

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»
Балашовский институт (филиал)

Кафедра психологии

**ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЦ С
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗРЕНИЯ**

АВТОРЕФЕРАТ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ

студентки 6 курса 64 группы
специальности 050706 «Педагогика и психология»
социально-гуманитарного факультета
Христофоровой Юлии Ивановны

Научный руководитель:
доцент кафедры психологии,
кандидат психологических наук,
доцент _____

Е.В. Пятницкая

(подпись, дата)

Зав. кафедрой психологии:
кандидат психологических наук,
доцент _____

О.В. Карина

(подпись, дата)

Балашов 2016

Введение. Психологическая адаптация - это процесс психологической включенности личности в системы социальных, социально-психологических и профессионально-деятельностных связей и отношений, в выполнении определенных ролевых функций. Психологическая адаптация человека исполняется в следующих областях его жизни и деятельности: в социальной сфере со всем разнообразием её содержательных сторон и частей (нравственных, политических, правовых и др.); в социально-психологической сфере, т.е. в системах психологических связей и отношений личности, введение её в выполнении различных социально-психологических ролей; в сфере профессиональных, учебно-познавательных и других деятельностных связей и отношений личности; в сфере взаимосвязей с экологической средой.

Соответственно этим сферам жизни и деятельности человека выделяют и основные виды психологической адаптации: социальную психологическую адаптацию личности, социально-психологическую адаптацию личности, профессионально-деятельностную психологическую адаптацию личности, экологическую психологическую адаптацию личности.

Социальное процветание человека непосредственно зависит от того, как адаптирован, приспособлен человек к окружающей реальности, как он чувствует себя в ней. Чтобы чувствовать себя комфортно в социуме, человеку необходимо осознать свои возможности и умения, а также как ими пользоваться. Это особенно актуально для людей с ограниченными возможностями зрения.

В исследованиях А. Бодалева, М. Денисовой, З. Семеновой, Л. Плаксиной, В. Денискиной, Е. Подколзиной выявлены психологические особенности людей с ограниченными возможностями зрения.

Нарушения зрения отрицательно влияют на процесс формирования пространственной ориентировки и социальной адаптации в целом.

Адаптация людей с ограниченными возможностями зрения к условиям существования в окружающей действительности зависит от того, насколько успешно они осваивают определенные занятия, приобретают навыки,

умения, позволяющие адекватно действовать и приспосабливаться.

Цель исследования: изучение особенностей психологической адаптации лиц с ограниченными возможностями зрения.

Объект исследования: психологическая адаптация.

Предмет исследования: особенности психологической адаптации лиц с ограниченными возможностями зрения.

Гипотеза исследования: мы полагаем, существуют различия адаптированности лиц с ограниченными возможностями зрения и нормально видящих: у лиц с ограниченными возможностями зрения более низкие позитивные показатели социально-психологической адаптации и более высокие негативные показатели социально-психологической адаптации.

Для достижения данной цели необходимо решить следующие **задачи**:

1. Проанализировать подходы к понятию адаптации в современной науке.
2. Рассмотреть факторы, оказывающие влияние на успешную адаптацию.
3. Изучить особенности адаптации у лиц с ограниченными возможностями зрения.
4. Провести эмпирическое исследование особенностей психологической адаптации лиц с ограниченными возможностями зрения.

Методологической основой исследования явились работы Д.Н. Дубровина, А.Г. Маклакова, А.В. Морозова, А.А. Реан, С.В. Штак и др. по проблеме исследования психологической адаптации, исследования психологических особенностей лиц с ограниченными возможностями зрения А. Бодалева, М. Денисовой, В. Денискиной, З. Семеновой, Л. Плаксиной, Е. Подколзиной.

Методы исследования: метод теоретического анализа литературных источников, эксперимента, наблюдения, беседы, обобщения и интерпретации научных данных, с применением психолого-диагностической методики:

- Шкала социально-психологической адаптированности (разработана

К.Роджерсом и Р.Даймонд);

- Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге.

Экспериментальная база исследования. В исследовании приняли участие 10 человек с ограниченными возможностями зрения и 10 человек нормально видящих.

Теоретическое значение: заключается в анализе и обобщении теоретического материала по проблеме адаптированности лиц с ограниченными возможностями зрения.

Практическая значимость исследования заключается в том, что данные экспериментального исследования могут быть использованы психологами в работе с людьми с ограниченными возможностями зрения.

Структура и объём работы: дипломная работа состоит из введения; основной части, которая состоит из главы «Теоретический анализ проблемы адаптации у лиц с ограниченными возможностями зрения», главы «Эмпирическое исследование уровня адаптированности лиц с ограниченными возможностями зрения и нормально видящих», заключения, библиографического списка из 29 наименований и приложений. Общий объём работы составляет 48 страниц печатного текста формата А4.

Основное содержание работы. В главе 1. «Теоретический анализ проблемы адаптации у лиц с ограниченными возможностями зрения» утверждается, что для эффективного вхождения людей с ограниченными возможностями зрения в социум нужна социально-психологическая адаптация, немаловажно не только овладение им навыками самообслуживания, общения, обучение разным типам работы, но и формирование социальных взаимосвязей, в отсутствие которых жизнедеятельность индивида просто неосуществима.

Главной задачей социально-психологической адаптации людей с ограниченными возможностями зрения считается осмысление себя полноправным членом общества, преодоление его страхов, зависимости,

застенчивости. Огромное внимание должно уделяться личностным переменам, личностному развитию людей с ограниченными возможностями зрения. Благополучность адаптации во многом находится в зависимости от того, какие личностные особенности будут сформированы у людей с ограниченными возможностями зрения. В главную очередность сюда входят: представления о себе самом, отношение к собственному недостатку, отношение к другим людям; отношение к жизненным целям, отношение к прошлому и предстоящему, отношение к жизненным ценностям; отношение к непосредственному социальному кругу, взаимоотношения с другим полом.

Окончательной целью социально-психологической адаптации людей с ограниченными возможностями зрения считается результат такого психологического состояния, когда индивид принимает свой зрительный недостаток как одно из своих качеств, т.е. конкретную индивидуальную характеристику, отличающую его от других, но не более того. Результат такого состояния допустим только лишь при конкретной психологической работе с индивидом и, кроме того, при соответственном взаимоотношении к нему со стороны социального круга, т.е. при конкретной психологической поддержке широкого круга людей.

В главе 2 «Эмпирическое исследование уровня адаптированности лиц с ограниченными возможностями зрения и нормально видящих» обосновывается и планируется исследование, формулируются цели и задачи.

Было проведено эмпирическое исследование уровня адаптированности лиц с ограниченными возможностями зрения и нормально видящих.

В исследовании приняли участие 10 человек с ограниченными возможностями зрения и 10 человек нормально видящих.

В результате сравнительного анализа данных испытуемых с ограниченными возможностями зрения и нормально видящих испытуемых можно сделать выводы.

Таблица 1. – Средний балл по показателям социально-психологической адаптированности испытуемых с ограниченными возможностями зрения (ИСОВЗ) и нормально видящих испытуемых (ИНВ)

| | ИСОВЗ | ИНВ |
|--|-------|-----|
| принятие себя | 15 | 53 |
| непринятие себя | 38 | 12 |
| принятие других | 32 | 30 |
| непринятие других | 12 | 8 |
| эмоциональный комфорт | 18 | 32 |
| эмоциональный дискомфорт | 32 | 12 |
| внутренний контроль | 64 | 58 |
| внешний контроль | 34 | 26 |
| доминирование | 2 | 16 |
| ведомость | 34 | 20 |
| уход от проблем | 26 | 14 |
| индекс социально-психологической адаптации | 26,2 | 40 |

- по шкале принятие себя у нормально видящих испытуемых более высокий показатель, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения, то есть у испытуемых с ограниченными возможностями зрения более низкая степень удовлетворённости своими характеристиками в отличие от нормально видящих испытуемых;

- по шкале непринятие себя у нормально видящих испытуемых более низкий показатель, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения, то есть у испытуемых с ограниченными возможностями зрения проявляется неудовлетворенность своими личностными чертами в отличие от нормально видящих испытуемых;

- по шкале принятие других у нормально видящих испытуемых и у испытуемых с ограниченными возможностями зрения высокий показатель, то есть и испытуемые с ограниченными возможностями зрения и нормально видящие испытуемые в одинаковой степени нуждаются в общении,

взаимодействии, совместной деятельности;

- по шкале принятие других у нормально видящих испытуемых и у испытуемых с ограниченными возможностями зрения низкий показатель, то есть и испытуемые с ограниченными возможностями зрения и нормально видящие испытуемые в одинаковой степени нуждаются в общении, взаимодействии, совместной деятельности;

- по шкале эмоциональный комфорт у нормально видящих испытуемых более высокий показатель, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения, то есть у испытуемых с ограниченными возможностями зрения проявляется более низкая степень определенности в своем эмоциональном отношении к происходящей действительности, окружающим предметам и явлениям в отличие от нормально видящих испытуемых;

- по шкале эмоциональный дискомфорт у нормально видящих испытуемых более низкий показатель, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения, то есть у испытуемых с ограниченными возможностями зрения проявляется более высокая степень неопределенности в своем эмоциональном отношении к происходящей действительности, окружающим предметам и явлениям в отличие от нормально видящих испытуемых;

- по шкале внутренний контроль у нормально видящих испытуемых и у испытуемых с ограниченными возможностями зрения высокий показатель, то есть и испытуемые с ограниченными возможностями зрения и нормально видящие испытуемые в одинаковой степени ответственность за события, происходящие в жизни человека, принимают в большей мере на себя, результаты деятельности объясняют своим поведением, характером, способностями;

- по шкале внешний контроль у нормально видящих испытуемых и у испытуемых с ограниченными возможностями зрения показатель в пределах нормы, то есть и испытуемые с ограниченными возможностями зрения и

нормально видящие испытуемые в одинаковой степени склонны приписывать причины происходящего внешним факторам (окружающей среде, судьбе или случаю);

- по шкале доминирование у нормально видящих испытуемых более высокий показатель, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения, то есть у испытуемых с ограниченными возможностями зрения проявляется более низкая степень стремлений к лидерству, руководству в решении задач, зачастую личностно значимые задачи решаются за счет окружающих;

- по шкале ведомость у нормально видящих испытуемых более низкий показатель, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения, то есть у испытуемых с ограниченными возможностями зрения проявляется более высокая степень стремлений быть подчинённым, выполнять поставленные кем-то задачи;

- по шкале уход от проблем у нормально видящих испытуемых более низкий показатель, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения, то есть у испытуемых с ограниченными возможностями зрения проявляется более высокая степень стремления избегания проблемных ситуаций, уход от них;

- показатель индекса социально-психологической адаптации у нормально видящих испытуемых более высокий, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения, то есть у испытуемых с ограниченными возможностями зрения проявляется более низкая степень социально-психологической адаптации.

По методике стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге у испытуемых с ограниченными возможностями зрения пороговая (средняя) степень сопротивляемости стрессу - средний балл по методике 263: характерна средняя степень стрессовой нагрузки, стрессоустойчивость снижается с увеличением стрессовых ситуаций в жизни. Это приводит к тому, что личность вынуждена львиную долю своей энергии и ресурсов

вообще тратить на борьбу с негативными психологическими состояниями, возникающими в процессе стресса.

У нормально видящих испытуемых высокая степень сопротивляемости стрессу- средний балл по методике 172: энергию и ресурсы не тратят на борьбу с негативными психологическими состояниями, возникающими в процессе стресса, поэтому любая деятельность, независимо от ее направленности и характера, становится эффективнее.

Заключение. Обобщим основные положения, высказанные в трудах В.С. Аршавского, Ф.Б. Березина, Г.М. Зараковского, Л.А. Китаева-Смык, В.Н. Крутько, Е.Ю. Коржовой, В.И. Медведева, В.В. Ротенберга, Е.К. Завьяловой:

- адаптация является целостным, системным процессом, характеризующим взаимодействие человека с природной и социальной средой. Выделение различных видов и уровней адаптации в достаточной мере искусственно и служит целям научного анализа и описания этого явления;

- особенности процесса адаптации определяются психологическими свойствами человека, в том числе уровнем его личностного развития, характеризующегося совершенством механизмов личностной регуляции поведения и деятельности;

- критериями адаптированности можно считать не только выживаемость человека и нахождение места в социально-профессиональной структуре, но и общий уровень здоровья, способность развиваться в соответствии со своим потенциалом жизнедеятельности, субъективное чувство самоуважения;

- процесс адаптации человека в новых условиях существования имеет временную динамику, этапы которой связаны с определенными психологическими изменениями, проявляющимися как на уровне состояния, так и на уровне личностных свойств.

Существует определенный «социально-интеграционный стандарт»

(определенный набор социальных требований к знаниям, умениям и навыкам и психофизическому статусу человека), достижение которого обеспечивает вхождение индивида с нарушением зрения в социум и определенное позиционирование в нем. Данный стандарт и социальная интегрированность лабильны и подвержены изменениям в связи с постоянной трансформацией социокультурных условий.

В результате сравнительного анализа эмпирических данных испытуемых с ограниченными возможностями зрения и нормально видящих испытуемых можно сделать выводы:

У испытуемых с ограниченными возможностями зрения низкая степень удовлетворённости своими характеристиками, проявляется неудовлетворенность своими личностными чертами, высокая потребность в общении, взаимодействии, совместной деятельности, низкая степень определенности в своем эмоциональном отношении к происходящей действительности, ответственность за события, происходящие в жизни человека, принимаются в большей мере на себя, результаты деятельности объясняются своим поведением, характером, способностями, низкая степень стремлений к лидерству, руководству в решении задач, зачастую личностно значимые задачи решаются за счет окружающих, высокая степень стремлений быть подчинённым, выполнять поставленные кем-то задачи, высокая степень стремления избегания проблемных ситуаций, уход от них, низкая степень социально-психологической адаптации.

У испытуемых с ограниченными возможностями зрения проявляется более высокая степень стрессовой нагрузки, стрессоустойчивость снижается с увеличением стрессовых ситуаций в жизни.

Позитивные показатели социально-психологической адаптации нормально видящих испытуемых выше, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения. Негативные показатели социально-психологической адаптации нормально видящих испытуемых ниже, чем у испытуемых с ограниченными возможностями зрения.

Таким образом, гипотеза исследования доказана.