

ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

УДК 159.925

DOI <https://doi.org/10.32782/2787-5137-2023-1-8>

Діана Олександрівна МИКОЛЮК,
аспірантка кафедри психології розвитку факультету психології,
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
E-mail: diana.mikoliuk@gmail.com
ORCID: 0000-0002-9917-9607

СВІТОВИЙ ТА УКРАЇНСЬКИЙ ДОСВІД ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДОРОСЛИМ ОСОБАМ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ

Надання якісної психологічної допомоги дорослим особам з порушеннями слуху матиме значний вплив на поліпшення якості життя цих осіб, їх суб'єктивного благополуччя, підвищать їх самооцінку і самоставлення, оптимального функціонування, суттєво зменшивши тривожність й гармонізувавши «Я-концепцію».

Метою даної статті є аналіз українського й закордонного досвіду надання психологічної допомоги дорослим особам із втратою слуху та здійснення їх порівняльного аналізу, а також розробка власної консультативної практики для осіб з порушеннями слуху, які носять слухові апарати чи кохлеарно імплантовані та використовують переважно усне мовлення в повсякденному житті, застосовуючи адлеріанський напрямок у психотерапії.

Систематизований огляд наукових джерел дозволив нам виділити основні стратегії й напрямки надання психологічної допомоги дорослим особам з порушеннями слуху. Для роботи з клієнтами з порушеннями слуху підходить значна кількість технік, необов'язково адлеріанських, які потребують адаптації, як в цілому під потреби осіб з втратою слуху, так і із врахуванням ступеня втрати їх слуху, часу втрати, рівня освіти й віку кожного клієнта. Доцільним в роботі з такою категорією осіб є використання широкого спектру допоміжних технік, як-от: арттерапія, танцювальна терапія, глинотерапія, фототерапія.

Науковою новизною цієї статті є вивчення сучасного досвіду консультування, його систематизація та розробка авторської системи консультування дорослих осіб з порушеннями слуху з розвиненим усним мовленням. Порівняльний аналіз практики консультування дорослих осіб із слуховою депривацією, що вже не навчаються в закладах освіти в Україні, показав, що даний вид консультування є ще на стадії початкового розвитку і потребує нових розробок практичних психологів і жвавого обговорення та обміну досвідом на сторінках наукових видань. Вказані питання і стали предметом дослідження цієї статті.

Ключові слова: особи із слуховою депривацією, психологічне консультування, психологічний супровід, корекційно-розвивальний супровід, арттерапія, адлеріанська психотерапія.

Diana Oleksandrivna MYKOLIUK,
Postgraduate student of the Department of Developmental Psychology,
Faculty of Psychology at Taras Shevchenko National University of Kyiv
E-mail: diana.mikoliuk@gmail.com
ORCID: 0000-0002-9917-9607

GLOBAL AND UKRAINIAN EXPERIENCE OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE FOR ADULTS WITH HEARING IMPAIRMENTS: A COMPARATIVE ANALYSIS

Providing high-quality psychological assistance to adults with hearing impairments will have a significant impact on improving the quality of life of these persons, their subjective well-being, will increase their self-esteem and self-esteem, optimal functioning, significantly reducing anxiety and harmonizing the 'I-concept'.

The purpose of this article is to analyze the Ukrainian and foreign experience of providing psychological assistance to adults with hearing loss and to carry out comparative analysis, as well as to develop our consulting practice for people with hearing impairments who wear hearing aids or cochlear implants and use mainly oral speech in everyday life, applying the Adlerian direction in psychotherapy.

A systematic review of scientific sources allowed us to identify the main strategies and directions of providing psychological assistance to adults with hearing impairments. A significant number of techniques, not necessarily Adlerian,

are suitable for working with hearing-impaired clients, which need to be adapted both to the needs of the hearing-impaired as a whole, and to the degree of hearing loss, time of loss, education level, and age of each client. The use of a wide range of auxiliary techniques, such as: art therapy, dance therapy, clay therapy, phototherapy, is appropriate in working with this category of persons.

The scientific novelty of this article is the study of modern counseling experience, its systematization, and the development of the author's system of counseling adults with hearing impairments with developed oral speech. A comparative analysis of the practice of counseling adults with hearing deprivation, who no longer study in educational institutions in Ukraine, showed that this type of counseling is still at the initial stage of development and requires new developments by practical psychologists and a lively discussion and exchange of experiences on the pages of scientific publications. These questions became the subject of research of this article.

Key words: persons with hearing deprivation, psychological counseling, psychological support, corrective and developmental support, art therapy, Adlerian psychotherapy.

Актуальність проблеми. Створення безпечних умов життя для людства, сприяння їх благополуччя є нагальними завданнями для сучасного цивілізованого світу. Актуальними завданнями, які стоять перед психологічними асоціаціями різних країн світу, є вимірювання основних показників благополуччя, надання практичних рекомендацій щодо їх покращення та розробка програм психологічного супроводу для певних категорій осіб.

Особи з інвалідністю є найбільш вразливою категорією осіб, що потребує державної підтримки в різних сферах життєдіяльності й особливо у сфері надання адекватної психологічної допомоги.

Особи з порушеннями слуху є такою категорією осіб з інвалідністю, що потребують надання психологічної допомоги, яка, зазвичай, потребує від психологів спеціальних знань і вмінь та залучення, в разі необхідності, до роботи спеціалістів, таких як сурдопедагоги, перекладачі жестової мови та ін.

Метою даного дослідження є вивчення зарубіжного й українського досвіду надання психологічної допомоги особам з порушеннями слуху.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Нами вивчено досвід проведення консультативного процесу таких авторів: Samuel Truchin, який розкрив основні стратегії психологічного втручання при роботі з клієнтами із слуховою депривацією (Truchin, 2002); колектив авторів Katharine Cecilia Williams та ін. досліджували ефективність двох різних програм надання психологічної допомоги клієнтам з порушеннями слуху [2]; P. Molander виділив основні напрямки психологічної допомоги особам з порушеннями слуху [3].

Виклад основного матеріалу дослідження. Samuel Truchin, дослідник Каліфорнійської школи професійної психології, ґрунтовно розробив рекомендації по наданню психологічної допомоги особам з порушеннями слуху. У своїх рекомендаціях автор виділяє основні стратегії психологічного втручання при роботі з клієнтами із слуховою депривацією [1]:

1) **тренінг розвитку навичок релаксації**, (оскільки особи зі значною втратою слуху мають високий рівень стресу, що супроводжується м'язовим напруженням). На думку автора, стрес є також однією з причин комунікативних труднощів у таких осіб. Samuel Truchin пропонує застосовувати тренінг розвитку релаксації для зниження високого рівня стресу в осіб із значною слуховою депривацією [1];

2) іншою стратегією втручання автор вважає **когнітивну терапію**. Вказана терапія дозволяє змінити дезадаптивні думки клієнтів з порушеннями слуху на адаптивні й навчити адекватно вибудовувати контакти з іншими людьми. Саме комунікативні проблеми в осіб з приглухуватістю призводять до комунікативних невдач з іншими людьми, внаслідок чого в осіб з порушеннями слуху з'являються дезадаптивні думки;

3) третьою стратегією, на думку автора, є **тренінг розвитку комунікативних навичок**. Особи з порушеннями слуху мають негнучкі комунікативні патерни поведінки, що призводять до нерозуміння соціального контексту такими особами при взаємодії з іншими людьми. Саме тому, потрібно скласти коректну програму розвитку комунікативних навичок, що зменшує кількість комунікативних проблем в таких осіб;

4) **розв'язання почуття горя (для осіб, які втратили слух у післямовленнєвий період)**. Втрата слуху негативно впливає на психологічне благополуччя осіб з порушеннями слуху, знижує психологічну стійкість таких осіб, особливо у тих, хто втратив слух у зрілому віці. Це негативно також позначається на розвитку репертуару соціальних ролей, наприклад, в підлітків із

слуховою деривацією. Як наслідок, призводить до звуження соціальних контактів. Тому, на думку Samuel Trychin, важливо враховувати і цей чинник при наданні психологічної допомоги таким особам [1];

5) важливою при наданні психологічної допомоги особам з порушеннями слуху є **подружжя та сімейна терапія**. Такі напрями психотерапії є важливими, оскільки саме батьки чи подружжя повинні навчитися взаємодіяти із особою з порушеннями слуху і зважати на те, що порушення слуху має значний вплив на таких осіб. Головна мета таких терапій – навчитися приймати свій статус особи з порушеннями слуху, її можливостей, навчитися налагоджувати контакти з особами з порушеннями слуху. Ефективність таких терапій є висока, оскільки залучені всі учасники психотерапевтичного процесу.

Норвезькі дослідники Katharine Cecilia Williams, Erik Falkum, Egil Wilhelm Martinsen провели пілотажне дослідження з метою вивчення зниження рівня ментального дистресу в працівників з помірною та середньою втратою слуху. Вік учасників пілотажного дослідження – від 38 до 61 років. Рівень порушення слуху в респондентів коливається від 7,5 до 82,5 дц., серед них є три учасники з монауральною втратою слуху. Учасники мають вищу освіту, або закінчили коледж. Загальний обсяг цієї вибірки склав 15 осіб. Ця вибірка увійшла до складу групи втручання (intervention group). Учасники дослідження пройшли аудіометричне обстеження, схвалене Всесвітньою організацією охорони здоров'я, з метою визначення ступеня втрати слуху. Респонденти проходили психодіагностичне обстеження до і після програм такими методиками, які були перекладені на норвезьку, серед них [2]:

1) шкала госпітальної тривоги й депресії, призначена для вимірювання рівня ментального дистресу;

2) опитувальник (Hallam et al.), спрямований на визначення комунікативних труднощів серед осіб з порушеннями слуху з іншими людьми.

Дослідники створили модель програми когнітивно-поведінкової терапії, адаптовану для осіб з порушеннями слуху. Автори зазначають, що існує певна специфіка застосування когнітивно-поведінкової психотерапії для осіб із слуховою депривацією. Метою даної терапії є усвідомлення й керування клієнтами з порушеннями слуху власними негативними емоціями, реакціями, пов'язаними з їх втратою слуху, а не «редагування неадаптивних переконань з приводу стану їх слуху». Дослідники адаптували окремі техніки когнітивно-поведінкової терапії з урахуванням психофізичних можливостей осіб з порушеннями слуху [2].

Інша вибірка під назвою «Treatment as usual, скорочено ТАУ», склала 18 респондентів, віком від 18 до 67 років, з підтвердженою аудіограмою про порушення слуху (моно- та бінауральні ступені втрати слуху). Ступінь втрати слуху – від 19,4 до 100 дц. Учасники дослідження проходили психодіагностичне обстеження, як і група втручання, з таким самим психодіагностичним інструментарієм.

Учасники групи втручання отримали такі результати, що до проходження програми середнє за шкалою госпітальної шкали тривоги склав 6,9; середнє за шкалою депресії – 4,5. У респондентів ТАУ – групи до проходження програми мали такі результати: середнє за шкалою тривоги склав 4,7, а за шкалою депресії – 2,9. За результатами методики визначення комунікативних труднощів в учасників з порушеннями слуху не виявлено значущих відмінностей у групах.

Учасники ТАУ – групи проходили реабілітаційну програму «Keep your job», що тривала 9 днів протягом шести місяців. Програма містила лекції про слух, що проводилася різними фахівцями, зокрема юристами, педагогами, медиками та психологами. Лекції були представлені у друкованому вигляді, тому респонденти з порушеннями слуху опрацьовували друковані матеріали, виконували домашні завдання між сесіями та надавали зворотній зв'язок. Була охоплена така тематика змісту лекцій: інформація про слух, соціальні наслідки втрати слуху, повідомлення про технічні засоби слухопротезування і як ними користуватися, державні механізми субсидіювання тощо. Також програма включала методи управління стресом й тренінг розвитку навичок психологічного балансу. Психологом також підготовлено доповіді у друкованому вигляді про виклики робочих відносин, про загальновідомі реакції на втрату слуху, а також про те, як правильно спілкуватися з оточенням про свою втрату слуху. Проводив психологічну складову програми психолог з досвідом роботи з клієнтами з порушеннями слуху, який працює в когнітивно-поведінковому напрямку, при роботі з такими особами. Учасники дослі-

дження отримували друковані матеріали програми курсу, вони опрацьовували додаткову літературу, їм також надавалися короткі роз'яснення з приводу особливостей виконання домашніх завдань [2].

Кожна психологічна сесія була поділена на дві змістовні частини: протягом першої години учасники всіх груп давали зворотні зв'язки між сесіями про виконання ними домашніх завдань (1 година); друга частина сесії присвячена лекціям з подальшим обґрунтуванням і виконання домашніх робіт учасниками (також година).

Учасники пройшли психодіагностичне обстеження після завершення обох програм, з метою визначення ефективності програм. Респонденти групи втручання мали такі результати: середнє за шкалою тривоги – 4,5; середнє за шкалою депресії – такі самі результати, як і до проходження програми. Учасники ТАУ-групи – середнє за шкалою тривоги – 6,2; за шкалою депресії – 3,1.

Результати дослідження показали, що більш ефективною є програма групи втручання, яка мала виключно психологічну складову надання допомоги особам із слуховою депривацією у когнітивно-поведінковій терапії. Автори також зауважують, що в групі втручання використання копіювання уникання є меншим, у порівнянні з ТАУ – групою.

Шведський дослідник Molander P. здійснив теоретичний огляд стратегій і напрямків психологічної допомоги ряду авторів при організації консультативного процесу для клієнтів з порушеннями слуху і виділив такі види психологічної допомоги: 1) поведінкова терапія, спрямована на розвиток навичок релаксації в клієнтів із слуховою депривацією у складних акустичних умовах; з обов'язковим виконанням ними домашніх завдань між сесіями; 2) створення програми самопомоги у клієнтів із набутою глухотою, котрі страждають від депресії й тривоги; ця програма призначена для переосмислення такими особами їх когніцій, а також для постановки й досягнення ними цілей; 3) виділений ще один важливий напрям психотерапії - психотерапія в Інтернеті, під назвою Internet delivered treatments, суть цієї терапії полягає в тому, що пацієнти з порушеннями слуху читають складений заздалегідь текст психотерапевта, після чого виконують домашні завдання й відповідають на питання психотерапевта. Після чого клієнти надають зворотній зв'язок з психотерапевтом. Всі тексти й домашні завдання, які надають клієнтам з порушеннями слуху, представлені тільки у письмовому вигляді [3].

Сучасна психологічна наука в Україні розробила і вдосконалює загальні стратегії психологічного супроводу осіб з інвалідністю, як дітей, так і дорослих, визначаючи їх мету, завдання, етапи тощо.

Прохоренко Л.І. і Ярмола Н.А. (2022) розуміють **психологічний супровід** дітей з особливими освітніми потребами, як цілісну, системно організовану діяльність, у процесі якої створюються соціально-психологічні й педагогічні умови для успішного навчання й розвитку кожної особи як в освітньому середовищі так і у соціумі. Стратегії психологічного супроводу направлені на актуалізацію саморозвитку людини, її прагнення до особистісного росту, соціального становлення [4].

Автори також виділяють шість основних етапів психолого-педагогічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами, серед яких: підготовчий, орієнтовний, етап уточнення проблем, планування, реалізації індивідуальної програми та підсумковий.

Психологічна робота з дітьми з порушеннями слуху має певну специфіку. Як слушно зауважує Світлана Литовченко (2017), необхідно враховувати «різні варіанти освітніх маршрутів, зумовлених значною кількістю чинників (тип порушення, ступінь зниження слуху, засоби реабілітації, запити батьків)». Саме від батьків залежить тип комунікації дитини з порушеннями слуху. У разі обрання батьками розвитку у дитини усного мовлення та слухового сприймання як основного засобу спілкування, постає проблема корекційного супроводу. А за «білінгвально-бімодального підходу корекція не є необхідністю» [5]. Автор роз'яснює й уточнює термін «корекційно-розвивальний супровід дітей раннього та дошкільного віку з порушеннями слуху», як «комплексну систему заходів супроводження дитини на всіх етапах її становлення та навчання, спрямованих на розвиток особистості, пізнавальної діяльності, емоційно-вольової сфери, комунікації (soft skills, словесне мовлення та/або жестова мова) та корекцію порушень шляхом створення природного, розвивального середовища».

Вовченко О.А. (2022) акцентує увагу на особливостях організації психологічного супроводу «дітей молодшого шкільного віку з кохлеарними імплантами». Авторка зазначає, що супровід

значною мірою залежить від: «віку, коли була зроблена операція з кохлеарної імплантації; наявності (та ступеню важкості) супутніх порушень психофізичного розвитку дитини; вмотивованості та підтримки батьків (темпу та інтенсивності занять з розвитку слуху та мовлення, логічного мислення дитини, рівня, якого досягла дитина перед тим, як іти до школи та ін)» [6].

Вовченко О.А. вважає, що при психологічному супроводі важливо застосовувати мульти-системний підхід та інноваційні технології. До інноваційних технологій дослідниця відносить: «артотерапевтичні (ізотерапія, акватипія, малюнки маслом, глинотерапія (пластилінова терапія), тістопластика, робота з фольгою, пісочна терапія (робота з манкою), казкотерапія в поєднанні з лялькотерапією, кінотерапія, фототерапія, музична терапія, робота з метафористичними картками, драмотерапія); тілесно-рухові (ТРТ, танець, рух); ігрові».

Серед переваг при роботі з школярами молодшого шкільного віку засобами арттерапії авторка називає такі: «... вони можуть бути використані як превентивні (розвиваючі), діагностичні та корекційно-терапевтичні методики. По-друге, особливо важлива уніфікованість напрямків арттерапії саме для роботи з дітьми з порушеннями слуху» [6].

Дослідниця виділяє також три основних принципи психологічного супроводу молодших школярів з кохлеарними імплантами:

1) комунікація у формі безумовного прийняття (дружні рівноправні взаємини з школярем, прийняття його таким, яким він є. Дитина – господар становища, він визначає сюжет, тему занять з психологом, на його боці ініціатива вибору та прийняття рішень);

2) недирективність в управлінні корекційним процесом: відмова психолога від спроб прискорити чи вповільнити процес; мінімальність числа обмежень і лімітів, що вводяться психологом у спілкування (нами вводились лише ті обмеження, що пов'язані з реальним життям); встановлення концентрації та зосередженості корекційного процесу на емоціях і переживаннях дитини з метою досягнення відкритого вербального вираження школярем своїх емоційних станів.

Важливим при супроводі молодших школярів, на думку Вовченко О.А., є також консультативний супровід для педагогів і батьків. Це допоможе оптимізувати найближче соціальне середовище, в якому перебуває дитина із слуховою депривацією. Психологічний супровід повинен здійснюватися як в індивідуальному, так і груповому форматах. Важливо використовувати деякі елементи тренінгової роботи. Потрібно об'єднувати інноваційні технології з когнітивним підходом, а також здійснювати просвітницьку діяльність [6].

Жук В.В. вважає, що для слухомовленневого розвитку дітей з порушеннями слуху доцільними є техніки, які формують соціальні, комунікативні навички, світоглядну позицію, життєві стратегії, при цьому сприяють мобілізації інтелектуальних, емоційних, рухових, слухових, мовленнєвих та інших функціональних можливостей дитини, стабілізації її емоційного стану та активізації творчого потенціалу [7].

Під час військових дій, що проходять на території України після повномасштабного вторгнення росії, доречним є використання арт-технік при роботі з дітьми з порушеннями слуху. Це дасть можливість дитині продуктивно реагувати на травматичну ситуацію та зменшити вплив стресу. Арт-вправи можуть виконуватися як індивідуально, так і в групі дітей.

В.В. Жук дає перелік ефективних практик при роботі з дітьми, що мають порушення слуху. Це, перш за все, малювання, яке може бути на аркуші, на склі, мольберті, піску. Може здійснюватися пальчиком дитини, долонею, штампами.

Педагог може працювати з дитиною за допомогою створеною ним авторської казки. У цій казці педагог висвітлює проблему, яка наразі турбує дитину. Ним же пропонується конструктивний варіант реагування на події у казці.

Ще один варіант роботи з дітьми з порушеннями слуху – застосування в роботі щоденника досвіду дитини у паперовому та електронному варіантах. В цьому щоденнику дитина пише про пережитий нею досвід та ілюструє його в різний спосіб (фото, малюнки, аплікації тощо).

Цілий ряд досліджень, присвячений супроводу студентів з особливими освітніми потребами у закладах вищої освіти.

На думку А.Г. Обухівської, робота психолога з такими студентами повинна вирішувати певний комплекс проблем, пов'язаних з низькою самооцінкою, невпевненістю, тривожністю: «наявність страхів; труднощі процесу комунікації; нестабільність психоемоційного стану;

розбалансування саморегуляції; дезадаптація; почуття залежності від навколишніх; почуття безнадійності, приреченості та ін.». Така робота здійснюється в межах індивідуальних психологічних консультацій зі студентами з інвалідністю та має на меті вирішення особистісних проблем. Автор пропонує такі методики корекції, як (Обухівська, 2017):

- 1) пісочна терапія;
- 2) фототерапія;
- 3) музична терапія;
- 4) арт-терапія;
- 5) танцювальна терапія;
- 6) орігамі;
- 7) притчотерапія [8].

На думку О. Єрмоєнко, психолого-педагогічний супровід студентів з особливими потребами має такі особливі характеристики: об'єднання мети психологічної та педагогічної допомоги; фокусування на особистості студента з особливими потребами (реалізації потенційних можливостей, розкритті індивідуальних особливостей особистості); підтримка оптимально значущих якостей особистості; корекція вад розвитку; поліпшення соціальної адаптації й інтеграції осіб з обмеженими психофізичними можливостями тощо [9].

Що стосується студентів з порушеннями слуху, то психологічна допомога цій категорії осіб починається з ґрунтовного вивчення ступеня порушення слухового аналізатора. Проводиться психодіагностичне обстеження: діагностика індивідуальних особливостей студента (інтереси, можливості). Надається допомога у процесі адаптації до умов навчання у ВНЗ. Проводиться тренінгова робота щодо накопичення і активізації словника та розвитку мовлення, слухового сприймання, навичок читання з губ, формування вимови. Надаються індивідуальні консультації (виявлення проблем, труднощів, та допомога у їх подоланні). Студентів з порушеннями слуху навчають рефлексії [9].

Як слушно зауважує Литвиненко О.О., робота із психологічного консультування студентів з порушеннями слуху має особливість і водночас обмеження через опосередкованість даного процесу, якщо він відбувається за участю психолога, що не володіє жестовою мовою. Взаємодія між психологом і клієнтом в даному випадку відбувається у присутності перекладача-дактилолога або ж за допомогою технічних засобів (зокрема он-лайн-переписки). Обидва ці способи знижують ефективність роботи, тому психологу-консультанту, який постійно працює з клієнтами зі знизеним слухом, доцільно опанувати жестову мову [10].

Огляд української психолого-педагогічної літератури показав, що багато робіт, присвячено саме роботі з дошкільнятами, дітьми і студентами з порушеннями слуху і майже відсутні сучасні дослідження з питань психологічного консультування дорослих осіб з втратою слуху. Така допомога є актуальною, оскільки невирішені психологічні проблеми шкодять їх психологічному благополуччю, погіршують якість життя.

Будь-яке психологічне консультування залежить від особистості психолога, його компетентності, напрямку психотерапії, в якому він працює, володіння різноманітним репертуаром технік.

При роботі з дорослими особами з порушеннями слуху психолог повинен також орієнтуватися в психологічних особливостях таких осіб, враховувати їх культурну ідентичність, вік, час втрати слуху, рівень освіти, соціальну ситуацію розвитку тощо.

Психологи в різних країнах світу, які консультують дорослих клієнтів з порушеннями слуху, працюють в різних напрямках психотерапії, насамперед когнітивно-поведінковій, психоаналіз, гештальт-терапія та інші. На нашу думку, доцільним є консультування таких осіб в адлеріанській терапії, оскільки саме вона призначена, перш за все, зменшити почуття неповноцінності людини, яка має порушення здоров'я.

Нижче ми склали таблицю (див. табл. 1) з переліком психологічних цілей, які ставить психолог та переліком технік для опрацювання з клієнтами з порушеннями слуху. Таблиця складена з урахуванням потреб осіб з порушеннями слуху, які слухопротезовані та користуються в повсякденному житті переважно усним мовленням.

Ідеї технік взяті із підручника з психотерапії авторства Л.Ф. Бурлачука, О.С. Кочаряна, М.Є. Жидко.

Таблиця 1

	Психологічна ціль	Техніки
1	сформувати нові патерни поведінки; прийняття втрати слуху як частину своєї «Я-концепції» клієнта з порушеннями слуху (особа з порушеннями слуху відчуває сором, язливість, скутість, невпевненість). Пропонується клієнту із слуховою депривацією приміряти роль «впевненої, вільної і комунікабельної людини».	Психотехніка «Ніби-то». Психолог пропонує 'приміряти' на себе нову роль, так як приміряють костюм. Людина залишається такою самою, вдягаючи новий одяг, і все-таки її хода, настрої, а часто і самооцінка, змінюються [11].
2	Керування власними негативними емоціями. Розвиток навичок особистісної спрямованості (управління тривожністю).	Пацієнт з порушеннями слуху скаржиться на те, що його охоплюють депресивні почуття, з якими він не може впоратися. Завдання техніки «Натискання кнопки» – згадати якусь приємну ситуацію з його життя і відчутти, які емоції прийшли з цим спогадом. Потім пропонується згадати неприємний досвід і знову звернути увагу на почуття, які супроводжують цей спогад. Завдяки цій техніці досягається розуміння того, що клієнт з порушеннями слуху сам керує станом, у його руках знаходиться 'кнопка', що переключає емоції [11].
3	позбавлення невротичної симптоматики (постійно ховати слухові апарати перед людьми, прикриваючи їх волоссям або головним убором).	Техніка «Негативна практика». Пацієнту з порушеннями слуху пропонується підсилити симптом. Наприклад, скарга пацієнта із втратою слуху полягала в тому, що в нього змінюється голос, міміка, коли він постійно приховує апарати. Йому було запропоновано підсилити усі симптоми і показати психологу, як це може виглядати у найбільш непривабливому вигляді.
4.	Підвищення самооцінки, позбавлення почуття безпорадності, фрустрації, тривожності й дратівливості	Метод ідентифікації. Терапевт розповідає клієнту з порушеннями слуху про іншого клієнта із втратою слуху з подібними проблемами. Клієнт із слуховою депривацією ідентифікує себе з героєм розповіді, жаліє його, і, як наслідок, самого себе. (Виникає зміна когнітивних установок) [11].
5.	Зниження почуття безпорадності через свій дефект слуху	Імагінальна техніка. Якщо клієнт з порушеннями слуху скаржиться на те, що він щось не може зробити, то психолог просить його уявити, те що клієнт із втратою слуху це може зробити, а потім стимулює клієнта із слуховою депривацією спробувати це зробити у реальному житті [11]. Техніка «Навпаки». Суть цієї техніки полягає у тому, щоб людина зіграла поведінку, протилежну тій, яка їй не подобається. Наприклад, сором'язливу людину попросити поводитися зухвало, ввічливого – грубо, того, хто завжди погоджувався, – зайняти позицію безперестанного відмовляння і т.д. Ця техніка спрямована на схвалення клієнтом себе в новій для нього поведінці і на інтеграцію в «Я-концепцію» нових структур досвіду. Техніка «Перебільшення». Пропонуючи клієнтові перебільшити ненавмисний рух або жест, можна зробити важливе відкриття [11].
6.	Підвищення у клієнта з порушеннями слуху адекватного сприйняття втрати слуху як частини своєї «Я-концепції» у когнітивному, фізичному і соціальному аспектах своєї особистості	Метод трьох стовпчиків. У першому стовпчику описується ситуація. У другому – неадаптивні думки. У третьому – коректуючі думки. Це метод дослідження неадаптивних думок і систематизації, формування адаптованих думок.
7.	Підвищення комунікативних навичок клієнта з порушеннями слуху	Проведення тренінгу комунікативної спрямованості.

Насправді, з клієнтами з порушеннями слуху можна працювати за допомогою великої кількості технік. Але майже всі треба адаптувати. При цьому під кожного клієнта з порушеннями слуху окремо, зважаючи на його ступінь втрати слуху, час втрати слуху, рівня освіти і віку.

Корисним буде також при роботі з особами з порушеннями слуху використання допоміжних психотехнік, серед яких танцювальна терапія, арттерапія та інші. Дуже важливо розробити тренінг розвитку навичок комунікативної компетентності у дорослих осіб зі слуховою депривацією, оскільки комунікація (через об'єктивні причини здоров'я) недостатньо виражена в осіб з порушеннями слуху в будь-якому віці.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, огляд надання психологічної допомоги особам з порушеннями слуху зарубіжних джерел показав, що існують різні види психологічної допомоги таким клієнтам, при цьому обов'язково враховуються їх психофізичні можливості, ступінь збереженості слухового аналізатора, час настання проблем зі слухом. Зарубіжні дослідники звертають увагу на різноманітність проблематики звернень особами з порушеннями слуху до психолога чи психотерапевта. Український же досвід консультування дорослих осіб з порушеннями слуху тільки починає набувати популярності.

Важливим при консультативній роботі є врахування переважного типу комунікативної складової клієнта з порушеннями слуху (словесне спілкування, чи виключно жестомовне спілкування, чи обидва). Всі перераховані складові зумовлюють вибір того чи іншого виду надання психологічної допомоги таким особам. Варто зауважити, що будь-яка психотерапевтична техніка чи надання самої психологічної консультації потребують адаптації відповідно до мовленнєвих та акустичних можливостей клієнтів з порушеннями слуху.

Ці види психологічної допомоги клієнтам із втратою слуху дозволять більш ґрунтовно розробити корекційну програму для роботи такими клієнтами; нададуть можливість адаптувати ще ряд психотерапевтичних технік відповідно до психофізичних можливостей клієнтів з порушеннями слуху; створити спеціальну психологічну службу для клієнтів з порушеннями слуху, з урахуванням типу мовленнєвої комунікації осіб із втратою слуху; розробити сучасні методичні рекомендації для українських психологів і психотерапевтів з приводу особливостей консультування дорослих клієнтів із слуховою депривацією і підвищення ефективності консультування таких осіб, з урахуванням їх культурної ідентичності й українського менталітету.

Література:

1. Trychin, E. (2002). *Guidelines for Providing Mental Health Services to People Who Are Hard of Hearing*. Rehabilitation Research and Training Center, California School of Professional Psychology-San Diego. URL: <https://www.govinfo.gov/content/pkg/ERIC-ED466082/pdf/ERIC-ED466082.pdf>
2. Williams, K. C., Falkum, E. & Martinsen, E. W. (2015). A cognitive therapy program for hearing-impaired employees suffering from mental distress. *International journal of audiology*, 54(4), 227–233. URL: <https://doi.org/10.3109/14992027.2014.958621>
3. Molander, P. (2018). *From Detection to Intervention Psychological Aspects of Online Hearing Rehabilitation* [Doctoral dissertation, Linköping University]. Linköping University Electronic Press. DOI: 10.3384/diss.diva-152429.
4. Прохоренко, Л.І., Ярмола, Н.А. Стратегії психологічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами. *Освіта осіб з особливими потребами: виклики воєнного часу. Матеріали VIII Міжнародного конгресу зі спеціальної педагогіки та психології (19-20 жовтня 2022 р., м. Київ)*. С. 257–258.
5. Литовченко С. Корекційно-розвивальний супровід дітей з порушеннями слуху: сутність та специфіка. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2017. 1(13). С. 467.
6. Вовченко О.А. Особливості психологічного супроводу дітей молодшого шкільного віку з кохлеарними імплантатами та їх батьків. *Наукові інновації та передові технології*. 2017. 5(7). С. 226–228. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2022-5\(7\)-218-229](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2022-5(7)-218-229).
7. Жук В.В. Використання арт-технологій у корекційно-розвивальній роботі з дітьми з порушеннями слуху. *Освіта осіб з особливими потребами: виклики воєнного часу. Матеріали VIII Міжнародного конгресу зі спеціальної педагогіки та психології (19-20 жовтня 2022 р., м. Київ)*. С. 117–119.
8. Обухівська А.Г. *Психологічний супровід інклюзивної освіти: метод. рек.* УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017.
9. Єрмоєнко О. Психолого-педагогічний супровід студентів з особливими потребами в вищих навчальних закладах. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2016. № 15. С. 316–317.

10. Литвиненко О.О. Психологічний супровід та підтримка студентів зі зниженим слухом як запорука їхнього особистісного становлення. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка*. 2018. № 29. С. 70.

11. Бурлачук Л.Ф., Кочарян А.С & Жидко М.Е. *Психотерапія. Психологічні моделі* (3-є вид. допов., стереотип). 2012.

References:

1. Trychin, E. (2002). *Guidelines for Providing Mental Health Services to People Who Are Hard of Hearing*. Rehabilitation Research and Training Center, California School of Professional Psychology-San Diego. Retrieved from <https://www.govinfo.gov/content/pkg/ERIC-ED466082/pdf/ERIC-ED466082.pdf>

2. Williams, K.C., Falkum, E. & Martinsen, E.W. (2015). A cognitive therapy program for hearing-impaired employees suffering from mental distress. *International journal of audiology*, 54(4), 227–233. <https://doi.org/10.3109/14992027.2014.958621>

3. Molander, P. (2018). *From Detection to Intervention Psychological Aspects of Online Hearing Rehabilitation* [Doctoral dissertation, Linköping University]. Linköping University Electronic Press. DOI: 10.3384/diss.diva-152429

4. Prokhorenko, L.I., Yarmola, N.A. (2022). Stratehii psykholohichnoho suprovodu ditei z osoblyvymy osvitynymi potrebamy [Strategies of psychological support of children with special educational needs]. *Osvita osib z osoblyvymy potrebamy: vyklyky voiennoho chasu. Materialy VIII Mizhnarodnoho konhresu zi spetsialnoi pedahohiky ta psykholohii (19-20 zhovtnia 2022 r., m. Kyiv)*, 257–258 [in Ukrainian].

5. Lytovchenko, S. (2017). Korektsiino-rozvyvalnyi suprovod ditei z porushenniamy slukhu: sutnist ta spetsyfika [Corrective and developmental support for children with hearing impairment: essence and specifics]. *Osvita osib z osoblyvymy potrebamy: shliakhy rozbudovy*, 1(13), 467 [in Ukrainian].

6. Vovchenko, O.A. (2022). Osoblyvosti psykholohichnoho suprovodu ditei molodshoho shkilnoho viku z kokhlearnymy implantamy ta yikh batkiv [Peculiarities of psychological support for children of primary school age with cochlear implants and their parents]. *Naukovi innovatsii ta peredovi tekhnolohii*, 5(7), 226-228. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2022-5\(7\)-218-229](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2022-5(7)-218-229) [in Ukrainian].

7. Zhuk, V.V. Vykorystannia art-tekhnolohii u korektsiino-rozvyvalnii roboti z ditmy z porushenniamy slukhu [The use of art technologies in corrective and developmental work with children with hearing impairment]. *Osvita osib z osoblyvymy potrebamy: vyklyky voiennoho chasu. Materialy VIII Mizhnarodnoho konhresu zi spetsialnoi pedahohiky ta psykholohii (19–20 zhovtnia 2022 r., m. Kyiv)*, 117–119 [in Ukrainian].

8. Obukhivska, A.H. (Red.). (2017). *Psykholohichnyi suprovod inkluzyvnoi osvity: metod. Rek* [Psychological support of inclusive education: method. rec.]. UNMTs praktychnoi psykholohii i sotsialnoi roboty [in Ukrainian].

9. Yeromenko, O. (2016). *Psykholoho-pedahohichnyi suprovod studentiv z osoblyvymy potrebamy v vyshchych navchalnykh zakladakh* [Psychological and pedagogical support of students with special needs in higher educational institutions]. *Aktualni pytannia humanitarnykh nauk*, (15), 316–317. [in Ukrainian].

10. Lytvynenko, O.O. (2018). *Psykholohichnyi suprovod ta pidtrymka studentiv zi znyzhenym slukhom yak zaporuka yikhnoho osobystisnoho stanovlennia* [Psychological accompaniment and support of students with reduced hearing as a guarantee of their personal development]. *Pedahohichna osvita: teoriia i praktyka. Psykholohiia. Pedahohika*, (29), 70 [in Ukrainian].

11. Burlachuk, L.F., Kocharyan, A.S., & Zhidko, M.Ye. (2012). *Psikhoterapiya. Psikhologicheskie modeli* (3-e izd. dopol., stereotip) [Psychotherapy. Psychological models].