

5. Доктрина информационной безопасности Российской Федерации. Утв. Указом Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646 [Электронный ресурс]. – URL: <https://rg.ru/2016/12/06/doktrina-infobezobasnost-site-dok.html>
6. *Baranov E.G.* Информационно-психологическое воздействие: сущность и психологическое содержание // *Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal*. 2017. № 1 (25).
7. *Karayani A.G., Karayani Yu.M., Zinchenko Yu.P.* Protivodejstvie informacionno-psihologicheskim akcijam protivnika v sovremennoj vojne: uch. posobie. M.: Izd-vo Voenного universiteta, 2016.
8. *Kobyakov Yu.* K 500-letiju Voznesennoj Davidovoj pustyni. Lopastnenskaya starina. Ocherki istorii kraja s drevnejshih vremen do nachala XX veka. M., 2013.
9. *Panarin I.N.* SMI, propaganda i informacionnye vojny. M.: Pokolenie, 2012.
10. *Prokof'ev V.F.* Tajnoe oruzhie informacionnoj vojny: ataka na podsoznanie. M.: Sinteg, 2003.
11. *Kudinov A.N., Chusova E.V.* The Research of Loss Stability of Level of Psychological Reaction of a Human with the Power of Informational Influence on Him // *Bulletin of PFUR. Series Mathematics. Information Sciences. Physics*. 2014. № 2. P. 259–262.

DOI: 10.25586/RNU.V925X.18.02.P068
«Вестник Российского нового университета»
ISSN 2414-925X

УДК 159.9.07

Е.И. Исаев, П.А. Галушкин

САМОРЕАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ИНКЛЮЗИВНЫХ ПРАКТИКАХ

Ставится проблема самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья. Обосновывается программа психологического сопровождения процесса самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья в инклюзивных практиках. Приводится описание реализованных в исследовании инклюзивных практик. Проводится психологический анализ реализованной практики психологического сопровождения процесса самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья в инклюзивных практиках. Обосновываются психологические приемы работы с молодыми людьми с ограниченными возможностями здоровья по стимулированию у них процессов самореализации.

Ключевые слова: самореализация, потребность в самореализации, личность с ограниченными возможностями здоровья, инклюзивные практики, формы психологической работы с личностью с ОВЗ, референтная группа, самоуважение, самопринятие.

The article raise the problem of the self-realization of the individual with disabilities. Justified program of psychological accompaniment of the process of self-realization of the individual with disabilities in inclusive practices. Describes the implemented the study of inclusive practices. Conducted psychological analysis of realized psychological practices accompany the process of self-realization of the individual with disabilities in inclusive practices. Justified psychological techniques for working with young people with HIA processes them promotion fulfillment.

Keywords: need for self-realization, self-realization, a persons with disabilities, inclusive practices, forms of psychological work with personality with HIA, reference group, self-esteem, self-acceptance.

В последние годы исследовательский интерес к проблеме самореализации личности резко возрос как в отечественной, так и в зарубежной психологии. Это связано с пониманием ее определяющей роли в развитии личности, предъявлением более высоких требований к таким качествам человека, как способность к самообразованию, саморазвитию и самосовершенствованию. Проблема самореализации личности напрямую связана с гуманистической ценностью современного общества, заключающейся в максимальной реализации человеческого потенциала в каждом человеке.

Исследование психологических особенностей и условий самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья приобретает особую актуальность. Современное российское общество заинтересовано в максимальной реализации каждой личностью своего потенциала и ориентировано на включение людей с ОВЗ в активную социальную, профессиональную и культурную жизнь. Многие культурные практики – образование, профессиональная деятельность, творческая деятельность, досуг и другие – становятся инклюзивными.

Проблемы самореализации этой категории населения требуют особого внимания. В психолого-педагогических исследованиях основное внимание уделяется вопросам социальной реабилитации и адаптации. Безусловно, формирование полезных умений и навыков очень важно, но практика показывает, что без стремления самой личности к самореализации все эти усилия оказываются малоэффективными. Необходимы специальные исследования психологических аспектов самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья. Такие исследования составят основу разработки программ психологической реабилитации лиц с ОВЗ, будут способствовать эффективной ре-

ализации ныне существующих программ социальной реабилитации и созданию новых комплексных медико-социально-психологических методик реабилитации для установления гармоничных отношений с обществом и с самим собой.

В последние десятилетия по проблеме самореализации личности было проведено большое количество исследований. В работах психологов были определены теоретические подходы к сущности самореализации личности, ее природы, выявлены формы и виды самореализации личности, изучены условия и факторы, влияющие на процесс самореализации личности (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Е.И. Исаев, П.А. Галушкин, Л.А. Коростылева, С.И. Кудинов, А.И. Крупнов, Д.А. Леонтьев, А. Маслоу).

Вместе с тем, недостаточно изучены психологические особенности самореализации личности с ОВЗ. По данным статистики, в последние годы наблюдается неуклонный рост числа людей, имеющих ОВЗ, – на настоящий момент они составляют около 10% населения земного шара. В России к началу XXI века в органах социальной защиты на учете состояло около 10 миллионов инвалидов.

Мы исходим из утвержденного в психологии определения самореализации как процесса актуализации имеющихся потенциалов, реализации жизненных планов в общественно-значимых формах жизнедеятельности на основе принятой личностью системы ценностных ориентаций и смыслов [5; 6; 9]. Личность не может раскрыть свой потенциал вне общества. Процесс самореализации носит двусторонний характер и проявляется в социализации и индивидуализации личности. Реализуя себя, человек изменяет свое отношение к другим и отношение других к себе. Внутрличностные изменения сопряжены с переменами в поведении, при-

водят к достижению тех или иных вершин личностного роста и к изменению социального статуса человека в референтной группе и обществе.

Исследователи обращают внимание на тот факт, что самореализация протекает у людей с ОВЗ продуктивнее при помощи и поддержке близких людей и социального окружения [8; 10]. Исходя из этого положения, мы разработали и реализовали программу психологического сопровождения самореализации личности с ОВЗ.

Экспериментальное исследование психологического сопровождения процесса самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья проводилось на базе Семейного молодежного центра «Истоки» г. Орехово-Зуево Московской области. В исследовании приняли участие 48 испытуемых.

Цель программы состояла в создании условий для оптимального раскрытия личности и ее максимальной самореализации с учетом ограничения физических возможностей, вызванного частичной или полной потерей зрения. В рамках коррекционной работы мы решали следующие задачи:

- 1) коррекция самооотношения, самооценки, отношения к своим физическим ограничениям;
- 2) формирование самопринятия, самоуважения и ориентации на собственные силы;
- 3) формирование ориентации субъекта на профессиональные, социальные и личностные достижения;
- 4) помощь в переосмыслении жизненных перспектив и планов;
- 5) вовлечение в активные общественные отношения;
- 6) повышение профессиональных компетенций;
- 7) стимулирование творческих проявлений.

Решение поставленных задач достигалось посредством создания:

- *группы взаимоподдержки*, членами которой становились люди со схожими физическими нарушениями;
- *инклюзивной среды*, объединяющей молодых людей с ограниченными возможностями и их сверстников с сохраненным здоровьем на основе общих интересов и целей и обеспечивающей их социальную интеграцию.

Целью организованной нами группы взаимопомощи стало сплочение ее участников, обмен опытом преодоления бытовых, социальных и психологических затруднений, поиск наиболее оптимальных решений и путей саморазвития. При организации группы взаимоподдержки мы столкнулись с необходимостью учитывать возрастные характеристики участников, численный состав и однородность группы по степени выраженности дефекта.

Наш опыт показал, что наиболее целесообразно подходить к проблеме возраста участников индивидуально. Так же индивидуально следует подходить и к определению числа участников группы: оптимальным нам представляется количество от 6 до 12 человек, так как к участию в работе нашей группы привлекались как слепорожденные, так и поздноослепшие, учившиеся в специализированных интернатах или в общеобразовательных школах.

Степень потери зрения участников также была различной. На наш взгляд, подобная разнородность участников группы привносит элемент взаимодополняемости. При правильно организованной работе группы это должно привести к взаимному обогащению участников. В свою очередь, такая группа требует более продуманной подготовки. В нашем случае участники подбирались на основе выборки из базы членов региональной первичной органи-

зации Всероссийского общества слепых (ВОС) г. Орехово-Зуево.

Ключевым моментом становления группы взаимоподдержки является первая встреча. На ней мы организовали знакомство и импровизированную самопрезентацию участников. Важной целью ведущего группы стало создание благоприятной психологической атмосферы и доступной среды. Наилучшим вариантом для первой встречи выступило размещение участников за круглым столом.

Также было необходимо словесно обрисовать расположение предметов, мебели и т.п. в помещении, в котором будут проходить встречи группы. Мы старались сохранять это расположение на протяжении всего периода деятельности группы взаимоподдержки. Наши встречи проходили в помещении первичной организации ВОС, где мы создали максимально комфортные условия, позволившие снять значительную часть напряжения у наших участников и максимально раскрепостить их.

Ключевым моментом успешности действия группы взаимоподдержки людей с нарушениями зрения является интеграция в нее самого ведущего группы. Одним из удачных вариантов решения этой проблемы может стать привлечение соведущего из числа участников группы. Основными критериями для такого выбора выступают его активная позиция, коммуникабельность, жизненный опыт, психологическое или педагогическое образование. В процессе развития группы можно организовать ротацию соведущих, что позволит вовлечь в работу всех участников группы.

Первая встреча должна носить неформальный характер. Поэтому вполне можно ограничиться знакомством, произвольным рассказом о себе и свободным об-

щением, что и было осуществлено в ходе нашей работы. Об успешности первой встречи мы судили по настроению участников при проведении индивидуальных бесед. Также в качестве критерия оценки успешности первой встречи мы рассматривали согласие людей участвовать в дальнейшей работе.

Следующая задача заключалась в проведении мероприятий, направленных на сплочение группы и формирование общности с едиными целями и взглядами. Для этого на второй встрече мы уделили особое внимание решению формальных вопросов. В ходе занятия, организованного в игровой форме, группа приняла общие правила и установила частоту встреч. Также эффективным средством сплочения выступило совместное обсуждение и утверждение направлений работы, выбор названия, миссии и девиза.

Последующая работа по психологическому сопровождению процесса самореализации личности с ОВЗ проходила по нескольким направлениям. Первичная диагностика показала, что среди лиц с ОВЗ распространен довольно замкнутый образ жизни. В связи с этим особенно важным для нас стало желание заинтересовать участников работой в группе, снять с них возникшие психологические трудности и вовлечь их в активную деятельность и общение в рамках организованной группы взаимоподдержки. Для достижения этой цели мы организовали различные варианты совместного досуга (совместное празднование дней рождения, праздничных дней, культурно-просветительские мероприятия).

Большое внимание мы уделили тренингам общения. Для этого мы адаптировали известные программы тренинга общения. Основным условием составления тренинговых программ для групп инвалидов по зрению выступила ориентация на индиви-

дуальный подход в зависимости от состава группы. Так как в нашей группе участвовали молодые люди с разной степенью выраженности дефекта, мы комбинировали упражнения с опорой на визуальные образы с тактильным взаимодействием. В нашей практике большинство упражнений тренинга носило аудиальную направленность.

Важным направлением проводимой нами групповой работы стали тренинги уверенности в себе. Как показал наш опыт, это свойство личности во многом определяет направление и динамику процесса самореализации. Психологические тренинги мы проводили в виде групповых игр, что позволяло снять напряжение у участников группы, особенно на ранней стадии развития коллектива.

После недолгой работы в группе сформировалась благоприятная психологическая атмосфера, участники включились в активную деятельность. В итоге у членов группы стала фиксироваться все большая потребность в саморазвитии, которая удовлетворялась по мере возможности. В качестве критериев оценки эффективности их работы мы рассматривали как результаты психодиагностики (динамику уровня самооценки, уровня притязаний и общего уровня самоактуализации), так и индивидуальные достижения в творческих конкурсах.

В ходе реализации программы мы установили, что групповая работа обязательно должна дополняться индивидуальной работой с ее участниками. В нашей работе мы использовали форму психологического консультирования. Основные проблемы, которые мы решали в ходе консультаций, – это преодоление неуверенности и депрессивных состояний, проблемы отношений в семье, выбор сферы деятельности (обучения и работы).

В индивидуальном порядке проводились диагностические мероприятия, предусматривающие участие в групповой работе. Помимо работы с самими участниками, зачастую приходилось консультировать и их близких с целью оказания им помощи в выстраивании отношений в изменяющейся ситуации и в предупреждении возможных конфликтов.

Другим важнейшим направлением психологической поддержки самореализации молодежи с нарушением зрения стала работа по формированию инклюзивной среды. В качестве психологического условия личностного роста мы выделили референтную группу и социальную ситуацию развития в целом. В качестве меры поддержки молодежи с нарушениями зрения мы реализовали инклюзивные проекты.

В рамках инклюзивных спортивных проектов «Марафон в темноте» и «Инклюзивный голбол» молодые люди с инвалидностью получили возможность заниматься спортом, тренироваться и участвовать в соревнованиях. Все тренировки проходили с участием волонтеров, обученных по уникальным методикам. Наш опыт показывает, что такое совместное участие создает уникальную психологическую атмосферу, в которой здоровые люди и молодые люди с нарушениями зрения включаются в совместную деятельность по достижению спортивных результатов. Общая цель сплачивает обе группы. Суть проекта – привлечение в любительский спорт незрячих и слабовидящих, создание условий для самореализации в циклических видах спорта при помощи и поддержке волонтеров-лидеров. Социальные спортивные проекты, с одной стороны, позволяют незрячим и слабовидящим преодолеть изоляцию и включиться в спортивную жизнь и в социум в целом, с другой – волонтеры-лидеры (в основ-

ном, студенты) получают уникальные умения и навыки взаимодействия и общения с инвалидами, начинают воспринимать их как позитивно настроенных и успешных людей.

Другим инклюзивным направлением стали проект «Инклюзивный танец» и творческий фестиваль «Особые таланты». Благодаря совместной деятельности незрячие воспитанники реализовывали себя в творческой сфере, становились лауреатами конкурсов и фестивалей.

Еще одним способом поддержки личностного роста людей с инвалидностью стало направление «Инклюзивное волонтерство». Его суть состояла в привлечении людей с инвалидностью в волонтерскую деятельность. Инклюзивные волонтеры получили возможность реализоваться в социальной сфере, заслужить позитивную оценку своей деятельности, внести вклад в решение социально-значимых проблем. Часто наши инклюзивные волонтеры выступают в качестве мотивационных спикеров перед молодежными аудиториями.

Реализация программы психологического сопровождения процесса самореализации личности с ОВЗ обеспечила достижение ряда значимых результатов:

- положительное влияние на процесс личностного роста и самореализации молодых людей с ограниченными возможностями здоровья;
- рост взаимодействия молодых людей с ограниченными возможностями здоровья с социумом;
- преодоление социокультурной депривации;
- решение таких актуальных психологических проблем, как преодоление пассивности, зависимости, недооценки собственных возможностей, неуверенности в себе.

Регулярно проводимые нами психодиагностические обследования и социологические опросы показывают, что интерес к осуществляемым по данной программе мероприятиям высок и в них вовлекаются новые молодые люди с ограниченными возможностями здоровья.

Литература

1. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. М.: Смысл, 2007. 528 с.
2. Братусь Б.С. Аномалии личности. М.: Мысль, 1988. 301 с.
3. Исаев Е.И., Галушкин П.А. Психологические типы самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья // Акмеология. Научно-практический журнал. 2015. № 2 (54). С. 84–89
4. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности с затруднения в профессиональной сфере. СПб.: Речь, 2005. 222 с.
5. Кудинов С.И., Крупнов А.И. Системная модель самореализации личности // Вестник Российского университета дружбы народов. М.: РУДН, 2008. № 1. С. 28–37.
6. Леонтьев Д.А. Самореализация и сущностные силы человека // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. М.: Смысл, 1997. С. 156–176.
7. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. СПб.: Евразия, 2002. 432 с.
8. Мещеряков А.И. Слепоглухонемые дети. Развитие психики в процессе формирования их поведения. М.: Педагогика, 1974. 327 с.

9. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Прогресс, 1994. 251 с.
10. Суворов А.В. Акмеологическая направленность совместной педагогики // Акмеология. Научно-практический журнал. 2002. №1 (2). С. 50–54.

Literatura

1. Asmolv A.G. Psihologiya lichnosti: kul'turno-istoricheskoe ponimanie razvitiya cheloveka. M.: Smysl, 2007. 528 s.
2. Bratus' B.S. Anomalii lichnosti. M.: Mysl', 1988. 301 s.
3. Isaev E.I., Galushkin P.A. Psihologicheskie tipy samorealizacii lichnosti s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya // Akmeologiya. Nauchno-prakticheskij zhurnal. 2015. № 2 (54). S. 84–89
4. Korostyleva L.A. Psihologiya samorealizacii lichnosti s zatrudneniya v professional'noj sfere. SPb.: Rech', 2005. 222 s.
5. Kudinov S.I., Krupnov A.I. Sistemnaya model' samorealizacii lichnosti // Vestnik Rossijskogo universiteta družby narodov. M.: RUDN, 2008. № 1. S. 28–37.
6. Leont'ev D.A. Samorealizaciya i sushchnostnye sily cheloveka // Psihologiya s chelovecheskim licom: gumanisticheskaya perspektiva v postsovetsoj psihologii. M.: Smysl, 1997. S. 156–176.
7. Maslou A. Dal'nie predely chelovecheskoj psihiki. SPb.: Evraziya, 2002. 432 s.
8. Meshcheryakov A.I. Slepogluhonemye deti. Razvitie psihiki v processe formirovaniya ih povedeniya. M.: Pedagogika, 1974. 327 s.
9. Rodzhers K. Vzglyad na psihoterapiyu. Stanovlenie cheloveka. M.: Progress, 1994. 251 s.
10. Suvorov A.V. Akmeologicheskaya napravlennost' sovmestnoj pedagogiki // Akmeologiya. Nauchno-prakticheskij zhurnal. 2002. №1 (2). S. 50–54.

DOI: 10.25586/RNU.V925X.18.02.P.074
«Вестник Российского нового университета»
ISSN 2414-925X

УДК: 159.9.072.43

Р.Е. Барабанов

К ВОПРОСУ О СТРУКТУРЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ЛИЦ С ПАТОЛОГИЕЙ ГОЛОСОВОГО АППАРАТА

Представлены результаты исследования субъективной оценки качества жизни лицами с особыми образовательными потребностями (на примере людей с патологией голосового аппарата) и здоровыми респондентами. На основе полученных данных определена структура качества жизни лиц с нарушением голоса.

Ключевые слова: качество жизни, особые образовательные потребности, субъективная оценка, патология голосового аппарата.

The article describes the results of a study of the subjective assessment of the quality of life by persons with special educational needs (on the example of people with pathology of the voice apparatus) and healthy respondents. Based on the data obtained, the structure of the quality of life of persons with voice disorders was determined.

Keywords: quality of life, special educational needs, subjective evaluation, pathology of the voice apparatus.