

Рязанцева Диана Валерьевна

студентка

Шелиспанская Эллада Владимировна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

DOI 10.31483/r-115314

ИССЛЕДОВАНИЕ СПЕЦИФИКИ И КОРРЕКЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Аннотация: статья посвящена проблемам формирования психологической готовности студентов с умственной отсталостью к самостоятельной жизни, выявляется потребность в исследовании специфики их психологической готовности к самостоятельной жизни и реализации коррекционно-развивающего воздействия, которое позволило бы эффективно ее повысить. Авторами описываются результаты проведенного эмпирического исследования, дается их анализ, описываются особенности коррекционно-развивающей программы.

Ключевые слова: умственная отсталость, психологическая готовность к самостоятельной жизни, ценностные ориентации, профессиональная направленность, самооценка, самостоятельность, межличностное общение.

Сформированная психологическая готовность к самостоятельной жизни позволяет молодому человеку быть независимым и самостоятельным в своих действиях при соблюдении общепринятых норм и правил, руководствуясь собственными намерениями. Формирование психологической готовности к самостоятельной жизни затруднено у первокурсников с умственной отсталостью, поступивших на обучение в профессиональные образовательные учреждения.

Они сталкиваются со многими трудностями, обусловленными особенностями развития, а также условиями, обусловленными самостоятельной жизнью в общежитии [2]. У них замедленно формируются ценностные ориентации, а сами ценностные ориентиры слабо осознаются. Их самостоятельность часто оказывается недостаточной для полноценной жизнедеятельности без посторонней помощи, недостаточная сформированность профессиональной ориентации затрудняет выбор профессии и овладение ей. Нередко формируется завышенная самооценка как компенсаторное явление в ответ на критичные замечания окружающих, что только подкрепляется интеллектуальным недоразвитием и некритичностью мышления [4]. Поэтому необходимы целенаправленные и специально подобранные коррекционно-развивающие мероприятия, которые позволят повысить параметры психологической готовности студентов с умственной отсталостью к самостоятельной жизни.

С целью изучения специфики психологической готовности студентов с умственной отсталостью к самостоятельной жизни была подобрана группа из 10 студентов-первокурсников с умственной отсталостью в возрасте 15–16 лет, обучающихся в ГПОУ ТО Тульском техникуме социальных технологий.

Это базовая профессиональная образовательная организация, обеспечивающая поддержку функционирования региональной системы инклюзивного профессионального образования. В данном техникуме проводится работа по созданию психологически безопасного и развивающего образовательного пространства, обучающихся привлекают к участию в мероприятиях, где они получают возможность лучше узнать себя и понять окружающих, улучшать навыки межличностного общения, научиться управлять своими состояниями и поведением в конфликтных ситуациях и т. д. Также активно осуществляется консультирование по вопросам готовности лиц с ОВЗ к профессиональному самоопределению и получению профессионального образования, оказывается помощь в определении мотивов выбора профессии, соответствия профессионально важных качеств требованиям профессии и др. Таким образом, данное образовательное учреждение имеет широкий опыт реализации деятельности по различ-

ным направлениям повышения психологической готовности студентов с умственной отсталостью к самостоятельной жизни, что позволяет нам проводить полноценное исследование данной проблемы на представленной базе.

Критериями исследования специфики психологической готовности студентов с умственной отсталостью к самостоятельной жизни выступили выделенные М.А. Егоровой критерии сформированности психологической готовности к самостоятельной жизни: уровень сформированности ценностных ориентаций, уровень сформированности профессиональной направленности, уровень сформированности адекватной самооценки, уровень сформированности самостоятельности, уровень сформированности навыков межличностного общения [1].

Диагностическая программа исследования включала следующие методики: «Ценностные ориентации» М. Рокича; опросник «Готовность подростков к выбору профессии» В.Б. Успенского; методика прямого измерения самооценки (методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан); Анкета для исследования уровня социальной компетентности и готовности к самостоятельной жизни подростков и юношей Н.В. Москоленко и А.М. Щербаковой; тест на оценку самоконтроля в общении М. Снайдера.

В процессе проведения методики «Ценностные ориентации» М. Рокича выяснилось, что для многих студентов с умственной отсталостью (50%) базовой ценностью является возможность иметь хороших и верных друзей, а также ценность составляют развлечения. Для остальных студентов ценность составляет материально обеспеченная жизнь и здоровье. Немногие выделяют для себя в качестве ценности независимость и честность, любовь.

С помощью опросника «Готовность подростков к выбору профессии» В.Б. Успенского было установлено, что более половины исследованных студентов техникума имеют низкий уровень сформированности профессиональной направленности, они недостаточно готовы к выбору профессии. Это может быть связано с недоразвитием эмоционально-волевой и ценностно-смысловой

сфер, что приводит к невысокой работоспособности, к примитивности интересов, к слабости намерений и побуждений.

Использование методики прямого измерения самооценки (методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан) показало, что у большинства студентов завышенная самооценка и нереалистический уровень притязаний. У 30% студентов техникума выявлена заниженная самооценка.

Применение анкеты для исследования уровня социальной компетентности и готовности к самостоятельной жизни подростков и юношей Н.В. Москоленко и А.М. Щербаковой позволило установить, что у 70% студентов низкий уровень сформированности самостоятельности, слабые способности к планированию, целеполаганию, самоорганизации деятельности. Свои самостоятельные действия в настоящем и будущем они планируют с трудом, ориентируются на получение помощи со стороны более взрослого человека.

Проведение теста на оценку самоконтроля в общении М. Снайдера показало, что у 70% студентов низкий уровень сформированности навыков межличностного общения. Они не всегда учитывают контекст ситуации общения, могут быть излишне прямолинейными.

Таким образом, результаты исследования выявили необходимость разработки и реализации коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие психологической готовности студентов с умственной отсталостью к самостоятельной жизни, ориентированную на возраст и специфику развития студентов с умственной отсталостью. В задачи программы ориентированы на: формирование ценностных ориентаций, профессиональной направленности, адекватной самооценки, развитие навыков налаживания и поддержания межличностного общения, повышение самостоятельности.

Основными методами и средствами работы были выбраны упражнения (тренинговые) и игры, создание рисунков с последующим обсуждением (метод арт-терапии), беседа, групповая дискуссия. Всего в программу включено 16 занятий, которые проводились 2 раза в неделю.

При выборе методов, средств, форм работы были проанализированы теоретические и практические разработки разных авторов. На основе разработок М.А. Егоровой в программу были включены упражнения и игры (тренинговые), беседы, создание рисунков (с последующим обсуждением) на темы представлений о себе в прошлом, настоящем и будущем, о своих планах или желаниях на будущее и т. д. Их использование позволяет формировать ценностные ориентации, развивать способность планировать свое будущее, ставить цели на ближайшее и более отдаленное будущее и т.д. [1]. На основе рекомендаций Т.Г. Копыловой и О.Л. Лашиной в программу включены профориентационные игры и мероприятия, которые позволяют выявлять профессиональные интересы, увлечения, склонности и формировать профессиональную направленность, формировать понимание роли и важности труда, интерес к труду [3]. По рекомендациям Л.А. Самойлюк, К.Г. Логуновой, О.С. Хрипко, в контексте работы по повышению способностей к налаживанию и поддержанию межличностного общения проигрываются проблемные ситуации для развития навыков решения конфликтов, а также используются упражнения и игры, в которых студенты учатся выражать свои эмоции мимически, описывать их, угадывать эмоции. Повышению самостоятельности способствует участие студентов в выполнении упражнений, где им дается возможность постараться заранее определить последствия своих действий и продумать дальнейшие шаги для достижения нужного результата. На занятиях важно поддерживать благоприятный психологический климат, чтобы у студентов с умственной отсталостью не возникало стремления отстраниться от участия в общих упражнениях и играх, проводимых беседах, чтобы они были расположены к взаимодействию с другими студентами, к активному участию в предлагаемых видах деятельности [5]. С целью формирования у студентов адекватной самооценки проводятся упражнения и игры, выполняются рисунки на соответствующую тематику (с последующим обсуждением). Согласно рекомендациям А.Г. Удодова, это способствует самопознанию и адекватному восприятию собственных возможностей [6].

Сформированная психологическая готовность к самостоятельной жизни позволяет юношам и девушкам с умственной отсталостью самостоятельно регулировать свое поведение и деятельность в соответствии со своими знаниями, умениями, ценностными ориентациями, общепринятыми правилами и нормами поведения. Позволяет им самостоятельно организовывать свою жизнедеятельность, быть менее зависимыми от помощи окружающих. Овладевать профессиональными знаниями и умениями, подготовиться к будущей трудовой деятельности. Поэтому мы предполагаем, что участие студентов-первокурсников с умственной отсталостью в занятиях по предложенной коррекционно-развивающей программе не только принесло им положительные эмоции, радость от процесса самопознания, участия в коллективной деятельности в интересной форме игр, упражнений, дискуссий, рисования. Но и положительно повлияло на повышение самостоятельности студентов-первокурсников, способствовало их более активному включению в социум, в целом сделало их жизнь более комфортной и интересной.

Список литературы

1. Егорова М.А. Социально-психологическая готовность к самостоятельной жизни выпускников школы-интерната / М.А. Егорова // Вестник практической психологии образования. – 2007. – №3. – С. 59–66. EDN WXLFOТ
2. Киселева Д.Е. Формирование психологической готовности старшеклассников к самостоятельной жизни / Д.Е. Киселева, А.А. Кацера [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-psihologicheskoy-gotovnosti-starsheklassnikov-k-samostoyatelnoy-zhizni> (дата обращения: 08.12.2024).
3. Копылова Т.Г. Система профориентационной работы в коррекционной школе VIII вида / Т.Г. Копылова, О.Л. Лашина // Дефектология. – 2006. – №5. – С.75–79. EDN HVKNYF
4. Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого школьника / С.Я. Рубинштейн. – М.: ИОИ, 2016. – 228 с.

5. Самойлюк Л.А. Взаимосвязь саморегуляции и социальной адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями / Л.А. Самойлюк, К.Г. Логунова, О.С. Хрипко // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. – 2021. – №02. – С. 93–97.

6. Удодов А.Г. Организация системы коррекционно-воспитательной работы по формированию самооценки умственно отсталых подростков / А.Г. Удодов // Московский педагогический журнал. – 2011. – №3. – С. 120–125.

EDN OUISVD