

Закирова Татьяна Ивановна

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры общей и специальной психологии
и педагогики
Межрегионального открытого социального института

Калмыкова Ольга Владимировна

доцент кафедры общей и специальной
психологии и педагогики
Межрегионального открытого социального института

**КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ
СФЕРЫ РОДИТЕЛЕЙ
В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМ
СОПРОВОЖДЕНИИ СЕМЕЙ,
ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Аннотация:

В статье дается анализ психокоррекционной работы, проведенной с родителями, имеющими детей с ограниченными возможностями здоровья. Результаты исследования показали, что применение программно-индикаторного комплекса «Волна» и программно-аппаратного комплекса «БиоМышь» может выступать в качестве эффективного метода психопрофилактики и коррекции психофизиологических и психозэмоциональных нарушений у взрослых.

Ключевые слова:

коррекция эмоциональной сферы, личностная тревожность, реактивная тревожность, самочувствие, активность, настроение, напряжение, истощение, резистенция, программно-индикаторный комплекс, программно-аппаратный комплекс, родители детей с ограниченными возможностями здоровья.

Zakirova Tatyana Ivanovna

PhD in Education Science,
Assistant Professor, General and Special Psychology
and Education Science Department,
Inter-Regional Open Social Institute

Kalmikova Olga Vladimirovna

Assistant Professor, General and Special Psychology
and Education Science Department,
Inter-Regional Open Social Institute

**CORRECTION OF
PARENTS' EMOTIONAL SPHERE
IN PSYCHOEDUCATIONAL
SUPPORT OF FAMILIES
RAISING CHILDREN
WITH DISABILITIES**

Summary:

The article analyses correctional psychological work with parents who have children with disabilities. The research results have shown that application of software "Volna" and hardware "Biomys" is an effective method of psychophysiological and psycho-emotional disorders of adults.

Keywords:

correction of emotional sphere, personal anxiety, response anxiety, health, activity, mood, stress, exhaustion, resistance, software system, hardware system, parents of children with disabilities.

В рамках реализации социального проекта «Любящие родители любимого ребенка» на базе Межрегионального открытого социального института [1] проводились исследования, связанные с психолого-педагогическим сопровождением родителей, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ).

Основными направлениями работы с родителями являлись педагогический, психологический и психокоррекционный блоки, состоящие из теоретического и практического разделов.

Педагогический блок направлен на изучение возрастных особенностей психического и личностного развития ребенка («норма – патология»); использование способов, приемов, технологий педагогического воздействия на ребенка с учетом его нарушений в развитии; изучение потребностей ребенка и создание условий для их разумного удовлетворения; учет способностей и возможностей ребенка для социализации в обществе.

Психологический блок включал изучение вопросов психологического сопровождения детей-инвалидов; форм психологического взаимодействия в семьях с детьми-инвалидами; психологических методов и техник работы с детьми-инвалидами с применением элементов арт-терапии (песочной терапии, изо-, музыка-, фототерапии).

Психокоррекционный блок нацелен на коррекцию психозэмоционального состояния родителей с применением программно-индикаторного комплекса «Волна» для обучения навыкам диафрагмального типа дыхания и психофизиологической саморегуляции по методу биологически обратной связи (БОС); программно-аппаратного комплекса «БиоМышь» для контроля функцио-

нального состояния человека, включая условия труда и отдыха, физическую активность, психологические нагрузки; изделия ДЭНАС-ОЛМ (одеяла лечебного многослойного) в качестве компонента комплексного воздействия для уменьшения негативных последствий действия стрессогенных факторов, сохранения работоспособности и повышения адаптационных резервов организма с профилактической целью.

Наиболее важным направлением в психолого-педагогическом сопровождении явилась коррекция эмоциональной сферы родителей. Рождение ребенка с отклонениями в развитии воспринимается родителями как огромная трагедия, которая влечет за собой сильнейший стресс и оказывает деформирующее воздействие на психику, что приводит к невыносимым страданиям, вызывает страхи, истерики, депрессивное состояние, чувство одиночества, потерянности [2]. В большинстве случаев повышенное нервно-психическое напряжение испытывают женщины, так как матери постоянно находятся с детьми-инвалидами. Негативные чувства, которые испытывают родители, могут быть разными: злость, смущение, гнев, раздражение. Часто эти чувства не осознаются либо подавляются, что приводит к напряжению и истощению нервной системы.

В ходе реализации проекта необходимо было создать атмосферу доверия и доброжелательности, которая позволила участникам проекта сблизиться и объединиться, нормализовать свое эмоциональное состояние. В процессе коррекционных занятий важно было отработать переживания, связанные с рождением больного ребенка, поделиться своими эмоциями, проговорить свои проблемы и опасения, высказать свои мысли. Эмоциональная поддержка способствует принятию человека в коллективе, что дает уверенность родителям в принятии его ребенком обществом.

Методологической основой исследования эмоциональной сферы родителей, воспитывающих детей с ОВЗ, являлись фундаментальные положения психологии и педагогики об эмоциях, механизмах их формирования (Л.С. Выготский, К.Э. Изард, Е.П. Ильин, С.С. Морозова, Р.С. Немов, С.Л. Рубинштейн) [3].

В соответствии с теоретическими подходами (психоаналитический (З. Фрейд, А. Адлер), гуманистический (А. Маслоу, К. Роджерс), деятельностный (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев)) коррекционная работа была направлена на смягчение симптомов внутреннего конфликтного взаимодействия, создание условий для личностного роста и самоактуализации, усиление регулирующих функций психики, развитие эмоционального самоконтроля, повышение психической саморегуляции [4].

В процессе психокоррекционной работы решались следующие задачи: расширение возможностей эмоциональной коммуникации; формирование умений и навыков саморегуляции и саморазвития эмоциональной сферы личности; создание условий личностного роста; формирование позитивного отношения к себе и своим проблемам. Ожидаемыми результатами психокоррекционной работы стали оптимизация эмоциональной сферы участников проекта, повышение уровня психологической компетентности в вопросах саморегуляции эмоциональных состояний родителей.

В исследовании и коррекционной работе приняли участие 36 родителей, воспитывающих детей-инвалидов. Из них 52,3 % работающих, соответственно 47,7 % родителей не имеют возможности работать.

Диагностика проводилась до и после коррекционной работы по следующим методикам: тест на определение уровня реактивной тревожности Спилбергера – Ханина, методика «Самооценка психического состояния: самочувствие, общая активность, настроение (САН)», методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко [5].

Результаты диагностики уровня реактивной тревожности по методике Спилбергера – Ханина показали, что большой процент (24 и 28 %) испытуемых до коррекционной работы демонстрировал высокие показатели. Это может свидетельствовать о сильном беспокойстве, склонности к напряжению, нервозности. После проведенных коррекционных мероприятий у 68 % родителей выявлен средний уровень тревожности, что говорит о том, что испытуемые находились в состоянии спокойствия, только испытывали некоторое волнение по поводу происходящих с ними событий.

Следует отметить, что «очень высокий» и «высокий» уровни личностной тревожности снизились до среднего уровня (52 %) благодаря приобретенным навыкам саморегуляции, релаксации, оптимального диафрагмального дыхания.

Для оценки степени выраженности той или иной характеристики состояния испытуемых использовалась диагностика самочувствия, активности и настроения.

На этапе первичной диагностики САН показатели испытуемых выглядели следующим образом: самочувствие, активность, настроение в благоприятном состоянии составили 56,5; 27,7; 42,8 %, в неблагоприятном – 43,5; 72,3; 57,2 %

В ходе анализа полученных данных для нас было важным, являются ли значения всех трех показателей примерно равными. Если человек не переутомлен, он отдохнул, то оценки активности, настроения и самочувствия в этом случае должны совпадать. Нарастание усталости меняет

соотношение между этими показателями из-за того, что самочувствие и активность падают по сравнению с настроением.

После проведенной коррекционной работы показатели самочувствия, активности и настроения стали примерно равны (65,2; 69,4; 71,7 %). Данные показатели свидетельствуют о том, что на этапе проведения повторной диагностики респонденты испытывали чувства психологического комфорта, доверия, состояния личностной и социальной активности.

Родители, воспитывающие детей-инвалидов, выполняющие обязанности, связанные с профессиональной деятельностью, находятся в постоянном стрессовом состоянии. В ответ на избранные психотравмирующие воздействия личность включает механизмы психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций. С целью изучения уровня сформированности фаз эмоционального выгорания (напряжения, резистенции, истощения) нами была использована методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко. Каждая из фаз характеризуется следующими показателями: «не сформирована», «в стадии формирования», «сформирована».

В процессе первичной психодиагностической работы было выявлено, что фазы напряжения (42,8; 42,8; 14,4 %), резистенции (14,4; 57,2; 28,4 %) и истощения (50,3; 21,3; 28,4 %) у испытуемых находятся в стадии формирования и сформированности. Результаты повторной диагностики, осуществленной после коррекционной работы, подтверждают положительные изменения у респондентов. Показатели фазы напряжения в стадии формирования и сформированности снизились с 42,8 до 28,8 % и с 14,4 до 0 % соответственно, резистенции – с 57,2 до 42,8 % и с 28,4 до 7,2 % соответственно. Показатель фазы истощения в стадии формирования незначительно повысился с 21,3 до 21,4 %, сформированности снизился с 28,4 до 14,4 %. Значительных изменений здесь не произошло, так как данная фаза связана с соматическими изменениями в организме человека. Коррекция симптомов фазы истощения требует длительных психологических и психотерапевтических мероприятий.

Таким образом, с помощью реализации комплексной программы психолого-педагогического сопровождения родителей, имеющих детей-инвалидов, эмпирическим путем была доказана целесообразность коррекционных мероприятий, проводимых в рамках социального проекта «Любящие родители любимого ребенка».

Ссылки и примечания:

1. Социальный проект «Любящие родители любимого ребенка» реализовывался АНО ВО «Межрегиональный открытый социальный институт» при поддержке Министерства социального развития Республики Марий Эл (договор о предоставлении субсидии от 12 декабря 2015 г. № 159-15).
2. Zulkarnain I. Interpersonal Communication Effectiveness and The Development of Self-Concept Through a Self-Adjustment Amongst Disabled Persons // *The Social Sciences*. 2016. Vol. 11, issue 21. P. 5095–5099.
3. Изард К.Э. Психология эмоций. СПб., 2008. 464 с.
4. Осипова А.А. Общая психокоррекция. М., 2008. 512 с.
5. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. 3-е изд., перераб. СПб., 2010. 512 с. ; Практикум по психологии личности : учеб.-метод. пособие / авт.-сост. В.В. Константинов. Саратов ; Пенза, 2006. 72 с.

References:

- Eliseev, OP 2010, *Workshop on the psychology of personality*, 3rd ed., St.-Petersburg, 512 p., (in Russian).
Izard, KE 2008, *Psychology of emotions*, St.-Petersburg, 464 p., (in Russian).
Konstantinov, VV (comp.) 2006, *Workshop on the psychology of personality*, study guide, Saratov; Penza, 72 p., (in Russian).
Osipova, AA 2008, *General psychocorrection*, Moscow, 512 p., (in Russian).
Zulkarnain, I 2016, 'Interpersonal Communication Effectiveness and The Development of Self-Concept Through a Self-Adjustment Amongst Disabled Persons', *The Social Sciences*, vol. 11, issue 21, pp. 5095–5099.