

Лекція 1.

ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ

ПИТАННЯ

1. **Поняття адаптації особистості у наукових дослідженнях**
2. **Поняття психічної, психологічної, соціальної та соціально-психологічної адаптації.**
3. **Реабілітаційна психологія в системі наукового знання**

1. ПОНЯТТЯ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

Проблема адаптації є однією з основних у сучасному науковому пізнанні. Вона відображає здатність організму активно пристосовуватися до навколишнього середовища. В широкому розумінні адаптація – це процес пристосування, дія, спрямована на пристосування організму до конкретних умов існування [115; 158; 187].

У межах філософії адаптація розглядається як процес пристосування до умов зовнішнього та внутрішнього середовища, а також як наявність у системи пристосування до певного фактору середовища [187].

З біологічної точки зору, адаптація передбачає життєво необхідне пристосування організму до постійних і мінливих умов зовнішнього середовища (сезонних змін температури, освітленості, вологості, змін у харчуванні) та змін в організмі, пов'язаних із виникненням захворювання, обмеженням чи втратою деяких функцій тощо.

Психофізіологія розглядає адаптацію як процес, що зумовлений змінами психофізіологічних станів людини під впливом дезадаптивних факторів. Адаптація потребує одночасної та узгодженої взаємодії функціональних підсистем на всіх рівнях цілісної системи організму з метою забезпечення її

ефективності [115].

Проблема адаптації стала об'єктом розгляду багатьох наукових напрямів, проте провідне місце вона посідає саме у психологічній науці, де вона розглядається через призму входження особистості в соціальне середовище [115; 158].

Виокремлено основні напрямки дослідження адаптації (С.Шапкін, Л.Дікає) [51]:

Медико-психологічні аспекти, що пов'язані з дослідженням медико-психологічних компонентів адаптації в різноманітних стресових умовах, де перевага надається внутрішньоособистісним процесам (динаміці та гармонійності потребова-мотиваційної сфери особистості, встановленню контакту суб'єкта адаптації з власним Я).

Психофізіологічні аспекти, які представлені у вигляді дослідження феномену адаптації пов'язаного з психофізіологічними особливостями функціонування органів (систем органів) та психічних процесів, які вони забезпечують, в умовах видозмінюваного середовища.

Комплексне вивчення психічних та функціональних станів людини, в якому структура та динаміка адаптації вивчається як процес врівноваження у відкритій системі, під час якого набуваються нові системні якості.

2. ПОНЯТТЯ ПСИХІЧНОЇ, ПСИХОЛОГІЧНОЇ, СОЦІАЛЬНОЇ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ.

Варто розрізняти поняття психічної, психологічної, соціальної та соціально-психологічної адаптації.

Психічна адаптація – це процес, який виникає у відповідь на зміни у навколишньому світі, це процес взаємодії особистості та середовища, при якому особистість повинна враховувати особливості середовища й активно впливати на нього, щоб забезпечити задоволення своїх потреб. Процес взаємодії особистості й середовища полягає в пошуку й використанні адекватних засобів і способів задоволення основних потреб [114; 115; 116].

Адаптація психологічна – сукупні властивості індивіда, що характеризують його стійкість до умов середовища та рівень пристосування до них, а також результат такого пристосування.

Соціальна адаптація (від лат. adaptation – пристосування, socialis – суспільний) – процес пристосування людини до нового для неї соціального середовища, а також наслідки цього процесу. Соціальна адаптація – це формування в індивіда в процесі онтогенезу соціальної поведінки, яка співвіднесена з поведінкою інших людей і спрямована на встановлення соціальних стосунків – достатньо стійких і самостійних зв'язків між індивідами та соціальними групами. Соціальна адаптація передбачає дотримання особою соціальних норм – історично зумовлених суспільним буттям вимог до діяльності та взаємин індивіда, соціальних груп, суспільних інститутів, що виражають суспільну потребу в організації діяльності та стосунків відповідно до об'єктивних умов [136; с.15].

Соціально-психологічна адаптація визначається як процес і результат активного пристосування людини до видозміненого середовища за допомогою найрізноманітніших інтеріоризованих соціальних засобів (дій, вчинків, діяльності).

Відповідно до своєї наукової концепції А. Фурман визначає

типологію рівнів функціонування соціально-психологічної адаптації. Він зазначає, що на рівні суб'єкта адаптація розглядається як процес, а на рівні особистості – як результат.

Процесуальний аспект адаптації заснований на виокремленні її часових характеристик – тривалості стадій адаптації. Досліджуються різні модальності адаптації – від стадій соціальної адаптації до психофізіологічних механізмів адаптації.

Результативний аспект адаптації застосовується як основний елемент при оцінці успішності адаптивних процесів у цілому. Зазначений критерій є основоположним у більшості наукових теорій феномену адаптації, наприклад при дослідженні дихотомії адаптація – дезадаптація.

А.Реан, А.Кудашев при описі адаптації особистості зазначали, що при врахуванні співвідносності зовнішніх (середовищних) та внутрішніх (особистісних властивостей) чинників адаптація має соціально-психологічну природу, визначили її психологічні утворення: адаптація як результат, що характеризується ступенем підсумкової адаптованості; як процес, що характеризується власними просторово-часовими механізмами; як джерело новоутворень, що характеризується комплексом активно сформованих якостей. Фундаментальними, основними вимірами адаптації є саме її процесуальні та результативні аспекти. Внутрішні новоутворення виокремлюються та формуються всередині попередньо описаних аспектів, потім надбудовуються і утворюють власні виміри адаптації.

Відповідно до наукового напряму А.Реана та А.Кудашева, **повноцінна адаптація завжди включає в себе цілий спектр самозмін та формування нових особистісних якостей**, оскільки мова йде про активне пристосування особистості, про активне самозмінювання, самокорекцію відповідно до вимог середовища. Пасивного прийняття ціннісних орієнтацій середовища без активного самозмінювання під час процесу адаптації.

Проблема соціально-психологічної адаптації представлена у багатьох

психологічних наукових підходах.

Представники діяльнісного підходу (В. Агеєв, О. Леонтєв, С. Рубінштейн та інші) соціально-психологічну адаптацію пов'язують з діяльністю особистості (трудовою, навчальною, спілкуванням), в структурі зазначеної адаптації виділяють наступні компоненти (вони ж критерії адаптованості): вихідні параметри діяльності особистості, ступені інтеграції особистості з макро- і мікросередовищем, ступінь реалізації внутрішньоособистісного потенціалу, емоційне самопочуття. Використання цих показників у якості критеріїв адаптації дозволяє виділити чотири основні рівні адаптованості особистості: надмірний, оптимальний, низький, дезадаптивний.

В.Петровський описав адаптивну спрямованість особистості у вигляді пристосування особистості до світу або ж підпорядкування навколишнього світу власним інтересам.

Відповідно до когнітивного підходу Дж.Келлі, **соціально-психологічна адаптація пов'язана з відсутністю переживання загрози, а дезадаптація - з виразними емоційними переживаннями.**

Ж. Піаже описує двоскладовий процес адаптації: перший – акомодация, що забезпечує модифікацію, функціонування організму чи дій суб'єкта у відповідності з властивостями середовища; другий – асиміляція, процес що змінює ті чи інші компоненти середовища, переробляючи їх згідно із структурою організму або включаючи у схему поведінки суб'єкта. Вказані процеси тісно пов'язані між собою і опосередковують один одного.

Представники біхевіористичного напрямку Е.Толмен, К.Халл розглядали у межах своєї наукової концепції **особливостей адаптивної поведінки: адаптивна поведінка для вирішення короткотривалих ситуацій, що здійснюється за допомогою простого реагування та адаптивна поведінка, що виникає внаслідок самостійного формулювання системи пристосовувальних поведінкових актів у складних ситуаціях (еволюційне**

досягнення людини).

На думку Б.Скінера, адаптивна поведінка виявляється в послідовному та цілеспрямованому підкріпленні пристосовницьких реакцій, що не викликані певними стимулами або ситуацією, а здійснюються спонтанно, що є основою оперантного реагування .

Представники біхевіористичного напряму соціально-психологічну адаптацію визначають подвійно: 1) як стан, у якому потреби індивіда, з однієї сторони, та вимоги середовища, з іншої, повністю задоволені. Це стан гармонії між індивідом та природою або соціальним середовищем; 2) процес, за допомогою якого цей гармонійний стан досягається .

У психоаналітичній концепції адаптація розглядалася Г. Гартманом, З. Фрейдом , захисні механізми адаптації – О.Феніхель, А. Фрейд, З. Фрейдом. **Адаптування особистості здійснюється за допомогою розв'язання внутрішньоособистісного конфлікту між Супер Его та Ід.**

Опираючись на теорію Ж.Піаже, представники психоаналітичного напряму виокремлювали два види адаптації: 1) аллопластична адаптація, що здійснюється за допомогою зміни людиною зовнішнього середовища для задоволення власних потреб; 2) аутопластична адаптація, що відбувається за рахунок особистісних змін самої людини.

В індивідуальній психології А.Адлера соціально-психологічна адаптація представлена в особистісній спроможності людини долати комплекс неповноцінності, зазначений процес відбувається протягом усього життя і сприяє вдосконаленню та розвитку.

У Епі-генетичній концепції Е.Еріксона соціально-психологічна адаптація представлена як розв'язання внутрішньоособистісного конфлікту не із застосуванням захисних механізмів, а із досягненням внутрішньої гармонізації та рівноваги.

Представники гуманістичного напряму психології (А.Маслоу, К.Роджерс, Е.Фромм) описали соціально-психологічну адаптацію людини як наявність у людини позитивних особистісних рис, прагнень, здібностей, які може

розвинути кожна людини.

А.Маслоу адаптацію описав, як прагнення до самоактуалізації, коли перетинається межа звичайних прагнень та бажань. На шляху до самоактуалізації людина долає внутрішні конфлікти, пов'язані з фрустрацією фундаментальних потреб. Неконструктивні вирішення зазначених конфліктів призводять до дезадаптації, що виражається у виникненні регресії, агресії та фіксації.

Повноцінно функціонуюча людина, тобто адаптована, відповідно концепції К.Роджерса, - це така, яка застосовує власні здібності й таланти, реалізує власний потенціал та розвивається в напрямі власного пізнання, своїх переживань. Автор виокремив п'ять особистісних характеристик повноцінно функціонуючої людини, які ми можемо розглядати як внутрішні чинники соціально-психологічної адаптації.

Головна адаптивна характеристика – це відкритість переживанням, протилежною ознакою є беззахистність. Люди відкриті для переживання вміють розуміти власні переживання, відчувати всю сферу вісцеральних, сенсорних, когнітивних переживань без переживання загрози. Всі переживання (внутрішні та зовнішні) символізуються в свідомості людини без спотворень. Наступна характеристика - екзистенційний спосіб життя – тенденція жити повним насиченим життям, кожен момент якого повноцінно проживається.

Наступна характеристика - організмична довіра – це здатність людини приймати власні переживання і відчуття та розглядати їх, як основу для прийняття рішень.

Емпірична свобода – це аспект гарного життя, що полягає в тому, що людина може жити так, як хоче, без обмежень та заборон.

Найзначущіша адаптивна характеристика особистості – це креативність, що пов'язана з оптимальною психологічною зрілістю, оскільки творчість та продукти творчості виникають у людини, яка живе гарним життям. Творчі люди прагнуть жити конструктивно та адаптивно в своїй культурі. Вони здатні

творчо адаптуватися до змінних умов оточення, не будучи конформістами.

У науковій концепції Е.Фромма адаптованість людини представлена у можливості бути автономним та унікальним, не втрачаючи при цьому єднання з іншими людьми та суспільством. Він називав вид свободи, при якій людина переживає себе як частину світу, і в той же час не залежить від нього - позитивною свободою. Саме любов і праця є основними компонентами, за рахунок яких здійснюється позитивна свобода засобами спонтанної активності.

У межах диспозиційної теорії, зокрема у науковій роботі Г.Олпорта, адаптованій, зрілій особистості притаманні такі особистісні риси: наявність широких меж Я (уміння подивитися на себе зі сторони, активно брати участь у сімейних, професійних та інших соціальних стосунках, наявність хоббі, зацікавленість у політичних та релігійних питаннях та інших); здатність до теплих соціальних стосунків, а саме до дружніх стосунків та співчуття; емоційна нестурбованість та самоприйняття (позитивне ставлення до себе, толерантність до розчарувань та дратівливих факторів); реалістичне сприйняття та досвід прийняття (можливість бачити навколишній світ таким, яким він є, а не таким, яким хотілося б, щоб він був); здатність до самопізнання та почуття гумору (знання своїх сильних та слабких сторін, почуття гумору перешкоджає самозвеличенню та марнославству); наявність цілісної життєвої філософії (бачення цілісної картини життя за рахунок послідовного виділення та узагальнення значущих подій у житті).

Г.Бал при розгляді феномену адаптації та його значення в психології особистості виокремлював центральне наукове положення про універсальний характер взаємозв'язку між компонентами соціальної та фізичної систем. Науковець наголошував на тому, що провідним в адаптації є не пристосування людини до соціального середовища, а врівноваження взаємодії людини і середовища, що може досягатися за рахунок тієї соціальної системи, до якої людина належить. При взаємодії людини та середовища варто враховувати багатоаспектність обох понять, тобто

особистісний розвиток розширює і взаємодію з ширшим колом середовища.

У науковому напрямі **психології вчинку В.Роменець** зазначає, що обмеженість особистості стає засадою її соціальної природи. Потреба опори в іншому, ущербність одиничного існування викликає необхідність поєднання внутрішньоособистісного світу людини та світу соціального середовища, що сприяє винайденню самодостатності.

Вплив ціннісних орієнтацій як мотиваційно-сміслових регуляторів адаптації, зокрема професійної, розкритий у наукових здобутках Ж.Вірної. Також науковець описує компоненти соціальної зрілості особистості: ціннісно-смісловий, емоційно-оцінний та регулятивно-поведінковий.

Взаємозв'язок особистісної культури та соціальної адаптації розкритий у наукових роботах І.Візнюк. Автор надає значної уваги культурологічному розвитку особистості, що впливає на різні види соціального адаптування, зокрема професійного.

Адаптивні функції самосвідомості та взаємозв'язок самосвідомості особистості з соціальним адаптуванням розкритий у наукових роботах А.Налчаджяна, К.Роджерса, О.Фурман, А.Фурмана.

А.Налчаджян зазначає, що регресивні процеси Я-концепції провокують соціальне відчуження особистості, а, наприклад, динамічне-Я формується відповідно до можливих соціальних успіхів особистості. Ідеальне-Я (Л.Кольберг, М.Розенберг, Ж.Піаже) залежить від рівня морального розвитку особистості, моральної соціалізації та зрілості .

Через такий механізм соціалізації, як ідентифікація, що формується як наслідування інших, формується самосвідомість та адаптація (І.Дженіс, В.Столін). Синдром Пеле описаний у психологічній науці, розкриває ідеальне-Я індивіда, що формується у наслідуванні значущого соціального ідеалу.

Соціально-психологічну адаптацію як процес взаємодії особистості з середовищем, за якого зважає на особливості середовища і активно впливає на нього, щоб забезпечити реалізацію власних потреб та значущих зв'язків описав

у своїх наукових працях С.Максименко.

А.Налчаджян описав виокремив види соціально-психологічної адаптації: нормальна, девіантна та патологічна адаптація.

Нормальна соціально-психологічна адаптація – адаптивний процес особистості, який призводить до стійкої адаптації в типових проблемних ситуаціях без патологічних змін її структур та без порушень соціальної структури, в якій відбувається адаптація.

Варто зазначити, що нормальна соціально-психологічна адаптація також поділяється на види: захисну та незахисну. В свою чергу нормальна захисна адаптація, на думку А.Налчаджяна, – це дії особистості у відповідь на фрустраційну ситуацію, що здійснюються за допомогою захисних механізмів (агресії, раціоналізації, витіснення, проекції, регресії, формування зворотної реакції та сублимації), якщо зазначені механізми не стали патологічними. Незахисна соціально-психологічна адаптація виникає у нефрустраційних проблемних ситуаціях, що вимагають від особистості прийняття раціонального рішення. Для досягнення адаптації в умовах нефрустраційної ситуації застосовуються: пізнавальні процеси особистості, процеси цілеутворення, групові соціально-психологічні механізми розв'язання задач, різноманітні форми соціальної поступливості, процеси спілкування та обміну інформацією, інтелектуалізація індивідуального життєвого досвіду.

Оскільки більшість реальних життєвих проблем достатньо складні, то в більшості випадків застосовується змішаний захисно-незахисний тип соціально-психологічної адаптації.

Зазначений тип адаптації виникає тоді, коли особистість частково фрустрована, проте є необхідність конструктивно виконувати завдання, пов'язані із її соціальними ролями.

Девіантна адаптація – це процес соціальної адаптації особистості, що забезпечує задоволення її потреб у групі або соціальному середовищі, в той час як очікування інших учасників соціального процесу не виправдовуються такою поведінкою. Девіантна адаптація має два підвиди: неконформна

адаптація – процес соціально-психологічної адаптації особистості, завдяки якому вона долає внутрішньогрупову проблемну ситуацію незвичними для членів групи способами, в результаті яких вступають у конфліктну взаємодію з групою; новаторська адаптація – різновид людської діяльності або виконання ролі, під час яких особистість усвідомлює нові цінності, здійснює нововведення в галузі культури.

Патологічна адаптація – соціально-психологічний процес, така активність особистості в соціальних ситуаціях, що повністю або частково здійснюється за допомогою патологічних механізмів та форм поведінки, що призводить до патологічних рис характеру.

Відповідно до концепції А.Налчаджяна виокремлено два вектори функціонування адаптації: зовнішня адаптація – адаптаційний процес, за допомогою якого особистість пристосовується до зовнішніх, об'єктивних ситуацій; внутрішня адаптація – адаптація спрямована на вирішення внутрішніх конфліктів за допомогою вже сформованих адаптаційних механізмів.

При розгляді соціально-психологічної адаптації як процесу і результату активного пристосування людини до видозміненого середовища постає питання про її вплив на особистість та утворення особистісних властивостей, пов'язаних з результатами цього процесу.

Г.Сельє у концепції загального адаптаційного синдрому, розглядав адаптованість особистості як відсутність у особистості тривоги, а неадаптованість пов'язував з наявністю проявів стану тривоги. При тривалому перебуванні організму в екстремальних умовах настають значні зміни – фізіологічні, психологічні та соціально-психологічні, які набувають уже незворотного характеру.

Відповідно до наукових положень А.Налчаджяна, А.Фурмана адаптованість – це особистісна властивість, що полягає у можливості адаптуватися до широкого спектру соціальних ситуацій, що виникають у соціальному середовищі. Протилежною до адаптованості є особистісна

властивість – дезадаптованість, що визначає рівень та результат функціонування психіки, виражається у неможливості адаптуватися до власних потреб і бажань. Центральною ознакою дезадаптованості є переживання довготривалих внутрішніх і зовнішніх конфліктів та негативних емоційних станів, внаслідок стресогенних факторів, без знаходження адекватних психічних механізмів і форм поведінки, що необхідні для їх розв'язання.

Проблема соціально-психологічної дезадаптації та дезадаптованості особистості розкрита у наукових працях: А.Адлера, Г.Айзенка, І.Візнюк, Т. Комар, А.Налчаджяна, Л.Собчик, С.Розума, М. Томчука, А.Шевцова.

Важливою складовою соціально-психологічної адаптації особистості зрілого віку є професійна адаптація, оскільки саме вона забезпечує реалізацію провідної діяльності та має важливе соціальне значення для життєдіяльності суспільства.

Е.Клімов зазначав, що важливим показником засвоєння професійно-функціональної ролі є стан адаптованості особистості до соціальних умов праці. Адаптація ґрунтується не лише на пасивно-приспосовницьких, але й активно-перетворюючих зв'язках особистості з навколишнім середовищем, що є взаємопов'язаними.

С.Шандрук у своїх наукових роботах розглядає адаптивну поведінку як пристосування до довкілля, коли організм особини змінюється, а довкілля залишається незмінним, що і стимулює творчий пошук. У результаті діяльнісного реалізування адаптивна та творча складова пошукування об'єднуються такою рисою, як доцільність.

Головною ознакою творчої особистості автор вважає творчі якості, тобто індивідуально-психологічні особливості, які відповідають вимогам діяльності і є умовою її виконання.

Креативність і спонтанність як ознаки та наслідок соціально-психологічної адаптації розглядалися у психодраматичному психологічному напрямі (Я.Морено, З.Морено).

С.Максименко визначав креативність як глибинну, первісну і абсолютно

природну ознаку особистості, як вищу форму активності, що створює і залишає слід, виражає внутрішній світ особистості і створює зовнішній світ. А творчіть у працях науковця висвітлена з точки зору аналізу психологічних складових, які необхідні при переході людини від перцептивних задач до більш складних проявів пізнавальної, духовної та продуктивної діяльності.

Творчий потенціал як передумова успішної адаптації особистості, зокрема професійної, всебічно розглядався у наукових роботах Ж.Вірної, А.Кестлера, А.Массанова, О.Паламарчук, Р.Роланда, Е.Торранса, В.Шахова та інших науковців. Вплив емоційного інтелекту на соціальну та професійну адаптацію висвітлено у наукових працях О.Лящ.

Тобто, при розгляді проблеми соціально-психологічної адаптації особистості варто зазначити її результат особливостей особистості, потрібно враховувати два вектори – зовнішні фактори адаптування, тобто ті соціальні умови, що сприяють зазначеному процесу, та внутрішні чинники адаптування, що виражені у вироблених захисних механізмах та особистісних характеристиках, емоційних станах та поведінкових стратегіях.

Застосування методу науково-психологічного аналізу сприяло узагальненню наукових психологічних підходів розгляду соціально-психологічної адаптації особистості.

У проаналізованих наукових підходах адаптація розглядається як процес та результат двосторонньої взаємодії індивіда і середовища, в результаті якої відбувається гармонізація зазначеної взаємодії.

При описі внутрішніх особистісних чинників соціально-психологічної адаптації представники різних психологічних напрямів надають перевагу основоположним концептам власних теорій: поведінці, діяльності як основним засобам та наслідкам адаптації, переживанню емоційних станів, ціннісно-потребовій сфері особистості, самопізнанню та когнітивним процесам, способам подолання внутрішньо особистісних конфліктів та захисних механізмів, як наслідок адаптування розглядається розвиток креативності та спонтанності.

3. РЕАБІЛІТАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ В СИСТЕМІ НАУКОВОГО ЗНАННЯ

Термін реабілітація (лат. *Rehabilitatio* – відновлення; *re* – означає «знову», *habilitas* – «здатність, спроможність») уперше почав використовуватися в юриспруденції, де він означає відновлення в громадських правах та скасування звинувачень. У контексті соціальної, медичної та психологічної допомоги його почали застосовувати пізніше.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, **реабілітація** – це комплексне та скоординоване використання медичних, соціальних, освітніх і професійних заходів для підготовки або перепідготовки неспроможної особи до найвищого рівня реалізації функціональних можливостей. Значне місце в ньому займають психологічні аспекти, позаяк в центрі уваги будь-якої реабілітації є особистість людини з її здібностями, темпераментом, характером, почуттями, світоглядом, вірою, прагненнями.

Реабілітаційна психологія – це прикладна галузь психології, а якщо точніше, – то психології здоров'я, що вивчає методи, завдання та практичний інструментарій психологічної реабілітації як специфічного виду психологічної допомоги населенню.

Реабілітаційна психологія є міждисциплінарною наукою про процес відновлення функцій людини. Реабілітацію можна визначити як процес та систему відновлення здатностей людини з обмеженою життєдіяльністю до побутової, суспільної та професійної діяльності. Результатом такого процесу є досягнутий рівень, обсяг, масштаб незалежної життєдіяльності людини, рівень її залучення до соціальних взаємозв'язків, повноцінне особистісне функціонування.

Реабілітація спрямована на створення якіснішого, з соціального погляду, рівня життя особи, яка її і потребує. Важливим у реабілітації є порушені можливості особи, взаємозв'язки, які тимчасово руйнуються між нею і суспільством та потребують відновлення. Процес відновлення

концентрується не лише на потенційних можливостях людини, але й на тому, що може запропонувати суспільство, на діях з боку суспільства й на формах взаємодії людини та суспільства.

Обмеження життєдіяльності розглядається як помірно виражена, виражена або значно виражена втрата особою внаслідок захворювання, психологічної чи фізичної травми (її наслідків) або вроджених вад здатності до самообслуговування, пересування, орієнтації, контролю своєї поведінки, спілкування, навчання, виконання трудової діяльності на рівні з іншими громадянами.

Усунення обмежень життєдіяльності розглядається як система заходів, спрямованих на створення умов для досягнення або відновлення особою оптимального фізичного, інтелектуального, психічного та соціального рівня життєдіяльності та забезпечення її законодавчо визначених прав.

Психологічна підтримка розглядається як система соціально-психологічних, психолого-педагогічних способів і методів допомоги особі з метою оптимізації її психоемоційного стану в процесі формування здібностей і самосвідомості, сприяння соціально-професійному визначенню, підвищенню конкурентоздатності на ринку праці та спрямування зусиль особи на реалізацію власної професійної кар'єри.

Психологічна адаптація трактується як система заходів, спрямованих на формування в особи здатності пристосовуватися до вимог суспільства, зважати на його норми й цінності.

Психологічна реабілітація – це система заходів, спрямованих на відновлення, корекцію психологічних функцій, якостей, властивостей людини, створення сприятливих умов для розвитку особистості. Процес організованого психологічного впливу, внаслідок якого усуваються негативні психологічні наслідки пережитого травматичного стресу, забезпечується такий стан психічного здоров'я, який дає змогу людині досить ефективно розв'язувати різноманітні завдання.

Реабілітаційні заходи проводять для відновлення позитивного ставлення хворого до себе, до родини, суспільства, життя, з метою попередження формування психічного дефекту зі схильністю до самоізолювання.

Таким чином, учасниками психологічної реабілітації можуть бути як безпосередньо самі клієнти (пацієнти), так і їхні рідні та родичі.

Функції реабілітації:

- ✓ діагностична;
- ✓ розвивальна (корекційна);
- ✓ профілактична;
- ✓ лікувальна;
- ✓ власне реабілітаційна (відновлення).

Психологічна діагностика – психологічне обстеження особистості, моніторинг змісту й умов індивідуального розвитку та можливості її інтеграції в суспільство.

Психологічна корекція – це корекція окремих властивостей пізнавальних процесів особистості й характеру (мотивів, інтересів, установок, ціннісних орієнтацій, поведінкових реакцій) з метою засвоєння оптимальних способів різних видів діяльності (ігрової, комунікативної, навчальної, професійної і т.п.) для можливості успішної й ефективної самореалізації і соціальної інтеграції.

Психологічна терапія – комплекс проведення індивідуальних і групових занять, мета яких – усунення психологічних, нервових і психологічних розладів. У результаті «пом'якшується» чи ліквідується наявна симптоматика (клінічно орієнтована психотерапія) і змінюється ставлення до соціального оточення і власної особистості (особистісно орієнтована психотерапія). Не потрібно при цьому змішувати психотерапію та реабілітацію. Психотерапія виправляє або коригує недугу, реабілітація допомагає адаптуватися у середовищі.

Психологічне консультування – це комплекс процедур, призначених

допомогти людині розв'язувати проблеми та приймати рішення щодо професійної кар'єри, сім'ї; для вдосконалення самої особистості та міжособистісних стосунків.

Психологічна профілактика – своєчасне попередження відхилень у сприйманні та поведінці дітей-інвалідів, у становленні особистості, міжособистісних стосунках, це запобігання конфліктних ситуацій.

Психологічне прогнозування – розробка, апробація і застосування моделей поведінки особистості у різних умовах, проектування змісту і напрямів індивідуального розвитку, складання на цій основі життєвих планів та визначення тенденції до соціальної адаптації.

Поняття «реабілітація» (особливо коли це стосується дитячого віку) іноді містить процес набуття функцій, навичок, досягнення рівня соціалізації, якими дитина не володіла або ще не мала в своєму житті. Цей процес визначається таким поняттям як «абілітація».

Абілітація – це система лікувально-психолого-педагогічних заходів, що мають на меті попередження та лікування патологічних станів у дітей раннього віку, ще не адаптованих до соціального середовища, які призводять до стійкої втрати можливості працювати, вчитися і бути корисними членами суспільства. Це також система заходів, спрямованих на опанування особою знань та навичок, необхідних для її незалежного проживання в соціальному середовищі: усвідомлення своїх можливостей та обмежень, соціальних ролей, розуміння прав та обов'язків, уміння здійснювати самообслуговування.

Реабілітація – багатогранний процес відновлення здоров'я людини і реінтеграції її в трудове і соціальне життя. Усі види реабілітації важливо розглядати в єдності та взаємозв'язку. Розрізняють медичну, психологічну, педагогічну, соціально-економічну, професійну, побутову й фізичну реабілітації.

Мета медична реабілітації – повне або часткове відновлення здоров'я, компенсація втраченої функції.

Психологічна реабілітація передбачає вплив на психологічну сферу хворого, розв'язання таких завдань психологічної допомоги, як нормалізація психічного стану, подолання наслідків стресу та відновлення порушених психічних функцій.

Медична й психологічна реабілітація сприяють проведенню **соціальної реабілітації** хворого, відновленню його нормальних взаємин у суспільстві, насамперед у сфері праці. У результаті переборюється пов'язане із хворобою або інвалідністю відчуття соціальної неповноцінності, усувається надмірна увага хворого до свого захворювання.

Педагогічна реабілітація передбачає заходи виховного характеру, особливо стосовно хворих дітей. Це вироблення психологічної впевненості у власній повноцінності.

Соціально-економічна реабілітація розв'язує комплекс заходів щодо забезпечення хворого або інваліда житлом і пенсією.

Професійна реабілітація – хворі вивчають доступні форми праці й оволодівають необхідним інструментом.

Побутова реабілітація спрямована на забезпечення інваліда протезами, засобами пересування та навчання елементів самообслуговування.

Фізична реабілітація посідає одне з основних місць у комплексі реабілітаційних заходів, заснована на широкому використанні засобів фізичної культури й спрямована на лікування травм і захворювань, профілактику ускладнень, відновлення психологічної сфери хворого, відновлення побутових і трудових навичок.

Таким чином, предметом реабілітаційної психології виступають психологічні аспекти процесу відновлення та розвитку порушених функцій внаслідок внутрішніх чи зовнішніх чинників на індивідуально-психологічному, особистісному та соціально-психологічному рівнях.

У генезі реабілітології можна спостерігати зростаюче усвідомлення

потреб і можливостей реабілітаційної допомоги людині. У класичному розумінні реабілітація пов'язана з забезпеченням гідного та соціально повноцінного рівня життя людей.