнтується на власні резерви, готова і здатна відповідати за свої дії і рішення. В основі

активної стратегії адаптації лежить реалістичне ставлення до життя, здатність бачити не лише негативні, а й позитивні сторони дійсності; людина сприймає перешкоди як такі, що можна здолати. Поведінка характеризується цілеспрямованістю і організованістю. Центрована на переборенні, активна стратегія формує відповідний тип особистості, для якого властиві: соціальна спрямованість дій і рішень; соціальна впевненість і впевненість у собі; висока особиста відповідальність, самостійність, комунікабельність; високий рівень домагань і висока самооцінка; емоційна стійкість.

Науковці стверджують, що адаптаційні процеси виявляються у трьох формах, які характеризуються різним співвідношенням стихійних і свідомих механізмів пристосування:

1) переважно стихійне протікання адаптаційних процесів виявляється в незадоволеності людиною умовами її самореалізації без достатнього усвідомлення шляхів виходу з існуючого стану. У цьому випадку завершенням адаптаційних процесів є відмова (повна або часткова) від суспільно-корисної діяльності, переміщення центру активності особистості у сферу дозвілля чи самореалізація людини в альтернативних групах, що не входять в соціальну структуру суспільства. У сучасних умовах ці процеси знаходять своє вираження у переорієнтації людини на саму себе: найрізноманітніші оздоровчі системи, нетрадиційні способи психологічної і фізіологічної самореалізації та ін.;

2) характеризується приблизно рівним співвідношенням стихійних і свідомих елементів, що виявляється в конструюванні ідеальних моделей уявлюваної діяльності без реального їх втілення. Результат цієї форми адаптації особистості - створення різних соціальних утопій і їх пропаганда;

3) переважання свідомих елементів, що відображається у формуванні життєвих планів особистості, цілеспрямованій життєдіяльності. Ця форма адаптації найбільшою мірою сприяє справжній самореалізації особистості і її перетворенню в суб'єкт суспільного розвитку.

Важливими компонентами соціальної адаптації є: узгодження оцінок, домагань індивіда, його особистих можливостей (реальний і потенційний рівень) із специфікою соціального середовища; цілей, цінностей, орієнтацій особистості із здатністю до їх реалізації в конкретному соціальному середовищі. Адаптація є однією з сторін процесу соціалізації, який обов'язково проходить індивід у ході свого життя. Крім того, в життєвій практиці індивідам, сім'ям, групам доводиться знову здійснювати адаптацію у випадку нормальної чи катастрофічної зміни соціального оточення чи свого статусу в ньому (зміна місця роботи, втрата роботи, переїзд, вимушене переселення, набуття інвалідності тощо).

Успішність адаптації значною мірою залежить від адаптаційного потенціалу особистості. Адаптаційний потенціал - ступінь прихованих можливостей суб'єкта оптимально включатися в нові чи змінені умови оточуючого соціального середовища. Він пов'язаний з адаптивною підготовкою - накопиченням людиною досвіду діяльності з пристосування до соціальних умов. Зовнішні труднощі, хвороба, стан зтяжної екстремальності, голод тощо знижують адаптаційний потенціал індивіда, і при зустрічі з ситуацією, що загрожує його життєвим цілям, може виникнути дезадаптація. Різні форми асоціальної активності - наркоманія, алкоголізм, психічна напруженість - наслідок невдалої соціальної адаптації чи дезадаптації. Саме з людьми, соціально дезадаптованими чи для яких є характерним переважання неадекватної активності, найчастіше всього доводиться взаємодіяти соціальному працівникові.

Дезадаптивна поведінка є двох типів.

1. Поведінку агресивного типу у найпростішій формі можна представити як атаку на перешкоду чи бар'єр. Але при усвідомленні можливої чи реальної небезпеки агресія може бути спрямована на випадковий об'єкт, на сторонніх людей, не пов'язаних з її причинами. Вона виражається в грубості, різких спалахах гніву з незначного приводу або і зовсім без видимих причин, в незадоволенні всім, що відбувається, особливо вимогами, які висуваються перед агресивною особистістю.

2. Втеча від ситуації - заглиблення людини в свої переживання, спрямування всієї її

енергії на генерацію власних негативних станів, самокопання, самозвинувачення і т.ін. У неї розвиваються тривожно-депресивні симптоми. Людина починає бачити в самій собі джерело всіх бід, відчуває повну безвихідь, тому що вплинути на середовище і ситуацію вважає себе нездатною. Такі люди замкнуті, заглиблені в світ важких роздумів.

Для визначення ситуації норми адаптації використовується термін "стійка адаптація" (синонім - норма, здоров'я). При зміні звичних умов життя з'являються чинники, що вносять дезорганізацію в психічну діяльність. У цьому випадку повинен включитися механізм переадаптації. Під переадаптацією розуміється процес переходу із стану стійкої адаптації у звичних умовах у стан відносно стійкої адаптації в нових незвичних (змінених) умовах існування або результат цього процесу, що є успішним для особистості.

Процес переадаптації проходить декілька стадій.

1. *Підготовча стадія* має місце в тому випадку, коли людина знає про зміни чи передбачає їх з певним ступенем ймовірності. У цій ситуації вона накопичує певну інформацію про середовище, в якому їй потрібно буде жити і діяти, створюючи, таким чином, інформаційне поле, яке стане одним із джерел формування адаптаційних механізмів.

2. *Стадія стартової психічної напруги* - пусковий момент в дії механізму переадаптації. Стан людини при цьому можна порівняти з переживаннями перед спортивними змаганнями, виходом на сцену тощо, коли відбувається мобілізація психічних і особистісних ресурсів.

3. *Стадія психічних і особистісних реакцій входу* (первинна дезадаптація) - стадія, на котрій особистість починає відчувати на собі вплив психогенних факторів змінених умов існування.

Стан дезадаптації можна розглядати з двох сторін. По-перше, як відносно короточасний ситуативний стан, що є наслідком впливу нових, незвичних подразників зміненого середовища і який сигналізує про порушення рівноваги між психічною діяльністю і вимогами середовища, а також спрямовує до переадаптації. У цьому випадку дезадаптація - необхідний компонент адаптаційного процесу. По-друге, дезадаптація може бути достатньо складним і тривалим психічним станом, що викликаний функціонуванням психіки на межі її регуляторних та компенсуючих можливостей чи в позамежовому режимі, який відображається в неадекватних реакціях і поведінці особистості. Тому ситуація входу може мати два ймовірних продовження: вихід на переадаптацію, коли пристосування людини до нових умов закінчується етапами психічної напруги чи гострої психічної реакції виходу, чи вихід на дезадаптацію.

3. У соціальній роботі для розробки ефективних технологій слід враховувати різні види соціальної адаптації. Повна соціальна адаптація включає фізіологічну, управлінську, економічну, педагогічну, психологічну і професійну адаптацію.

*Управлінська (організаційна) адаптація.* Без управління неможливо створити сприятливі умови (на роботі, в побуті) для адаптації, впливати на неї, забезпечуючи діяльність, що відповідає інтересам суспільства і особистості. Управління можездійснюватися не лише в руслі впливу соціальних інститутів на особистість, а й у руслі самоуправління. Останнє вимагає вимогливого, самокритичного ставлення людини до самої себе, до своїх думок і вчинків.

*Економічна адаптація.* Це дуже складний процес засвоєння нових соціально-економічних норм і принципів економічних відносин індивідів, суб'єктів. Не можна говорити про повноцінну соціальну адаптацію людини, якщо вона бідна чи безробітна.

*Педагогічна адаптація.* Це пристосування до системи освіти, навчання і виховання, які формують систему ціннісних орієнтирів індивіда.

*Психологічна адаптація.* У психології адаптацію розглядають як процес пристосування органів чуття до особливостей діючих на них стимулів і запобігання надмірному навантаженню на рецептори.

У 1936 р. канадський фізіолог Г.Сельє ввів поняття "стрес" і "адаптаційний синдром". Стрес - це стан психологічної напруженості в процесі життєдіяльності у складних умовах як повсякденного життя, так і за особливих обставин. Адаптаційний синдром - це сукупність

реакцій організму людини у відповідь на несприятливий вплив.

Стрес - невід'ємний супутник життя. Він може не тільки знизити, а й підвищити стійкість організму до шкідливих хвороботворних факторів. Нормальна життєдіяльність людини немислима без певного ступеня фізичного і нервово-психічного напруження. Людині властивий певний оптимальний тонус напруги. Кожна людина повинна вивчити себе знайти той рівень напруги, за якої вона відчуває себе найбільш "комфортно", незалежно від того, яке заняття вона собі вибрала.

*Професійна адаптація* - це пристосування індивіда до нового виду професійної діяльності, нового соціального оточення, умов праці і особливостей конкретної спеціальності.

Технології адаптації - технології, що забезпечують відтворення процесів включення особистості в групи, колективи, в нові умови соціального середовища, діяльності, відносин.

Адаптаційні технології характеризуються узгодженням бажаного суб'єктом з його можливостями і реальністю соціального середовища, тенденціями їх розвитку.

Адаптаційний процес відображує: предмет адаптації; час (необхідний і реальний) адаптації; показники адаптації; ефективність адаптації; особливості взаємодії (бажані та реальні) учасників адаптаційної технології; середовище адаптації; умови адаптації; специфіку й рівень управління технологією адаптації.

Основні процедури технології адаптації: 1) визначення цілей спільної діяльності суб'єктів даної технології. Операції: діагностика інтересів і потреб суб'єктів; вияв та аналіз ступеня співпадіння і відмінностей; прогноз сумісності дій; часовий інтервал; ступінь стійкості; вплив наслідків спільних дій на інтереси та потреби суб'єктів; 2) розробка програми спільних дій. Операції: характер соціальних дій; нормативи (тенденції) зближення соціальних характеристик; напрями, показники зміни середовища спільної діяльності; визначення обсягу затрат суб'єктів; 3) організація адаптаційного процесу. Операції: самоорганізація і управління; діагностика процесу; аналіз ефективності процесу адаптації; корекція.

Система методів соціальної адаптації включає в себе такі методи, що застосовуються при реалізації інших функціональних процедур технологій соціальної роботи. У ході адаптації може бути використаний універсальний метод інформаційно-консультативної бесіди, метод підтримки і стимулювання нових навичок, моделей поведінки, що використовуються в соціальній профілактиці. Застосовуються також адаптаційні тренінги, персональний соціальний патронаж та ін.

#### **Питання для самоконтролю**

1. Що є характерним для соціальної профілактики?
2. Назвіть об'єкти профілактичного впливу.
3. Які методи можна віднести до методів профілактики?
4. Проаналізуйте стратегії соціальної адаптації.
5. Назвіть види соціальної адаптації.
6. У яких формах виявляються адаптаційні процеси?
7. Охарактеризуйте процес переадаптації особистості.
8. Назвіть основні, процедури технології адаптації.