

Т. О. Лугвина

Руководитель проекта «Перформанс «Оживление», г. Екатеринбург, Россия

ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭКСТРАБИЛИТИ НЕСЛЫШАЮЩИХ ЛЮДЕЙ В ПРОВЕДЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ

Данная статья нацелена на поиск ответа на вопрос: какие виды экстрабилити людей с нарушением слуха могут стать основой компетенций психологической диагностики. На опыте использования экстрабилити незлышающих людей в проведении психологической диагностики исследуются особенности оживления эмоций с помощью жестового языка. Показано, что, экстрабилити людей с нарушением слуха, которые используют в проведении психологической диагностики, в виде внутренней внимательности к состоянию тела и выразительности жестов. Особенность в выявлении эмоций у незлышающих людей заключается в использовании жестового языка, который играет вспомогательную роль для оживления эмоций. Благодаря экстрабилити глухие и слабослышающие люди развивают свои таланты, приобретают новые компетенции в рамках новой для них профессии – инклюзивный ко-терапевт, тем самым снижает уровень безработицы среди людей с инвалидностью.

Ключевые слова: экстрабилити незлышающих людей; жестовый язык; эмоциональный интеллект; трудоустройство для людей с ОВЗ.

T. O. Lugvina

ON THE EXPERIENCE OF USING THE EXTRABILITTY OF DEAF PEOPLE IN CONDUCTING PSYCHOLOGICAL DIAGNOSTICS

This article is aimed at finding an answer to the question: what types of extrabilities and their roles people with hearing impairment use for psychological diagnosis. On the experience of using the extrability of deaf people in conducting psychological diagnostics, the features of reviving emotions with the help of sign language are investigated. Deaf people use extrability in psychological diagnostics in the form of internal attentiveness to the state of the body and expressive gestures. The peculiarity in identifying emotions in deaf people is the use of sign language, which

plays an auxiliary role to revive emotions. Thanks to extrability, deaf people develop their talents, acquire new competencies within a new profession for them – an inclusive co-therapist, thereby reducing the unemployment rate among people with disabilities.

Keywords: extrability of deaf people; sign language; emotional intelligence; employment of people with disabilities.

Введение. По данным Всемирной организации здравоохранения численность людей с инвалидностью составляет 1 млрд человек (15% от общей численности населения). На сегодняшний день процент трудоустройства людей с инвалидностью (13,5%) очень низок. Однако люди с инвалидностью обладают особыми способностями экстрабилити, которые развиваются благодаря успешному преодолению ограничений (как физических, так и психологических) и успешной социализации. Именно экстрабилити позволяет людям с нарушением слуха успешно конкурировать на открытом рынке труда, если они ложатся в основу профессии.

Экстрабилити используют глухие и слабослышащие люди в проведении психологической диагностики – перформанс «Оживление». Уникальность перформанса проявляется в том, что участники погружаются в пространство взаимодействия, которое позволяет восстановить подавленные эмоции, развить навыки эмоционального интеллекта за счёт знакомства со скрытыми талантами и способностями социально-успешных людей с ограниченными возможностями здоровья. Это люди, которые преодолели кризисы, которые смогли вырваться из клубка противоречий и ограничений, которые смогли изменить свою судьбу.

Обучение навыкам и компетенциям, необходимым для подготовки и проведения перформанса «Оживление» позволяет неслышащим людям поверить в свои силы, понять, что они нужны миру, что они могут жить и работать, развивая свои таланты, приобретая новые компетенции в рамках новой для них профессии – инклюзивный ко-терапевт.

В сценарий перформанса «Оживление» вплетены элементы психологической диагностики (практики телесно-ориентированного подхода в психологии и арт-терапии), участники могут быстро оценить влияние события на их эмоциональное состояние. Данные элементы используются осознанно ведущими перформанса с целью оживления

чувств и эмоций участников, которым предлагается свой уникальный набор эмоций, проявляемых с помощью жестового языка.

Постановка задачи. Экстрабилити используют глухие и слабослышащие люди в проведении психологической диагностики с целью в первую очередь развить навыки эмоционального интеллекта.

Эмоциональный интеллект – это признание как позитивных, так и негативных чувств, умение отделять личные ощущения от фактов, а также навык чувствовать настроение, темперамент и намерения в общении с другими людьми, независимо от того давние они знакомые или вы видите их в первый раз в жизни [1].

У глухих и слабослышащих людей в повседневной жизни большую роль играет эмоциональный интеллект, можно увидеть этих людей в общении с использованием как резких и как плавных движений жестов. Это говорит о умении распознавать и описывать собственные эмоции, способность не поддаваться панике и отвергнуть «отрицательные эмоции» (гнев, ревность, раздражение, зависть, злость).

«Экстрабилити – это способности и компетенции, которые развиваются, благодаря ограничениям, в процессе успешной социализации» (О.Б. Колпащиков АНО «Белая трость») [2]. Экстрабилити позволяют людям с нарушением слуха успешно конкурировать на открытом рынке труда, если они ложатся в основу профессии – ко-терапевт.

Цель исследования: выяснить, какие виды экстрабилити и их роли люди с нарушением слуха используют для проведения психологической диагностики.

Результаты. Экстрабилити неслышащих людей, которые используют в проведении психологической диагностики:

- 1) внутренняя внимательность к состоянию тела;
- 2) выразительность жестов.

В исследованиях В. Петшака определено, что наиболее точно распознаются те эмоции, которые вызывают целостные мимические изменения во всех лицевых зонах одновременно (зоны лба, бровей, глаз и нижней части лица) [3]. С распознаванием мимических эмоций, особенно грусти и обиды, у глухих и слабослышащих людей вызывает трудности в связи с недостаточным развитием речи.

Однако, это препятствие с эмоциональным распознаванием у людей с нарушением слуха компенсирует в виде высокой разборчивостью с внутренним миром из эмоций и чувств. Эта эмоциональная особенность ярко выражает в жестовом языке: например, используе-

мый в общении жест «ненависть» имеет разные эмоциональные состояния выразительных движений и жестов.

Жестовый язык – лингвистическая система, обладающая собственной лексикой и грамматикой, используемая для общения глухих и слабослышащих [4].

Выразительные движения и жесты в процессе общения среди неслышащих людей являются синонимами речевых интонаций в словесной речи.

В сценарий перформанса «Оживление» вплетены элементы психологической диагностики:

- 1) практики телесно-ориентированного подхода в психологии;
- 2) арт-терапия.

Телесно-ориентированная терапия — направление психотерапии, включающее в себя техники, объединённые общим взглядом на телесные (физиологические) функции (дыхание, движение, статическое напряжение тела и др.), как неотъемлемую часть целостной личности [5].

Основоположник телесной психотерапии Вильгельм Райх делал акцент на полном и глубоком дыхании и способности отдаваться спонтанным и произвольным движениям тела. Дыхание и движение – это важные функции при проведении перформанса "Оживления" с использованием жестового языка. Дыхательные упражнения выполняются с целью углубленного познания эмоционального внутреннего мира. Участник перформанса с повязкой на глаза одновременно глубоко дышит и выполняет движения жестов, которые обозначают эмоции для усиления погружения в себя.

Неслышащий в проведении психологической диагностики уделяет большое внимание на передаче участнику перформанса выразительность жеста: жесткость/мягкость, резкость/плавность движений. Таким образом, конкретное и точное передающее движение эмоции способствует легкому запоминанию, простоте восприятия, что делает жестовый язык в вспомогательной роли для оживления эмоций.

Движение руки передает действия эмоций: например, при показе жеста любить – прикладываются к сердцу. Поэтому, жесты образны и понятны не только для людей с нарушением слуха, но и для тех, кто не использует жестовый язык.

Второй вид экстрабилити, используемый неслышащими людьми для проведения психологической диагностики – внутренняя внимательность к состоянию тела. Этот экстрабилити проявляется в виде

эмоционального интеллекта — умение распознавать и описывать собственные эмоции, способность не поддаваться панике и отвергнуть «отрицательные эмоции» (гнев, ревность, раздражение, зависть, злость). Для улучшения эмоционального интеллекта проводится методом психотерапии – биоэнергетики. Биоэнергетика – это функционирование психики человека в категориях тела и энергии, считая источником неврозов, депрессий и утраты самоотождествления подавление чувств, которое проявляется в виде хронических мышечных напряжений, блокирующих свободное течение энергии в организме [6, с. 9].

Неслышащие люди во время перформанса «Оживление» используют терапию, состоящую из распознавания структуры характера и оживления замороженных эмоций. Это приводит к восстановлению свободного дыхания, разблокированию ограничений развития личности, освобождению энергии, которую могут быть использованы в творческих формах приспособления и развития индивидуальности. «Человек, который не дышит глубоко, уменьшает жизнь своего тела. Если он не двигается свободно, он ограничивает жизнь своего тела. Если он не чувствует полно, он сужает жизнь своего тела. И если его самовыражение сокращено, он лимитирует жизнь своего тела», – пишет Александр Лоуэн, представитель телесно-ориентированной терапии и основатель биоэнергетического анализа. Человек холит и лелеет своё тело, но при этом, предаёт его, причём делает это изо дня в день, месяцами, годами. И все трудности человека исходят из этого предательства своего тела, считает Лоуэн [6, с. 8–13].

Вывод. Основной экстрабилити неслышащих людей для проведения психологической диагностики заключается в оживлении замороженных эмоций в теле с помощью жестового языка. Показано, что, экстрабилити людей с нарушением слуха, которые используют в проведении психологической диагностики, в виде внутренней внимательности к состоянию тела и выразительности жестов. Особенность в выявлении эмоции у неслышащих людей заключается в использовании жестового языка, который играет вспомогательную роль для оживления эмоций. Благодаря экстрабилити глухие и слабослышащие люди развивают свои таланты, приобретают новые компетенции в рамках новой для них профессии – инклюзивный ко-терапевт, тем самым снижает уровень безработицы среди людей с инвалидностью.

Литература

1. Романькова М. Н. Роль эмоций и эмоционального интеллекта в преподавании иностранного языка как фактор успеха / М. Н. Романькова, Л. В. Токарева, О. В. Черединова // Научные горизонты. – 2019. – № 2(18). – С. 101–110.

2. Колпащиков О.Б. Организация инклюзивного взаимодействия для реализации скрытых талантов и способностей людей с ОВЗ /О. Б. Колпащиков, К. В. Баранников [Электронный ресурс]. // Преемственная система инклюзивного образования: взаимодействие специалистов разного профиля: материалы VI Международной научно-практической конференции. Казань. URL: <https://goo-gl.ru/5Ylu> (дата обращения 10.12.2019).

3. Петшак Влодимеж. Эмоциональное развитие глухих детей : диссертация ... доктора психологических наук : 19.00.10 / НИИ дефектологии. – Москва, 1991. – 238 с.

4. Русский жестовый язык [Электронный ресурс]. URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Русский_жестовый_язык (дата обращения 10.11.2019).

5. Телесно-ориентированная психотерапия [Электронный ресурс]. URL: https://samopoznanie.ru/schools/telesno-orientirovannaya_psihoterapiya/ (дата обращения 10.11.2019).

6. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела / Пер. с англ. С.Коледа. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2000 – 256 с.

List of references

1. Romankova M.N., Tokareva L.V., Cheredinova O.V. (2019). *Rol' emotsiy i emotsional'nogo intellekta v prepodavanii inostrannogo yazyka kak faktor uspekha* [The role of emotions and emotional intelligence in teaching a foreign language as a success factor]. In: Scientific horizons, No. 2 (18), pp. 101-110. (in Russ.).

2. Kolpashchikov O.B., Barannikov K.V. *Organizatsiya inklyuzivnogo vzaimodeystviya dlya realizatsii skrytykh talantov i sposobnostey lyudey s OVZ* [Organization of inclusive interaction for the realization of hidden talents and abilities of people with disabilities] URL: <https://goo-gl.ru/5Ylu> (accessed: 12.10.2019). (In Russ.).

3. Petshak Vlodimierz. (1991). *Emotsional'noye razvitiye glukhikh detey* [The emotional development of deaf children: the dissertation ...

Doctors of psychological sciences: 19.00.10 / Research Institute of Defectology]. Moscow, 238 p. (In Russ.).

4. *Russkiy zhestovyy yazyk* [Russian sign language]. URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Russian_Hest_Language (accessed 10.11.2019). (In Russ.).

5. *Telesno-oriyentirovannaya psikhoterapiya* [Body-oriented psychotherapy]. URL: https://samopoznanie.ru/schools/telesno-oriyentirovannaya_psihoterapiya/ (accessed 10.11.2019). (In Russ.).

6. Lowen A. (2000). Psikhologiya tela: bioenergeticheskiy analiz tela [Psychology of the body: bioenergetic analysis of the body] / Translation from English S.Koleda. Moscow, Institute of General Humanitarian Research, 256 p. (In Russ.).