

*Нерсесян Кристина Сергеевна*

студентка

*Алов Александр Сергеевич*

студент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный

педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

## **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СЕМЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО В УСЛОВИЯХ ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ**

*Аннотация:* в статье рассматривается актуальная проблема оказания психолого-педагогической поддержки семьям военнослужащих, участвующих в специальной военной операции, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Описывается система многопрофильного сопровождения, направленного на детей, родителей и педагогов. Особое внимание уделяется необходимости разработки комплексных программ помощи, включающих как проверенные отечественные практики, так и адаптированные зарубежные методики.

*Ключевые слова:* психолого-педагогическое сопровождение, трудная жизненная ситуация, специальная военная операция, семьи участников специальной военной операции, дети военнослужащих.

Понятие «трудная жизненная ситуация» является комплексным и включает в себя обстоятельства, возникающие в жизни человека как в контексте глобальных событий, так и в рамках проблем, затрагивающих малые группы людей или отдельного индивида. В современном мире, характеризующемся высокой социальной динамикой и глобальной нестабильностью, семьи могут столкнуться с ситуациями, которые кардинально нарушают их привычный уклад, требуя мобилизации всех внутренних и внешних ресурсов для адаптации и выживания.

На законодательном уровне определение понятия «трудная жизненная ситуация» раскрыто в статье 3 Федерального закона от 28 декабря 2013 года №442-

ФЗ «Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации». Трудная жизненная ситуация определяется здесь как ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина (инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определённого места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и т. д.), которую он не может преодолеть самостоятельно [4]. Данное определение подчеркивает два ключевых аспекта: объективность нарушений и невозможность самостоятельного преодоления, что является прямым указанием на необходимость государственной и социальной поддержки.

Ключевым моментом является то, что масштабные события, способствующие возникновению трудной жизненной ситуации, у каждого человека преломляются через индивидуальное восприятие, становясь субъективно переживаемой реальностью [2]. Одна и та же ситуация может вызвать у разных людей совершенно различные реакции: от мобилизации и поиска выхода до состояния фрустрации, апатии и глубокой депрессии. Это делает необходимым индивидуальный подход в оказании помощи, учитывающий личностные особенности, жизненный опыт, систему ценностей и доступные копинг-стратегии каждого члена семьи.

В настоящее время в нашей стране такой трудной жизненной ситуацией, не оставившей равнодушной ни одну семью, является проведение специальной военной операции [5], которая создает для семей военнослужащих уникальный комплекс проблем. Эта ситуация выходит за рамки обычного кризиса, приобретая черты пролонгированной психологической травмы, и затрагивает все без исключения сферы жизни семьи. Проблемы носят многоуровневый и взаимосвязанный характер, образуя замкнутый круг, из которого сложно выбраться без внешней поддержки.

*Социально-экономический уровень.* Материальное положение семьи часто ухудшается, особенно если мобилизованный или контрактник был основным кормильцем. Возникает необходимость решения всех бытовых, финансовых и

2 <https://phsreda.com>

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

хозяйственных вопросов в одиночку, что ложится тяжелым бременем на оставшегося родителя (чаще всего мать). Женщина вынуждена совмещать роль матери-одиночки, единственного добытчика, хозяйки и эмоциональной опоры для детей, что ведет к хроническому переутомлению и профессиональному выгоранию даже в тех случаях, когда официально выплачиваются пособия.

*Информационный уровень.* Семьи живут в условиях постоянного информационного стресса. Они оказываются заложниками противоречивого информационного поля: с одной стороны – официальные сводки и ожидание новостей от близкого человека, с другой – поток часто травмирующего контента в социальных сетях и мессенджерах. Это порождает состояние хронической тревоги, навязчивую потребность постоянно проверять новости, что истощает нервную систему и мешает сосредоточиться на повседневных задачах.

*Эмоционально-психологический уровень.* Это ядро кризисной ситуации. Члены семьи, особенно супруга и родители военнослужащего, переживают целый спектр интенсивных и зачастую амбивалентных эмоций:

- *хронический стресс и тревога*: постоянное ожидание звонка, страх плохих новостей, чувство беспомощности и невозможности повлиять на ситуацию;
- *страх утраты*: этот страх является фоном ежедневного существования и представляет собой одну из самых сильных психологических нагрузок;
- *чувство неопределенности*: невозможность строить планы даже на ближайшее будущее, жизнь в режиме «ожидания и паузы»;
- *чувство вины*: у оставшихся дома может возникать чувство вины за свою «безопасную» жизнь в то время, как близкий человек находится в опасности;
- *эмоциональное выгорание*: постоянное напряжение и необходимость «держать лицо» для детей приводят к эмоциальному истощению, апатии и соматическим заболеваниям.

*Социально-коммуникативный уровень.* Социальный статус семьи меняется, что порождает сложности в общении с окружением. С одной стороны, семья может столкнуться с поддержкой, с другой – с непониманием, неловкостью, а иногда и с открытой стигматизацией или агрессией в определенных социальных

группах. Возникает необходимость постоянно объяснять ситуацию детям, фильтровать информацию, которую они получают извне, и ограждать их от возможных негативных реакций сверстников или взрослых. Это заставляет многие семьи замыкаться в себе, сужая круг общения и лишаясь тем самым важной социальной поддержки.

Особого внимания заслуживают дети военнослужащих, обучающиеся в школах и других образовательных организациях [1]. Для ребенка отсутствие отца (реже – матери) в условиях повышенной опасности является мощным травмирующим фактором, который нарушает базовое чувство безопасности, необходимое для гармоничного развития. Дети, в силу возрастных особенностей, часто не могут вербально выразить свои переживания, поэтому их эмоциональное состояние проявляется через поведение и психосоматику.

Дети могут испытывать целый спектр негативных состояний, который варьируется в зависимости от возраста. У детей дошкольного и младшего школьного возраста могут наблюдаться регрессия (возврат к более ранним формам поведения: энурез, сосание пальца), повышенная плаксивость, страхи (темноты, одиночества), нарушения сна и аппетита, психосоматические боли (головная боль, боль в животе).

Подростки чаще демонстрируют либо агрессивное, протестное поведение, либо уход в себя, апатию, потеря интереса к учебе и хобби. Они могут отрицательно высказываться об отсутствующем родителе, что является защитной реакцией на непереносимую боль и страх.

Школьная успеваемость часто снижается из-за трудностей с концентрацией внимания и памятью, которые являются типичными последствиями длительного стресса. Когнитивные ресурсы ребенка заняты переработкой тревоги, и на усвоение новой информации их просто не остается.

Данная категория детей сталкивается со значительными физиологическими (нарушения сна, аппетита, вегетативные расстройства), психологическими (тревожность, страхи, низкая самооценка, чувство брошенности) и педагогическими

(снижение успеваемости, нарушение школьной адаптации) проблемами, что требует комплексного психолого-педагогического сопровождения, нацеленного на решение выявленных проблем и полную интеграцию детей в общество [1].

Психолого-педагогическое сопровождение охватывает всех субъектов образовательных отношений, выстраиваясь по трем основным векторам [1].

Работа с детьми направлена на помощь в проработке переживаний ребёнка, связанных с участием близкого родственника в специальной военной операции. Она включает арт-терапевтические методики, методы нарративной практики, позволяющие ребенку безопасно выразить свои страхи и эмоции, технику «скажать непростое» для обсуждения сложных тем. Важным направлением является решение проблем социализации, отклонений в поведении, взаимодействий со сверстниками через организацию групповых занятий и тренингов коммуникативных навыков. Отдельная, крайне деликатная задача – организация поддержки в ситуации потери близкого человека, а также реабилитация детей, приехавших из зоны боевых действий, которые могли стать свидетелями травмирующих событий.

Работа с родителем (чаще всего с мамой), который находится в состоянии длительного стресса, что не позволяет ему поддерживать своего ребёнка в нужной степени. Родитель, сам находясь в ситуации неопределенности и эмоционального выгорания, часто не имеет ресурсов для оказания адекватной поддержки ребенку. Сопровождение в этом случае включает психологическое консультирование по вопросам детско-родительских отношений в условиях кризиса, обучение техникам саморегуляции и управления стрессом, правовое и социальное информирование. Цель – восстановить психоэмоциональный ресурс родителя, чтобы он вновь смог стать надежной опорой для своего ребенка.

Работа с педагогическим коллективом, особенно с классными руководителями. Данная работа связана с формированием готовности педагогов оказать своевременную психолого-педагогическую помощь и поддержку детям и родителям в случаях снижения учебной мотивации, при эмоциональных переживаниях, при ослаблении или нарушении когнитивных функций. Педагогов обучают

распознавать признаки стресса и травмы у детей, правильно реагировать на их поведение, создавать в классе безопасную и поддерживающую атмосферу, исключающую буллинг и стигматизацию. Не менее важно обучение способам сопротивления и помочь самому себе, поскольку педагоги, работая с травмированными детьми, сами подвержены риску вторичной травматизации.

При психолого-педагогическом сопровождении специалист обязан соблюдать требования по защите персональной информации и этические нормы индивидуальной и групповой работы (если в программу включаются коррекционные занятия, проводимые в группе) [1]. Конфиденциальность и безусловное принятие являются залогом установления доверительного контакта.

### ***Список литературы***

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе / М.Р. Битянова. – М.: Совершенство, 2019. – 298 с.
2. Осухова Н.Г. Психолого-педагогическое сопровождение семьи в кризисной ситуации: учебное пособие / Н.Г. Осухова. – М.: Академия, 2018. – 208 с.
3. Письмо Министерства просвещения РФ и Министерства науки и высшего образования РФ от 11 августа 2023 г. №АБ-3386/07 «О направлении Алгоритма» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=8&documentId=459691&ysclid=mhwmt2g7jd66743329> (дата обращения: 11.11.2025).
4. Федеральный закон от 28 декабря 2013 г. №442-ФЗ (ред. от 24 апреля 2020 г.) «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_156558/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_156558/) (дата обращения: 11.11.2025).
5. Шамшикова Е.О. Современные методы психологической помощи семье в ситуации утраты: зарубежный опыт / Е.О. Шамшикова, М.В. Данилова // Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30. №1. – С. 156–175.