

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДНОСТЬЮ

О. А. Денисова, Л. М. Кобрина, О. Л. Леханова, О. А. Кожевникова

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы профилактики эмоционального выгорания родителей, воспитывающих детей с ОВЗ на этапе среднего профессионального образования. Исследование, в котором приняли участие 42 родителя, показало, что большинство из них имеют признаки выраженного эмоционального выгорания. Для родителей характерны высокий уровень невротизации и истощения, низкий уровень психологической комфортности, недостаточно эффективные способы разрешения проблемных ситуаций, низкая фрустрационная толерантность. Профилактика эмоционального выгорания у таких родителей является базой для психологического комфорта в семье и дает возможность совместно с ребенком преодолевать трудные моменты в его жизни.

Ключевые слова: ограниченные возможности здоровья, эмоциональное выгорание, семья детей с ОВЗ, обучающиеся с инвалидностью, профилактика эмоционального выгорания, инклюзивное образование, педагогическая работа с семьей

PEDAGOGICAL WORK TO PREVENT EMOTIONAL BURNOUT IN PARENTS OF STUDENTS WITH DISABILITIES

O. A. Denisova, L. M. Kobrina, O. L. Lekhanova, O. A. Kozhevnikova

Abstract. The article deals with the prevention of emotional burnout of parents raising children with disabilities at the stage of secondary vocational education. The study involved 42 parents and showed that most of them have signs of pronounced emotional burnout. Parents are characterized by a high level of neurotization and exhaustion, low level of psychological comfort, insufficiently effective ways of solving problem situations, and low frustration tolerance. Prevention of emotional burnout in such parents is the basis for psychological comfort in the family and gives an opportunity to overcome difficult moments in their lives together with the child.

Keywords: disability, emotional burnout, family of children with disabilities, students with disabilities, prevention of emotional burnout, inclusive education, pedagogical work with families

Введение

Одной из ключевых задач государства и общества является создание благоприятных условий для социализации и интеграции в общество людей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья (далее — ОВЗ). Это определяет качество их жизни, обеспечивает социальное и психологическое благополучие не только инвалидов, но и членов их семей. В то же время до-

стижение целей социализации инвалидов уже на начальных этапах, этапах первичной социализации в семье, сопряжено со значительными сложностями. Ведь именно в семье детей с ОВЗ концентрируется масса проблем и сложностей, связанных с нагрузкой, которую испытывает семья из-за необходимости решения задач по уходу, лечению и реабилитации детей с ОВЗ. Воспитание детей с инвалидностью и ОВЗ

сопряжено с сильным стрессом для всей семьи и оказывает деформирующее воздействие на психику родителей, нередко вызывает страхи, истерики, депрессивное состояние, чувство одиночества и потерянности (Л. А. Базалева [2], А. П. Кондакова [15], В. В. Ткачева [21], Е. Ю. Шебанец [23] и др.).

Такие проявления рассматриваются в современной науке в едином концептуальном поле психологии стресса и в общих существенных характеристиках эмоционального выгорания человека (В. В. Бойко [5], Л. И. Вассерман, В. А. Абабков, Е. А. Трифонова [9], Н. Е. Водопьянова [10], А. Лэнгле [16], М. М. Скугаревская [18], К. Маслач [24]). Согласно Маслач [24], эмоциональное выгорание рассматривается в качестве трехмерной конструкции, которая включает в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию, редуцирование личных достижений и собственного достоинства. Л. А. Лэнгле [16] считает, что эмоциональное выгорание есть проявление неэкзистенциальной установки по отношению к жизни. Н. Е. Водопьянова [10], М. М. Скугаревская [18], К. Маслач [30] рассматривают синдром выгорания как нарушение ценностно-смысловой регуляции личности, описывая механизмы и признаки эмоционального выгорания, выделяют сопряженные с ним отношения тревожности, фрустрированности, низкой эмоциональной стабильности, угасание интереса, постепенную потерю сочувствия, негативное отношение к своей деятельности и себе. Последствия эмоционального выгорания проявляются как в социальных (общественных), так и в семейных отношениях. Когда выгорание оказывает негативное влияние на взаимоотношения в семье, проявляются его дисфункциональные последствия. Ю. А. Фесенко [22], анализируя роль родителей в возникновении психологической травмы у ребенка с ОВЗ, подчеркивает, что дисфункциональная семья является источником неадаптивного поведения одного или нескольких ее членов. О дисфункциональности семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, пишут и Т. Н. Бразгун, В. В. Ткачева [6]. А. П. Кондакова, Г. Е. Николаева,

Л. М. Максимова [15] выявили, что у родителей, воспитывающих младших школьников с задержкой психического развития (далее — ЗПР), проявляются симптомы эмоционального истощения и деперсонализации, наблюдается тенденция к развитию искаженного типа родительского отношения. В настоящее время и педагоги, и психологи уделяют пристальное внимание психологическому микроклимату в семье, где воспитываются дети с ОВЗ. По мнению Е. Г. Бабич [1], Ю. А. Шебанец [23], родители, которые обращают внимание на свое эмоциональное состояние, могут совладать со стрессом и эмоциями в проблемных ситуациях, более эффективно включаются в жизнь ребенка, могут адекватно воспринимать и оценивать обстоятельства, обеспечивать формирование гармоничной личности ребенка с учетом его и своих индивидуальных особенностей и возможностей здоровья. Л. А. Базалева [2], Л. Н. Молчанова [17] приводят данные о наличии обратной взаимосвязи показателей психического выгорания родителей детей с ОВЗ с состоянием родительской социально-психологической компетентности. Н. В. Бибикина, П. А. Суворова [3], К. А. Бруцкая, С. Б. Лазуренко [7], М. Н. Гуслова, Т. К. Стуре [11] видят прямую зависимость коррекции эмоционального состояния родителей детей с ОВЗ и продолжительностью здоровых отношений в семье такого ребенка.

В изучение эмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с ОВЗ, огромный вклад внесла В. В. Ткачева [20–21], отмечавшая, что процесс адекватного понимания родителями проблем ребенка (его дефекта, адаптации, будущего трудоустройства и личной жизни) становится возможным лишь в случае нейтрализации или снижения степени выраженности фрустрирующего воздействия эмоционального стресса, в котором находятся родители. В. З. Кантор, Н. В. Немирова, А. С. Филатов [14] отмечают, что именно родительское видение проблем ребенка предопределяет его реабилитационный потенциал.

Представленный обзор позволяет сделать вывод о том, что профилактика эмоционального выгорания у родителей, воспитываю-

щих детей с ограниченными возможностями здоровья, необходима. Такие семьи нуждаются в психолого-педагогическом сопровождении, суть которого заключается в оказании помощи в овладении способами взаимодействия родителей с ребенком с ОВЗ, приемами и методами семейного воспитания, и в формировании у родителей активной жизненной позиции и адекватного восприятия своего ребенка, а также во включении родителей в жизнь ребенка.

Несмотря на столь активное внимание ученых к проблемам семей, имеющих детей с отклонениями в развитии, вопросы диагностики и оказания помощи родителям в вопросах профилактики их эмоционального выгорания по-прежнему не решены в полном объеме и нуждаются в дальнейшей разработке. Не раскрыты вопросы об эмоциональном состоянии родителей детей с ОВЗ и инвалидностью на этапе взросления последних, когда от позиции родителей зависит выбор образовательного маршрута и траектории профессионального становления молодого человека с инвалидностью. В то же время эмоциональное состояние родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью на этапе получения профессионального образования является базой для психологического комфорта ребенка и дает возможность родителям преодолевать трудные моменты жизни их ребенка вместе с ним (Е. С. Бирюков, В. Н. Козлов, Д. Ф. Романенкова, Е. И. Салганова [4]; В. З. Кантор, А. П. Антропов, Т. Г. Гдалина [13]; И. А. Букина, Т. В. Гудина, О. А. Денисова, О. Л. Леханова [8], [12]; Е. М. Старобина [19]).

Скорее всего, в случае отсутствия системной помощи по профилактике и преодолению эмоционального выгорания родителей детей с ОВЗ и инвалидностью к моменту достижения детьми периода обучения по профессии родители подойдут к этому жизненному этапу детей эмоционально разбалансированными, истощенными, выгоревшими. Несмотря на вхождение в этап взросления, дети с ОВЗ и инвалидностью крайне привязаны к родителям, состояние которых имеет колоссаль-

ное значение для психологического комфорта детей, их успешной адаптации, социализации и интеграции в социум. В целом профилактика эмоционального выгорания у родителей, воспитывающих детей с ОВЗ и инвалидностью, необходима. Однако данных о сопровождении таких семей с целью профилактики их эмоционального выгорания недостаточно.

Материалы и методы

С учетом выявленного противоречия между значимостью эмоционального состояния родителей для социализации детей с ОВЗ и отсутствием системных данных о характеристиках выраженности эмоционального выгорания родителей лиц с ОВЗ и инвалидностью на этапе получения детьми с ОВЗ профессии, а также о возможностях работы по профилактике эмоционального выгорания родителей нами было организовано и проведено исследование.

Проблема исследования заключалась в определении специфики работы по профилактике эмоционального выгорания родителей, воспитывающих детей с ОВЗ на этапе среднего профессионального образования (далее — СПО).

Цель данной работы заключалась в выявлении особенностей проявления эмоционального выгорания родителей, воспитывающих детей с ОВЗ на этапе получения ими среднего профессионального образования, а также в разработке и реализации комплекса мер по профилактике эмоционального выгорания родителей, воспитывающих детей с ОВЗ на этапе получения детьми среднего профессионального образования.

Гипотеза исследования состояла том, что родители, воспитывающие детей с ОВЗ, характеризуются низким уровнем психологической комфортности, недостаточно эффективными способами разрешения проблемных ситуаций, низкой фрустрационной толерантностью. Это обуславливает необходимость реализации комплекса мер по профилактике эмоционального выгорания родителей. Профилактика эмоционального выгорания родителей, воспитывающих детей

с ОВЗ на этапе получения СПО, станет эффективной, если будет разработано и реализовано дифференцированное содержание работы с родителями, учитывающее индивидуальные особенности и степень выраженности эмоционального выгорания.

В данном исследовании были использованы следующие методы: 1) теоретические (теоретический анализ проблемы исследования, обобщение и систематизация научных представлений по проблеме исследования); 2) эмпирические методы (педагогический эксперимент, анкетирование, тестирование, качественный и количественный анализ эмпирических данных); 3) статистические. Методики констатирующего эксперимента включали: 1) методика определения психологического типа «Психологический тип родителя» (В. В. Ткачева [20]); 2) методика диагностики уровня невротизации (Л. И. Вассерман [9]); 3) методика диагностики уровня эмоционального выгорания (В. В. Бойко [5]); 4) анкета на определение потребности в профилактике эмоционального выгорания.

Исследование проводилось в 2021–2023 годах на базе БПОУ Вологодской области «Череповецкий лесомеханический техникум им. В. П. Чкалова». В эксперименте приняли

участие 42 человека (родители студентов с инвалидностью). Формирующий эксперимент был направлен на реализацию работы по профилактике эмоционального выгорания родителей, воспитывающих детей с ОВЗ на этапе среднего профессионального образования. Он проводился в течение 24 недель (октябрь 2022 года — апрель 2023 года) на базе БПОУ Вологодской области «Череповецкий лесомеханический техникум им. В. П. Чкалова» совместно с педагогом-психологом образовательной организации. Контрольный эксперимент проходил в мае 2023 г. У всех родителей дети имели статус «ребенок-инвалид», их возраст колебался от 16 до 18 лет.

Результаты

Анализ результатов позволил получить количественные и качественные данные по проблеме исследования. На рисунке 1 отражены показатели оценки уровня невротизации родителей, типологии их поведения и фазы эмоционального выгорания.

Оценивая типы родительского поведения, мы пришли к выводу, что большая часть из них относится к невротическому (в небольшом преобладании) и авторитарному. Родители, которые были отнесены к невро-

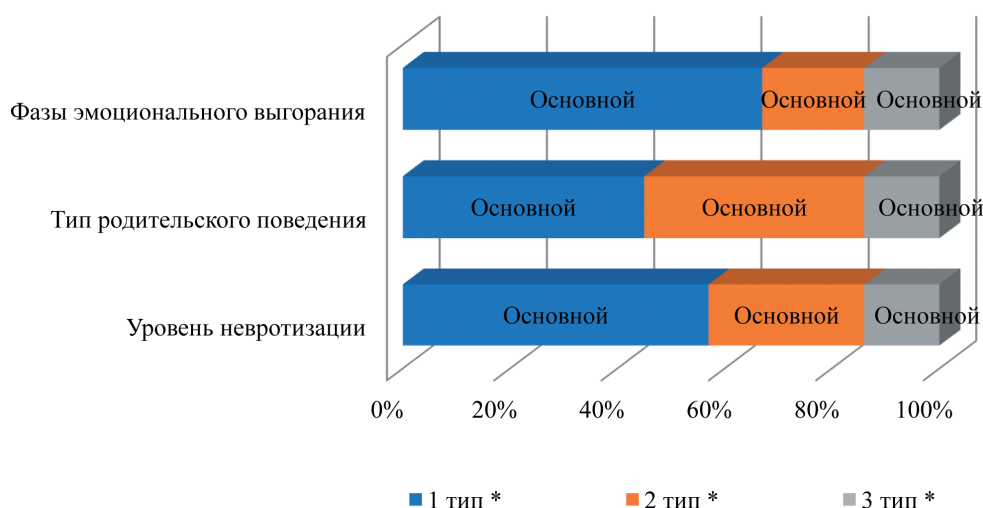


Рис. 1. Выраженность характеристик эмоционального выгорания родителей студентов с инвалидностью (в %)*

* — фазы эмоционального выгорания: 1 тип — истощение, 2 тип — резистенция, 3 тип — напряжение. Тип родительского поведения: 1 тип — невротичный, 2 тип — авторитарный, 3 тип — психосоматический. Уровень невротизации: 1 тип — высокий, 2 тип — средний, 3 тип — низкий

Fig. 1. Expression of characteristics of emotional burnout in parents of students with disabilities (%)

тическому типу, демонстрировали пассивную личностную позицию, часто оправдывали собственную бездеятельность в отношении развития ребенка, а также непонимание того, что некоторые недостатки, которые у него возникают, вторичны и являются результатом уже не биологического дефекта, а собственной личностной несостоятельности. Нередко семьи, желая оградить ребенка от всех проблем, в том числе и от тех, которые он может решить сам и обойтись собственными силами, были чересчур вовлечены в учебный процесс, демонстрировали желание проконтролировать все стороны жизни ребенка. В ходе проведения диагностики постоянно присутствовал тревожный фон настроения, наличие излишних опасений. Родители авторитарного типа проявляли активную жизненную позицию, стремление и желание руководствоваться своими собственными убеждениями, часто демонстрировали неумение сдерживать свой гнев и раздражение, контроль над импульсивностью собственных поступков отсутствовал. Эти родители проявляли склонность к участию в ссорах и скандалах. Также отмечались периодическая холодность и отстраненность от эмоциональных проблем ребенка, неравномерный характер применения воспитательных мер с допустимостью физического наказания и эмоционального отвержения. Для матерей было свойственно чувство собственной неполноценности, затрудненность в общении, социальная робость и зависимость от мнения окружающих.

Анализ результатов констатирующего эксперимента показал, что большая часть родителей, воспитывающих детей с ОВЗ на этапе получения СПО, находятся в фазе истощения с большим процентным отрывом от тех, которые продемонстрировали фазу напряжения и резистенции. Они демонстрируют высокую выраженную эмоциональную возбудимость, негативные переживания. Чаще всего они проявляют безынициативность, которая формирует переживания, связанные с неудовлетворенностью желаний. Большая часть родителей морально истощены, исчерпаны их эмоциональные, физические и энергетические ресурсы. Их эмоциональное выгорание проявляется в низком уровне психологической комфортности, в недостаточно эффективных способах разрешения проблемных ситуаций, в низкой фрустрационной толерантности. Родители с трудом переносят трудности, связанные с наличием у детей ОВЗ, редко испытывают радость по поводу ребенка, не могут приспособиться к ситуации обучения ребенка в учреждении СПО и его новой социальной роли студента. Опрашиваемые респонденты часто были демотивированы, демонстрировали личностную отстраненность и проявления психосоматических нарушений.

Анализ соотношения фазы эмоционального выгорания с уровнем невротизации и типом родительского поведения студентов с инвалидностью (табл. 1), показал, что фаза эмоционального выгорания напрямую

Таблица 1

Соотношение фазы эмоционального выгорания с уровнем невротизации и типом родительского поведения студентов с инвалидностью (в %)

Table 1

Relationship of emotional burnout stage with neurotization level and parental behavior type in parents of students with disabilities (%)

| Фаза эмоционального выгорания | Тип родительского поведения | | | Уровень невротизации | | |
|-------------------------------|-----------------------------|-------------------|---------------|----------------------|---------|--------|
| | невротич-ный | психосоматический | авторитар-ный | высокий | средний | низкий |
| Фаза истощения | 31 | 0 | 36 | 57 | 10 | 0 |
| фаза резистенции | 14 | 0 | 5 | 0 | 19 | 0 |
| фаза напряжения | 0 | 14 | 0 | 0 | 0 | 14 |

соотносится с уровнем невротизации личности родителей студентов с инвалидностью и типом родительского поведения.

Как видно из таблицы 1, чем выше уровень невротизации, тем более выражено эмоциональное выгорание. Фаза истощения наиболее соотносима с высоким уровнем невротизации, фаза резистенции — со средним уровнем, фаза напряжения — с низким уровнем невротизации. С точки зрения соотношения типа родительского поведения и фазы эмоционального выгорания наименее благоприятным оказался авторитарный тип родителя.

Оценка субъективного осознания родителями студентов с инвалидностью потребности в профилактике эмоционального выгорания соотношение данного показателя с другими исследуемыми показателями позволила определить, что наиболее тесная связь данной характеристики с уровнем невротизации. Чем выше был уровень невротизации родителей, тем меньше осознается ими потребность в профилактике эмоционального выгорания. Оценка факторов, влияющих на степень выраженности осознанной потребности в эмоциональном выгорании, показала, что наиболее выражено желание улучшить эмоциональное состояние у женщин в возрасте 35–40 лет, имеющих высшее образование и полную занятость. Наименее осознают данную потребность мужчины, женщины после 41–45 лет, имеющие среднее образование, малый трудовой стаж или риски увольнения. И в полных, и в неполных семьях профилактика эмоционального выгорания оценивалась как необходимый ресурс, а увеличение дохода семьи напрямую коррелируется с увеличением степени выраженности потребности в профилактике эмоционального выгорания.

Общий уровень потребности в профилактике эмоционального выгорания у родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, характеризуется как средний уровень (67%), и это дает основания полагать, что у родителей нет четко сформированного понимания высокой

значимости своего психоэмоционального состояния для обеспечения качества жизни их детей. Внимание большей части родителей из них обращено в сторону бытовых, финансовых, медицинских вопросов, уделяя вниманием проявление эмоционального выгорания и свое психоэмоциональное здоровье.

С целью профилактики эмоционального выгорания родителей нами был проведен формирующий эксперимент. В него были в приоритетном порядке включены родители, имеющие высокий уровень невротизации, находящиеся в стадии истощения как фазы эмоционального выгорания, а также имеющие низкий уровень осознаваемости потребности в работе по профилактике эмоционального выгорания.

В ходе проектирования и реализации работы по профилактике эмоционального выгорания была определена цель работы, выделены задачи, направления, содержание и особенности работы; разработан план; определены основные принципы, правила и условия реализации эксперимента. Профилактика эмоционального выгорания и психологическая помощь включала в себя следующие направления:

- 1) физическая направленность: освоение родителями разных способов снятия напряжения и различных способов саморегуляции;
- 2) психологическая направленность: освоение родителями разных способов преодоления негативных стереотипов эмоционального реагирования через развитие творческого подхода к себе и своим эмоциям, формирование нестандартных подходов к стандартной ситуации, а также восстановление смысла своих действий и развитие навыков рефлексии через получение обратной связи и комментариев о своей деятельности;
- 3) социальная направленность: освоение родителями умения общаться с людьми через взаимодействие и взаимообмен информацией, тренинг эффективного взаимодействия.

В ходе формирующего эксперимента родители учились:

- оказывать помощь себе самому и обращаться к специалистам, когда это необходимо;
- объективно оценивать свое состояние и своевременно обращать внимание на появляющиеся проблемы;
- рассчитывать и обдуманно распределять нагрузки; не боятся делить нагрузку как эмоциональную, так и физическую с окружающими;
- проще относиться к конфликтам, особенно мелким и не принципиальным;
- стараться не фокусироваться на неудачах, понимая, что это временная ситуация;
- знать свои особенности, чтобы уметь переключаться с одного вида деятельности на другой;
- понимать, какой из видов деятельности является наиболее эффективным в возобновлении внутреннего баланса;
- осознавать свои модели поведения и менять их на более эффективные и менее разрушающие;
- определить для себя ту модель поведения, стремясь к которой наступает состояние эмоционального равновесия.

Формирующий эксперимент показал, что начальные этапы работы должны быть направлены на снижение уровня невротизации родителей. Это позволит формировать у них возможность оценивать с должной степенью объективности свое состояние, а далее — понимать, насколько важно обратить внимание на присутствие эмоционального выгорания в их жизни, а также ощутить потребность в его профилактике.

Результаты контрольного эксперимента позволили определить влияние проведенной работы на проявления эмоционального выгорания у родителей студентов с инвалидностью. Как показали сравнительные результаты, наибольшая динамика проявилась в показателях уровня невротизации родителей, фазе их эмоционального выгорания и уровня

осознания потребности в профилактике эмоционального выгорания (см. рис. 2). Нами отмечены статистически значимые различия по данным констатирующего и контрольного эксперимента ($r = 0,77$, значимо при $p \leq 0,01$).

Наиболее высокие ранги (9.5 ранг) в условиях контрольно-оценочного эксперимента получили ответы на такие вопросы: «Готовы ли вы признать, что профилактика эмоционального выгорания должна проводится в каждой семье?» и «Согласны ли вы с тем, что психологическое сопровождение семей необходимо начинать с момента получения информации о наличии у ребенка ОВЗ?» и «Готовы ли вы признать, что работа над эмоциональным состоянием родителей также важна, как и работа над получением образования ребенка?». Родители стали более расположены к общению и совместной работе с психологом. Потребность в профилактике эмоционального выгорания выросла. Финальное тестирование свидетельствует о том, что родители, которые показали высокий уровень потребности к профилактике эмоционального выгорания, также показали и высокий уровень нацеленности на обучение их ребенка и на достижение им независимой и самостоятельной жизни. Родители отмечали снижение уровня депрессивности, стали более спокойно относиться к тем обстоятельствам, которые не могут изменить на сегодняшний день, и наоборот, стали более активны там, где их действия могут положительно повлиять на профессиональную ориентацию ребенка.

Таким образом, потребность в профилактике эмоционального выгорания родителей, воспитывающих детей с ОВЗ на этапе получения среднего профессионального образования, повысилась, а уровень невротизации и эмоционального выгорания снизился. Полученные данные доказывают эффективность и целесообразность профилактики эмоционального выгорания у родителей студентов с инвалидностью.

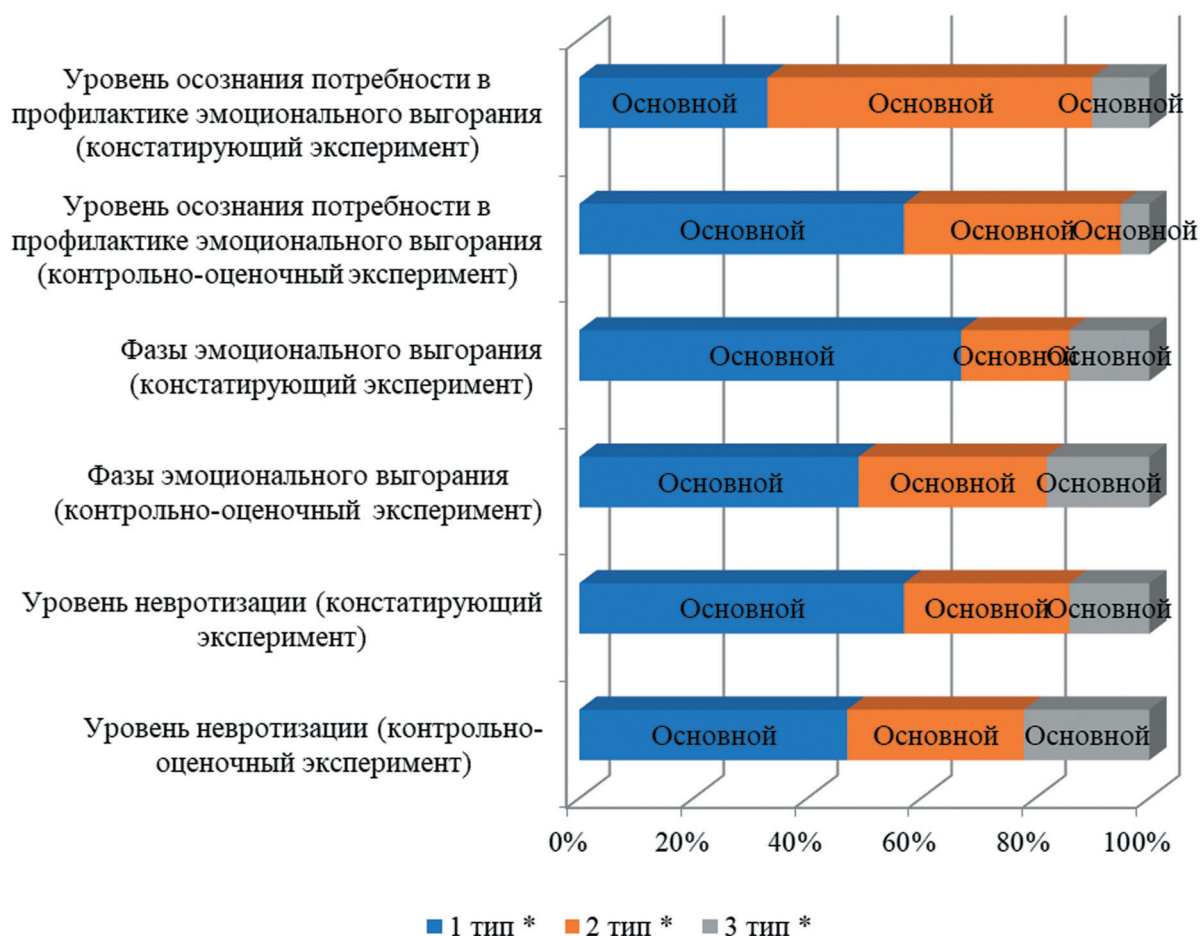


Рис. 2. Выраженность характеристик эмоционального выгорания родителей студентов с инвалидностью на этапе контрольного эксперимента (в %)*

* — фазы эмоционального выгорания: 1 тип — истощение; 2 тип — резистенция; 3 тип — напряжение. Тип родительского поведения: 1 тип — невротичный; 2 тип — авторитарный; 3 тип — психосоматический. Уровень невротизации: 1 тип — высокий; 2 тип — средний; 3 тип — низкий

Fig. 2. Expression of characteristics of emotional burnout in parents of students with disabilities at the stage of control experiment (%)

Выводы

В проведенном исследовании проблема профилактики эмоционального выгорания у родителей с ОВЗ приобрела теоретическую значимость и нашла конкретное практическое решение: были уточнены данные о специфике семей, воспитывающих детей с ОВЗ и инвалидностью; получены результаты исследования, позволяющие расширить научно-методические основы профилактики эмоционального выгорания у родителей, воспитывающих детей с ОВЗ; уточнены

и конкретизированы содержательные характеристики эмоционального выгорания у родителей студентов с инвалидностью. В ходе исследования было доказано, что эмоциональное выгорание родителей студентов с инвалидностью напрямую взаимосвязано с уровнем невротизации и типом родительского поведения. Выявлено, что осознанная потребность в профилактике эмоционального выгорания зависит от уровня дохода семьи, образования и возраста родителей. Также доказано, что фазы эмоционального выгорания носят обратимый характер и на них

может повлиять работа в трех направлениях — физическом, психологическом, социальном. Также было доказано, что профилактика эмоционального выгорания — это неотъемлемая часть образовательного процесса на этапе получения детьми с инвалидностью и ОВЗ среднего профессионального образования. Реализованный формирующий эксперимент доказал, что профилактика эмоционального выгорания позволяет оказать позитивное воздействие на повышение уровня психологической комфортности родителей, позволяет им расширить репертуар поведенческих моделей для разрешения проблемных ситуаций, оказывает положительное влияние на повышение фрустрационной толерантности.

Таким образом, эмоциональное выгорание родителей студентов с инвалидностью проявляется в низком уровне их психологической комфортности, в недостаточно эффективных способах разрешения проблемных ситуаций, в низкой фрустрационной толерантности. Эмоциональное выгорание родителей, воспитывающих детей с ОВЗ

на этапе получения среднего профессионального образования требует осуществления комплексной коррекционно-психологической работы. Осуществление работы, по профилактике эмоционального выгорания позволяет предупредить развитие депрессивных состояний у родителей и не допустить их эмоционального истощения.

Проведенное исследование подтверждает основные теоретико-экспериментальные данные и уточняет сведения о наличии специфики семей, воспитывающих детей с ОВЗ. В ходе эксперимента уточнены и конкретизированы содержательные характеристики эмоционального выгорания у родителей студентов с инвалидностью, показана взаимосвязь эмоционального выгорания с уровнем невротизации и типом родительского поведения.

Разработанные в ходе исследования приемы и методы работы могут быть использованы специалистами служб сопровождения учреждений среднего профессионального и высшего образования, а также родителями в работе над эмоциональным выгоранием.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бабич Е. Г. Семья, воспитывающая ребенка-инвалида: жизненные трудности и совладание с ними // Социальная политика и социология. 2011. № 2 (68). С. 267–275.
2. Базалева Л. А., Смирнова А. А. Личностные факторы эмоционального «выгорания» матерей // Европейский журнал социальных наук. 2014. № 2-1 (41). С. 378–384.
3. Бибикова Н. В., Суворова П. А. Социально-психологическая помощь семьям с детьми с ограниченными возможностями здоровья // Социальная политика и социальное партнерство. 2023. № 6. С. 327–339. <https://doi.org/10.33920/pol-01-2306-01>
4. Бирюков Е. С., Козлов В. Н., Романенкова Д. Ф., Салганова Е. И. Образовательные потребности абитуриентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья как фактор их адаптации в трансформирующемся обществе // Известия Уральского федерального университета. Серия 3: Общественные науки. 2019. Т. 14. № 2 (188). С. 21–39.
5. Бойко В. В. Психоэнергетика. СПб.: Питер, 2008. 416 с.
6. Бразгун Т. Н., Ткачева В. В. К проблеме дисфункциональности семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья // Системная психология и социология. 2018. № 3 (27). С. 84–98.
7. Бруцкая К. А., Лазуренко С. Б. Практики включения родителей и прародителей в образование детей с ОВЗ: отечественный и зарубежный опыт инклюзии // Известия Российского государственного педагогического университета имени А. И. Герцена. 2022. № 206. С. 133–145. <https://www.doi.org/10.33910/1992-6464-2022-206-133-145>
8. Букина И. А., Гудина Т. В., Денисова О. А., Леханова О. Л. Построение профессиональной траектории развития лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в Вологодской области // Вестник Череповецкого государственного университета. 2022. № 6 (111). С. 229–242. <https://doi.org/10.23859/1994-0637-2022-6-111-19>

9. *Вассерман Л. И., Абабков В. А., Трифонова Е. А.* Совладание со стрессом: теория и психодиагностика. СПб.: Речь, 2010. 191 с.
10. *Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2005. 336 с.
11. *Гуслова М. Н., Стуре Т. К.* Психологическое изучение матерей, воспитывающих детей-инвалидов // Дефектология. 2003. № 6. С. 28–31.
12. *Денисова О. А., Леханова О. Л.* Взаимодействие в инклюзивной образовательной среде как условие социально-педагогической поддержки детей и молодежи с ограниченными возможностями // Социально-педагогическая поддержка лиц с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика: Сборник статей по материалам V Международной научно-практической конференции, Ялта, 20–22 мая 2021 года. Симферополь: Ариал, 2021. С. 70–74.
13. *Кантор В. З., Антропов А. П., Гдалина Т. Г.* Старшие школьники с инвалидностью и выбор профессионально-образовательного маршрута: мотивационно-потребностные аспекты обучения в вузе // Психологическая наука и образование. 2018. Т. 23. № 2. С. 42–49. <https://doi.org/10.17759/pse.2018230205>
14. *Кантор В. З., Немирова Н. В., Филатов А. С.* Дети с нарушениями в развитии как целевая группа психолого-педагогической реабилитации: ограничения жизнедеятельности в оценках родителей // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2023. № 2. С. 114–141.
15. *Кондакова А. П., Николаева Г. Е., Максимова Л. М.* Родительское отношение и проявление родительского выгорания в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ // Обзор педагогических исследований. 2023. Т. 5. № 2. С. 17–22.
16. *Лэнгле А.* Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа // Вопросы психологии. 2008. № 2. С. 3–16.
17. *Молчанова Л. Н., Стулова А. В.* Социально-психологическая компетентность как фактор возникновения и преодоления психического выгорания матерей, работающих и воспитывающих детей с нарушениями слуха // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. 2021. Т. 11. № 4. С. 189–201.
18. *Скугаревская М. М.* Синдром эмоционального выгорания: личностные особенности у работников сферы психического здоровья // Белорусский медицинский журнал. 2002. № 2 (2). С. 93–96.
19. *Старобина Е. М.* Проблемы трудоустройства выпускников профессиональных образовательных организаций с инвалидностью // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2022. № 2. С. 436–447. https://doi.org/10.35231/18186653_2022_2_436
20. *Ткачева В. В.* Технологии психологического изучения семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии. М.: Психология, 2006. 320 с.
21. *Ткачева В. В.* Этапы травмирования семьи ребенка с нарушениями развития // Дефектология. 2021. № 2. С. 3–13.
22. *Фесенко Ю. А.* Психология современной семьи и семья как источник психологической травмы ребенка с ограниченными возможностями здоровья (современная трактовка взглядов великих предшественников) // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2023. № 2. С. 85–99.
23. *Шебанец Е. Ю., Хатун Ф. Р.* Ребенок-инвалид как отягчающий фактор положения женщины-матери в семье: психолого-педагогический аспект // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2015. № 4 (169). С. 125–129.
24. *Maslach C.* The client role in staff burn-out // Journal of Social Issues. 1978. Vol. 34. No. 4. P. 111–124.

REFERENCES

1. *Babich E. G.* Sem'ya, vospityvayushchaya rebenka-invalida: zhiznennye trudnosti i sovladanie s nimi // Sotsial'naya politika i sotsiologiya. 2011. № 2 (68). S. 267–275.
2. *Bazaleva L. A., Smirnova A. A.* Lichnostnye faktory emotsional'nogo "vygoraniya" materej // Evropejskij zhurnal sotsial'nykh nauk. 2014. № 2-1 (41). S. 378–384.
3. *Bibikova N. V., Suvorova P. A.* Sotsial'no-psikhologicheskaya pomoshch' sem'yam s det'mi s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya // Sotsial'naya politika i sotsial'noe partnerstvo. 2023. № 6. S. 327–339. <https://doi.org/10.33920/pol-01-2306-01>

4. *Biryukov E. S., Kozlov V. N., Romanenkova D. F., Salganova E. I.* Obrazovatel'nye potrebnosti abiturientov s invalidnost'yu i ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya kak faktor ikh adaptatsii v transformiruyushchemsya obshchestve // *Izvestiya Ural'skogo federal'nogo universiteta. Seriya 3: Obshchestvennye nauki.* 2019. T. 14. № 2 (188). S. 21–39.
5. *Bojko V. V.* Psikhоenergetika. SPb.: Piter, 2008. 416 s.
6. *Brazgun T. N., Tkacheva V. V.* K probleme disfunktsional'nosti semej, vospityvayushchikh detej s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya // *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya.* 2018. № 3 (27). S. 84–98.
7. *Brutskaya K. A., Lazurenko S. B.* Praktiki vklucheniya roditel'ej i praroditel'ej v obrazovanie detej s OVZ: otechestvennyj i zarubezhnyj opyt inklyuzii // *Izvestiya Rossijskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta imeni A. I. Gertsena.* 2022. № 206. S. 133–145. <https://www.doi.org/10.33910/1992-6464-2022-206-133-145>
8. *Bukina I. A., Gudina T. V., Denisova O. A., Lekhanova O. L.* Postroenie professional'noj traektorii razvitiya lits s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya i invalidnost'yu v Vologodskoj oblasti // *Vestnik Cherepovetskogo gosudarstvennogo universiteta.* 2022. № 6 (111). S. 229–242. <https://doi.org/10.23859/1994-0637-2022-6-111-19>
9. *Vasserman L. I., Ababkov V. A., Trifonova E. A.* Sovladanie so stressom: teoriya i psikhodiagnostika. SPb.: Rech', 2010. 191 s.
10. *Vodop'yanova N. E., Starchenkova E. S.* Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika. SPb.: Piter, 2005. 336 s.
11. *Guslova M. N., Sture T. K.* Psikhologicheskoe izuchenie materej, vospityvayushchikh detej-invalidov // *Defektologiya.* 2003. № 6. S. 28–31.
12. *Denisova O. A., Lekhanova O. L.* Vzaimodejstvie v inklyuzivnoj obrazovatel'noj srede kak uslovie sotsial'no-pedagogicheskoy podderzhki detej i molodezhi s ogranichennymi vozmozhnostyami // *Sotsial'no-pedagogicheskaya podderzhka lits s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya: teoriya i praktika: Sbornik statej po materialam V Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii, Yalta, 20–22 maya 2021 goda.* Simferopol': Arial, 2021. S. 70–74.
13. *Kantor V. Z., Antropov A. P., Gdalina T. G.* Starshie shkol'niki s invalidnost'yu i vybor professional'no-obrazovatel'nogo marshruta: motivatsionno-potrebnostnye aspekty obucheniya v vuze // *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie.* 2018. T. 23. № 2. S. 42–49. <https://doi.org/10.17759/pse.2018230205>
14. *Kantor V. Z., Nemirova N. V., Filatov A. S.* Deti s narusheniyami v razvitii kak tselevaya gruppa psikhologo-pedagogicheskoy reabilitatsii: ogranicheniya zhiznedeyatel'nosti v otsenkakh roditel'ej // *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta im. A. S. Pushkina.* 2023. № 2. S. 114–141.
15. *Kondakova A. P., Nikolaeva G. E., Maksimova L. M.* Roditel'skoe otnoshenie i proyavlenie roditel'skogo vygoraniya v sem'yakh, vospityvayushchikh detej s OVZ // *Obzor pedagogicheskikh issledovanij.* 2023. T. 5. № 2. S. 17–22.
16. *Lengle A.* Emotsional'noe vygoranie s pozitsij ekzistentsial'nogo analiza // *Voprosy psikhologii.* 2008. № 2. S. 3–16.
17. *Molchanova L. N., Stulova A. V.* Sotsial'no-psikhologicheskaya kompetentnost' kak faktor vzniknoveniya i preodoleniya psikhicheskogo vygoraniya materej, rabotayushchikh i vospityvayushchikh detej s narusheniyami slukha // *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika.* 2021. T. 11. № 4. S. 189–201.
18. *Skugarevskaya M. M.* Sindrom emotsional'nogo vygoraniya: lichnostnye osobennosti u rabotnikov sfery psikhicheskogo zdorov'ya // *Belorusskij meditsinskij zhurnal.* 2002. № 2 (2). S. 93–96.
19. *Starobina E. M.* Problemy trudoustrojstva vypusknikov professional'nykh obrazovatel'nykh organizatsij s invalidnost'yu // *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta im. A. S. Pushkina.* 2022. № 2. S. 436–447. https://doi.org/10.35231/18186653_2022_2_436
20. *Tkacheva V. V.* Tekhnologii psikhologicheskogo izucheniya semej, vospityvayushchikh detej s otkloneniyami v razvitii. M.: Psikhologiya, 2006. 320 s.
21. *Tkacheva V. V.* Etapy travmirovaniya sem'i rebenka s narusheniyami razvitiya // *Defektologiya.* 2021. № 2. S. 3–13.
22. *Fesenko Yu. A.* Psikhologiya sovremennoj sem'i i sem'ya kak istochnik psikhologicheskoy travmy rebenka s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya (sovremennaya traktovka vzglyadov velikikh predshestvennikov) // *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta im. A. S. Pushkina.* 2023. № 2. S. 85–99.
23. *Shebanets E. Yu., Khatit F. R.* Rebenok-invalid kak otyagchayushchij faktor polozheniya zhenshchinymateri v sem'e: psikhologo-pedagogicheskij aspekt // *Vestnik Adygejskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 3: Pedagogika i psikhologiya.* 2015. № 4 (169). S. 125–129.
24. *Maslach C.* The client role in staff burn-out // *Journal of Social Issues.* 1978. Vol. 34. No. 4. P. 111–124.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

ДЕНИСОВА Ольга Александровна — *Olga A. Denisova*

Череповецкий государственный университет, Череповец, Россия.

Cherepovets State University, Cherepovets, Russia.

SPIN-код: [4995-5571](#), Scopus AuthorID: [57190430951](#), ORCID: [0000-0002-0236-9181](#), e-mail: denisova@inbox.ru

Доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой дефектологического образования.

КОБРИНА Лариса Михайловна — *Larisa M. Kobrina*

Ленинградский государственный университет имени А. С. Пушкина, Санкт-Петербург, Россия.

Pushkin Leningrad State University, Saint Petersburg, Russia.

SPIN-код: [5277-5928](#), Scopus AuthorID: [57204812565](#), ORCID: [0000-0002-2019-8603](#), e-mail: kobrina@mail.ru

Доктор педагогических наук, профессор, проректор по научной работе.

ЛЕХАНОВА Ольга Леонидовна — *Olga L. Lekhanova*

Череповецкий государственный университет, Череповец, Россия.

Cherepovets State University, Cherepovets, Russia.

SPIN-код: [9798-3681](#), Scopus AuthorID: [57192069149](#), ORCID: [0000-0002-0882-4632](#), e-mail: lehanovao@mail.ru

Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры дефектологического образования.

КОЖЕВНИКОВА Оксана Анатольевна — *Oksana A. Kozhevnikova*

Череповецкий государственный университет, Череповец, Россия.

Cherepovets State University, Cherepovets, Russia.

ORCID: [0009-0006-8803-4361](#), e-mail: okozhevnikova35@mail.ru

Магистр педагогики.

Научный руководитель: Леханова Ольга Леонидовна, Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры дефектологического образования ЧГУ.

Поступила в редакцию: 19 июля 2023.

Прошла рецензирование: 13 августа 2023.

Принята к печати: 15 сентября 2023.