

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**
Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

**АДАПТАЦИОННАЯ ГОТОВНОСТЬ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ В ПРОЦЕССЕ РЕАБИЛИТАЦИИ**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 442 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Психология образования и социальной сферы»
факультета психолого-педагогического и специального образования

ОВСЯННИКОВОЙ ТАТЬЯНЫ ВИКТОРОВНЫ

Научный руководитель

канд, пед. н, доцент _____

_____ Т.Ю. Фадеева

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор _____

_____ Р.М. Шамионов

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Исследование адаптационной готовности лиц с ограниченными возможностями в процессе реабилитации является актуальным по нескольким причинам. Во-первых, общество все больше осознает необходимость инклюзивного подхода, который позволяет людям с ограниченными возможностями активно участвовать в различных сферах жизни. Адаптационная готовность играет ключевую роль в успешной интеграции этих людей в сообщество, обеспечивая им возможность не только адаптироваться к изменениям, но и развивать свои способности.

Во-вторых, эффективность реабилитационных программ напрямую зависит от индивидуальных характеристик и уровня готовности к адаптации каждого человека. Понимание факторов, влияющих на адаптационную готовность, позволяет специалистам разрабатывать более персонализированные и эффективные программы, способствующие максимально быстрому и успешному восстановлению.

Кроме того, современные методы реабилитации все чаще включают в себя психологическую поддержку и развитие навыков саморегуляции, которые также зависят от уровня адаптационной готовности. Исследование в этой области помогает выявить наиболее эффективные стратегии и инструменты, способствующие развитию таких навыков.

Также стоит отметить, что социальные и экономические изменения, происходящие в обществе, требуют новых подходов в интеграции лиц с ограниченными возможностями. Изучение адаптационной готовности позволяет своевременно реагировать на эти изменения и учитывать их в разработке новых реабилитационных технологий и практик.

Исследованием адаптационной готовности занимались такие авторы как М.В. Григорьева, М. Г. Магомедова, Л.Е. Тарасова, Р.М. Шамионов, И. В. Черникова, рассматривая ее как комплексное личностное и социально-психологическое образование, обеспечивающее оптимальные условия для адаптации. В. О. Клименко и Е. В. Шлыкова изучали адаптационную

готовность учителей; Н.А. Максимова, В.П. Мамина, В.В. Константинов исследовали адаптационную готовность студентов, в том числе иностранных.

Известный российский исследователь Л.С. Выготский был одним из первых, кто начал изучать вопросы, связанные с адаптацией людей с ограниченными возможностями. Его работы заложили основу для понимания того, как социальная среда и взаимодействие с другими могут влиять на развитие и адаптацию таких индивидов. Работы Выготского вдохновили последующих исследователей изучать социальные и психические процессы, стоящие за адаптацией.

В последнее время эксперты, такие как Т.А. Власова и С.А. Морозов, также активно изучают эту тему в контексте образовательных и реабилитационных программ. Они исследуют, как инновационные подходы в обучении и реабилитации могут улучшить качество жизни и адаптационные способности людей с инвалидностью. Т.И. Бонкало, М.Д. Коновалова, А.И. Ташева, А.А. Шаров, О.В. Хмелькова изучают адаптационную готовность студентов с ОВЗ в условиях высшего образования.

Между тем, западные исследователи, такие как Нали П. Зисман и Эдвард М. Хорн, уделяют внимание организационным и технологическим стратегиям, которые помогают улучшать адаптационный потенциал на рабочем месте и в повседневной жизни. Они подчеркивают значение доступной среды и использования вспомогательных технологий.

Проблема исследования адаптационной готовности лиц с ограниченными возможностями в процессе реабилитации заключается в выявлении и анализе факторов, влияющих на успешность их интеграции в общество. Основная задача состоит в оценке психологической и социальной готовности этих лиц к изменениям, вызванным реабилитационными мерами, а также в разработке эффективных стратегий поддержки. Необходимость в этом исследовании обусловлена тем, что успешная адаптация оказывает значительное влияние на качество жизни, уровень самостоятельности и психологическое благополучие людей с ограниченными возможностями.

Трудности, с которыми они сталкиваются, могут быть связаны как с физическими, так и с социальными барьерами, что подчеркивает важность комплексного подхода в разработке реабилитационных программ.

Объект исследования: адаптационная готовность.

Предмет исследования: особенности адаптационной готовности лиц с ограниченными возможностями в процессе реабилитации.

Цель исследования: выявить особенности адаптационной готовности лиц с ограниченными возможностями в процессе реабилитации.

Гипотезы исследования:

1. Респонденты с ОВЗ более склонны к принятию окружающих, менее ощущают эмоциональный дискомфорт, у них более развит внешний и внутренний контроль, менее развит личностный адаптивный потенциал и поведенческая регуляция в отличие от условно здоровых индивидов.

2. Существует взаимосвязь между характеристиками адаптации и адаптационной готовностью независимо от состояния здоровья респондентов.

Задачи исследования:

1. Проанализировать литературу по проблеме адаптационной готовности в психологии.

2. Исследовать характеристики адаптации личности в процессе реабилитации.

3. Изучить адаптационную готовность в процессе реабилитации.

4. Выявить особенности адаптационной готовности лиц с ограниченными возможностями в процессе реабилитации.

5. Разработать комплекс психологические рекомендации по развитию адаптационной готовности на основе результатов эмпирического исследования.

Методы исследования:

Теоретические анализ литературы согласно теме ВКР.

Практические: Тест социально-психологической адаптированности
Авторы: Carl Rogers, R. Dymond Адаптация: А. К. Осницкий. Многоуровневый
личностный опросник Адаптивность, МЛЮ-АМ. А. Г. Маклаков, С. В.
Чермянин. Методика «Адаптационная готовность личности» М.В.
Григорьевой.

Статистические: сравнительный анализ по критерию t Стьюдента,
корреляционный анализ Пирсона,

База и выборка исследования: Исследование проводилось на базе ГАУ
СО СОЦ «Ударник» с. Шумейка, Саратовской области. В исследовании
участвовали 60 респондентов (находящихся в процессе реабилитации) в
возрасте 25 – 65 лет. Выборка была поделена на подгруппы 30 респондентов с
ОВЗ, 30 респондентов, не имеющих ОВЗ.

Структура работы: введение, две главы, заключение, список
использованных источников, приложения. Общий объем работы составляет
(84) страниц.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В первой главе «Теоретические исследование проблемы адаптационной готовности лиц с ограниченными возможностями в процессе реабилитации» проводится анализ проблемы, определяются основополагающие понятия, рассматриваются основные теоретико-методологические подходы к ее изучению. Социально-психологическая адаптация представляет собой взаимодействие между личностью и группой, при котором личность способна эффективно выполнять свою основную деятельность без противоречий как внутри себя, так и с окружающим миром. В этом процессе удовлетворяются социальные потребности личности, она успешно соответствует ожиданиям, предъявляемым группой, ощущает уверенность в себе и свободно проявляет различные формы адаптации, включая нормальную, девиантную и патологическую. Компоненты адаптационной готовности характеризуются определенной динамикой: часть

из них может видоизменяться уже в процессе адаптации и даже после приспособления, реализуя отсроченный эффект.

Успешная адаптация людей с ограниченными возможностями чаще всего достигается через комплексный подход, который включает в себя социальную поддержку, психологическую помощь и личную мотивацию к принятию новых вызовов. Роль общества в этом процессе также очень важна: создание доступной среды и условия для полноценного участия таких людей в общественной жизни значимо повышают качество их адаптации.

Анализируя обширный спектр исследований, можно сделать вывод, что адаптационная готовность личности – это многогранный процесс, включающий как врожденные, так и приобретенные качества, который оказывает существенное влияние на благополучие и успешность индивидов в различные периоды их жизни. Развитие адаптационной готовности становится не только предметом научного интереса, но и практической необходимости в условиях постоянно меняющейся социальной и технологической среды.

Вторая глава «Эмпирическое исследование адаптационной готовности лиц с ограниченными возможностями в процессе реабилитации» проводится анализ результатов эмпирического исследования.

Проведено эмпирическое исследование с целью изучения адаптационной готовности лиц с ограниченными возможностями в процессе реабилитации.

В обеих исследуемых группах выявлен высокий уровень адаптивности. Сравнительный анализ показал, что: люди с ОВЗ менее адаптивны из-за физических, социальных и экономических барьеров. Недостаток поддержки и стереотипы также усложняют их интеграцию в общество. Они более склонны к принятию окружающих, так как их личный опыт дискриминации развивает понимание и эмпатию. Сталкиваясь с предубеждениями, они реже отвергают других, показывая более терпимое отношение к различиям. Люди с ОВЗ чаще испытывают эмоциональный дискомфорт из-за социальной изоляции,

стигматизации и ограниченного доступа к ресурсам. У них развит внутренний контроль и самодисциплина, чтобы компенсировать внешние ограничения и адаптироваться. Внешний контроль и зависимость от внешней помощи у них также могут быть выражены из-за социальных барьеров и предвзятости. Они более доминантны, ибо необходимость преодоления трудностей развивает стойкость и лидерские качества. Склонность к эскапизму у них выражена в попытках избежать реальности и найти утешение в воображаемых мирах.

В обеих группах выявлены высокие показатели по шкале «Моральная нормативность». Сравнительный анализ показал, что респонденты с ОВЗ отличаются от других респондентов тем, что у них менее развит личностный адаптивный потенциал и поведенческая регуляция. Это связано с ограниченным доступом к социальным, образовательным и профессиональным ресурсам, социальной изоляцией и барьерами, а также с физиологическими особенностями. Эти факторы снижают разнообразие опыта, уверенность в себе и мотивацию, затрудняя развитие адаптивных навыков и саморегуляции. Поддержка и инклюзивное окружение могут помочь в преодолении этих трудностей.

Сравнительный анализ показал, что респонденты с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) отличаются от респондентов без ОВЗ сниженной адаптационной готовностью. Это связано с физическими и сенсорными ограничениями, ограниченным доступом к окружающей среде и ресурсам, хроническим стрессом и социальными барьерами. Также на их адаптацию влияют стереотипы, предвзятость и ограниченные возможности в образовании и трудоустройстве. Более высокий уровень стресса и недостаточная социальная поддержка снижают их уверенность и возможности для полноценного социального участия.

Таким образом, подтверждена первая гипотеза исследования о том, что респонденты с ОВЗ более склонны к принятию окружающих, менее ощущают эмоциональный комфорт, у них более развит внешний и внутренний контроль,

менее развит личностный адаптивный потенциал и поведенческая регуляция в отличие от условно здоровых индивидов.

Далее был проведен корреляционный анализ между характеристиками адаптации и адаптационной готовностью в обеих исследуемых группах.

Корреляционный анализ в группе респондентов, не имеющих ограниченные возможности здоровья показал, что повышенный коммуникативный потенциал у людей без ОВЗ увеличивает их психофизиологическую адаптационную готовность, способствуя более эффективному взаимодействию с окружающей средой и ускорению адаптационных процессов. Увеличение принятия других среди людей без ОВЗ может снижать их социально-психологическую адаптационную готовность из-за изменяющихся социальных динамик и повышенной нагрузки на эмоциональные и психические ресурсы. Интегральная адаптационная готовность у людей без ОВЗ может снижаться при возрастании принятия других, так как это требует значительных эмоциональных усилий и может приводить к внутренним конфликтам и истощению.

Корреляционный анализ в группе респондентов, имеющих ограниченные возможности здоровья, показал, что увеличение коммуникативного потенциала у людей с ограниченными возможностями улучшает их психофизиологическую и социально-психологическую адаптацию. Это достигается через лучшую интеграцию в общество, снижение социальной изоляции, повышение самооценки и уверенности, активное участие в общественной жизни и получение социальной поддержки. Доступ к информации и ресурсам также способствует осознанному подходу к адаптации.

Повышение адаптивности связано с развитием навыков и стратегий для преодоления жизненных вызовов, что увеличивает уверенность и мотивацию, улучшая адаптационную готовность.

Рост моральной нормативности укрепляет чувство принадлежности, облегчает социальную интеграцию и взаимодействие, повышая социально-

психологическую адаптационную готовность и способность устанавливать конструктивные социальные связи.

Коммуникативный потенциал положительно влияет на адаптацию в обеих выборках, но у людей с ОВЗ эффект более выражен, охватывая психофизиологическую и социально-психологическую адаптацию. Принятие других снижает адаптационную готовность у респондентов без ОВЗ, но у людей с ОВЗ такая связь отсутствует.

Сравнительный анализ корреляций в группах показал, что у «условно здоровых» людей повышение коммуникативного потенциала связано с ростом психофизиологической адаптационной готовности, тогда как у людей с ОВЗ – с ростом психофизиологической и социально-психологической адаптационной готовности.

В обеих группах коммуникативный потенциал положительно влияет на адаптацию, но у людей с ОВЗ эффект более выражен, охватывая и социально-психологическую адаптацию.

В группе «условно здоровых» людей возрастание принятия других связано со снижением социально-психологической и интегральной адаптационной готовности, что негативно влияет на адаптацию, тогда как во второй группе такая связь отсутствует.

Были выявлены одинаковые показатели, связанные с адаптацией, для обеих групп – это психофизиологическая, социально-психологическая готовность. Различия между группами состоят в том, что у «условно здоровых» людей более выражена интегральная адаптационная готовность, что не наблюдается у людей с ОВЗ.

В результате проведенного исследования, можно сделать следующие выводы:

Коммуникативный потенциал важен для адаптации в обеих выборках, но у людей с ОВЗ его влияние более комплексное.

Принятие других негативно влияет на адаптацию у респондентов без ОВЗ, но не у людей с ОВЗ.

В группе «условно здоровых» людей адаптация более чувствительна к социальным факторам (принятие других), тогда как в группе людей с ОВЗ ключевым фактором является коммуникативный потенциал.

Таким образом, подтверждена вторая гипотеза исследования о том, что существует взаимосвязь между характеристиками адаптации и адаптационной готовностью независимо от состояния здоровья респондентов.

Составлен комплекс рекомендаций, направленный на повышение адаптационной готовности людей с ограниченными возможностями.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алексеева, Е. Н. Динамический характер изменения подходов к понятию адаптации / Е. Н. Алексеева // Инновации в профессиональном и профессионально-педагогическом образовании : материалы 22-й Международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 18–20 апреля 2017 года. – Екатеринбург: Российский государственный профессионально-педагогический университет, 2017. – С. 308-312.

2. Алексеенок, А. А. Механизмы государственного регулирования социальной адаптации людей с ограниченными возможностями здоровья / А. А. Алексеенок // Социология государственного и муниципального управления : Социологический альманах: Материалы X Орловских социологических чтений, Орел, 07 декабря 2018 года. Том Выпуск 11. – Орел: Среднерусский институт управления - филиал РАНХиГС, 2019. – С. 10-14.

3. Алферова, Е. И. Подходы к изучению адаптации личности в отраслях психологии / Е. И. Алферова, М. А. Юсупова // Актуальные проблемы психолого-педагогического образования : Сборник материалов всероссийской очной научно-практической конференции с международным участием: в 2 частях, Сургут, 19 апреля 2019 года / Ответственный редактор Шибаева Л. В., под общей редакцией Бондыревой С. К.. Том Часть 1. – Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2019. – С. 112-120.

4. Арапова, О. И. Феномен адаптации. Теоретический обзор / О. И. Арапова // Психология. Психофизиология. – 2023. – Т. 16, № 3. – С. 111-122.

5. Арапова, О. И. Феномен адаптации. Теоретический обзор / О. И. Арапова // Психология. Психофизиология. – 2023. – Т. 16, № 3. – С. 111-122.
6. Арпентьева, М. Р. Психологические проблемы помощи инвалидам / М. Р. Арпентьева // Технологии социальной работы с пожилыми и инвалидами : Материалы III Межрегиональной научно-практической конференции с международным участием, Кострома, 16–18 октября 2021 года / Сост. Н.И. Мамонтова, науч. редактор О.Н. Веричева. – Кострома: Костромской государственный университет, 2022. – С. 15-18.
7. Болдина, М. А. К проблеме социальной адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья / М. А. Болдина, С. Ф. Поникарова, О. В. Филатова // Теория и практика социальной работы в современном социуме : материалы Всероссийской научно-практической конференции, Липецк, 21 апреля 2022 года. – Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2022. – С. 24-27.
8. Бонкало, Т. И. Соблюдение принципа инклюзии в системе высшего образования как условие успешной профессиональной подготовки студентов с инвалидностью и ОВЗ / Т. И. Бонкало, В. М. Гребенникова // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2022. – № 4(308). – С. 73-81.
9. Бочарова, Е. Е. Адаптационная готовность личности к ситуациям социальных изменений / Е. Е. Бочарова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2015. – Т. 4, № 1. – С. 45-51.
10. Бычкова, О. А. Социальная адаптация людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в России / О. А. Бычкова // Русский космизм: история и современность : Сборник трудов по материалам VI Всероссийской научно-практической конференции, Королев, 22 декабря 2021 года. – Королев: Общество с ограниченной ответственностью «Издательские решения», 2022. – С. 190-195.

11. Григорьев, А. В. Социально-психологические условия формирования оптимальной адаптационной готовности личности / А. В. Григорьев // Социальная психология личности и акмеология : Сборник материалов Международной научно-практической конференции, Саратов, 19–20 октября 2017 года / Под редакцией Р.М. Шамионова, М.А. Кленовой. – Саратов: Издательство "Перо", 2017. – С. 70-72.

12. Григорьева, М. В. Психодиагностическая методика "Адаптационная готовность личности" / М. В. Григорьева // Общество: социология, психология, педагогика. – 2017. – № 10. – С. 73-75.

13. Давлетшина, Д. М. Социальная адаптация лиц с ограниченными возможностями здоровья как процесс жизнедеятельности на современном этапе / Д. М. Давлетшина // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2019. – № 2. – С. 113-119.

14. Киэлевяйнен, Л. М. Социальная адаптация людей с ограниченными возможностями здоровья: некоторые аспекты теории и практики / Л. М. Киэлевяйнен // Стандарты и мониторинг в образовании. – 2021. – Т. 9, № 6. – С. 34-37.

15. Клименко, В. О. Мотивационно-адаптационные составляющие психологической готовности учителей к профессиональной деятельности / В. О. Клименко // Национальный вестник Республики Крым. – 2024. – № 9. – С. 265-270.

16. Константинов, В. В. Специфика адаптационной готовности китайских студентов в принимающем сообществе / В. В. Константинов, Н. А. Максимова // Актуальные вопросы развития личности профессионала: идентичность в контексте межкультурной коммуникации : Сборник материалов Международного психологического форума, Самара, 25–26 апреля 2024 года. – Самара: Московский городской педагогический университет, 2024. – С. 341-345

17. Коргмазов, Д. У. Психологические ресурсы адаптации личности / Д. У. Коргмазов // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – № 80-2. – С. 377-379.
18. Костина, В. В. Психологическая адаптация как междисциплинарный предмет исследования / В. В. Костина // Наука в мегаполисе Science in a Megapolis. – 2020. – № 4(20). – С. 9.
19. Лукашенко, Д. В. Адаптация личности как способность / Д. В. Лукашенко // Человеческий капитал. – 2019. – № 5(125). – С. 75-78.
20. Лукашенко, Д. В. Субъектность и адаптация личности / Д. В. Лукашенко // Человеческий капитал. – 2019. – № 8(128). – С. 101-104.
21. Максимова, Н. А. К вопросу о формировании адаптационной готовности у иностранных студентов / Н. А. Максимова // Пензенский психологический вестник. – 2023. – № 2(21). – С. 48-60.
22. Мамина, В. П. Интернет-сайт как инструмент цифровой адаптации иностранных студентов в российском вузе / В. П. Мамина // Содержательные и процессуальные аспекты современного образования : Материалы V Международной научно-практической конференции, Астрахань, 24 февраля 2023 года / Редакторы-составители: И.А. Романовская, Е.А. Тарабановская. – Астрахань: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Астраханский государственный университет имени В.Н. Татищева", 2023. – С. 309-312.
23. Мищенко, Е. В. Адаптация лиц с инвалидностью в условиях современного Российского общества / Е. В. Мищенко, А. Р. Нурекенова // Теория и практика современной науки. – 2020. – № 6(60). – С. 546-551.
24. Мусина-Мазнова, Г. Х. Социальная адаптация людей с ограниченными возможностями здоровья на базе Центра социальной адаптации / Г. Х. Мусина-Мазнова, И. В. Голотвина, Д. Р. Кусалиева // Педагогическая наука и образование в диалоге со временем : Материалы V Международной научно-практической конференции, посвященной памяти В.А. Пятина, Астрахань, 16 июня 2020 года / Редактор-составитель И.А.

Романовская. – Астрахань: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Астраханский государственный университет", 2020. – С. 228-230.

25. Нечаева, Ю. С. Социальные проблемы реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья / Ю. С. Нечаева, О. П. Лофиченко, К. З. Нгуен // Актуальные проблемы физического воспитания студентов : Материалы Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 28 апреля 2021 года. – Чебоксары: Чувашский государственный аграрный университет, 2021. – С. 470-474.

26. Панарина, С. Н. Понятие и сущность психологической адаптации в современной науке / С. Н. Панарина // Международный научный студенческий журнал. – 2020. – № 10. – С. 325-328.

27. Рылов, Д. А. Отношение в современном российском обществе к людям с ограниченными возможностями здоровья / Д. А. Рылов // Alma Mater (Вестник высшей школы). – 2020. – № 8. – С. 94-99.

28. Соотношение показателей личностного самоопределения и адаптационной готовности студентов с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования / М. Д. Коновалова, Ю. В. Селиванова, О. В. Хмелькова [и др.] // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2021. – № 201. – С. 211-221.

29. Тарасова, Л. Е. Адаптационная готовность: дефиниция термина / Л. Е. Тарасова // Перспективы науки. – 2015. – № 7(70). – С. 26-29.

30. Ташева, А. И. Социально-психологическая адаптация и проблемы инклюзивного сопровождения студентов с ОВЗ в вузе / А. И. Ташева, С. В. Гриднева, М. Р. Арпентьева // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. – 2021. – № 4(64). – С. 136-145.

31. Токарская, Л. В. Нейродоступная образовательная среда: адаптация к потребностям людей с ограниченными возможностями здоровья / Л. В. Токарская, Т. Ю. Быстрова // Перспективы науки и образования. – 2019. – № 6(42). – С. 372-381.

32. Ульяницкая, К. В. К проблеме социально-психологической адаптации людей с ограниченными возможностями здоровья в обществе / К. В. Ульяницкая // Психология особых состояний: от теории к практике : Материалы III Всероссийской научно-практической конференции, Красноярск, 15 мая 2020 года / Ответственный редактор Н.А. Лисова; Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева. – Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2020. – С. 69-70.

33. Усова, Н. В. Некоторые аспекты оптимальной адаптационной готовности в ситуации миграции / Н. В. Усова // Европейский журнал социальных наук. – 2017. – № 10. – С. 504-511.

34. Усова, Н. В. Трансформация адаптационной готовности личности в ситуации потери работы / Н. В. Усова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – № 9-3. – С. 453-457.

35. Хамукова, Б. Р. Адаптация как социальный процесс: современные научные подходы в системе гуманитарного знания / Б. Р. Хамукова, З. Х. Мамижева // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2020. – № 2(45). – С. 121-128.

36. Чигрова, Е. В. социальная реабилитация людей с ограниченными возможностями / Е. В. Чигрова, П. А. Колесникова, А. И. Четвергова // Актуальные проблемы физического воспитания студентов : Материалы Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 28 апреля 2021 года. – Чебоксары: Чувашский государственный аграрный университет, 2021. – С. 474-477.

37. Шамионов, Р. М. Адаптационная готовность личности -субъекта социального взаимодействия / Р. М. Шамионов // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. – 2015. – Т. 15, № 4. – С. 106-112.

38. Шаров, А. А. Особенности адаптационной готовности студентов с ОВЗ на 4 курсе обучения в образовательной организации высшего

образования / А. А. Шаров, О. В. Хмелькова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 7(197). – С. 464-467.

39. Шлыкова, Е. В. Готовность к риску как адаптационный ресурс: субъективные оценки взрослого населения России / Е. В. Шлыкова // Социологическая наука и социальная практика. – 2021. – Т. 9, № 4(36). – С. 61-77.

40. Ярычев, М. У. Социальная адаптация людей с ограниченными возможностями / М. У. Ярычев // Социально-экономические и гуманитарные науки : Сборник избранных статей по материалам Международной научной конференции, Санкт-Петербург, 27 апреля 2020 года. – Санкт-Петербург: Частное научно-образовательное учреждение дополнительного профессионального образования Гуманитарный национальный исследовательский институт «НАЦРАЗВИТИЕ», 2020. – С. 54-56.