

## ПСИХОЛОГИЯ ОБРАЗОВАНИЯ PSYCHOLOGY OF EDUCATION

УДК 159.922

**Лариса Геннадьевна Заборина,**  
кандидат психологических наук,  
Забайкальский государственный университет  
(672039, Россия, г. Чита, ул. Александро-Заводская, 30),  
e-mail: zaborinalarisa@yandex.ru

### **Практика оказания психологической помощи в рамках социально-психологического тренинга студентам с ограниченными возможностями здоровья**

В статье проводится анализ современного теоретического материала, посвящённого личностным особенностям молодых людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и описан практический опыт работы со студентами-инвалидами в процессе обучения в вузе. В теоретической части статьи показано, что большинство лиц с ОВЗ имеют такие психологические особенности, как нарушения в сфере общения и коммуникации, низкую или завышенную самооценку. У них преобладает сниженный фон настроения, характерен пессимизм, повышенный уровень тревожности, инфантильность, склонность к драматизации событий. Людям с ОВЗ свойственны фиксированность внимания на внутренних переживаниях, ипохондричность, характерны вспышки раздражительности. В практической части материала описаны результаты наблюдения за студентами с ОВЗ, которые участвовали в работе социально-психологического тренинга (СПТ). В приведённых примерах описана динамика их состояния по результатам участия в социально-психологическом тренинге. Показано, что участие в СПТ способствует более качественной адаптации студентов с ОВЗ в вузе, личностному развитию и коррекции негативных состояний. В статье показаны преимущества работы в тренинге как особой формы работы. Описана роль тренера в СПТ и возможности его влияния на студентов с ОВЗ.

**Ключевые слова:** ограниченные возможности здоровья, социально-психологический тренинг, личностные особенности, личностное развитие, коррекция

**Вводная часть.** Инклюзивное образование постепенно входит в нашу жизнь и становится обычным явлением. Однако студенты с ОВЗ на протяжении всего времени существования психологического факультета Забайкальского государственного гуманитарно-педагогического университета, а позднее психолого-педагогического факультета Забайкальского государ-

ственного университета имели возможность получить высшее образование: стать педагогами-психологами, психологами образования, специальными психологами, дефектологами. Студенты с ОВЗ, обучающиеся на факультете, имели различные особенности здоровья, среди которых – двигательные нарушения, нарушения слуха, зрения, речи и другие, приводящие к инвалидности,

заболевания. Часть обучающихся студентов с ОВЗ имели приобретённый характер травм. Всего в разные годы на очной и заочной формах обучения факультета обучалось не менее 20 студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья.

**Методология и методы исследования.** Основными методами исследования стали анализ специальной литературы по проблеме личностных особенностей молодых людей с ограниченными возможностями здоровья, а также наблюдения за студентами с ОВЗ в ходе проведения социально-психологического тренинга.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Согласно многочисленным исследованиям [1; 5, 6; 10], имеющиеся у человека особенности развития вносят в процесс становления личности значительное своеобразие. Каждый вид аномального развития имеет свои специфические особенности. Наиболее общей личностной особенностью большинства молодых людей с инвалидностью являются нарушения в сфере общения, способности к приёму и переработке информации. По этой причине студенты имеют значительные трудности не только при обучении на лекционных, семинарских и практических занятиях, но и в повседневном взаимодействии с ровесниками и преподавателями.

Другой личностной особенностью молодых людей с ОВЗ часто является низкая или, наоборот, чрезмерно завышенная самооценка.

Ранее мы проводили исследование, в котором были выявлены основные психологические особенности людей с инвалидностью в возрасте от 15 до 35 лет (количество испытуемых – 50). Обозначим только некоторые личностные особенности, которые интересны в контексте представленной статьи. Так, было выявлено, что у лиц с ОВЗ преобладает сниженный фон настроения: для них характерна печальность, удручённость собственным положением. Преобладают пессимистические тенденции. Некоторые молодые люди склонны к застреваемости на отрицательных переживаниях, ригидности и формированию сверхценных идей. У испытуемых выражены такие особенности, как тревожная мнительность, инфантильность, склонность к драматизации событий, чувствительность. Каждому третьему испытуемому присущи

такие характеристики, как фиксированность внимания на внутренних ощущениях, склонность к преувеличению тяжести своего состояния, ипохондричность. Около 30 % опрошенных лиц с ОВЗ переживают выраженные депрессивные эмоции с чувством тоски, бесперспективности, суицидальными мыслями и намерениями. Одной трети выборки (34 %) свойственны такие личностные характеристики, как склонность к образованию навязчивых идей, застреваемость на отрицательных переживаниях, обидчивость. Истерические черты присутствуют приблизительно у одной четверти испытуемых, а шизоидные характеристики личности свойственны одной пятой всех респондентов. Уровень образования испытуемых положительно коррелирует с ипохондричными особенностями личности. Сниженный фон настроения, печальность, удручённость своим положением напрямую зависят от уровня тревожности личности. Сниженный фон настроения приводит к учащению вспышек раздражительности у молодых людей с ОВЗ [3, с. 305]. Все эти характеристики, в некоторой степени, свойственны и студентам с ограниченными возможностями здоровья, обучающимся в нашем учебном заведении.

Опубликованы исследования, в которых подтверждается, что студенты-первокурсники с ОВЗ имеют высокие показатели уровня личностной тревожности, что свидетельствует о фрустрационной напряжённости базовых потребностей испытуемых. По всей видимости, это связано с тем, что на начальном этапе обучения первокурсники с ограниченными возможностями здоровья при столкновении с адаптационными затруднениями в силу стеснительности, боязни получить отказ, недостатка коммуникативных умений испытывают дефицит социальной поддержки. Высокая личностная тревожность, в данном случае, препятствует реализации продуктивной активности, способствует развитию таких защитных форм поведения, как отрицание реальности (75 %), рационализация (46 %), реактивные образования (35 %), регрессия (12 %), которые приобретают характер деструктивной компенсации. Особенности Я-концепции студентов с ОВЗ связаны с низким уровнем самоуважения (48 %), саморукводства (30 %), самоинтереса (22 %). Вероятно, это связано с тем, что физический дефект, со-

матическое заболевание воспринимается данным контингентом как дефект личности в целом, дефект их собственного «Я». Для студентов с ОВЗ характерны существенные проблемы в построении межличностных отношений. Неадекватность самовосприятия, самопознания, восприятия окружающих формирует у студентов-инвалидов неудовлетворённость отношениями с миром, окружающими людьми и нарушение социально-психологической адаптации в целом [5, с. 195–196].

На качественных характеристиках развития людей с ОВЗ сказываются степень, время возникновения первичного дефекта и возраст, в котором он был приобретён. Общая закономерность состоит в том, что чем раньше наступило повреждение, тем значительнее может быть проявление аномалий в развитии [9].

Несмотря на своеобразие психического развития студентов с ОВЗ, многие юноши и девушки имеют достаточный личностный ресурс для преодоления негативных тенденций, что подтверждается самим фактом поступления в высшее учебное заведение. Развитию и, возможно, коррекции личностных качеств студентов с ОВЗ, несомненно, способствует углублённое теоретическое и практическое изучение психолого-педагогических дисциплин, входящих в учебный план. Наиболее, на наш взгляд, «помогающей», способствующей позитивным изменениям дисциплиной в рамках учебного плана является социально-психологический тренинг (СПТ).

Тренинг – это форма специально организованного обучения для самосовершенствования личности, в ходе которого решаются следующие задачи:

- овладение социально-психологическими знаниями;
- развитие способности познания себя и других людей;
- повышение представлений о собственной значимости, ценности, формирование положительной Я-концепции [2].

Несмотря на многообразие подходов к пониманию тренинга, можно выделить общие цели, которые объединяют различные по направленности и содержанию тренинговые группы:

- изучение психологических проблем участников группы и оказание помощи в их решении;

- улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья;
- изучение психологических закономерностей механизмов и эффективных способов взаимодействия для создания основы более эффективного и гармоничного общения с людьми;

- развитие самосознания и самоисследования участников для коррекции или предупреждения эмоциональных нарушений на основе внутренних и поведенческих изменений;

- содействие процессу личностного развития, реализации творческого потенциала, достижению оптимального уровня жизнедеятельности и ощущения счастья и успеха [2].

СПТ, чаще всего, преподаётся на первых курсах обучения, что, несомненно, способствует более качественной адаптации студента к условиям обучения в вузе среде сверстников и преподавателей.

По нашим наблюдениям, СПТ является эффективной формой не только обучения, но и коррекции личностных особенностей. Подчас студенты-первокурсники с ОВЗ никогда ранее не сталкивались с такой формой работы. Она вызывает неподдельный интерес молодых людей и тем самым усиливает эффект от проводимых упражнений. Групповая работа обладает в данном случае большой эффективностью в связи с тем, что такой опыт работы противодействует отчуждению, помогает в решении межличностных проблем. Молодые люди с ОВЗ начинают избегать непродуктивного замыкания на самом себе, становятся более открытыми, понимают, что их проблемы не уникальны, что и другие ровесники переживают сходные чувства.

Работа в тренинге предоставляет возможность получения обратной связи от других людей. Многие молодые инвалиды впервые в жизни получают опыт безоценочной обратной связи, которая позволяет увидеть своё отражение в глазах других людей. М. А. Реньш, Н. О. Садовникова и Е. Г. Лопес говорят о «возможности “смотреться” в целую галерею “живых зеркал”, что является, по-видимому, самым важным преимуществом групповой психологической работы» [7, с. 24]. О сходных преимуществах групповой работы говорит и К. Рудестам [8].

Безусловно, в работе СПТ влияние на студентов имеет личность тренера, кото-

рый владеет формами и методами групповой работы и подчас выстраивает занятия таким образом, чтобы оказать содействие в развитии или коррекции тех или иных качеств молодых людей с инвалидностью. Эта работа незаметна для самих студентов, она ими не осознаётся, поэтому грамотное планирование занятий и осознание личностных проблем участников групповой работы тренером делает, на наш взгляд, её ещё более эффективной.

Приведём несколько примеров наблюдений за студентами в ходе ведения СПТ.

*Студентка Л.*, первокурсница психолого-педагогического факультета, имеет умеренное нарушение опорно-двигательного аппарата. На первых занятиях крайне неуверенна в себе: молчит, на вопросы отвечает односложными фразами или киванием головы, стремится не выделяться. При обращении к ней по имени не смотрит в глаза участникам, кожа лица краснеет, покрывается потом. Студенты группы говорят, что с ней «сложно выполнять задания, потому что она их никак не делает». Пассивна. С большим трудом даёт обратную связь по типу «понравилось – не понравилось».

Через три месяца наблюдения у Л. наблюдается явная положительная динамика: девушка спокойно вступает в контакт с одноклассниками, с тренером; улыбается в ответ, смотрит в глаза, при обращении к ней не стесняется, может выразить своё мнение в группе, в том числе несогласие. Ведёт дневник по итогам занятий. Рефлексирует, иногда может описать своё состояние и настроение.

*Студент Е.*, первокурсник психолого-педагогического факультета, имеет выраженное нарушение слуха. На первых за-

нятиях невнимателен, не пытается вникнуть в происходящее, не хочет выполнять правила тренинга, часто отвлекается. Требуется постоянное внимание к себе, гримасничает. Расторможен, встаёт с места, совершает навязчивые движения. В контакт вступает только тогда, когда упражнение вызывает интерес.

По прошествии 4 месяцев обучения сокурсники отмечают, что Е. привык к групповым занятиям: старается понять цель упражнений, выполняет правила группы. Несмотря на то, что всегда имеет своё мнение, с удовольствием подстраивается под нормы группы, если этого требует упражнение. Ведёт дневник. Если что-то недопонимает, переспрашивает непонятое у одноклассников. Не стыдится задавать вопросы. К участникам группы доброжелателен, внимателен.

Ни для кого не секрет, что люди с приобретённой инвалидностью подвержены влиянию психической травмы. В некоторых случаях участие в работе СПТ способствует смягчению симптоматики травмы, её переработке.

**Заключение.** Таким образом, разные формы работы тренинга (групповая дискуссия, игровые методы, методы, направленные на развитие социальной перцепции и другие) дают большие преимущества в работе со студентами с ОВЗ. Они способствуют не только более успешной адаптации молодых людей в вузе, но и развитию и коррекции личностных качеств и эмоционального состояния у последних. СПТ позволяет преподавателям более глубоко изучить личностные особенности студента с инвалидностью и тем самым способствовать его более качественному обучению.

#### Список литературы

1. Акатов Л. И. Социальная реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья. Психологические основы. М.: Владос, 2003. 368 с.
2. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. СПб.: Питер, 2007. 271 с.
3. Заборина Л. Г. Исследование личностных характеристик и особенностей эмоционального реагирования у лиц с ограниченными возможностями здоровья // Ученые записки ЗабГГПУ им. Н. Г. Чернышевского. Сер. Педагогика и психология. 2012. № 5. С. 298–306.
4. Купреева О. И. Особенности психологического сопровождения студентов с ограниченными возможностями здоровья // Инклюзивное образование: методология, практика, технологии. М.: Моск. гос. психол.-пед. ун-т, 2011 [Электронный ресурс]. Режим доступа: [http://www.psyjournals.ru/files/44241/Inclusive\\_edu\\_Kupreeva.pdf](http://www.psyjournals.ru/files/44241/Inclusive_edu_Kupreeva.pdf) (дата обращения: 08.04.2017).
5. Павлова А. М. Субъективные особенности студентов с ограниченными возможностями здоровья, препятствующие их успешной адаптации // Молодой учёный. 2016. № 18. С. 193–196.

6. Психологические особенности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья / под ред. С. Н. Краморовой [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.inklysia.uni-dubna.ru> (дата обращения: 08.04.2017).
7. Реньш М. А., Садовникова Н. О., Лопес Е. Г. Социально-психологический тренинг: практикум. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2007. 190 с.
8. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика: пер. с англ. / общ. ред. и вступ. ст. Л. А. Петровской. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
9. Соколова Е.В. Отклоняющееся развитие: причины, факторы и условия преодоления. Новосибирск: Наука, 2003. 284 с.
10. Фоминых Е. С. Девиктимизация студентов с ограниченными возможностями здоровья в образовательном пространстве вуза: психологический подход [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.mirznanii.com/a/208696/deviktimizatsiya-studentov-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-v-obrazovatelnom-prostranstve-v> (дата обращения: 08.04.2017).

**Статья поступила в редакцию 17.03.2017; принята к публикации 08.04.2017**

#### **Библиографическое описание статьи**

Заборина Л. Г. Практика оказания психологической помощи в рамках социально-психологического тренинга студентам с ограниченными возможностями здоровья // Учёные записки ЗабГУ. Сер. Педагогические науки. 2017. Т. 12, № 2. С. 41–46.

**Larisa G. Zaborina,**  
Candidate of Psychology,  
Transbaikal State University  
(30 Aleksandro-Zavodskaya st., Chita, 672039, Russia),  
e-mail: zaborinalarisa@yandex.ru

### **The Practice of Psychological Assistance within the Bounds of Socio-Psychological Training to Students with Disabilities**

The article gives some analysis of modern theoretical material devoted to the personal characteristics of young people with disabilities and describes the practical experience of working with students with disabilities during learning process at the university. Theoretical part of the article shows that most individuals with disabilities have such psychological characteristics as difficulties with interaction and communication, low or inflated self-esteem. They have reduced background mood most of the time and are characterized by pessimism, the increased level of anxiety, immaturity, tendency to dramatization of events. People with disabilities peculiar fixity of attention on inner feelings, hypochondriasis. They prone to flashes of irritability. Practical part of the material describes the results of observation of students with disabilities who participated in the social-psychological training (SPT). The dynamics of their condition on participation in the socio-psychological training is described in the examples. It is shown that participation in SPT contributes to better adaptation of students with disabilities in higher education, personal development and correction of negative conditions. The article shows the advantages of working in training as a special form of work. The role of the coach in SPT and his/her impact on students with disabilities is also described.

**Keywords:** disabilities, socio-psychological training, personal characteristics, personal development, correction

#### **References**

1. Akatov L. I. Sotsial'naya reabilitatsiya detei s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya. Psikhologicheskie osnovy. M.: Vldos, 2003. 368 s.
2. Ann L. F. Psikhologicheskii trening s podrostkami. SPb.: Piter, 2007. 271 s.
3. Zaborina L. G. Issledovanie lichnostnykh kharakteristik i osobennostei emotsional'nogo reagirovaniya u lits s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya // Uchenye zapiski ZabGGPU im. N. G. Chernyshevskogo. Ser. Pedagogika i psikhologiya. 2012. № 5. S. 298–306.
4. Kupreeva O. I. Osobennosti psikhologicheskogo soprovozhdeniya studentov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya // Inklyuzivnoe obrazovanie: metodologiya, praktika, tekhnologii. M.: Mosk. gos. psikhol.-ped. un-t, 2011 [Elektronnyi resurs]. Rezhim dostupa: [http://www.psyjournals.ru/files/44241/Inclusive\\_edu\\_Kupreeva.pdf](http://www.psyjournals.ru/files/44241/Inclusive_edu_Kupreeva.pdf) (data obrashcheniya: 08.04.2017).

5. Pavlova A. M. Subektivnye osobennosti studentov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya, prep'yatstvuyushchie ikh uspekhnoi adaptatsii // Molodoi uchenyi. 2016. № 18. S. 193–196.
6. Psikhologicheskie osobennosti invalidov i lits s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya / pod red. S. N. Kramorovoi [Elektronnyi resurs]. Rezhim dostupa: <http://www.inklysia.uni-dubna.ru> (data obrashcheniya: 08.04.2017).
7. Ren'sh M. A., Sadovnikova N. O., Lopes E. G. Sotsial'no-psikhologicheskii trening: praktikum. Ekaterinburg: Izd-vo Ros. gos. prof.-ped. un-ta, 2007. 190 s.
8. Rudestam K. Gruppovaya psikhoterapiya. Psikhokorreksionnye gruppy: teoriya i praktika: per. s angl. / obshch. red. i vstup. st. L. A. Petrovskoi. M.: Progress, 1990. 368 s.
9. Sokolova E.V. Otklonyayushcheesya razvitie: prichiny, faktory i usloviya preodoleniya. Novosibirsk: Nauka, 2003. 284 s.
10. Fominykh E. S. Deviktimizatsiya studentov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya v obrazovatel'nom prostranstve vuza: psikhologicheskii podkhod [Elektronnyi resurs]. Rezhim dostupa: <http://www.mirznanii.com/a/208696/deviktimizatsiya-studentov-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-v-obrazovatelnom-prostranstve-v> (data obrashcheniya: 08.04.2017).

**Received: March 17, 2017; accepted for publication April 08, 2017**

**Reference to the article**

Zaborina L. G. The Practice of Psychological Assistance within the Bounds of Socio-Psychological Training to Students with Disabilities // Scholarly Notes of Transbaikal State University. Series Pedagogical Sciences. 2017. Vol. 12, № 2. PP. 41–46.