

ляют определить основные направления психолого-педагогической коррекции для студентов с негативным представлением о собственной учебной успешности, с целью создания условий для актуализации того уникального индивидуального ресурса, которым они обладают и обеспечения возможности для их созидательной, творческой самореализации в будущей профессиональной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дорфман Л.Я. Индивидуальный эмоциональный стиль как самодеятельность // Психология интегральной индивидуальности: Пермская школа / Сост. Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман, М.Р. Щукин. М.: Смысл, 2011. С. 192-201.

2. Белоус В. В., Боязитова И. В., Зиник И. Н. Интегральная индивидуальность рефлексивного человека. Пятигорск, Из-во ПГЛУ, 2012, 110с.

3. Боязитова И.В., Газиева М.З. Стрессоустойчивость как системообразующий фактор во взаимосвязи разноуровневых свойств интегральной индивидуальности// Вестник Пятигорского государственного лингвистического университета. №1., 2012, с.326-330.

4. Белых Т.В. Структура интегральной индивидуальности студентов с разным уровнем коммуникативной самоэффективности //М: изд-во «Мир науки». – 2015. - 70с.

Кузнецова Л.Э.

ЛИЧНОСТНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ В ПРОЦЕССЕ ТРУДОУСТРОЙСТВА

В современной психологии проблема изучения психологической поддержки личности в трудных жизненных ситуациях становится актуальной. Последние годы наблюдается рост соматически больных людей, имеющих ограничения в здоровье и социальный статус инвалида, нуждающихся в психологической поддержке и психологическом сопровождении с целью активизации адаптационных возможностей и обеспечения успешной социально-психологической адаптации как в профессиональной сфере, так и в личной жизни.

Необходимо учитывать, что в трудной жизненной ситуации регуляция поведения определяется взаимодействием средовых и личностных факторов, что актуализирует исследования адаптивных и дезадаптивных моделей поведения

личности в ситуации инвалидности. Личности, имеющей ограничения в здоровье, намного сложнее трудоустроиться и адаптироваться к требованиям социума, стать успешной, чем психически и соматически здоровому человеку.

Лица с ограниченными возможностями имеют объективные причины, затрудняющие их социально-психологическую адаптацию. Однако они остаются личностями, способными быть сильными и бороться за свою жизнь. Важно понимать, что ведущую роль в развитии и результативности адаптационных процессов играют именно структуры личности, а не сложная жизненная ситуация, которую преодолевает человек.

Личность представляет собой своеобразное психологическое орудие формирования и самостроительства в себе образа успешного человека. Именно из этого личность может выступать в качестве некоего психологического средства, обеспечивающего адаптационные процессы на всем жизненном пути человека.

Важным результатом психологической поддержки людей с ограниченными возможностями является их профессиональное самоопределение, трудоустройство, успешность в построении карьеры и обеспечение материального благополучия.

Трудоустройство инвалидов рассматривается нами как ведущая составляющая их успешной социально-психологической адаптации.

Трудоустройство как социально-психологическую адаптацию личности в профессиональной деятельности можно определить как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности, которая позволяет индивидууму удовлетворять актуальные потребности и реализовывать связанные с ними значимые цели при сохранении психического и физического здоровья, обеспечивая в то же время соответствие психической деятельности человека, его поведения требованиям среды [1].

Особенности социально-психологической адаптации человека в трудных жизненных ситуациях следует рассматривать с точки зрения личностно-ситуационного подхода, в единстве объективного и субъективного аспектов. Первый определяется уровнем объективной сложности ситуации и спецификой травмирующего события. Субъективный аспект отражает специфику индивидуально-психологических, личностных адаптационных возможностей и ресурсов человека [2, с. 193].

На особенности социально-психологической адаптации личности в процессе трудоустройства влияют их личностные особенности, психологическая готовность к преодолению трудных жизненных ситуаций.

Особенности социально-психологической адаптации личности определяются степенью ее зрелости, которая представлена прежде всего в образе «Я». Человек, который чувствует себя уверенно, проявляет жизненную активность и ответственность, способен к сотрудничеству и взаимопониманию, успешно преодолевает трудные жизненные ситуации, в том числе связанные с потерей работы.

Людам с ограниченными возможностями в силу объективных причин намного сложнее устроиться на работу и социализироваться в обществе. Ситуация трудоустройства становится для них стрессовой.

Особенности социально-психологической адаптации людей с ограниченными возможностями в процессе трудоустройства во многом определяются их личностными особенностями, способствующими проявлению психологической беспомощности: неуверенность в себе, сниженный уровень доверия другим людям, повышенная тревожность, пессимистичность, экстернальность, зависимость, избирательная пассивность, уход от решения проблем, недостаток решительности и настойчивости в достижении поставленных целей [3, с. 874].

Несомненно, влияют и социально-экономические характеристики личности: ее возраст, социальный статус, экономическое положение.

Длительность безработицы негативно сказывается на психоэмоциональном состоянии людей с ограниченными возможностями, хотя во многом определяется их жизненной активностью, интернальным локусом контроля. Даже обращаясь за психологической помощью в центры занятости люди с ограниченными возможностями должны принимать ответственность за трудоустройство на себя, выбрать направление переобучения и повышения квалификации.

Люди с ограниченными возможностями испытывают трудности в преодолении трудных жизненных ситуаций. Их личностные и поведенческие ресурсы ослаблены и проявляются в неустойчивой самооценке, коммуникативной некомпетентности, поведенческой ригидности, использование непродуктивных стратегий совладания со стрессом: избегания, приспособления, компенсации, агрессии и др. Происходит нарушение социально-психологической адаптации личности и развитие дезадаптивных процессов: развиваются невротоподобные реакции, депрессивные состояния, обостряются соматические хронические заболевания.

К сожалению, у большинства людей с ограниченными возможностями недостаточно психологических ресурсов для успешной социально-психологической адаптации в ситуации поиска работы и они нуждаются в психологической помощи и поддержке.

Психологическая поддержка – это заданное воздействие на человека в целях коррекции его психического состояния для облегчения процесса трудоустройства и закрепления на новом рабочем месте. Психолог, работающий в службе занятости, вправе разделять различные точки зрения по вопросу реализации конкретных методов диагностики и коррекции состояний людей, ищущих работу и переживающих это событие как стрессогенное. Но на сегодняшний день практика оказания психологической помощи людям, находящимся в поиске работы, разворачивается скорее по типу групповой психотерапии: организовываются группы поддержки, встреч, клубы ищущих работу, клубы обмена опытом по самозанятости и т. п.

Целью исследования стало изучение личностных детерминант повышения социально-психологической адаптации людей с ограниченными возможностями

ми в процессе трудоустройства как основы их психологической поддержки.

Исследование проводилось на базе государственного казенного учреждения Ростовской области «Центра занятости населения города Зверево». Всего выборку составили 50 людей, находящихся в поиске работы, в возрасте от 28 до 40 лет, из них 25 человек – люди с ограниченными возможностями и 25 человек – здоровые люди.

В процессе исследования использовались ряд психодиагностических методик: методика диагностики социально-психологической адаптации личности К. Роджерса и Р. Даймонда, методика «Прогноз» В.В. Бойко, методика «Актуальные эмоциональные состояния» Л.В. Куликова, методика «Диагностика состояния стресса» К. Шрайнер, опросник «Стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях» Н.Г. Осуховой, методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» С. Норманн в адаптации Т.А. Крюковой, личностный опросник FPI, опросник УСК, методика «Мотивация к успеху» Т. Элерса, методы статистической обработки данных.

Проведенное исследование позволило сделать следующие выводы:

Для людей с ограниченными возможностями, находящимися в поиске работы, характерен низкий уровень адаптивности, проявляющийся в неуверенности в себе и сниженном доверии другим людям, внешнем уровне субъективного контроля, пассивности, зависимости, подчинение воли обстоятельств, «уходу» от решения проблем. Преобладает эмоциональный дискомфорт, выражающийся в раздражительности, повышенной тревожности или наоборот апатичности.

Для здоровых людей, находящихся в поиске работы, характерен средний уровень адаптивности, проявляющийся в уверенности в себе, принятии себя и умеренном доверии другим людям; внутреннем локусе контроля, т.е. ориентации на то, что достижение жизненных целей зависит от себя самого, акцентировании личной ответственности и компетентности. Они склонны к доминированию, ориентированы на планомерное решение поставленных задач. Характерно преобладание эмоционального комфорта, выражающегося в уравновешенности эмоциональной сферы и оптимистическом взгляде на будущее.

Для людей с ограниченными возможностями, находящимися в поиске работы, ситуация поиска работы имеет высокий уровень стрессогенности. Характерно снижение нервно-психической устойчивости к стрессу, снижение активности, неуверенность в своих силах, тревожность, повышение эмоциональной возбудимости и фрустрационной напряженности. Эмоциональный тонус, работоспособность низкая, физическое самочувствие неблагоприятное.

Для здоровых людей, находящихся в поиске работы, ситуация поиска работы имеет средний уровень стрессогенности. Наблюдается умеренная нервно-психическая устойчивость к стрессу, активность, уверенность в своих силах, готовность действовать, стремление изменить ситуацию в желаемую сторону, преодолеть трудности. Однако повышение эмоциональной возбудимости приводит к снижению эмоционального тонуса, работоспособности личности, хронической усталости.

У людей с ограниченными возможностями выявлена высокая чувствительность к трудным жизненным ситуациям. В трудных ситуациях они предпочитают использовать стратегию избегания, представляющую усилия человека избавиться от проблемной ситуации, уйти из нее; стратегию поиска социальной поддержки, заключающуюся в усилиях человека найти в обществе информацию, материальную и эмоциональную помощь; стратегию дистанцирования, которая заключается в отделении испытуемого от проблемы, попытке забыть о ней; стратегию противостояния, которая состоит из агрессивных усилий человека изменить ситуацию, проявления неприязни и гнева в отношении того, что создало проблему. Преобладает копинг, ориентированный на избегание и эмоции.

У здоровых людей, находящихся в поиске работы, чувствительность к трудным жизненным ситуациям умеренная. В трудных жизненных ситуациях они используют стратегию планового решения проблемы, заключающуюся в выработке плана действий и следования ему; стратегию самоконтроля, заключающуюся в старании регулировать собственные чувства и действия; стратегию позитивной переоценки. Преобладает копинг, ориентированный на решение задачи.

Проведенное исследование наглядно показало, что людям с ограниченными возможностями в процессе трудоустройства требуется психологическая помощь.

Была разработана программа психологической поддержки для людей с ограниченными возможностями, которая включала в себя проведение индивидуальных психологических консультаций и группового социально-психологического тренинга. Программа социально-психологического тренинга на тему «Поиск работы и успешное построение карьеры» рассчитана на 6 занятий по 2 часа каждое. Использовались такие методы как тематическая дискуссия, ролевая игра, НЛП, символдрама, психогимнастика, фантастико-медитативные техники, арттерапевтические приемы и др.

Психологическая работа с людьми с ограниченными возможностями, способствовала повышению у них уровня социально-психологической адаптации к ситуации поиска работы и снижению ее стрессогенности. Произошло значительное повышение уровня адаптации к ситуации потери работы: повысилась нервно-психическая устойчивость к стрессу, активность, эмоциональный тонус, работоспособность, уверенность в собственных силах, мотивация к успеху, улучшилось физическое самочувствие, снизилась эмоциональная возбудимость. Значительно снизился общий уровень стрессогенности ситуации потери работы.

По результатам проделанной работы 36% людей с ограниченными возможностями трудоустроились.

Таким образом, психологическая поддержка безработных с ограниченными возможностями должна быть направлена на повышение психологической готовности к переживанию стрессовых ситуаций и обеспечение успешной социально-психологической адаптации личности в процессе трудоустройства. Как свидетельствует опыт практической деятельности, без решения личностных проблем людей часто бывает трудно решить и проблему их трудоустройства.

У людей с ограниченными возможностями наблюдается снижение уровня социально-психологической адаптации личности, влияющее на процесс трудоустройства. Снижение уровня социально-психологической адаптации личности людей с ограниченными возможностями обусловлено рядом их эмоционально-личностных особенностей.

Личностными предпосылками снижения социально-психологической адаптации людей с ограниченными возможностями в процессе трудоустройства являются:

1. Низкий уровень мотивации к успеху.
2. Эмоциональная лабильность, раздражительность, импульсивность.
3. Реактивная агрессивность.
4. Неуверенность в себе, застенчивость.
5. Сниженный фон настроения, депрессивность.
6. Экстернальный локус контроля, сниженный уровень ответственности и настойчивости в достижении поставленных целей.
7. Сниженный уровень активности и работоспособности.
8. Чувствительность, обидчивость, зависимость.
9. Сниженная нервно-психическая устойчивость к стрессу.

Психологическая поддержка людей с ограниченными возможностями, направленная на активизацию личностных и поведенческих ресурсов, формирование уверенного поведения, научение и отработку комплекса умений саморегуляции в деятельности поиска работы, стабилизирование эмоционального состояния, способствовала повышению уровня социально-психологической адаптации личности в процессе трудоустройства и успешному поиску работы.

Полученные результаты исследования, программа психологической поддержки людей с ограниченными возможностями, направленная на повышение уровня социально-психологической адаптации личности с целью обеспечения успешного трудоустройства, могут быть использованы социальными психологами центров занятости, профконсультантами в работе с людьми, находящимися в поиске работы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Боровик, В.С. Занятость населения / В.С. Боровик, Е.Е. Ермаков, В.А. Похвоцев. – Ростов н/Д: Феникс, 2001. – 318 с.
2. Кузнецова, Л.Э. Влияние структурной организации отношений на формирование адаптационного потенциала личности / Л.Э. Кузнецова // Гуманитарные и социальные науки: электронный журнал. – № 2. – М.: АПСН СКНЦВШ, 2014. – С. 193-199.
3. Кузнецова Л.Э., Кулешова М.Ю. Личностные проявления психологической беспомощности у детей-инвалидов / Л.Э. Кузнецова, М.Ю. Кулешова // Молодой ученый. – № 23 (103). – Чита: «Издательство молодой ученый», 2015. – С. 873-877.