

# Комунікативна адаптація як чинник соціальної реабілітації осіб з порушенням зору

Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова  
Військово-медичний клінічний центр Центрального регіону

За неофіційними даними станом на 2020 рік, в Україні налічувалося 144 тисяч громадян із порушенням зору, серед яких приблизно 40 тисяч осіб мали значне порушення зорової функції, що призвело до глибокої інвалідизації цих людей. Кількість інвалідів по зору становить близько 1 тисячі осіб на кожен мільйон населення. З цієї кількості понад 10 тисяч дітей мають статус інвалідів через захворювання органу зору. Щорічно внаслідок порушень зорових функцій в Україні визнають інвалідами близько 12 тисяч осіб. При цьому сучасне суспільство дедалі більше орієнтується на принципи інклюзії та рівних можливостей, що зумовлює необхідність переосмислення підходів до соціальної реабілітації осіб з інвалідністю, зокрема людей з порушенням зору. Ефективна комунікація є одним із ключових чинників успішної інтеграції таких осіб у соціальне середовище, оскільки саме через спілкування формується почуття приналежності, самоповаги та соціальної компетентності. Комунікативна адаптація допомагає незрячим людям долати бар'єри сприйняття, розвивати навички взаємодії та самовираження, що сприяє їхній самореалізації та активній участі в житті громади. Важливою компонентою в адаптації осіб з порушеннями зору залишається міжособистісна комунікація. Для осіб із порушенням зору процес спілкування має специфічні особливості, зумовлені сенсорними обмеженнями, психологічними бар'єрами та соціальними умовами. Втрата або суттєве зниження зорового сприйняття змінює структуру комунікативної взаємодії, оскільки значна частина невербальної інформації стає недоступною. Це створює додаткові труднощі у встановленні контактів, розумінні емоційного стану співрозмовника та підтриманні соціальних зв'язків. У цьому контексті важливу роль відіграють громадські об'єднання, серед яких Українське товариство сліпих (УТОС) залишається одним із ключових осередків допомоги та підтримки незрячих.

## Мета дослідження

Визначити особливості комунікативної адаптації осіб з порушенням зору та з'ясувати її роль як чинника ефективної соціальної реабілітації, зокрема в аспекті формування міжособистісної взаємодії, самоприйняття та інтеграції в суспільство.

## Матеріали та методи

Теоретичний аналіз наукових джерел вітчизняних і зарубіжних з психології, спеціальної психології, тифлопсихології, соціальної педагогіки, аналіз законодавчої бази, що до реабілітаційних програм та власні напрацювання на базі Українського товариства сліпих.

## Результати

Реабілітація осіб з порушенням зору в Україні керується низкою законів, серед яких Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні», що визначає основні напрями реабілітації, а саме: медична реабілітація, яка включає: медикаментозне лікування, відновлювальну терапію, санаторно-курортне лікування, медико-психологічна реабілітація - спрямована на психокорекцію, профілактику негативних психічних станів, навчання методам психологічної саморегуляції, професійна реабілітація: передбачає сприяння у професійному навчанні та адаптації, соціальна реабілітація: охоплює соціально-побутову адаптацію, забезпечення технічними засобами реабілітації. Спілкування є базовим механізмом соціалізації особистості, однак для людей з порушенням зору цей процес супроводжується низкою психологічних, сенсорних і соціальних труднощів, що впливають як на якість комунікативної взаємодії, так і на рівень соціальної інтеграції. Важлива роль відводиться саме комунікативній адаптації яка має певні труднощі в реалізації. Серед них сенсорні та приципітивні труднощі. Так як зорове сприймання забезпечує до 80 % інформації про навколишній світ у разі його відсутності або обмеженні комунікація втрачає візуальний компонент, що призводить до дефіциту невербальних сигналів. Особи з порушенням зору не мають можливості спостерігати міміку, жести, просторову поведінку співрозмовника, тому часто не можуть адекватно оцінити його емоційний стан. Це створює ситуації непорозуміння, соціальної невпевненості та підвищеної напруги у спілкуванні. Виникають ускладнення у розумінні емоційного стану співрозмовника, знижується точність інтерпретації невербальних сигналів, може з'являтися відчуття невпевненості або соціальної дезорієнтації під час спілкування. Нестача зорових орієнтирів унеможлиблює повноцінне використання звичних стратегій зворотного зв'язку (погляд, усмішка, кивок), що зменшує природність комунікації. Це призводить до емоційно-психологічного бар'єру. Унаслідок труднощів взаєморозуміння та негативного соціального досвіду в осіб з порушенням зору нерідко формується почуття невпевненості у спілкуванні, страх помилитися або бути неправильно зрозумілим, підвищеної тривожності під час знайомства або публічного виступу, уникання соціальних контактів через попередній досвід нерозуміння або жалю з боку зрячих, заниженої самооцінки та труднощів у самопрезентації. Такі люди можуть уникати соціальних контактів, особливо з незнайомими особами, що зменшує їхні можливості соціальної інтеграції. Часто ці бар'єри підсилюються реакцією оточення — надмірною турботою, жалем або, навпаки, відчуженням. Через відсутність зорового досвіду незрячі люди по-іншому осмислюють деякі поняття, пов'язані з кольорами, формами, відстанню чи простором. Це може ускладнювати розуміння певних висловлювань або метафор, що мають візуальне походження.

Крім того, спілкування потребує від них додаткових вербальних пояснень, що уповільнює темп діалогу й вимагає більшої концентрації уваги і це формує когнітивні та лінгвістичні труднощі. Низький рівень інклюзивної культури у суспільстві часто призводить до виникнення комунікативних бар'єрів між зрячими та незрячими, що є причиною соціального бар'єру в комунікації. Багато людей не знають, як правильно звернутися до особи з порушенням зору, як запропонувати допомогу, чи допустимі певні жести або дотики. Відсутність відповідних знань породжує напруження, уникання контактів і, зрештою, соціальну ізоляцію осіб з інвалідністю. Під час комунікації важливим є сприйняття реакції співрозмовника — його емоцій, виразу обличчя, пози. Особи з порушенням зору часто позбавлені цієї інформації, тому змушені орієнтуватися лише на голос, інтонацію, тембр або мовні сигнали. Це знижує емоційну насиченість і природність діалогу, робить його більш раціональним та обережним. Тому важливим у спілкуванні з незрячими та слабозорими є перше враження.

Спілкування повинно базуватися на повазі до особистості, а не на ставленні до інвалідності. При цьому люди з порушеннями зору мають і достатні компенсаторні механізми, а саме: підвищену чутливість до звуків, інтонацій, ритму мовлення, дотиків. Такі механізми сприяють формуванню альтернативних комунікативних стратегій і частково компенсують відсутність зорової інформації. Розвиток таких навичок є важливою складовою комунікативної адаптації та реабілітації.

Одним із сучасних методів комунікації є метод аудіодискрипції. Аудіодискрипція (від англ. audio description) — це спеціальний спосіб вербального опису візуальної інформації, який забезпечує людям із порушенням зору доступ до змісту візуальних об'єктів — фільмів, театральних вистав, виставок, телепрограм, освітніх матеріалів, просторового середовища тощо. Аудіодискрипція виконує посередницьку функцію між візуальним світом і людиною, яка не має можливості сприймати зорові образи. Вона ґрунтується на усній вербалізації зорових елементів (дій, емоцій, просторових характеристик, предметів), що дає змогу незрячій людині сформувати уявлення про зміст, контекст і емоційний підтекст події. Функції аудіодискрипції: інформаційна функція – передача об'єктивних відомостей про візуальні елементи (простір, дії, міміку, жести); емпатійна функція – створення можливості емоційної співучасті у спільному культурному або соціальному досвіді; соціально-інтеграційна функція – сприяння включенню осіб з порушенням зору у суспільне життя, культуру, освіту, мистецтво; освітня функція – розвиток уяви, комунікативної компетентності та мовленнєвих навичок у процесі сприймання описаних подій. З позиції адаптації, аудіодискрипція є мостом між сенсорними обмеженнями та соціальною взаємодією. Вона створює умови для рівного доступу до інформації та культурних продуктів, формування спільного інформаційного поля між зрячими й незрячими людьми, подолання комунікативних бар'єрів у спільному досвіді (наприклад, під час перегляду фільму, відвідування театру чи музею). Таким чином, аудіодискрипція може розглядатися як інклюзивна технологія комунікації, що поєднує елементи лінгвістики, психології сприймання та соціальної інтеграції.

Важливо є і правильне формування усної мови, тому її якість і зміст мають особливе значення. Ефективність вербальної взаємодії забезпечується завдяки чіткій артикуляції та логічній побудові висловлювання, описовому мовленню, що компенсує відсутність зорових орієнтирів (наприклад, замість «ось тут» — «праворуч від тебе, на відстані приблизно метра»), використанню емоційно забарвленої інтонації, яка передає настрої та реакції, замінюючи невербальні засоби, забезпеченню зворотного зв'язку — уточненням, чи правильно співрозмовник зрозумів інформацію. Такі мовні стратегії формують інклюзивний стиль комунікації, який забезпечує рівноправне сприйняття партнерів по діалогу.

Системне застосування таких методів сприяє не лише покращенню якості спілкування, а й успішній соціальній адаптації та реабілітації осіб з порушенням зору, що є важливою умовою реалізації принципів інклюзивного суспільства. Для осіб з повною втратою зору важливу роль відіграють тактильні сигнали, які забезпечують орієнтацію у просторі та фізичний контакт. До таких форм належать: тактильне рукостискання або легкий дотик до плеча як сигнал початку контакту; супровід «провідником», коли зряча особа дає можливість незрячій триматися за лікоть для безпечного пересування; використання тактильних схем або макетів для пояснення просторових об'єктів. Такі методи створюють відчуття безпеки, довіри й полегшують процес соціальної взаємодії.

Для формування впевненої комунікативної поведінки важливим є психологічний супровід осіб з порушенням зору. Ефективними напрямками є: тренінги соціальної взаємодії, де відпрацьовуються сценарії спілкування у різних життєвих ситуаціях; розвиток емоційного інтелекту через вправи на розпізнавання інтонацій, голосових відтінків, соціальних ролей; групова психотерапія або арттерапія, що сприяє самосприйняттю та зниженню тривожності у соціальних контактах. Такі заходи сприяють реабілітації комунікативної сфери та допомагають людині впевненіше взаємодіяти з оточенням.



## **Висновки**

Отже, міжособистісне спілкування осіб з порушенням зору характеризується комплексом сенсорних, емоційно-психологічних та соціальних труднощів. Основними чинниками, що ускладнюють комунікацію, є дефіцит невербальних сигналів, психологічна напруга, недостатня готовність суспільства до інклюзивного спілкування. Разом із тим, розвиток компенсаторних навичок, використання спеціальних комунікативних методів (зокрема аудіодискрипції, тактильного контакту, адаптованих вербальних стратегій) сприяє підвищенню ефективності взаємодії та успішній соціальній адаптації осіб з вадами зору. При цьому, методи підвищення ефективності комунікації з особами з порушенням зору мають комплексний характер і включають вербальні, тактильні, аудіовізуальні та психологічні підходи. Вони спрямовані на усунення комунікативних бар'єрів, створення безпечного середовища та розвиток взаєморозуміння між людьми з різним сенсорним досвідом.