

УДК 378.1

## АДАПТАЦИОННАЯ ДИСЦИПЛИНА «ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТНОЙ УСПЕШНОСТИ» И ЕЕ РОЛЬ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СТАНОВЛЕНИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОВЗ В УСЛОВИЯХ ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Кузнецова Е.С., Лощакова А.Б.

ФГАОУ ВО «Мурманский государственный технический университет», Мурманск,  
e-mail: es-kuznetsova@yandex.ru, labpost@mail.ru

Практика показывает, что технические вузы не особенно популярны среди абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью. Это объясняется не только сложностью освоения образовательных программ, но и опасениями детей и их родителей по поводу дальнейшего трудоустройства и достижения успешности в профессии. Поэтому таким абитуриентам необходима психолого-педагогическая поддержка как на этапе профориентационной работы в школе, так и на этапе обучения в техническом университете для улучшения их адаптационных возможностей. На основе теоретического и эмпирического изучения авторами статьи проблемы ценностно-смысловых и эмоционально-волевых характеристик в структуре личностной успешности была разработана учебная программа адаптационной дисциплины «Психология личностной успешности» для студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, обучающихся в техническом университете. В статье приводятся цели и задачи указанной дисциплины, ее тематическое содержание, требования к уровню освоения дисциплины и рекомендации по ее практической реализации. Уделяется внимание созданию безопасной психологической атмосферы для обучающихся в ходе освоения адаптационной дисциплины. Электронный вариант дисциплины «Психология личностной успешности» сможет быть реализован в условиях дистанционного обучения, а также в рамках сетевого взаимодействия с другими образовательными организациями.

**Ключевые слова:** технический университет, инклюзивное образование, адаптационная дисциплина, личностная успешность, эталон жизнедеятельности, профессиональное становление, карьера

## THE ADAPTIVE DISCIPLINE «PSYCHOLOGY OF PERSONAL SUCCESS» AND ITS ROLE IN THE PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF THE STUDENTS WITH DISABILITIES AND SPECIAL NEEDS IN TERMS OF THE TECHNICAL UNIVERSITY

Kuznetsova E.S., Loschakova A.B.

Murmansk State Technical University, Murmansk, e-mail: es-kuznetsova@yandex.ru, labpost@mail.ru

In practice, technical universities are not particularly popular among the applicants with disabilities and special needs. This is due not only to the complexity of the educational programs, but also to the concerns of schoolchildren and their parents for the further employment and professional success. Therefore, such applicants need special psychological and pedagogical support both at the stage of career guidance at school and at the stage of studying at the technical university for the improvement of their adaptive capabilities. Upon finishing the theoretical and empirical study of the problem of value-semantic and emotional-volitional characteristics in the structure of personal success, the authors of the article suggest implementation of the adaptive discipline «Psychology of personal Success» for the students with disabilities and special needs studying at the technical university. The article presents the goals and objectives of this discipline, its thematic content, the expected results and recommendations for the practical implementation of the discipline. The authors pay attention to the creation of a safe psychological atmosphere for the students during the conduction of the adaptive discipline. The electronic version of the discipline «Psychology of personal Success» can be useful for the e-learning and distance cooperation between the universities.

**Keywords:** Technical University, inclusive education, adaptive discipline, personal success, ideal of the vital model, professional development, career

Вопрос инклюзии для технических университетов является особо значимым и непростым в реализации. Подготовка профессионалов инженерно-технического профиля изначально является достаточно трудоемкой как для самих преподавателей высшей школы, так и для обучающихся. Образовательная программа насыщена дисциплинами естественнонаучной и сугубо технической направленности, предполагает работу в лабораториях со специальным оборудованием, техникой, тренажерами и нацелена на организацию практической подготовки

студентов в условиях производства. Поэтому технические вузы не пользуются популярностью среди абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и инвалидностью, так как для многих из них препятствием могут оказаться медицинские противопоказания.

Однако в каждой профессии можно найти свою нишу, например, сконцентрировав свои интересы на научно-исследовательской деятельности, изобретательстве и рационализаторстве, учебно-методической работе и т.п. На производстве также

востребованы работники, которые занимаются документооборотом, информационными технологиями и программированием, экономическими расчетами.

Поэтому еще на этапе школьного обучения очень важно грамотно проводить профориентационную работу с детьми с ОВЗ и инвалидностью, показав направления применения их умственных и физических возможностей с учетом имеющейся нозологии. А организации высшего образования должны изначально работать в тесной связке со школами, родителями, общественными организациями в этом направлении.

Целью исследования является разработка на основе результатов эмпирического исследования характеристик личностной успешности адаптационной дисциплины «Психология личностной успешности» для студентов с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и инвалидностью, обучающихся по адаптивным образовательным программам в техническом университете.

#### **Материалы и методы исследования**

При подготовке статьи был применен комплекс взаимодополняющих методов и методик. Это общенаучные методы: теоретический анализ научных источников, отражающих состояние изученности проблемы личностной успешности, а также инклюзивного образования в высшей школе, теоретическое моделирование. Учитывались результаты проведенного ранее эмпирического исследования ценностно-смысловых и эмоционально-волевых характеристик личностной успешности на студенческом выборе в количестве 215 человек, в ходе которого использовались: включенное наблюдение, метод экспертного опроса, контент-анализ, комплекс психодиагностических методик, методы визуализации эмпирических данных. Результаты эмпирического исследования обрабатывались методами математико-статистического анализа: описательные статистики, F-критерий Фишера (однофакторный дисперсионный анализ ANOVA), факторный анализ по методу «главных компонент» с varimax-вращением Г. Кайзера [1].

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Как показывают исследования последних лет (О.А. Денисова, В.З. Кантор, В.О. Коренева, О.Л. Леханова, Т.Н. Матанцева, Е.В. Михальчи, И.Н. Шувалова и др.), студенты с инвалидностью и ОВЗ имеют свой специфический жизненный опыт, отличный от сверстников. Поэтому у них возникают определенные трудности

в адаптации к новой образовательной организации, в освоении компетенций, необходимых в будущей профессиональной деятельности, в общении с однокурсниками, а неуверенность в себе еще и усиливает эти проблемы.

В результате теоретического осмысления и эмпирического изучения авторами проблемы ценностно-смысловых и эмоционально-волевых характеристик в структуре личностной успешности [1] была разработана учебная программа адаптационной дисциплины «Психология личностной успешности» для обучающихся с ОВЗ и инвалидностью и изданы методические рекомендации для самостоятельной работы обучающихся по указанной дисциплине.

Развитие успешности происходит через социальные институты, и среда университета для этого является достаточно благоприятной, так как студенческий возраст – это период личностного и профессионального самоопределения, актуализации саморазвития, решающая фаза формирования мировоззрения.

Концепция предлагаемой учебной дисциплины базируется на представлении, что успешность является ценностной категорией, поскольку в понимании человеком своей успешности в одной или нескольких жизненных сферах формируется его представление о собственной жизни вообще. В нашем исследовании под личностной успешностью мы понимаем совокупность проявлений ценностно-смысловых и эмоционально-волевых характеристик личности, взаимосвязанных с принятым эталоном жизнедеятельности, отражающих положительный результат деятельности, направленной на достижение значимой цели и смысла, приводящих к ощущению гармонии с миром и самим собой. Избираемый эталон жизнедеятельности (витальный, социальный или экзистенциальный) выступает психологическим фундаментом успешности. Через него закладывается модель желаемого будущего, в соответствии с которой формулируются цели, избираются средства и способы их достижения, принимаются решения в различных жизненных ситуациях. С другой стороны, ориентация на определенный эталон жизнедеятельности сказывается на субъективном понимании личностью феномена «успех» и выстраивании собственной траектории по его достижению («индивидуальный успех», «совместный успех» или «успех на благо других») [2, 3]. Для личности критерием достижения успешности выступает удовлетворенность собой и своей жизнедеятельностью.

Профессиональным психологам хорошо известно, что психологический настрой и подготовка во многом обеспечивают вероятность успеха. Субъективное представление человека о его психологических качествах и поведении способствует эффективному выполнению профессиональной деятельности. В свою очередь, достигнутые цели уточняют и конкретизируют эталон, поэтому, влияя на постановку человеком целей, можно корректировать и эталоны его жизнедеятельности, тем самым влияя на образы будущего и модели их реализации.

Предлагаемая факультативная дисциплина разработана для улучшения адаптационных возможностей студентов с инвалидностью и ОВЗ различных нозологических групп (нарушения слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата и др.), обучающихся в техническом университете. В ней заложена идея формирования рефлексивной позиции личности, которая обеспечивает возможность адекватной оценки и эффективной реализации имеющегося у обучающегося потенциала личностной успешности. Важно, чтобы у студента сформировалась психологическая установка к принятию ответственности, к активной позиции в определении собственных жизненных целей и перспектив с учетом ограничений здоровья, требований профессии, имеющихся способностей и личностных качеств, реального состояния рынка труда, а также осознание альтернативы собственного личностного и карьерного развития, как внутри избранной профессии, так и вне ее.

Таким образом, цель адаптационной дисциплины «Психология личностной успешности» – формирование у обучающихся умений и личной готовности к действиям, способствующим достижению личностной успешности в трудоустройстве и карьере.

Задачи дисциплины:

- сформировать положительное отношение к самому себе через познание собственных ценностно-смысловых и эмоционально-волевых характеристик, помогающих в жизненном и профессиональном самоопределении и ведущих к личностной успешности;

- познакомить со спецификой карьерных стратегий и альтернативных вариантов карьерного развития, повысить уровень компетентности в вопросах планирования карьеры и эффективного трудоустройства;

- активизировать деятельность обучающихся к профессиональному и личностному росту на этапе вузовского обучения,

стимулировать познавательный интерес и потребность в изменениях;

- научить доступным в овладении технологиям самоменеджмента, способствующим личной эффективности и самоорганизации.

Перечень предлагаемых тем программы имеет практико-ориентированную направленность и разработан с учетом существующих методических рекомендаций к их формулировке и содержанию [4], а также принципов «универсального образовательного дизайна», таких как представление, демонстрация, участие [5] (табл. 1).

В совместной работе с преподавателем (или педагогом-психологом) обучающиеся смогут получить ответы на следующие вопросы: как осознать свою успешность; почему не все люди ее достигают; что такое псевдоуспешность; можно ли пересмотреть свой эталон жизнедеятельности и внести коррективы в свой жизненный план; какие карьерные кризисы бывают и как их преодолеть; кто такие фрилансеры и где они находят работу; как увлечение может стать делом жизни и принести доход; каковы ориентиры на рынке труда; как повысить личную организованность и др.

Учебная дисциплина носит прикладной характер, и по окончании ее изучения обучающийся должен знать понятия «успешность» и «эталон жизнедеятельности», значение ценностей и целей в повышении личностной успешности, внутренние ресурсы, которые способствуют успешности, свои сильные и слабые стороны как будущего профессионала, типологию и этапы карьеры, виды карьерного процесса, технологии индивидуального карьерного роста.

Студент должен уметь анализировать различные стороны собственной личности, соотносить их с требованиями профессии, ставить перед собой цели и определять различные способы их достижения, использовать современные формы и методы самоорганизации и саморазвития для повышения личностной успешности, разрабатывать план (карьерограмму, карту) карьерного развития, осуществлять профессиональную самодиагностику, эффективно взаимодействовать с потенциальным работодателем.

Кроме того, обучающийся должен овладеть методами самоанализа своей успешности, базовыми навыками личной организованности и саморегуляции, способами выбора оптимальных направлений профессионального и личностного роста, принципами и правилами мотивированного выбора работодателя, практическими навыками и технологиями планирования карьеры по найму и в предпринимательской деятельности, технологиями самопрезентации.

Таблица 1

Тематическое содержание дисциплины «Психология личностной успешности»

Тематические разделы	Содержание учебного материала
<i>Тема 1.</i> Специфика личностной успешности	Понятие успеха и факторы, определяющие успешность личности. Влияние личностной успешности на самореализацию. Удовлетворенность собой и своей жизнедеятельностью как психологический критерий успешности. Объективные и субъективные индикаторы успешности. Определение собственной стадии успешности. Самопрогнозирование успешности. Причины неуспешности и псевдоуспешности. Положительные и отрицательные следствия успешности личности
<i>Тема 2.</i> Эталон жизнедеятельности как вектор личностной успешности	Взаимосвязь жизненного смысла, ценностных ориентаций и успешности личности. Эталон жизнедеятельности и образ успешности. Эмоционально-волевые характеристики личностной успешности. Мотивы стремления к успешности. Модели успешности. Внешние и внутренние ограничения на пути к успешности. Корректировка собственного эталона жизнедеятельности
<i>Тема 3.</i> Постановка и достижение целей: как это делать	Цель как условие успешности. Значение навыка постановки целей в процессе жизнедеятельности человека. Технология поиска, структурирования и формулирования целей, основные правила. Ситуационный анализ (по Л. Зайверту). Этапы построения личного «дерева целей». SMART-технология постановки целей. Определение способов достижения желаемого результата, поиск необходимых ресурсов. Контроль достижения собственных целей
<i>Тема 4.</i> Планирование и развитие личной карьеры	Понятие и виды карьеры. Практическое значение карьерного планирования в профессиональном становлении и повышении собственной успешности. Разнообразие карьерных целей. Типология карьерных ориентаций (по Э. Шейну). Современные модели карьеры. Этапы планирования и реализации карьеры, требования к плану карьеры. Анализ факторов, влияющих на развитие карьеры. Проблемы карьерного роста. Нормальные кризисы карьеры. Альтернативные пути развития карьеры
<i>Тема 5.</i> Навыки успешного трудоустройства	Поиск работы: этапы, способы, приемы. Структура рынка труда. Понятие безработицы. Преимущества и недостатки временной работы. Самозанятость. Ориентиры на рынке труда: интернет, деловая пресса, специальные мероприятия (дни карьеры и ярмарки вакансий), кадровые агентства и службы занятости населения, друзья и знакомые, компании-работодатели. Работа в сети Интернет: возможности и риски. Фриланс как вариант современной карьеры. Значение самомаркетинга для успешного трудоустройства. Актуальные правила составления резюме и сопроводительного письма к нему. Особенности подготовки и прохождения собеседования, навыки самопрезентации
<i>Тема 6.</i> Технологии повышения личностной успешности в повседневной жизни	Стратегии повышения личностной успешности. Эффективные практики в достижении успешности: самоменеджмент, коучинг, наставничество, тренинги, самообразование. Система самоорганизации. Личное портфолио успешности

Накопленный теоретический и практический материал в различных областях психологической науки по проблеме достижения личностной успешности позволяет активно применить его в рамках предлагаемой авторской программы. Поэтому при ее разработке и подборе методического инструментария мы опирались на психологическую литературу, практический опыт и рекоменда-

ции, изложенные в работах Г.А. Архангельского, И.О. Вагина, А.Г. Грецова, Н.Ю. Зверевой [6], Е.К. Климовой, Е.Ю. Коржовой, А.М. Козловой, В.В. Нюрнберг и Л.Д. Филиогло [7], С.Д. Резника и др.

Как любой процесс, реализация адаптационной дисциплины «Психология личностной успешности» предполагает несколько этапов.



Первый этап направлен на создание установки на овладение системой знаний и практических умений в рамках тематики учебного курса, актуализацию личного опыта обучающихся в отношении собственной успешности, проведение психодиагностики характеристик личностной успешности и индивидуальное обсуждение ее результатов с каждым обучающимся.

Второй этап предполагает концентрацию внимания обучающихся на жизненных ситуациях, связанных с активным проявлением личностной успешности, выявление внутренних ресурсов и потенциальных возможностей, способствующих достижению личностной успешности и карьерного развития, устранение психологических ограничений и барьеров, препятствующих успешности и профессиональному становлению и овладение базовыми технологиями самоменеджмента, навыками трудоустройства.

Третий этап направлен на закрепление и осмысление полученных знаний и умений, собственных размышлений, чувств и ошибок, определение направлений дальнейшего личностного и профессионального роста, составление плана карьеры.

Создание в техническом университете благоприятной инклюзивной среды, направленной на успешную адаптацию студентов с особыми образовательными потребностями, должно базироваться на личностно-ориентированных формах, методах обучения и их различных сочетаниях, максимально учитывающих их индивидуальные физиологические и психологические особенности (табл. 2).

Используемые формы, средства, технологии и методы должны учитывать их доступность для обучающихся с учетом нозологий нарушений.

В предлагаемой адаптационной дисциплине предусмотрена как групповая, так и индивидуальная работа со студентами. При этом программа не может быть эффективной без опоры на самоорганизацию и саморазвитие обучающихся путем включения их в систему самостоятельной работы вне занятий, которая также включена в учебный курс.

Важным условием реализации предлагаемой программы является создание

безопасной психологической атмосферы для обучающихся за счет использования ненасильственных и неманипулятивных форм работы, детально описанных в работах И.А. Баевой, Е.Н. Волковой, Е.Б. Лактионовой [8] и др. Под психологической безопасностью ученые понимают такое состояние образовательной среды, которое свободно от проявления психологического насилия во взаимодействии, подразумевающее удовлетворение потребностей в личностно-доверительном общении и создающее референтную значимость среды для обеспечения психического здоровья включенных в нее участников.

Разработанная адаптационная дисциплина, прежде всего, направлена на формирование универсальных компетенций в контексте основной образовательной программы, которые характеризуют надпрофессиональные способности личности, а их сформированность обеспечивает успешную деятельность человека в различных профессиональных и социальных сферах. Учитывая, что природа универсальных компетенций практико-ориентированная, основная аудиторная нагрузка отводится на практические занятия. Трудоемкость дисциплины – 3 зачетные единицы. Дисциплина может реализовываться как в группе, так и индивидуально.

Хотелось обратить внимание на методическую подготовку преподавателя, имеющего необходимую профессиональную подготовку в области психологии и ценностное отношение к личностной успешности, самого использующего приемы самоменеджмента на практике.

### Выводы

Таким образом, в рамках адаптационной дисциплины рассматриваются проблемы, имеющие важное практическое значение для дальнейшей самореализации и профессионального становления обучающихся с ОВЗ и инвалидностью: осознание доминирующего эталона жизнедеятельности, сильных и слабых сторон собственной личности, выявление внутреннего потенциала и др. Важно осознать свои ресурсы и превратить их в инструмент достижения цели.

**Таблица 2**

Психолого-педагогические компоненты деятельности преподавателя

ФОРМЫ	МЕТОДЫ	ТЕХНОЛОГИИ	СРЕДСТВА
тренинговые занятия; индивидуальные консультации с обучающимся; организация самостоятельной работы обучающихся	информирование; методы интерактивного обучения (групповые дискуссии, ролевые и деловые игры и др.); рефлексивные методы	коучинг; самоменеджмент; психологическое консультирование	психодиагностический инструментарий; визуальные средства обучения; вербальные средства обучения; технические средства обучения

Алгоритм контроля результатов реализации программы связан с их соотношением с поставленной целью и задачами со стороны преподавателя, а также с самооценкой студентами собственных изменений по итогам проведенной работы.

Мы понимаем, что предлагаемая программа, как и любое психологическое воздействие, может дать быстро проходящий эмоциональный подъем и кратковременный прилив сил, но в то же время те конкретные знания и практические навыки, которые студенты получают в процессе учебных занятий, будут иметь отсроченный результат, который в дальнейшем получит свое воплощение. Поэтому считаем необходимым отслеживать динамику произошедших изменений у обучающихся с течением времени, в том числе после трудоустройства.

На данном этапе мы разрабатываем онлайн-курс, который может быть реализован в условиях дистанционного обучения в техническом университете, а также может быть полезным в рамках сетевого взаимодействия с другими образовательными организациями.

## Список литературы

1. Korzhova E.Yu., Dvoretzskaya M.Y., Kuznetsova E.S., Loschakova A.B. Factor structure of value-semantic and emotional-volitional characteristics of personal success (on the example of students of the Murmansk State Technical University). 5th International Conference «Arctic: History and Modernity». IOP Publishing. 2020. Vol. 539. 012174.
2. Вострикова О.А., Дворецкая М.Я. Эталонный образ успеха // Психология и психотехника. 2014. № 5. С. 538–545.
3. Дворецкая М.Я., Лошачкова А.Б. Образ успешности в современных психологических исследованиях // Интернет-журнал «Мир науки». 2016. Т. 4. № 2. [Электронный ресурс]. URL: <http://mirnauki.com/PDF/09PSMN216.pdf> (дата обращения: 15.01.2021).
4. Методические рекомендации по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенных образовательного процесса (утв. Минобрнауки РФ от 08.04.2014 № АК-44/05вн).
5. Головинская Е.Ю. Универсальный дизайн в образовании. Самара: Современные образовательные технологии, 2019. 79 с.
6. Зверева Н.Ю. Тренинг социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями. СПб.: Речь, 2008. 176 с.
7. Ковалева М.А., Нюренберг В.В., Филиогло Л.Д. Основы самоорганизации. М.: ИНФРА-М, 2018. 358 с.
8. Баева И.А., Волкова Е.Н., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность образовательной среды. М.: Экон-Информ, 2009. 248 с.