

**Развитие когнитивных ресурсов у обучающихся с инвалидностью по гуманитарным профессиям**

**Научный руководитель – Блинникова Ирина Владимировна**

***Кошелев Иван Викторович***

*Выпускник (специалист)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра психологии труда и инженерной психологии, Москва, Россия

*E-mail: swammi@mail.ru*

В настоящее время актуальность исследования развития когнитивных ресурсов у работников с инвалидностью, занятых умственным трудом, определяется возможностью повышения их когнитивного функционирования. Основания постановки и решения данной проблемы определяются рядом исследований, свидетельствующих о характерных ограничениях в использовании когнитивных ресурсов [1], о возможностях развития и перераспределения когнитивных ресурсов [2], связи когнитивных ресурсов с аспектами функционального состояния работающего человека [3].

Поиск путей решения проблем, связанных с ограничением и развитием когнитивных ресурсов у обучающихся гуманитарным профессиям с инвалидностью, требует подбора адекватных методических средств и подходов [4, 5]. Мы полагаем, что развитие когнитивных ресурсов должно опираться на системные взгляды о функциональном состоянии [3, 6] и структурно-интегративный подход к его описанию [6], позволяющие связать результативность в решении когнитивных задач с уровнем субъективного комфорта обучающихся с инвалидностью.

Когнитивные ресурсы понимаются как система ментальных средств, определяющих качественные и количественные характеристики познавательной деятельности в актуальный период времени [2]. Уровень субъективного комфорта представляет собой сферу психологических показателей субъективной представленности переживаемых ощущений, эмоциональных реакции, повышающих или понижающих уровень жизнедеятельности при решении прикладных задач [3].

Цель исследования проанализировать сдвиг в эффективности использования когнитивных ресурсов в результате использования развивающего тренинга в сочетании со способами саморегуляции состояния у обучающихся с инвалидностью. Для достижения поставленной цели используются следующие методики:

1. Компьютеризированный психометрический тест функциональной оценки когнитивных ресурсов «PsyCT» – тест «Оперативная память» [2].
2. Компьютеризированный регуляторный тренинг прогрессивного запоминания «R-test: Memory» [7].
3. Сеанс сенсорной репродукции образов [8].
4. Методика оценки уровня субъективного комфорта по опроснику «ИСК» [9].

В исследовании приняли участие получающие в МГПУ среднее профессиональное образование по гуманитарным профессиям педагогического профиля обучающиеся с соматической инвалидностью III-II группы, трудоспособного возраста до 25 лет, 23 девушки, 3 юноши (n = 26). Соматические причины инвалидности означают физические ограничения жизнедеятельности.

Выполнение исследования проводится в несколько этапов с достижением значимых результатов:

на 1 этапе у тестируемых замеряется уровень субъективного комфорта по опроснику «ИСК». Тестируемые выбирают на оценочной шкале 10 биполярных утверждений, соответствующие оценке их текущего состояния. Полученные результаты указывают на низкий уровень субъективного комфорта, плохое самочувствие (38,6 баллов) у тестируемых. Затем тестируемые приступают к выполнению компьютеризированного психометрического теста функциональной оценки когнитивных ресурсов «PsyCT» – тест «Оперативная память». Тестируемым на мониторе ноутбука предъявляются последовательности из пяти цифр. Задача заключается в прибавлении к предъявляемой цифре следующую за ней с запоминанием полученных между цифрами сумм. Результаты теста составляют 60,2 % правильных ответов и 4003 мс время реакции при правильных ответах;

на 2 этапе тестируемые проходят сеанс сенсорной репродукции образов. Тестируемые в течение 10 минут мысленно погружаются в атмосферу психологического комфорта. После чего повторно замеряется уровень субъективного комфорта по опроснику «ИСК». Выявляется повышение уровня субъективного комфорта (42,7 баллов) ( $p \leq 0,03$ ) по анализу общей линейной модели-повторные измерения (SPSS) по сравнению с замером на 1 этапе. Далее тестируемые приступают к выполнению компьютеризированного регуляторного тренинга прогрессивного запоминания «R-test: Memory». От тестируемых требуется последовательного запоминания, удерживая объем информации в рабочей памяти и воспроизведение четырех 16-и позиционных матриц, каждая из которых содержит размещенные в случайном порядке геометрические фигуры (крест, квадрат, круг и т.п.);

на 3 этапе тестируемые вновь выполняют компьютеризированный психометрический тест функциональной оценки когнитивных ресурсов «PsyCT» – тест «Оперативная память» (контрольный замер). Результаты теста составляют 68,8 % правильных ответов ( $p \leq 0,02$ ) и 1905 мс время реакции при правильных ответах ( $p \leq 0,00$ ) по анализу общей линейной модели-повторные измерения (SPSS) по сравнению с замером на 1 этапе.

Таким образом, развитие когнитивных возможностей удается достичь путем когнитивных тренировок при повышении уровня субъективного комфорта.

Данное заключение позволяет сделать следующие выводы:

1. Наличие инвалидности является фактором низкого уровня субъективного комфорта, плохого самочувствия у обучающихся по гуманитарным профессиям.
2. Низкий уровень субъективного комфорта, плохое самочувствие является фактором, ограничивающим использование когнитивных ресурсов у обучающихся с инвалидностью при получении профессии, связанной с умственным трудом.
3. Развитие когнитивных ресурсов удается достичь благодаря устранению факторов низкого уровня субъективного комфорта, плохого самочувствия и использованием когнитивных тренировок.
4. Использование когнитивных ресурсов определяется динамической характеристикой переживаемого функционального состояния у обучающихся с инвалидностью профессии связанных с умственным трудом.

### Источники и литература

- 1) Кошелев И.В. Прогностическая оценка функциональной эффективности когнитивного ресурса лиц с инвалидностью // Вестник МГПУ «Современный колледж», 2022. 4. С. 48-59.
- 2) Блинникова И.В., Капица М.С., Гольцова М.А. Перераспределение когнитивных ресурсов под влиянием эмоционального напряжения у опытных и начинающих профессионалов // Психология саморегуляции: Эволюция подходов и вызовы времени. Под ред. Ю.П. Зинченко, В.И. Моросановой. Нестор-История Москва: 2020. С. 404-435.

- 3) Леонова А.Б. Системная методология анализа механизмов регуляции функциональных состояний работающего человека // Психология саморегуляции: эволюция подходов и вызовы времени / под ред. Ю.П. Зинченко, В.И. Моросановой, 2020. С. 37-64.
- 4) Кошелев И.В., Блинникова И.В. Оценка и развитие когнитивных ресурсов у студентов с инвалидностью // Актуальные проблемы современной психологии образования. Воронеж, 2023. С. 172-176.
- 5) Blasco M., Garda-Galant M., Berenguer-Gonzalez A. et al. Interventions with an Impact on Cognitive Functions in Cerebral Palsy: a Systematic Review. *Neuropsychol Rev.* 2023 Jun;33(2). p. 551-577.
- 6) Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Структурно-интегративный подход к анализу функциональных состояний: история создания и перспективы развития // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2019. 1. с.13-33.
- 7) Рыжов Б.Н. Системная психология. – Москва: МГПУ, 1999. – 276 с.
- 8) Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психологические технологии управления состоянием человека. Москва: Смысл, 2007 - 311 с.
- 9) Леонова А.Б. Психодиагностика функциональных состояний человека..Москва: МГУ, 1984 - 199 с.