**Коляса Мария Евгеньевна, учитель,**

г. Ставрополь,

ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная

школа-интернат 36 города Ставрополя»,

kolyasa2016@yandex.ru

**Подкуйко Христина Евгеньевна, учитель -дефектолог,**

г. Ставрополь,

ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная

школа-интернат 36 города Ставрополя»

korosteleva.k.e@gmail.com

**Факторы стресса в семье, воспитывающей детей с ОВЗ, и их разрешение в рамках процесса обучения.**

**Аннотация**:в статье рассматриваются стрессогенные факторы, которые происходят с членами семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья. Выявлен и проанализирован ряд проблемных вопросов, которые разделены по категориям и уровню испытываемого стресса. Авторами статьи приведены примеры воздействия на стрессогенные факторы в рамках деятельности служб одной из специализированных (коррекционных) общеобразовательных школ-интернатов.

**Ключевые слова**: стресс, стрессогенные факторы, ребенок с ограниченными возможностями здоровья, ОВЗ, школа- интернат, медиация.

**Annotation**: The article discusses the stress-inducing factors that occur in families raising children with disabilities. It identifies and analyzes a number of problematic issues, which are divided into categories and levels of stress experienced. The authors provide examples of the impact of stress-inducing factors within the framework of the activities of one of the specialized (correctional) boarding schools.

**Keywords**: stress, stress-inducing factors, child with disabilities, special education, boarding school, mediation.

В России, по данным Росстата, «на 1 января 2021 г. насчитывалось 704 тыс. детей, имеющих инвалидность. Уже на 1 января 2025 г. детей с инвалидностью числилось до 779308 человек» [7]. Можно утверждать, что количество семей, в которых воспитываются дети с ОВЗ, увеличивается.

Появление ребенка является для рода знаковым моментом, однако младенец с ОВЗ рассматривается как семейный ненормативный стресс. Он изменяет сложившуюся систему, воздействует на всех ее членов, оказывает влияние на взаимоотношения между матерью и отцом и их отношением к рожденному [6].

Появление в семье ребенка с ограниченными возможностями здоровья естественно связано с высоким уровнем переживаний родителей и ближайшего окружения семьи. Отец и мать могут испытывать такие чувства как вина, стыд, снижение самооценки, ощущение несправедливости происходящего. На этом фоне часто возникает чувство неполноценности, отчаяния, снижается стрессоустойчивость, возникают различные деструктивные состояния. Часто после появления на свет ребенка с ОВЗ его семья сокращает количество социальных контактов, основанных на родстве, дружбе, коллективности. Все это является мощным фактором, вызывающим стресс у членов семьи ребенка с ограниченными возможностями здоровья и, в свою очередь, препятствуют благоприятному его развитию [2].

Кандидат психологических наук Савенышева С.С., изучая родительский стресс в семьях с ОВЗ, рассматривает его как «дисбаланс между восприятием требований родительства и восприятием наличных ресурсов у родителей. Этот дисбаланс может быть связан как с особенностями детей, так и с особенностями самих родителей» [5].

Профессоры Левченко И.Ю. и Ткачева В.В. описывают уровни качественных изменений жизни в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ: «Психологический уровень: стресс, имеющий пролонгированный характер, оказывает сильное разрушающее воздействие на сознание родителей и становится первостепенным условием травмирующего изменения сформировавшегося в семье уклада жизни. Социальный уровень показывает, что изменения жизни проявляются в ограничении членами семьи общения со знакомыми и родственниками, ухудшении отношений между мужем и женой, а также между другими членами семьи» [3].

Благодаря множеству исследований, проводимых с членами семей, воспитывающих детей с ОВЗ, выявился ряд проблемных вопросов. Например, проблема построения жизненной перспективы, а именно у супругов может возникать ощущение, что взросление ребенка похоже на неизвестность, а значит, потенциальную опасность. В результате может развиться неосознанное стремление к удержанию ребенка как можно дольше в детском состоянии. Однако в период младенчества и детства родители развивают рационалистические объяснения, которые позволяют им смотреть в будущее с надеждой, или просто стараются об этом не думать. Поэтому вплоть до достижения детьми среднего школьного возраста многие родители особенных детей принимают стиль жизни - «здесь и сейчас» [4].

Также часто возникают проблемы в отношениях между другими членами семьи, например, родителями ребенка и представителями старшего поколения, такими как дедушки, бабушки, тёти, дяди. Ведь отношения в семье могут ухудшаться не только между супругами, что нередко может привести к разводу. Конфликты могут возникнуть между матерью ребенка и ее родителями или родителями ее мужа. Особенное внимание, уделяемое родителями ребенку с нарушениями, вызывает гнев и досаду у его здоровых братьев, и сестер. Все это приводит к повышению уровня стресса у всех домочадцев [4].

Особое внимание нужно уделить проблемам взаимодействия со специалистами, оказывающими помощь семье и ребенку. Часто во взаимодействии родителей детей с ограниченными возможностями здоровья и специалистами, такими как педагоги, психологи, дефектологи, социальные работники, врачи, возникают трудности взаимопонимания. Специалистам нередко кажется, что родители неправильно обращаются с детьми, в свою очередь, родители ощущают, что эксперты не понимают или недооценивают их сложности. Трудности взаимодействия с людьми, переживающими хронический стресс, и стремление специалистов защититься от тяжелых переживаний приводят к оценочному подходу. Родители в таких случаях могут переживать обиду и утрачивать доверие к профессионалам [4].

Умозаключения могут быть самыми разными, однако все родители сходятся в одном: они хотят быть уверенными в том, что при желании всегда могут рассчитывать на поддержку и помощь специалистов. Не стоит забывать, что родители детей с ОВЗ испытывают настолько тяжелый стресс, который может значительно снизить уровень энергии человека, привести к уменьшению познавательных способностей, постоянным ошибкам, разрывам личных отношений, снижению иммунитета и различным заболеваниям. Для смягчения стресса родителям важно знать особенности своего состояния, способы снятия напряжения и уметь пользоваться ресурсами, которые они смогут найти с помощью группы поддержки [4].

Такая задача часто по силам лишь специалисту, и подобные полномочия возлагаются на плечи в том числе и педагогов. Так на примере государственного казенного общеобразовательного учреждения "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №36 города Ставрополя" Ставропольского края стоит отметить работу психологической службы. Главным вектором деятельности психологической службы является его не только консультативная работа, но и просветительская. Педагог, как и психолог, видит каждого ученика с особенностями развития, анализируя ситуацию в целом. Родителей наставляют правильно справляться с деструктивными мыслями, понимать чувствами своего ребенка и свои собственные. В результате уровень стресса в семье снижается, что благотворно влияет и на процесс обучения ребенка. Также высокую степень профессионализма показывает служба школьной медиации. Главная задача медиативной службы - это сделать школу безопасным, комфортным пространством для всех участников процесса обучения: учеников, педагогов, родителей. В процессе медиации каждый участник, как ребенок, так и взрослый, может рассчитывать на то, что будет услышан, его поймут, он сможет высказать свою позицию и видение ситуации, а также предложит альтернативу разрешения конфликта, а значит причины стрессовой ситуации [1].

В заключении отметим, что в настоящее время особую значимость приобретает проблема социальной и психологической адаптации как особенного ребенка, так и семьи, в которой он растет и развивается.

Информационные источники:

1.Государственное казенное общеобразовательное учреждение "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36 города Ставрополя" https://stavsch36.gosuslugi.ru/

2.Иванов В.А. Программа взаимоподдержки для родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья. - Сургут, 2016. - 24 с.

3.Левченко И.Ю., Ткачева В.В. Психологическая помощь семье, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии. Москва: Просвещение, 2008. 239 с.

4.Организация группы поддержки для родителей, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья. - Москва: Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения, 2013. - 112 с.

5.Савенышева С.С., Разыграева Ю.С. Родительское выгорание, посттравматический рост и социальная поддержка матерей детей с ограниченными возможностями здоровья // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2024. Т. 14. Вып. 1. С. 128– 142. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.108>

6.Севастьянова У.Ю. Специфика родительского стресса у родителей детей с ограниченными возможностями здоровья // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 4. С. 110–116. https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-4-110-116

7.Щербакова Е.М. Инвалиды в России, 2025 год // ДемоскопWeekly. 2025. № 1077-1078.