

Варламова Мария Евгеньевна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный
педагогический университет им. И.Я. Яковлева»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

**ТРУДНОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ
И НАПРАВЛЕНИЯ ИХ КОРРЕКЦИИ У УЧАЩИХСЯ
С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ ЛЕГКОЙ СТЕПЕНИ
В УСЛОВИЯХ ИНТЕГРИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ**

Аннотация: в статье исследуется проблема социально-психологической адаптации у учащихся с легкой степенью умственной отсталости в условиях интегрированного обучения. Автор анализирует сложности, с которыми сталкиваются данные учащиеся при взаимодействии с окружающей социальной средой. Результаты проведенного экспериментального исследования свидетельствуют, что учащиеся с умственной отсталостью легкой степени испытывают трудности в области коммуникации, социализации и формирования личности. В статье предложены направления коррекционных мероприятий, которые могут помочь данной категории учащихся успешно адаптироваться в интегрированной образовательной среде. Исследование имеет практическое значение для педагогов и специалистов, работающих с учащимися с умственной отсталостью легкой степени, а также для разработки систем их психолого-педагогического сопровождения инклюзивного образования.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, юношеский возраст, инклюзия, умственная отсталость.

Социально-психологическая адаптация тесно связана с процессами социализации и формирования личности. Большинство исследователей сходятся во мнении, что адаптация человека является сложным и многоаспектным явлением. Ю.А. Александровский, А.Ф. Березин, А.А. Богданов, В.И. Медведев, Т.Д. Молодцова, и другие, обращают внимание на тот факт, что невозможно

изучать какой-либо аспект человеческой адаптации, игнорируя другие. Анализ исследований показал, что различные виды адаптации так или иначе взаимосвязаны друг с другом. Например, изменения в психической адаптации сопровождаются изменениями физиологических показателей.

Анализ исследований, посвященных проблеме социально-психологической адаптации лиц с интеллектуальными нарушениями, указывает, что данная проблема до сих пор недостаточно исследована. Исследования, касающиеся характеристик, определяющих успешность социально-психологической адаптации, являются недостаточными и фрагментарными. Большинство исследований в данной области сосредотачивается на умственно отсталых школьниках, при этом адаптация подросткового возраста практически не исследована. Эта проблема становится особенно актуальной в свете внедрения интегрированного обучения в учебно-профессиональных образовательных учреждениях в настоящее время.

В исследованиях ряда ученых (О.К. Агавеляна [1], И.А. Коробейникова [2], Е.М. Старобиной [3]), подчеркивается необходимость предоставления психологической поддержки для лиц с интеллектуальными нарушениями после окончания школы. Исследователи обращают внимание на сложности, с которыми выпускникам приходится сталкиваться в самостоятельной жизни, такие как формирование эффективной коммуникации, развитие социальных навыков и умения сотрудничать. В трудах подчеркивается, что данная категория лиц испытывают затруднения как в трудовой среде, так и в повседневной жизни. В связи с данным фактом, явственно видится важность психолого-педагогической поддержки социально-психологической адаптации детей с интеллектуальными нарушениями после окончания школы, с целью их успешной интеграции в общество.

Данный факт обусловил проведение исследования с целью изучения особенностей личностных черт у девушек с умственной отсталостью легкой степени в условиях инклюзивного обучения. В ходе проведения констатирующего эксперимента приняли участие 120 студентов первого курса «Чебоксарского

экономико-технологического колледжа» г. Чебоксары, включая 60 девушек с нормальным интеллектом и 60 девушек с интеллектуальными нарушениями в возрасте от 16 до 19 лет.

Результаты исследования позволили выявить особенности личности наших участников, которые проявляются в процессе их социально-психологической адаптации в образовательном учреждении, где они интегрированы. На основе наших исследований мы выяснили, что молодые люди в возрасте от 16 до 19 лет с умственной отсталостью, обучающиеся в общеобразовательных профессиональных учреждениях, могут проявлять следующие признаки неуспешной адаптации: высокий уровень тревожности, агрессивное поведение в отношении окружающих и затруднения в установлении межличностных отношений. Также мы обнаружили корреляционные связи между различными психологическими характеристиками личности участников, такими как черты характера, самооценка и уровень тревожности, с одной стороны, и их успешностью в процессе социально-психологической адаптации в учебно-профессиональной среде интеграции, с другой.

Выявленные особенности социально-личностной сферы у умственно отсталых учащихся существенно затрудняют их успешную адаптацию в условиях интегрированного обучения. В связи с этим, целесообразно включить психолога в работу по коррекции и преодолению трудностей, выявленных у таких детей еще на этапе школьного обучения.

Таким образом, можно определить несколько приоритетных направлений работы психолога в школах VIII вида по подготовке учащихся с умственной отсталостью к интегрированному обучению в общеобразовательных профессиональных учреждениях.

1. Коррекция высокого уровня тревожности. Работа в этом направлении может включать следующие задачи:

- повышение самооценки;
- обучение методам снятия мышечного и эмоционального напряжения.

– обучение способам саморегуляции. Для достижения этих задач можно использовать психогимнастику, тренинги, игры, упражнения и релаксацию.

2. Коррекция межличностных отношений в трех основных направлениях:

- коррекция отношений между учениками;
- развитие навыков межличностного общения между учениками и преподавателями;
- подготовка к установлению новых отношений в интегрированной среде.

Для реализации этих направлений можно использовать следующие задачи:

- развитие коммуникативных навыков;
- формирование умения распознавать и описывать свои эмоции;
- обучение конструктивному разрешению конфликтов;
- формирование толерантного поведения;
- развитие эмпатии и сочувствия к окружающим. В работе по этому направлению психолог может использовать психогимнастику, тренинги, драматизацию, игры, упражнения, релаксацию и беседы.

3. Консультативная работа, которая включает консультирование педагогов и учащихся по интересующим вопросам. В процессе психологических консультаций могут использоваться техники активного слушания, отражение содержания, перефразирование и обобщение, а также предоставление информации.

Совместные встречи и занятия учащихся с умственной отсталостью и нормально развивающимися сверстниками играют важную роль в их подготовке к интеграции и успешности этого процесса. Многие исследователи (Д. Вернер, Н.Н. Малофеев, Л.М. Шипицына, Н.Д. Шматко и др.) указывают на важность готовности самого общества принять инвалидов для успешной интеграции людей с ограниченными возможностями в общество.

Список литературы

1. Агавелян О.К. Социально-трудовая адаптация выпускников вспомогательной школы: автореф. дис. канд. пед. наук / О.К. Агавелян. – М., 1974. – 21 с. EDN YPEUDD

2. Коробейников И.А. Особенности социализации детей с легкими формами психического недоразвития: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.10 / И.А. Коробейников. – М., 1997. – 323 с. EDN NLMJKT

3. Старобина Е.М. Профессиональная подготовка лиц с умственной отсталостью: метод. пособие / Е.М. Старобина. – М., 2003. – 118 с. – EDN QTСYKD