

Ястребова Лариса Александровна

канд. пед. наук, доцент

Российская академия образования (РАО), доцент

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ ОСОБЕННЫХ ДЕТЕЙ

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема эмоционально-психологического благополучия членов семьи, воспитывающей ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Анализируются теоретические подходы к пониманию феномена психологического благополучия в контексте семейной системы. Раскрываются специфические стресс-факторы, оказывающие влияние на психоэмоциональное состояние родителей, супружеской подсистемы и сиблингов. Представлены современные модели психолого-педагогического сопровождения семьи, ориентированные на актуализацию ресурсов посттравматического роста.*

***Ключевые слова:** эмоционально-психологическое благополучие, семья особого ребенка, дети с ограниченными возможностями здоровья, родители, сиблинги, психологическое сопровождение, посттравматический рост.*

В современной специальной психологии и педагогике наблюдается смещение исследовательского фокуса с исключительно коррекционно-развивающей помощи ребенку с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на холистический подход, учитывающий потребности всех членов семьи [8]. Это обусловлено пониманием того, что семья представляет собой целостную систему, в которой благополучие каждого элемента влияет на общее функционирование и, в конечном счете, на эффективность коррекционно-развивающей работы с ребенком.

И.А. Маслова (2025) подчеркивает, что актуальность исследования эмоционально-психологического благополучия семьи «особого ребенка» связана с

необходимостью разработки комплексных моделей сопровождения, направленных не только на преодоление кризиса, но и на актуализацию потенциала посттравматического роста семьи [8]. Семья, воспитывающая ребенка с нарушениями развития, сталкивается с множеством специфических стрессоров, которые могут приводить к дезадаптивным состояниям, эмоциональному выгоранию и деформации детско-родительских отношений [9].

Понятие психологического благополучия в современной науке рассматривается как многомерный феномен, включающий когнитивные и эмоциональные компоненты. Применительно к семье, воспитывающей ребенка с ОВЗ, психологическое благополучие понимается как состояние равновесия между адаптационными ресурсами семьи и давлением стрессогенных факторов, обусловленных особыми условиями жизнедеятельности [9].

А.С. Григорьева (2025), анализируя особенности психологического состояния родителей детей с ОВЗ, опирается на классификацию психических состояний, предложенную Л.В. Куликовым, который выделяет эмоциональные, активационные, тонические и тензионные состояния [5]. Автор подчеркивает, что психоэмоциональное состояние представляет собой динамическое, целостное отражение эмоциональной активности личности, возникающее под воздействием внутренних и внешних факторов [5, с. 1519].

В.А. Королькова (2025) в своем обзоре социально-педагогических проблем семьи «особого ребенка» выделяет ключевые стресс-факторы: социальная изоляция, трудности в получении качественного образования и комплексной помощи, трансформация семейных ролей и отношений [7]. Особое внимание исследователь уделяет феномену «выученной беспомощности» родителей и необходимости формирования их педагогической компетентности и социальной активности.

Родители становятся центральной фигурой в эмоциональном и социальном становлении ребенка, и наличие ОВЗ у ребенка выступает мощным стрессогенным фактором. М.А. Хурасева (2025) характеризует ситуацию постановки диагноза ребенку как критический переломный момент, влекущий за собой значительные изменения в жизни всех членов семьи. В процессе адаптации родителей

к новым условиям их состояние приобретает ряд специфических особенностей, сопровождаемых комплексом психоэмоциональных реакций, включающих переживание утраты «ожидаемого» ребенка, необходимость кардинального пересмотра жизненных планов и ценностей [9].

А.С. Григорьева (2025) на основе диагностических исследований выделяет типы негативных психоэмоциональных состояний, характерных для родителей детей с ОВЗ: тревожно-страховые (тревожность, страх, фобии), депрессивные (уныние, грусть, апатия, утрата интереса), стрессовые (напряжение, раздражительность, дистресс, выгорание), невротизация (утомляемость, соматизация), состояния, вызванные стыдом и виной, аффективные и психосоматические проявления [5, с. 1520–1521].

Семейная система включает не только диаду «мать-ребенок», но и супружеские отношения, а также взаимодействие со здоровыми детьми (сиблингами). Исследователи подчеркивают, что в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ, традиционные роли перераспределяются, часто приводя к дисбалансу: матери полностью сосредотачиваются на реабилитации и бытовых нуждах ребенка, а отцы принимают на себя функцию финансового обеспечения, посвящая большую часть времени профессиональной деятельности [9]. Это создает напряжение между супругами и может привести к отчуждению друг от друга и здоровых детей семьи.

И.А. Маслова (2025) предлагает оригинальную трехуровневую модель комплексного психолого-педагогического сопровождения семьи «особого ребенка», включающую: индивидуально-психологический уровень (работа с эмоциональными состояниями каждого члена семьи, коррекция дезадаптивных установок, развитие навыков саморегуляции); субсистемный уровень (гармонизация детско-родительских и супружеских отношений, поддержка сиблингов, формирование единой воспитательной позиции); социально-средовой уровень (расширение социальных связей семьи, помощь в преодолении изоляции, взаимодействие с общественными организациями и государственными структурами) [8].

В материалах панорамы опыта, организованной Смоленским областным институтом развития образования (2025), представлены эффективные стратегии

взаимодействия с семьями, воспитывающими детей с ОВЗ. Ключевыми направлениями названы: установление доверия через безоценочное принятие и эмпатию; организация междисциплинарного взаимодействия специалистов; практическое вовлечение родителей в коррекционно-развивающий процесс; использование проектных технологий как инструмента объединения детей, родителей и педагогов; внедрение дистанционных форматов консультирования для повышения доступности помощи [3].

О.А. Войтенко (2024) в своем исследовании особенностей взаимодействия родителя и ребенка в семьях, воспитывающих детей с инвалидностью, подчеркивает, что характер детско-родительских отношений непосредственно влияет на психоэмоциональное состояние обеих сторон [4]. Автор акцентирует внимание на необходимости профилактики эмоционального выгорания родителей и формирования адекватных стилей семейного воспитания.

Эмоционально-психологическое благополучие членов семьи, воспитывающей особенного ребенка, представляет собой комплексную проблему, требующую системного подхода к ее решению. Современные исследования подтверждают, что семья функционирует как целостная система, в которой благополучие каждого элемента влияет на общее состояние и эффективность коррекционно-развивающей работы с ребенком [7–9].

Родители детей с ОВЗ испытывают повышенные психоэмоциональные нагрузки, проявляющиеся в тревожных, депрессивных, стрессовых состояниях, невротизации, чувстве вины и стыда [5]. Супружеская подсистема и отношения с сиблингами также подвергаются деформации под влиянием хронического стресса и необходимости перераспределения семейных ролей [1; 9]. Вместе с тем, современные модели психолого-педагогического сопровождения ориентированы не только на преодоление кризисных состояний, но и на актуализацию ресурсов посттравматического роста семьи [8].

Список литературы

1. Абрамова В.В. Факторы риска в жизни замещающих семей: воспитание особенных детей / В.В. Абрамова // День дефектологии. – 2025. – №3(8). – С. 94–

100.– URL: <https://lib.nspu.ru/views/sbo/40240/read.php> (дата обращения: 15.02.2026). EDN RIGVZZ

2. Трудные жизненные ситуации в семье ребенка с ОВЗ или инвалидностью: методическое пособие / Е.Б. Айвазян, Ю.А. Разенкова, Т.Ю. Корниенко, А.В. Павлова // Институт коррекционной педагогики РАО.– 2024.– URL: <https://ikp-rao.ru/na-sajte-ikp-opublikovano-novoe-metodicheskoe-posobie-dlya-specialistov/> (дата обращения: 15.02.2026).

3. Актуальные вопросы организации психолого-педагогического взаимодействия с семьями, воспитывающими ребенка с ограниченными возможностями здоровья: панорама опыта // ГАУ ДПО «Смоленский областной институт развития образования». – 2025. – URL: http://dpo-smolensk.ru/rumo_news/news/1387/97494/ (дата обращения: 15.02.2026).

4. Войтенко О.А. Особенности взаимодействия родителя и ребенка в семьях, воспитывающих детей с инвалидностью / О.А. Войтенко // Приверженность вопросам психического здоровья: материалы V Междунар. науч.-практ. конф. (Москва, 24–26 окт. 2024 г.). Ч. 2. – М.: РУДН, 2024. – С. 33–38. – URL: <https://www.elib.grsu.by/doc/128612> (дата обращения: 15.02.2026). EDN UGTTHC

5. Григорьева А.С. Особенности психологического состояния родителей детей с ОВЗ / А.С. Григорьева // Проблемы современного педагогического образования. – 2025. – №86-3. – С. 1518–1522. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psihologicheskogo-sostoyaniya-roditeley-detey-s-ovz> (дата обращения: 15.02.2026).

6. Кондрашина А. Эмоциональное выгорание родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья: диагностика и рекомендации : информационный буклет // ГАУ АО «НПЦРД Коррекция и развитие». – 2025. – URL: <https://xn--30-6kqipkia1eya.xn--p1ai/index.php/novosti/2148-otdelenie-kompleksnoj-diagnostiki-predstavilo-novyj-informatsionnyj-buklet-dlya-roditelej-emotsionalnoe-vygoranie-roditelej-vospityvayushchikh-detey-s-ogranichennymi->

vozmozhnostyami-zdorovya-diagnostika-i-rekomendatsii (дата обращения: 15.02.2026).

7. Королькова В.А. Семья «особого ребенка»: социально-педагогические проблемы / В.А. Королькова // Концепт. – 2025. – №5. – URL: <http://e-koncept.ru/2025/0.htm> (дата обращения: 15.02.2026).

8. Маслова И.А. Эмоционально-психологическое благополучие членов семьи «особого ребенка» / И.А. Маслова // Концепт. – 2025. – №5. – URL: <http://e-koncept.ru/2025/0.htm> (дата обращения: 15.02.2026). EDN JDJDFT

9. Хурасева М.А. Деадаптивные особенности психоэмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с особенностями развития / М.А. Хурасева // Молодой ученый. – 2025. – №23(574). – С. 562–569. – URL: <https://moluch.ru/archive/574/126473/> (дата обращения: 15.02.2026). EDN SHWOWN