

ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ ЧИННИКІВ ОСОБИСТІСНОЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ БАТЬКІВ ДІТЕЙ ІЗ ПСИХОФІЗИЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

THEORETICAL MODEL OF FACTORS OF PERSONAL STRESS RESISTANCE OF PARENTS OF CHILDREN WITH PSYCHOPHYSICAL DISORDERS

У статті на основі науково-теоретичного аналізу проблеми стресостійкості представлено новостворену теоретичну модель чинників особистісної стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями, яка включає такі важливі компоненти: параметри психофізичного порушення дитини (час виникнення, локалізація ураження, ступінь його вираження, супутні розлади і ускладнення, компенсаторні можливості, перспективи розвитку та реабілітації); особливості життєвої ситуації батьків (місце проживання, соціальне оточення, професійна діяльність, доступ до соціальних і освітніх послуг тощо); суб'єктивні та об'єктивні чинники стресостійкості; специфіка сприймання стресової ситуації, що склалася; копінг-стратегії (продуктивні, порівняно обґрунтовано вибір кожного елементу сконструйованої моделі та сформульовано авторське бачення їх взаємодії. Акцентовано на кількох варіантах копінг-стратегій, позитивна характеристика яких полягає у стимулюванні батьків до аналізу проблеми сімейних стосунків та вирішення складних життєвих ситуацій, пов'язаних із хворобою їхньої дитини. Такими копінг-стратегіями стали: 1) продуктивні, проблемно орієнтовані: фокусування на пошуку шляхів і можливостей вирішення проблеми психофізичного розвитку дитини; подружня згуртованість, спрямована на подолання спільного стресу; включення батьків у корекційно-розвивальний процес; фокусування на позитиві, обдумування стресової ситуації; зіставлення хвороби дитини з іншими випадками; психологічне відволікання на заняття улюбленою справою; 2) порівняно продуктивні, спрямовані на пошук соціальної підтримки: пошук духовної опори, підтримки, порад, допомоги соціальних організацій та окремих людей, які мають подібний досвід, звернення за професійною допомогою; терпеливе очікування результатів психо-соціального розвитку дитини. Паралельно неефективними копінг-стратегіями визначено, наприклад, відмову батьків від будь-яких дій через розпач, надію «на диво» в раптового одужанні дитини, свідоме ігнорування чи дистанціювання від проблеми та інші, оскільки вони лише ослаблюють негативні відчуття і тривогу, не вирішуючи при цьому самої проблеми. У будь-якому разі, підкреслюється, що на вибір людиною стратегії

копінг-поведінки впливають ситуаційні чинники та особистісні особливості.

Ключові слова: дитина з психофізичними порушеннями, чинники стресостійкості батьків, теоретична модель, копінг-ресурси, копінг-стратегії.

Based on scientific and theoretical analysis of the problem of stress resistance, the article presents a newly created theoretical model of personal stress factors of parents of children with psychophysical disorders, which includes the following important components: parameters of psychophysical disorders, opportunities, prospects for development and rehabilitation); features of parents' life situation (place of residence, social environment, professional activity, access to social and educational services, etc.); subjective and objective factors of stress resistance; the specifics of the perception of the stressful situation; coping strategies (productive, relatively productive) and coping resources. The choice of each element of the constructed model is briefly substantiated and the author's vision of their interaction is formulated. Emphasis is placed on several options for coping strategies, the positive feature of which is to encourage parents to analyze the problems of family relationships and solve difficult life situations related to their child's illness. Such coping strategies were: 1) productive, problem-oriented: focusing on finding ways and opportunities to solve the problem of psychophysical development of the child; marital cohesion aimed at overcoming joint stress; inclusion of parents in the correctional and developmental process; focusing on the positive, thinking about a stressful situation; comparison of the child's illness with other cases; psychological distraction to do your favorite thing; 2) relatively productive, aimed at finding social support: finding spiritual support, support, advice, help from social organizations and individuals with similar experiences; seeking professional help; patient anticipation of the results of psycho-social development of the child. At the same time, ineffective coping strategies include, for example, parents' refusal to act out of desperation, hope for a "miracle" in the child's sudden recovery, conscious ignorance or distancing from the problem, and others, because they only reduce negative feelings and anxiety. this is the problem. In any case, it is emphasized that a person's choice of coping behavior strategy is influenced by situational factors and personal characteristics.

Key words: child with psychophysical disorders, stress factors of parents, theoretical model, coping resources, coping strategies.

УДК 159.91

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.33.17>

Кононова М.М.

д. пед. н.,
доцент кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В. Г. Короленка

Кучма Т.В.

аспірант кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В. Г. Короленка

Батьки, що виховують дітей із психофізичними порушеннями, вважаються вразливою категорією, адже стикаються одночасно з різносторонніми життєвими проблемами (психологічними, соціальними, правовими, освітніми, економічними, комунікативними), тому входять до групи осіб із підвищеним ризиком розвитку стресових переживань і пролонгова-

ного стресу, а також кризи сімейних стосунків. Детермінують ці явища об'єктивний стан хвороби дитини і пов'язані з цим повсякденне емоційне навантаження, стан підвищеної тривоги, депресивні настрої, високе відчуття відповідальності в поєднанні із загостреним почуттям власної провини у виникненні порушень у розвитку, соціальна ізоляваність (вимушена або

свідома). Чинники розвитку стресостійкості батьків, що виховують дітей із психофізичними порушеннями, вважаємо ще маловивченими як із причини складності таких досліджень через психологічні бар'єри сімей, так і з причини кожного індивідуального випадку, ступеню тяжкості порушення, якості дитячо-батьківських відносин і об'єктивних можливостей доступу до психологічного супроводу. З огляду на це проблема окреслення напрямів психологічної допомоги потребує ретельного підходу і розробки моделі чинників стресостійкості батьків, яка б відображала найбільш доцільні її компоненти.

У науковій літературі донині вже накопичено певні відомості щодо проблем та стадій адаптації сім'ї до народження та виховання дитини з порушеннями в розвитку (О.Г. Комарова, Л.А. Кисляк, В.В. Юртайкін, О.М. Мастюкова), здійснено низку досліджень щодо загальних та специфічних психологічних проблем у сім'ях дітей із порушеннями психофізичного розвитку за різними нозологіями (Г.А. Волкова, К.А. Даутова, Л.І. Гриценюк, Т.Д. Ілляшенко, С.Ю. Конопляста, Г.В. Кукуруза, В.В. Тарасун, В.В. Ткачова, М.І. Радченко, О.А. Романенко, Т.В. Скрипник, Л.І. Солнцева, С.М. Хорош, Д.І. Шульженко та ін.) та особливостей материнського і батьківського ставлення до дитини з обмеженими можливостями (Є.О. Савіна, К.О. Островська, Г.В. Кукуруза, Є.О. Стещенко, О.Б. Чарова, В.В. Шевчук). Предметом наукових пошуків ставали також питання вивчення механізмів психологічного захисту, копінг-стратегій, особливості стресостійкості батьків дітей із порушеннями психофізичного розвитку (М.С. Голубева, М.А. Зав'ялова, Н.А. Ковалевська, І.О. Куваєва, С.М. Моїсеєва, А.А. Нестерова, А.І. Сергієнко та ін.), а також питання необхідності психолого-педагогічного супроводу і надання корекційної допомоги родинам, які виховують тяжкохворих дітей (Г.В. Кукуруза, О.М. Мастюкова, А.Г. Московкіна, І.І. Мамайчук, М.С. Певзнер, Д.І. Шульженко).

Метою статті стало представлення результатів конструювання теоретичної моделі чинників особистісної стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями. Уможливили досягнення теоретичного моделювання такі психологічні методи, як аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація, абстрагування.

Попередній науково-теоретичний аналіз із теми стресостійкості дав змогу сформулювати чітке уявлення, що сім'я дитини з особливими освітніми потребами в багатьох випадках не може гнучко реагувати на стресові ситуації, стикаючись із ризиком неприйняття чи жорстокого ставлення до себе та своїх дітей із боку сторонніх людей чи навіть родичів, суперечли-

вим особистим ставленням до дитини, внаслідок чого порушується їхнє психічне здоров'я (з'являються прояви агресії, роздратованості, нестриманості, замкнутість, відсторонення від дитини). Сім'я, перебуваючи в стані пролонгованого стресу, часто знаходиться на межі розпаду. Відома українська вчена Д.І. Шульженко, як і чимало інших провідних науковців, наголошує, що поява дитини з порушеннями розвитку для будь-якої сім'ї різко змінює цінності, прагнення, орієнтири й реакції батьків, здорових дітей, близьких родичів, їх психологічний стан, виконання виховної та моральної функції, умови взаємодії із соціумом та навколишнім світом [12, с. 137].

Процес адаптації батьків до життєвих умов, ускладнених хворобою власної дитини, дослідники бачать по-різному. Дехто основними критеріями вважає адекватність батьківсько-дитячих відносин, реабілітаційний потенціал батьків, їхню соціокультурну спрямованість чи власний психологічний стан (Т.Г. Соловйова) [10], інші вчені більш детально підходять до вирішення цього питання, групуючи батьків на тих, хто адекватно ставиться до хвороби своєї дитини й енергійно включається в процес її реабілітації, не забуваючи при цьому про особистісний розвиток, на тих, хто «живе заради дитини», жертвуючи власними інтересами, часом і особистим життям, та тих, хто матеріально всім забезпечує дитину з психофізичними порушеннями, але при цьому не надає їй емоційної підтримки (батьківської), перекладаючи психологічну й фізичну потребу в піклуванні на інших людей (родичів, доглядальниць, реабілітаційні центри і т. п.) (О.В. Хмизова, Н.В. Остапенко) [11].

Встановлено, що з метою подолання екстремальних чи хронічних стресових переживань батьки використовують особистісні сили й можливості, різні захисні механізми й форми копіngu [2; 3; 5; 6; 7]. Врахування цієї інформації, а також провідної ролі параметрів об'єктивного психофізичного порушення дитини на психологічний клімат сім'ї і стало найважливішими складниками сконструйованої теоретичної моделі стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями (рис. 1).

У представлену модель ми вкладаємо кілька ключових положень, від яких залежить подальший напрям наукової роботи з висвітлення стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями.

По-перше, на розвиток стресу і вироблення стійкості до нього впливає час виникнення і тривалість захворювання дитини, ступінь обмеження її психофізичних можливостей та головне – час початку й ефективність корекційно-реабілітаційних заходів стосовно покращення пізнавального, інтелектуального, емоційно-вольового розвитку особи з пору-

шеннями, досягнення рівня соціалізації серед однолітків, перспектив подальшого розвитку.

По-друге, в розвитку стресостійкості має значення характер життєвої ситуації батьків (місце проживання, соціальне оточення сім'ї, професійно-трудова діяльність), можливості їх доступу до інклюзивних закладів освіти, центрів розвитку та соціальної допомоги, необхідність в яких гостро виникає в разі дитячих психофізичних порушень.

По-третє, схилиємося до думки, що провідну роль у розвитку стресостійкості батьків відіграють такі суб'єктивні чинники, як рівень самооцінки батьків, емпатія матері і батька до хворої дитини, локус-контроль, тип вищої нервової системи, рівень особистісної тривожності, самоконтроль емоцій, компоненти Я-концепції (реальне «Я», ідеальне «Я», дзеркальне «Я»), стиль мислення батьків щодо перебігу хвороби і психофізичного відновлення дитини (песимістичний/оптимістичний), інтелектуальний рівень особистості батьків, що впливає на адекватність і критичність погляду на проблему, мотиви й цінності сім'ї (концентрація кожного на власних відчуттях і прагненнях, цілковита концентрація на дитині, любов і взаємна підтримка, незважаючи ні на що тощо).

Четверте положення стосується впливу на стресостійкість батьків дітей із психофізичними порушеннями серії об'єктивних чинників, до яких ми зараховуємо: ступінь інформованості батьків про конкретне психофізичне порушення; оцінка стресової ситуації (критична, напружена, безвихідь, та, яку можна вирішити; порівняння з гіршими випадками); загальний травматичний досвід батьків у складних ситуаціях, починаючи з дитинства (що не стосується хвороби дитини); пошук і отримання соціальної підтримки серед родичів, друзів, фахівців; соціальна ізольованість батьків і дитини; особливості міжособистісної взаємодії й комунікації (дитячо-батьківські стосунки, в тому числі між хворою дитиною та здоровими братами й сестрами).

Грунтуючись на основних акцентах із досліджень психологічного стану і стресостійкості батьків, які виховують дітей із порушеннями психофізичного розвитку, додатковими чинниками стресостійкості можуть бути:

– копінг-ресурси: любов до дитини, особистісні якості, пов'язані з високою нормативністю поведінки матерів (добросовісність, організованість, відповідальність, почуття обов'язку), активність батьків, подружня підтримка чи діадичний копінг, соціальна підтримка [2]; наявність у сім'ї другої дитини без особливостей [8];

– копінг-стратегії: відволікання на інший вид діяльності, що не пов'язаний із батьківством, соціальне відволікання (обговорення з близькими своїх переживань, звернення за

професійною допомогою) [7, с. 106]; стратегія заперечення, догляд або втеча від складної ситуації, «ідентифікація зі щасливчиками», зміна особистісних властивостей, позитивне тлумачення ситуації, переосмислення і зміна ситуації та ін. [9].

Незважаючи на те, що найчастіше батьки так і не знаходять для себе оптимальної копінг-стратегії, вважаємо доцільним погодитися з досвідом науковців, що кращими в забезпеченні стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями стають ті копінг-стратегії, які стимулюють їх до аналізу проблем сімейних стосунків, сприяють спрямованості зусиль для вирішення складної життєвої ситуації:

1) продуктивні (проблемно орієнтовані): фокусування батьків на пошуку шляхів і можливостей вирішення проблеми психофізичного розвитку своєї дитини; подружня згуртованість, спрямована на подолання спільного стресу; включення батьків у корекційно-розвивальний процес; фокусування на позитиві, обдумування стресової ситуації; порівняння хвороби дитини з іншими, більш складними випадками; психологічне відволікання від негативних емоцій і переживань, фізичної втоми завдяки заняттям улюбленою справою;

2) порівняно продуктивні (пошук соціальної підтримки): пошук духовної опори та допомоги, підтримки, порад, схвалення людей, які мають подібний досвід, звернення за професійною допомогою, включення в соціальні організації зі схожими проблемами, терпеливе очікування результатів психосоціального розвитку дитини [1; 3; 7; 8].

У підтриманні внутрішньої рівноваги провідна роль належить рівню сформованості копінг-ресурсів, розвиток яких забезпечує стійкість особистості в реагуванні на несприятливі чинники при зустрічі з ними [5]. Психологи підкреслюють, що вибір людиною стратегії копінг-поведінки залежить від ситуаційних чинників і особистісних особливостей індивіда, які можуть ставати як ресурсами стресостійкості, так і чинниками, які перешкоджають успішному подоланню стресогенної ситуації [13].

Свідомо ми не включаємо в модель стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями ті неефективні копінг-стратегії, які здатні лише послабити негативні відчуття і тривогу шляхом уникнення чи ігнорування проблеми, що абсолютно не вирішує саму проблему та ще й знижує самооцінку батьків (наприклад, відмова від будь-яких дій через розпач; надія «на диво»; свідоме ігнорування чи дистанціювання від проблеми (на книги, спорт, розваги тощо); самозвинувачення у виникненні психофізичного порушення в дитини [13]).



Рис. 1. Теоретична модель чинників особистісної стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями

Взаємодію кожного компонента сконструйованої моделі чинників особистісної стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями подаємо у вигляді такого авторського формулювання: особливості психофізичного порушення дитини зумовлюють зміну стереотипу життєвої ситуації батьків, викликаючи деформації на їх психологіч-

ному, соматичному та соціальному рівнях, що призводить до розвитку стресу, на ефект зменшення або нівелювання якого впливає рівень особистісної стресостійкості батьків, яка своєю чергою залежить від низки об'єктивних і суб'єктивних психологічних чинників, а також копінг-ресурсів і стилю копінг-стратегій у таких ситуаціях.

Висновки та пропозиції. Таким чином, представлена модель враховує специфіку дитячого психофізичного порушення за ключовими параметрами, основні психологічні компоненти стресостійкості особистості, а також найбільш типові процеси копінгу, які здатні вибудувати вибрана категорія батьків у таких ситуаціях. Перспективу подальших досліджень вбачаємо в удосконаленні представленої моделі з наступним емпіричним дослідженням чинників стресостійкості батьків дітей із психофізичними порушеннями.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Войцеховська О., Закалик Г. Сучасні напрями психологічних досліджень копінг-стратегій особистості. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2016. № 2. С. 95–104. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pirpo_2016_2_13
2. Голубева М.С. Совладающее поведение родителей, воспитывающих детей с тяжелыми сенсорными нарушениями : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13. Кострома, 2006. 22 с.
3. Гостунская Я.И., Шеховцова Е.А. Особенности совладающего поведения родителей, воспитывающих детей с нарушением интеллекта. *Мир науки, культуры, образования: международный научный журнал*. 2018. № 5. С. 376–377.
4. Кононова М.М., Кучма Т.В. Сутність стресу як психологічної категорії. *Молодий вчений*. 2021. № 1. С. 28–33.
5. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості : автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Київ, 2009. 39 с.
6. Кукуруза Г.В. Психологічна модель раннього втручання: допомога сім'ям, що виховують дітей раннього віку з порушеннями розвитку : монографія. Харків : Точка, 2013. 244 с.
7. Куваева И.О., Завьялова М.А. Жизнестойкость и совладающее поведение у матерей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья. *Известия Уральского федерального университета. Сер. 1, Проблемы образования, науки и культуры*. 2017. Т. 23, № 4 (168). С. 105–111. URL: <http://hdl.handle.net/10995/54425>
8. Моисеева С.Н. Совладающее поведение матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Иваново, 2017. 296 с.
9. Нестерова А.А., Ковалевская Н.А. Жизнеспособность и стратегии совладания матерей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра. *Вестник МГОУ. Серия : Психол. науки*. 2015. № 3. С. 38–46.
10. Соціально-педагогічна робота з батьками, що виховують дітей з особливими потребами : навчально-методичний посібник / Сост. Н.В. Заверико, Т.Г. Соловйова. Запоріжжя : ПП «Тандем», 2008. 53 с.
11. Хмизова О.В., Остапенко Н.В. Організація психокорекційної роботи з батьками дітей з особливими потребами як складова цілісного процесу ранньої соціальної реабілітації. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика: науково-методичний журнал*. 2011. № 3/4. С. 203–211.
12. Шульженко Д.І. Аутизм – не вирок. Львів : Кальварія, 2010. 224 с.
13. Ярош Н.С. Саногенне мислення як чинник стрес-долаючої поведінки особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2018. 235 с. Бібліогр.: С. 191–206.