

## ОПТИМИЗАЦИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ С ОВЗ В ПРОСТРАНСТВО ВУЗА<sup>1</sup>

### OPTIMIZATION OF ADAPTATION OF FIRST YEARS WITH DISABILITIES OF HEALTH TO THE UNIVERSITY

**E. Varetsa  
A. Dokhoyan  
O. Belous**

*Summary.* Of particular importance is the adaptation of students with disabilities to student groups and the learning process at the university, because for the normal functioning of the psychological sphere of a person, an adequate state of the body and the characteristics of external factors of the social and natural environment are necessary. The program for the adaptation of freshmen with disabilities should include several areas: work with teachers, student groups and students with disabilities.

*Keywords:* adaptation, inclusive education, a student with disabilities (HIA), fairy tale therapy, metaphorical associative maps.

**Вареца Елена Сергеевна**

*К.псих.н., доцент, ФГБОУ ВО «Армавирский  
государственный педагогический университет»  
lena-zima09@mail.ru*

**Дохоян Анна Меликсовна**

*К.псих.н., доцент, ФГБОУ ВО «Армавирский  
государственный педагогический университет»  
d.a.m@mail.ru*

**Белоус Ольга Валерьевна**

*К.псих.н., доцент, ФГБОУ ВО «Армавирский  
государственный педагогический университет»  
belous\_a@inbox.ru*

*Аннотация.* Особое значение приобретает адаптация обучающихся с ОВЗ в студенческие группы и процесс обучения в вузе, ведь для нормального функционирования психологической сферы человека необходимы адекватное состояние организма и особенности внешних факторов общественной и природной среды. Программа по адаптации первокурсников с ОВЗ должна включать несколько направлений: работа с преподавателями, студенческими группами и обучающимися с ОВЗ.

*Ключевые слова:* адаптация, инклюзивное образование, обучающийся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), сказкотерапия, метафорические ассоциативные карты.

**П**роблема образования инвалидов приобрела особую актуальность для высшей школы России после принятия Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 02.03.2016) «Об образовании в Российской Федерации». В законе определено, что для организации инклюзивного образования в ВУЗах необходимо создать специальные условия, под которыми понимаются «использования специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических ма-

териалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставления услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность, и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья» (ст. 79) [7].

<sup>1</sup> Издание выполнено при поддержке Министерства образования и науки Российской Федерации в рамках базовой части государственного задания (Проект «Разработка инновационных технологий инклюзивного образования» № 27.9500.2017/8.9)

Декларирование инклюзивного образования означает создание условий, доступных для инвалидов. Это требование стало обязательным для всех вузов и тем самым позволило начать согласование образовательных норм России с положениями Конвенции ООН о правах инвалидов.

В Российской Федерации инклюзивное образование находится на стадии становления. По мнению многих исследователей (Е. В. Михальчи, Н. В. Крятова, Е. А. Петрякова и др.), современная российская система высшего образования недостаточно готова к инклюзии инвалидов, что обуславливается наличием в данной сфере множества проблем: не во всех вузах России используются специально адаптированные учебные программы, индивидуальные учебные планы, а также дистанционные программы обучения; невысокая адаптивность российских вузов к индивидуальным особенностям студентов-инвалидов; у преподавателей недостаточно навыков и знаний об особенностях студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья.

В этом аспекте особое значение приобретает адаптация обучающихся с ОВЗ в студенческие группы и процесс обучения в вузе, ведь для нормального функционирования психологической сферы человека необходимы адекватное состояние организма и особенности внешних факторов общественной и природной среды. Условия, влияющие на протекание психологической деятельности, в свою очередь влияют на работу различных систем организма и степень социальной адаптации личности в окружающем мире. Факторами, усложняющими протекание социальной адаптации, будут выступать недостатки и нарушения в психической и физической сферах (наличие дефектов различных органов или ограничения тела).

Фундаментальные вопросы социально-психологической адаптации личности освещены в трудах отечественных и зарубежных исследователей — А. А. Балл, Ф. Б. Березин, Л. И. Божович, Г. С. Костюк, А. Н. Леонтьев, И. А. Малашихина, А. А. Налчаджян, В. А. Петровский, Ж. Пиаже, З. Фрейд, Э. Эриксон и другие [3].

Социально-психологической адаптация представляет собой процесс, который позволяет приобрести человеку определенный социально-психологический статус и овладеть разными социально-психологическими ролевыми функциями. Процесс социально-психологической адаптации человека подразумевает достижение гармоничного отношения внутренних и внешних условий жизни и деятельности. Результатом процесса адаптации будет адаптированность личности — степень приспособленности ее к условиям жизни и деятельности [1].

Михальчи Е. В. пишет, что «кроме психологической защиты к функциям социально-психологической адаптации относятся:

- ◆ достижение оптимального равновесия в динамической системе «личность — социальная среда»;
- ◆ максимальное проявление и развитие творческих возможностей и способностей личности, повышение ее социальной активности; регулирование общения и взаимоотношения;
- ◆ формирование эмоционально-комфортных позиций личности;
- ◆ самореализация личности;
- ◆ самопознание и самокоррекция;
- ◆ повышение эффективности деятельности как адаптирующейся личности, так и социальной среды, коллектива;
- ◆ повышение стабильности и сплоченности социальной среды; сохранение психического здоровья» [5].

В психологической литературе понятие адаптации интерпретируется с акцентом на индивидуальные, личностные качества и структуру личности в целом, на специфику взаимодействия личности и социальной среды, на реализацию усвоенных ценностей и личностного потенциала, на активность личности [1].

В социальной адаптации выделяются компоненты [1]:

1. адекватное восприятие окружающей действительности и самого себя;
2. адекватную систему отношений и общения с окружающими;
3. способность к труду, обучению, к организации досуга и отдыха;
4. способность к самообслуживанию и самоорганизации, к взаимобслуживанию в коллективе;
5. изменчивость (адекватность) поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями.

Выделяются такие механизмы адаптации человека: социальный интеллект — умение усматривать сложные отношения, зависимости между объектами социальной среды; социальное воображение — умение понимать опыт, мысленно определять судьбу, осознавая себя сейчас, свои ресурсы и возможности, помещая себя в рамки текущего этапа общества; реалистичная устремленность сознания [1].

Процесс адаптации разворачивается во времени, проходя несколько этапов и затрагивая практически все компоненты личности. Изменения, происходящие в личности, можно отследить на трёх уровнях: эмоциональном, когнитивном и поведенческом [5].

Эмоциональный компонент, включающий в себя различные моральные чувства и эмоциональные со-

стояния. Он описывает общее эмоциональное состояние человека и его отношение к изменившейся ситуации.

Когнитивный компонент определяет степень информированности личности о ситуации, степень ориентировки в возникающих проблемных ситуациях. Он включает в себя все психические процессы, связанные с познанием: ощущения, восприятие, представление, память, мышление, воображение и т.д.

Поведенческий или практический компонент, предлагающий определенную направленную деятельность человека в социальной практике. На этом уровне рассматривается активность индивида, направленная на преобразование ситуации. При этом активность может выражаться в виде внешнего поведения, а может выступать в форме внутренней активности, направленной на преобразование собственной личности.

Программа по адаптации первокурсников с ОВЗ должна включать несколько направлений:

- ◆ работа с учебной группой, целью которой будет знакомство обучающихся друг с другом;
- ◆ работа с преподавателями, которые должны знать особенности студентов;
- ◆ работа с обучающимися с ОВЗ для повышения их адаптационных возможностей.

Традиционно основой программы по адаптации обучающихся является социально-психологический тренинг [2].

Классический вариант тренинга предполагает использование психогимнастических упражнений и этюдов, проективного рисования, ролевых игр и психодраматических приемов.

Кроме этих методов групповой работы в тренинг можно включать другие технологии связанные с арт-методами.

В рамках тренинга обучающимся с ОВЗ можно предложить сочинить сказку, её анализ даст представление о самовосприятии человека.

Главного героя будущей сказки участник не придумывает сам, его выбирают остальные участники группы по тем ассоциациям, которые вызывает у них автор. Если учесть, что обучающиеся плохо знают друг друга, то обсуждение на «кого похож» участник тренинга позволит внимательно его «разглядеть» и отметить внешнее или внутреннее сходство с каким-то сказочным персонажем. Участник, которого обсуждают, с одной стороны, понимает, что он похож на кого-то героя

сказки, мультфильма или фильма, а с другой — имеет возможность получить информацию о своей уникальности, ведь ассоциации у участников группы бывают очень разные. Такая работа ведет к повышению самооценки участника группы, ведь объясняя свою позицию по выбору персонажа, обучающийся рассказывает о тех характеристиках, по которым участник похож на героя сказки, и у него автоматически включаются механизмы переноса и идентификации.

Бывают ситуации, когда герой, с которым ассоциируется участник у группы, относится к отрицательным, тогда интерес представляет характеристика, по которой они схожи. Так, например, девушке был предложен образ Матушки из мультфильма «Рапунцель», по сути злой ведьмы, но они сравнивались по красоте глаз и волос. Студентка с ОВЗ приняла этот образ и написала свою историю Матушки Готель, которая приведена в авторской редакции.

В начале сказки определяется основная проблема, мешающая социализации сочинившего историю. «Жила-была Матушка Готель. Всю жизнь её никто не любил, все её судили по внешности, считали злой женщиной. Каждый, проходя мимо нее, оборачивался, смотря на неё с опаской. Матушка Готель была очень опечалена, тем, что никто не хотел смотреть на её внутреннюю красоту...» А вот после необходимых действий в качестве итога сказки отмечается «Она была самой красивой принцессой в Мире. Ведь её красота заключалась внутри её доброй души.»

Для презентации себя в группе и осознании своих качеств предлагаем включить в тренинг упражнение с метафорическими ассоциативными картами.

Проективные карты (метафорические, ассоциативные или психотерапевтические) можно считать средством, которое прорывает фантазию и креативность, это инструмент для самопознания; это катализатор, способный создать атмосферу раскрепощённости, когда пользователь начинает свободно говорить о самом себе [4].

Уникальность метафорических ассоциативных карт заключается в следующем:

- ◆ Как в любом проективном методе в сочинённых историях и сказках по картинке срабатывает механизм идентификации: независимо от сознания рассказчик начинает идентифицировать себя с героем истории. При этом в рассказе отражены характеристики себя, конфликты, мотивы и ценности рассказчика.
- ◆ Желания, конфликты, мотивы героя могут присутствовать в символическом виде.

- ◆ Диагностической ценностью обладают не все истории: одни содержат много важного диагностического материала, другие — мало.
- ◆ Если тема явно не вытекает из стимульного материала, то материал обладает большей диагностической ценностью, чем очевидно связанная с ним.
- ◆ Повторение одной темы в разных картинках означает значимость конфликтов и импульсов для рассказчика.
- ◆ В рассказах могут отражаться как устойчивые диспозиции и конфликты, так и текущие, связанные с актуальной ситуацией.
- ◆ Темы и сюжеты могут отражать ситуации не из жизни рассказчика, а других людей, или быть пересказом сюжетов из литературы или фильмов. В любом случае выбранный сюжет отражает актуальную тему для рассказчика.
- ◆ Рассказы содержат не только личные, но и социальные установки и ценности.
- ◆ Обнаруженные диспозиции и конфликты могут не осознаваться рассказчиком и не проявляться в его поведении [6, стр. 4].

Карты, которые содержат рисунки и слова, начинают стимулировать совместную работу полушарий головного мозга, при этом начинают появляться новые способы мышления, старая ситуация видится по-новому и возникают инсайды. Работая с проективными картами, у человека как озарение находят ответы на вопросы, приходит осознание ранее не осознаваемого.

Групповая работа подразумевает определенный этикет во взаимодействии между участниками. К традиционным правилам группы, например — говорит один, перебивать рассказчика нельзя и другим, добавляются еще правила [6, стр. 17–18]:

- ◆ «Хозяин карты — хозяин рассказа». Сочиняет историю член группы, который вытащил карту. Другие не должны вмешиваться в его рассказ, эти ассоциации по поводу рисунка будут связаны с их жизненными историями.
- ◆ «Истина в глазах смотрящего». Не имеет значение, что изображено на карте, в рисунке отсутствует «на самом деле». Важным будет только то, что видит в данный момент человек, который держит карту.

Самое главное — метафорические ассоциативные карты помогают создать обстановку, которая способствует подлинно глубокому, искреннему общению людей, их самовыражению, раскрытию и рефлексии [4].

Морозовская отмечает, что «упражнения с метафорическими ассоциативными картами можно включать во все структурные элементы социально-психологиче-

ского тренинга: их можно проводить на этапе знакомства, в качестве «ледоколов», для выработки и иллюстраций правил группы, выявления ожиданий участников, их представления о себе, статусе и роли в группе, для обучающих игр, демонстраций, мозгового штурма, поиска креативных решений, сбора обратной связи и завершения тренинга» [5, стр. 17].

Для презентации участник группы должен рассказать о себе, что очень часто вызывает трудности. Помощь может оказать картинка на метафорической ассоциативной карте. Человеку легче вербализовать свои качества, если он уже подобрал её визуальный образ. Для подобного упражнения подойдет любая колода с предметными или сюжетными картинками, например колода «Спектрокарты» У. Халкола и А. И. Копытина. В колоде представлены фотографии предметов, растений, пейзажей и абстракции.

Можно предложить участникам группы выбрать из предложенных изображений 8 картинок, которые их характеризуют: качества личности, увлечения и мечты. После того как все участники нашли картинки, которые в метафорическом виде описывают каждого, начинается представление каждого. Человек показывает карту и рассказывает о себе.

Это упражнение также имеет большой диагностический потенциал, так, можно обратить внимание на «перекосы» в характеристиках, которые представляют человека. Например, последняя карта описывает «нацеленность на помощь другим», когда откладываются картинки о личных интересах обучающегося (самореализация, супружество и другое).

Наглядность метафорических ассоциативных карт даёт дополнительное преимущество, ведь подобное упражнение включает не только воображение, но и рефлексия, критическое мышление участника группы, идёт осмысление ранее неосознаваемых характеристик личности.

В целом, основной целью адаптационного процесса будет не нивелирование личности, а подчеркивание её уникальности. Обучающийся с ОВЗ должен получить механизмы включения ресурсов, которые помогут осмыслить внутренний потенциал личности, станут основой самореализации и развития своих способностей. Процесс адаптации личности должен приводить к гармонизации психической деятельности обучающегося с ОВЗ с новыми условиями обучающей среды и учебной деятельности. Показателем адаптированности личности будет высокий уровень сбалансированности положительных и отрицательных эмоций обучающегося с ОВЗ и степень удовлетворения его потребностей, что в комплексе дают состояние внутреннего, психологического комфорта личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Адаптация студентов первого курса к обучению в вузе. [Электронный ресурс] Режим доступа: URL [https://nngasu.ru/science/dissertation\\_advice/information...](https://nngasu.ru/science/dissertation_advice/information...) (дата обращения: 28.09.2019).
2. Асророва М. У. Современные инновационные технологии в образовании. // Молодой ученый. — 2015. — № 6. — С. 564–566. — [Электронный ресурс] Режим доступа: URL <https://moluch.ru/archive/86/15560/> (дата обращения: 28.09.2019).
3. Левшунова Ж. А. Инклюзивное образование: учеб. пособие. [Электронный ресурс]: — Режим доступа: URL: <http://www.lpi.sfu-kras.ru/images...> (дата обращения: 28.09.2019).
4. Метафорические ассоциативные карты [Электронный ресурс] — Режим доступа.— URL: [http://karachevtseva.ru/counseling/metaforicheskie\\_associativnye\\_karty/](http://karachevtseva.ru/counseling/metaforicheskie_associativnye_karty/) (дата обращения 02.10.2019).
5. Михальчи Е. В. Состояние инклюзивного образования в системе высшего образования в России [Электронный ресурс]: Современные проблемы науки и образования. — 2014. — № 2. — Режим доступа: Режим доступа: <http://www.science-education.ru/116-12445>. (дата обращения: 28.09.2019).
6. Морозовская Е. Мир проективных карт: Обзор колод, упражнения, тренинги. — М.: Генезис, 2014. — 168 с.
7. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ [Электронный ресурс]: Справочно-правовая система КонсультантПлюс (дата обращения: 28.09.2019).

© Варца Елена Сергеевна (lena-zima09@mail.ru),  
Дохолян Анна Меликсовна (a.a.m@mail.ru), Белоус Ольга Валерьевна (belous\_a@inbox.ru).  
Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Армавирский государственный педагогический университет