

## ПРОЦЕС ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

### THE PROCESS OF FORMING THE READINESS OF FUTURE PHYSICAL REHABILITATION SPECIALISTS TO USE HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THEIR PROFESSIONAL ACTIVITIES

Стаття присвячена актуальним проблемам процесу формування готовності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до застосування здоров'язберезувальних технологій у професійній діяльності. Зокрема, розкривається сутність таких понять як здоров'язберезувальні технології, професійна діяльність, емпауермент, селф-емпауермент, коучинг. Охарактеризовано процес історичного становлення здоров'язберезувальних технологій. Розкрито дослідження сучасних науковців з проблеми застосування соціально-психологічних здоров'язберезувальних технологій у професійній діяльності. Описано види коучингу: індивідуальний, груповий, командний, кар'єрний, корпоративний, бізнес-коучинг, лайф-коучинг, коучинг конфліктів. Зазначено, що використання зазначених соціально-психологічних здоров'язберезувальних технологій у реабілітаційному процесі потребує спеціально сформованих особистісних якостей майбутніх фахівців фізичної реабілітації. Основна увага зосереджується над дослідженнями процесу формування готовності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до застосування здоров'язберезувальних технологій у професійній діяльності. Застосування даних технологій потребує від фахівців фізичної реабілітації умінь правильно будувати комунікативні процеси.

Висвітлені принципи спілкування та поведінки фахівців з фізичної реабілітації, що мають бути спрямовані на створення сприятливих умов не тільки для фізичного, а і для психологічного одужання хворої людини. Зазначено, що фахівці з фізичної реабілітації можуть використовувати прийоми НЛП з метою більш детального вивчення поглядів, принципів, системи цінностей клієнта, для виявлення внутрішніх психологічних бар'єрів та з метою його переорієнтації внутрішнього світу, налаштування на позитивні зміни. Доведено, що ефективність процесу фізичної реабілітації залежить від готовності фахівців фізичної реабілітації використовувати соціально-психологічні здоров'язберезувальні технології.

**Ключові слова:** фахівці з фізичної реабілітації, здоров'язберезувальні технології, професійна діяльність, емпауермент, селф-емпауермент, коучинг.

The article is devoted to the actual problems of the process of forming the readiness of future physical rehabilitation specialists to use health-saving technologies in their professional activities. In particular, the essence of such concepts as health-saving technologies, professional activity, empowerment, self-empowerment, coaching is revealed. The process of historical formation of health-saving technologies is characterized. The research of modern scientists on the problem of applying socio-psychological health-saving technologies in professional activities is disclosed. Types of coaching are described: individual, group, team, career, corporate, business coaching, life coaching, conflict coaching. It is noted that the use of these socio-psychological health-preserving technologies in the rehabilitation process requires specially formed personal qualities of future physical rehabilitation specialists.

The main focus is on studies of the process of forming the readiness of future physical rehabilitation specialists to use health-preserving technologies in their professional activities. The use of these technologies requires physical rehabilitation specialists to be able to correctly build communication processes. The principles of communication and behavior of physical rehabilitation specialists are highlighted, which should be aimed at creating favorable conditions not only for the physical, but also for the psychological recovery of a sick person. It is noted that physical rehabilitation specialists can use NLP techniques for the purpose of a more detailed study of the client's views, principles, and value system, to identify internal psychological barriers and to reorient his inner world, tune in to positive changes. It has been proven that the effectiveness of the physical rehabilitation process depends on the readiness of physical rehabilitation specialists to use socio-psychological health-saving technologies.

**Key words:** specialists in physical rehabilitation, health-saving technologies, professional activity, empowerment, self-empowerment, coaching.

УДК 378:615.825  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2022/49.1.17>

**Вишар Є.В.,**  
ст. викладач кафедри соціальної роботи та спеціальної освіти  
Полтавського інституту економіки і права

#### Постановка проблеми у загальному вигляді.

Формування мотивів і потреб особистості це процес, зазначає Є. Льїн, це складне психологічне утворення, котре повинен побудувати сам суб'єкт. У процесі ж виховання й соціалізації особистості формується той будівельний матеріал, котрий буде в подальшому використовуватися для мотивації тієї чи іншої дії або вчинку. Цим матеріалом є такі особистісні утворення, як інтереси й нахили, моральні принципи, установки і самооцінка, формування котрих є завданням педагогіки. Отже,

зовні формуються не мотиви, а мотиватори (і разом з ними мотиваційна сфера особистості).

Це передбачає підготовку майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до поєднання з базовими та використання таких технологій, які б сприяли активності клієнта, формуванню відповідних принципів життєдіяльності, створювали б бажання удосконалюватися, а також слугували б засобами особистісного удосконалення самих фахівців з фізичної реабілітації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Важливі аспекти процесу формування готовності

майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до застосування здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності висвітлюються такими ученими як Л. Волошко, О. Козлова, Я. Коцан, Г. Ложкін, М. Мушкевич, О. Шапран і В. Шапран.

**Мета статті** – дослідження процесу формування готовності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до застосування здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності.

**Виклад основного матеріалу.** Перша соціально-психологічна здоров'язбережувальна технологія, на яку варто звернути увагу під час підготовки майбутніх фахівців фізичної реабілітації – це емпауермент. Емпауермент можна назвати управлінською здоров'язберігаючою технологією, оскільки передбачає поділ інформації, заохочень і влади в реабілітаційному процесі між реабілітологом і клієнтом для того, щоб клієнт міг брати ініціативу, приймати рішення та розв'язувати проблеми. Це базова концепція, яка полягає в наданні клієнтам умінь, ресурсів, влади, можливостей, мотивації, а також одночасного покладання на них відповідальності за результати їхніх дій [1].

Майбутніх фахівців з фізичної реабілітації слід спрямувати на розуміння емпауерменту, як на технологію, що означає активізацію життєвої позиції клієнта під впливом реабілітолога, а також це технологія, яку можливо використовувати для власного удосконалення, для створення особистісної активної життєвої позиції, що є необхідним компонентом у формуванні готовності до професійної діяльності. Причому, внаслідок такої активності відбувається усвідомлення та/або посилення відповідальності особи за стан вирішення власної проблеми, а також формуються навички самодопомоги. В цьому аспекті важливо пам'ятати про спонукання, мотивацію до змін як один із найважливіших чинників «включення» активності особистості клієнта.

Водночас, емпауермент – це надання клієнтам можливості брати участь у вирішенні своїх проблем поряд зі спеціалістами, а також діяльність з набуття впевненості в собі, особистої сили для здійснення впливу на життєві обставини.

З психологічної точки зору емпауермент слід використовувати як метод активізації мотиваційної, когнітивної структур особистості у реабілітаційному процесі та як сукупність психічних станів, когніцій, що виникають у учасників на основі відповідного сприйняття середовища, в якому вони знаходяться і діють.

Особливо важливим у застосуванні зазначеної здоров'язбережувальної технології є усвідомлення майбутніми фахівцями фізичної реабілітації, що ідея наснаження ґрунтується на визнанні права людини вести повноцінне життя, отримувати, у разі потреби, якісні послуги в необхідному обсязі. Однак наснаження відрізняється від надання

можливостей, оскільки воно не обмежується лише намаганням дозволити або допомогти людям діяти, а має на меті надання їм постійних владних повноважень для створення здатності впливати на своє життя за межами реабілітаційних центрів. У ході наснаження підвищується рівень самооцінки, активність клієнта, зростають його можливості, зменшується залежність від негативних факторів, які впливають на його життя.

Паралельно з поняттям емпауермент функціонує поняття, без якого неможливий процес особистісного удосконалення, селф-емпауермент (само-наснаження). Селф-емпауермент полягає в набутті досвіду позитивних можливостей, що призводить до позитивних змін у житті людини, але за умови наявності особистого бажання змінитися.

Внутрішня переробка може бути двох типів: мобілізація енергії і позитивних ресурсів, необхідних для реалізації нового бажання і нового мислення; виявлення, ізолювання і подолання внутрішніх особистісних перепон (внутрішніх «кілерів»), які заважають і уповільнюють реалізацію бажання. Для мобілізації енергії і позитивних ресурсів слід надати клієнту позитивну оцінку, проявити певну увагу та допомогти клієнту в подоланні особистісних перепон. Тому в процесі емпауерменту, перш за все, слід виявити внутрішні перепони та реагувати на них почергово. Дуже часто суб'єкт намагається приховати їх, пропонуючи раціоналізацію у своїх рішеннях та діях задля створення більш позитивного образу в очах фахівця.

Безпосередньо емпауермент не є вирішенням проблем, тому виявлені бар'єри не усуваються, а ізолюються і поступово перестають здійснювати негативний вплив на свідомість людини. Поетапність роботи з клієнтом щодо усунення внутрішніх перепон можна подати в такій послідовності: виявлення того, як бар'єри були сформовані, на основі аналізу попереднього життя; допомога людині ізолювати перепони і виявити, як можна завадити тому, що блокує конкретну можливість, застосовуючи емпауермент; схарактеризувати зміни у новій системі уявлень про себе та порівняти з діючими самоуявленнями.

Також стратегія подолання внутрішніх перепон може бути представлена як боротьба позитивної й корисної частини своєї особистості з негативною; як уявлення, що перепон не існує, та реалізація відповідної дії. У результаті таких стратегій у людини поступово накопичується позитивний досвід, і внутрішня проблема вже не є тією призмою, через яку сприймається усе життя. Основним завданням фахівців з фізичної реабілітації є допомога людині у створенні внутрішніх позитивних ресурсів (віра в свої можливості, віра в себе тощо), які дозволяють долати перепони. Деякі ресурси, що їх використовує людина в процесі емпауерменту, можуть бути знайдені в оточенні

самої людини. Фізіореабілітолог має активізувати дії суб'єкта для знаходження і накопичення таких ресурсів. З цією метою доцільним є надати інформацію, яка дозволяє суб'єкту націлюватися на нові можливості, що допомагають контролювати власні бажання; сформулювати компетенції (знання, здібності, інструменти, що скеровують діяльність суб'єкта по відношенню до об'єктів); включити клієнта у міжособистісні відносини з іншими особами, які можуть підтримати суб'єкта в його діях [1].

Застосування емпатерменту, селфемпатерменту потребує від фахівців фізичної реабілітації умінь правильно будувати комунікативні процеси. Тому наступною здоров'язбережувальною технологією, якою можна вплинути на активність клієнта, сформулювати бажання змінюватися, вести здоровий спосіб життя, а головне, всилити віру у власні можливості, є технологія нейролінгвістичного програмування (НЛП).

Основними принципами НЛП є принцип уподібнення, тобто бути таким як співбесідник, точніше, думати як він; підлаштування – співвіднесення швидкості мовлення, гучності, тональності; копіювання нюансів міміки; калібрування контакту, тобто спостереження за реакцією співбесідника, наскільки він відповідає на ваші реакції і чи відображується це на ефективності спілкування та, за потреби, зміна засобів впливу [1].

Фахівці з фізичної реабілітації можуть використовувати прийоми НЛП з метою більш детального вивчення поглядів, принципів, системи цінностей клієнта, для виявлення внутрішніх психологічних бар'єрів та з метою його переорієнтації внутрішнього світу, налаштування на позитивні зміни. Єдине правило у використанні прийомів НЛП – це правильний їх добір відповідно ситуації у спілкуванні, інакше, ці прийоми легко перетворюються на прийоми маніпулювання людиною. Щоб уникнути таких ситуацій варто пам'ятати про основну мету використання НЛП у реабілітаційному процесі – програмування клієнта на позитивні зміни у власному житті, навчання клієнта бачити ці позитивні зміни та використовувати їх як життєвий потенціал.

Задля формування умінь сприяти підвищенню результативності, навчанню і розвитку іншої людини майбутні фахівці з фізичної реабілітації мають оволодіти технологією коучинга.

Розрізняють декілька видів коучингу: індивідуальний, груповий, командний, кар'єрний, корпоративний, бізнес-коучинг, лайф-коучинг, коучинг конфліктів тощо. Незважаючи на різновиди, коучинг дозволяє особистості подивитися на себе з іншого боку, оцінити ситуацію, що склалася, знайти різні способи вирішення проблеми, проаналізувати їх і обрати найоптимальніший, скласти план дій на майбутнє, навчитися контролювати свої дії та активно співпрацювати з іншими [1].

Найбільш розповсюджений метод коучинг-навчання – це метод «питання-відповідь». Іноді така технологія коучингу називається наставництвом. Суть полягає в тому, що кожна людина має потенціал, який достатній для досягнення досить високих результатів у тій чи іншій сфері діяльності. Відповідно, при використанні зазначеного методу коучингу, навчання полягає в тому, що наставник ставить низку запитань, які допомагають клієнту проаналізувати свою ситуацію, думки і самостійно знайти вихід. Результативність цієї технології залежить від уміння коуча ставити запитання, які спонукають клієнта до самоаналізу.

Окрім технології «питання-відповідь» використовується технологія тренінгів. Коучинг-тренінг допомагає забезпечити продуктивний обмін знаннями та ефективно відпрацювання умінь. Цей інструмент коучингу передбачає спілкування tet-a-tet, у ході якого спеціаліст допомагає клієнту перевірити свої сили та відповідно налаштуватися.

Метод консалтингу передбачає консультування клієнта, пропонування можливих схем дій, спрямування його зусиль на досягнення потрібного результату на основі повної свободи вибору.

Метод процесингу полягає у проведенні коучем певного процесу, наочно демонструючи клієнту, як потрібно діяти для досягнення бажаного результату. При цьому широко використовуються такі психологічні техніки, як НЛП, енергетична терапія ПЕАТ, мозкові штурми [1].

Метод «Колесо досягнення мети» – це шкала (від 1 до 10) у вигляді кола, розділеного по секторам, відповідно до сформованих конструктивних умінь особистості. Кожен клієнт в індивідуальній картці з певною періодичністю (наприклад, два-три рази протягом місяця) зафарбовує таку кількість смуг в кожному сегменті кола, яка відповідає рівню сформованості у нього конкретного вміння. Це дозволяє наочно простежити динаміку формування цілісної картини умінь.

Науковці І. Гондюл та А. Ківшик, виділяють наступні характерні різновиди коучингу: систематичний коучинг, де використовується сувора послідовність етапів, система підходів і педагогічних технік, всі правила якого можна пояснити і зрозуміти; цілеспрямований коучинг, під час якого коучером пропонується слухачу щось досліджувати або робити; безсторонній коучинг, під час якого слухачу надається безпечний простір, у якому він може вільно висловити свої думки, а також можливість усвідомити дещо нове самостійно [1].

Результатами коучингу є підвищення продуктивності діяльності кожної людини чи групи людей, покращення взаємовідносин, здатності швидко й ефективно реагувати в критичних ситуаціях, гнучкості й адаптивності до змін. Коучинг спрямований у майбутнє. Працюючи з наявною ситуацією, він допомагає по-іншому поглянути на життя, усвідомити

свої істинні думки, бажання, потреби, цінності, позбавитися від внутрішніх бар'єрів і навчитися знаходити власні рішення. При цьому доречними будуть поради відомих американських коуч-психолога Рентон Джейн щодо доцільних і недоцільних хвилювань, раціональних і нераціональних, нелогічних думок: відкинути всі надто ідеальні мрії і плани, братися тільки за здійснення реальних, доступних на сьогодні задач, що дозволить уникнути розчарувань та пригніченого емоційного стану [1].

Використання зазначених соціально-психологічних здоров'язберезувальних технологій у реабілітаційному процесі потребує спеціально сформованих особистісних якостей майбутніх фахівців фізичної реабілітації.

В першу чергу це лідерські якості, оскільки фахівець з фізичної реабілітації має уміти впливати на іншу особистість, переконувати її.

У науковій літературі не існує єдиного тлумачення поняття «лідер» та щодо переліку якостей, які необхідні для лідерства.

Дж. Креймс визначає такі ознаки лідерства: вроджене прагнення вести за собою; мотивація першості; впливовість; зануреність і закоханість у свою справу; компетентність і креативність; психологічна надійність; адекватна самооцінка і саморегуляція; самовдосконалення. Модель лідерства поєднує чотири ключові якості, якими має володіти ідеальний лідер: власна енергія, зараження енергією інших, воля до перемоги, виконання задуманого [1].

Американський психолог-консультант К. Слоун визначає особливості лідерських якостей особистості – лідера робить розумнішим не об'єм інформації, а вміння нею керувати та використовувати її [1].

У соціологічному словнику лідерство тлумачиться як: 1) провідне становище окремої особи, соціальної групи, класу, партії, держави, зумовлене ефективнішими результатами діяльності; 2) процеси внутрішньої самоорганізації і самоврядування групи, колективу, обумовлені індивідуальною ініціативою їх членів [2].

Лідер – це людина, яка ефективно здійснює керівництво групою; лідерство – це мистецтво впливати на людей для того, щоб вони з доброї волі намагались досягнути цілей, які не є особистісними (наприклад цілі підрозділу, організації). Лідер – це особистість, яка, поставивши перед собою мету, знаходить засоби і створює колектив, який здатний її досягти. Лідером може бути людина, яка має три основоположні якості: неординарний, вроджений потенціал, який проявляється як талант засновника і координатора; глибокі знання і професіоналізм у галузях, що мають найбільший попит з боку певної соціальної групи чи суспільства в цілому; безумовну перевагу в отриманні результатів діяльності в певному виді діяльності [1].

З огляду на специфіку діяльності майбутніх фахівців фізичної реабілітації, нами визначено такі

особистісні якості, які забезпечують формування лідерської позиції: комунікативність, толерантність, гнучкість, наполегливість, емоційна стійкість.

Принципи спілкування та поведінки фахівців з фізичної реабілітації мають бути спрямовані на створення сприятливих умов не тільки для фізичного, а і для психологічного одужання хворої людини. Оскільки будь-яка фізична хвороба має свій відбиток на психіці клієнта, чи то формує споживацьку психологію, чи, можливо, синдром меншовагартісної особистості, що значно заважає відновити повноцінне життя.

Проблема толерантності є предметом дослідження багатьох учених. На сьогоднішній день загальні теоретичні основи толерантності висвітлені в роботах дослідників: В. Скворцова, М. Уолцера, М. Хом'якова.

Отже, базуючись на визначеннях толерантності, можемо говорити, що толерантність у діяльності фахівців фізичної реабілітації передбачає повагу до поглядів інших спеціалістів, повагу до поглядів клієнта, але толерантність має виражатися ще і у вимогливості до клієнтів під час реабілітаційного процесу, небайдужості до його результатів, що іноді передбачає глибоке переконання у користі тих чи інших методів фізичної реабілітації.

Гнучкість є ще однією характерною рисою фахівця з фізичної реабілітації, необхідну для досягнення зміни ситуації, в яку потрапив з тієї чи іншої причини клієнт. Планування і здійснення дій, спрямованих на зміну ситуації, вимагає аналізу цієї ситуації з точки зору всіх зацікавлених сторін. Гнучкість фахівця фізичної реабілітації полягає в умінні правильно з урахуванням усіх сфер функціонування клієнта, спланувати реабілітаційний процес. Тобто добрати здоров'язберезувальні технології різних типів та видів (медичні, соціально-психологічні, педагогічні) та пов'язати їх у систему реабілітаційного процесу.

Уважність і спостережливість також є необхідними рисами особистості фахівця фізичної реабілітації. Адже вони дають можливість побачити усі зміни в настрої клієнта (вихованця), підтримати своєчасно, розвіяти сумніви, показати, що він цінує його.

Для майбутнього фахівця з фізичної реабілітації необхідне самовладання, або емоційна стійкість – особливість вольової поведінки людини, а в стійких формах – вольова риса вдачі, що виявляється в умінні володіти своїми почуттями і настроями, стримувати власні прагнення, якщо вони ведуть до неправильних реакцій, не допускати імпульсних дій.

**Висновки.** Отже процес формування готовності майбутніх фахівців фізичної реабілітації до застосування здоров'язберезувальних технологій у професійній діяльності передбачає поєднання базових (медичних та технологій фізичної

культури і спорту) здоров'язберезувальних технологій з соціально-психологічними та педагогічними здоров'язберезувальними технологіями, які потребують сформованості особистісних рис майбутніх фахівців з фізичної реабілітації та педагогічних здібностей.

### БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Волошко Л.Б. Формування навчальної мотивації як умови навчальної успішності студентів. *Організаційно-методичне забезпечення самостійної роботи студентів: стан, проблеми, перспективи* : матеріали XXXI наук.-метод. конф. Полтавська державна аграрна академія. Полтава, 2010. С. 142–144.