

Н.Ф. Портницька, М.В. Соложенцева, І.М. Тичина

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ: КРИЗИ І РЕСУРСИ

Портницька Н.Ф., Соложенцева М.В., Тичина І.М. Психологічне благополуччя батьків дітей з інвалідністю: кризи і ресурси. У статті представлено короткий огляд чинників психологічного благополуччя дорослих людей. Зважаючи на дискусії, що точаться у суспільстві навколо доцільності інклюзивного навчання увага звертається на психологічне благополуччя матерів дітей з інвалідністю. Здійснено опис домінуючих складових психологічного благополуччя батьків дітей з інвалідністю. Виявлено, що загальні тенденції в оцінці якості життя матерями дітей з інвалідністю є спільними із матерями умовно здорових дітей. Окремі відмінності стосуються сфер спілкування та підтримки, а також професійної діяльності. Описані специфічні ресурсні сфери, характерні для кожної з груп досліджуваних, можуть стати предметом психологічної підтримки.

Ключова слова: психологічне благополуччя, спеціальна освіта, ресурси, інклюзивне навчання.

Портницкая Н.Ф., Соложенцева М.В., Тычина И.Н. Психологическое благополучие родителей детей с инвалидностью: кризисы и ресурсы. В статье представлен краткий обзор факторов психологического благополучия взрослых. Обращая внимание на дискуссии, которые окружают вопрос инклюзивного образования, внимание обращено на психологическое благополучие матерей детей с инвалидностью. Описаны доминирующие составляющие психологического благополучия родителей детей с инвалидностью. Вывявлено, что общие тенденции при оценке качества жизни матерями детей с инвалидностью идентичны с оценками качества жизни матерей условно здоровых детей. Отдельные отличия касаются сфер поддержки и общения, а также профессиональной деятельности. Описаны специфические ресурсные сферы, характерные для каждой группы исследуемых, которые могут стать предметом психологической поддержки.

Ключевые слова: психологическое благополучие, специальное образование, ресурсы, инклюзивное обучение.

Постановка проблеми. Проблема психологічного благополуччя у дорослому віці розглядається у контексті соціальних активностей та рольової насиченості різних сфер життя особистості. Соціальна ситуація на сьогодні така, що професійна діяльність займає все більше місця у структурі життєвої активності, і все менше часу залишається на відновлення та виконання інших, в т.ч. й сімейних функцій. Ситуація ускладнюється, якщо у сімейній сфері виникають труднощі, а тим більше, якщо йдеться про інвалідність дитини. Професійна і особистісна самореалізація батьків (в більшості матерів) утруднюється низкою об'єктивних та суб'єктивних чинників, і як наслідок виникає відчуття втрати психологічного благополуччя та ознаки емоційного вигорання.

Реформування системи освіти та запровадження інклюзивних форм навчання сприятиме вирішенню проблем соціалізації як самих дітей з інвалідністю, так і їхніх батьків (які часто змушені відмовлятися від професійного або особистісного розвитку в силу

маломобільності дитини). З іншого боку, очікується, що введення системи інклюзії сприятиме формуванню близьких емоційно благополучних стосунків у системі «батьки - дитина», що в свою чергу, сприятиме підвищенню психологічного благополуччя батьків і дітей.

Аналіз останніх публікацій. Розуміння психологічного благополуччя як ключового критерія психічного здоров'я особистості, закладене у визначенні ВООЗ, визначає значну увагу до цього феномену як на рівні психологічної та психотерапевтичної практики, так і на рівні наукових пошуків. Починаючи від робіт К. Ріфф, Н. Бредберн, психологічне благополуччя як складова психічного здоров'я аналізується у контексті співвідношення стану фізичного та психосоматичного здоров'я (К. Ріфф, Е. Десі), впливу умов соціальних впливів (Н. Бредберн, Е. Дінер), інших характеристик. Здійснено систематику чинників, що впливають на психічне здоров'я та психологічне благополуччя особистості в цілому [1; 6].

Переживання психологічного комфорту (благополуччя) описується через поняття «якості життя» як суб'єктивного задоволення власним життям, відчуття психічного здоров'я та самореалізації [8]. Визначення критично низьких сфер розглядається як предмет психологічної підтримки, тоді як сфери, за якими задоволеність життям достатньо висока, можуть стати ресурсом для відновлення відчуття гармонії та психологічного комфорту. Значна увага звертається на психологічне благополуччя у шкільному а юнацькому віковій періоді, зокрема на його емоційні складові [5], індивідуальні та соціально-зумовлені передумови [9]. Однією із актуальних тенденцій є вплив на психічне здоров'я інтенсивності користування інтернет-ресурсами та гаджетами [7].

Безумовним є вплив сімейних стосунків на якість життя і дітей і їхніх батьків [5]. Зважаючи на багатовекторність сімейних стосунків, припускається, що вони є одним із чинників формування всіх складових співвідносних із психологічним благополуччям [4].

Специфіка психо-соматичного розвитку дітей з інвалідністю зумовлює особливості організації навчально-виховного процесу в цілому, в тому числі й в умовах сімейного виховання. Організація життя вимагає врахування особливостей дитини та відбору способів і шляхів включення її та її батьків у суспільне життя. На думку А.А. Колупаєвої, визначальними у таких сім'ях будуть чинники дитячо-батьківської взаємодії, стресостійкості самих батьків [3], які безпосередньо пов'язані із відчуттям психологічного благополуччя.

Наявна ситуація, коли батьки дітей з інвалідністю опиняються у ситуації відносної соціальної ізоляції внаслідок маломобільності самої дитини, емоційного травмування через усвідомлення «інакшості» дитини та переживання дискримінованості (побутової та соціальної). Залишається невирішеною проблема психологічного благополуччя матерів дітей з інвалідністю, зокрема змістового наповнення його «ресурсної» складової, яка покликана забезпечувати відчуття суб'єктивної задоволеності якістю життя.

Формулювання мети і завдань статті. Одним із завдань дослідження є опис тих сфер психологічного благополуччя батьків дітей з інвалідністю, які могли би стати ресурсом для професійного й особистісного розвитку та гармонізації сімейних стосунків. Ми передбачали, що батьки, чиї діти навчаються у спеціальних класах та школах-інтернатах матимуть нижчі показники психологічного благополуччя, ніж батьки, чиї діти навчаються в «інклюзивних» класах.

Виклад методики і результатів дослідження. Аналіз ресурсів психологічного благополуччя батьків дітей з інвалідністю здійснювався на основі результатів дослідження за методикою «Шкала оцінки якості життя» (Еліот, 1993, в адаптації Н.Є. Водоп'янової) та асоціативного експерименту. Отримані результати аналізувалися за кількома критеріями: загальний рівень якості життя як міра вираженості задоволеності життям; міра вираженості окремих складових психологічного благополуччя; аналіз змістового наповнення категорії «психологічне благополуччя» для досліджуваних цієї групи; опис домінуючих сфер психологічного благополуччя на основі аналізу профілей якості життя.

Для аналізу ресурсної складової підтримки психологічного благополуччя ми здійснили порівняльний аналіз якості життя як міри вираження психологічного благополуччя трьох категорій досліджуваних: 1) батьки, чиї діти навчаються у спеціальних школах-інтернатах (22 особи); 2) батьки, чиї діти навчаються за системою інклюзивного навчання (20 осіб); 3) батьки дітей без інвалідності (20 осіб).

Аналіз рівня якості життя матерів школярів з інвалідністю передбачав визначення міри інтенсивності переживання благополуччя і різних сферах життя. Оскільки дослідження проводилося в умовах школи, контекст вивчення психологічного благополуччя розумівся досліджуваними як такий, що основною складовою містить взаємостосунки із дитиною. Виявлено, що у матерів дітей, що навчаються у спец. класах та матерів умовно здорових дітей домінуючим є середній рівень якості життя (73% і 70% досліджуваних), у групі матерів дітей, що навчаються в «інклюзивних класах» домінуючим є відчуття низького рівня якості життя (близько 60% досліджуваних). Показники, що відповідають високому рівню зустрічаються значно рідше (13%, 15%, 25% відповідно). Відчуття низького рівня якості життя матерями дітей з «інклюзивних» класів може свідчити про їх недостатній рівень адаптованості до актуальної життєвої ситуації, «неоднозначність» соціальної позиції. Домінування середньо-низького рівня якості життя у матерів дітей з інвалідністю попри різний кількісний розподіл свою чергу вимагає детального аналізу ресурсної складової психологічного благополуччя. З цією метою нами здійснено аналіз вираженості окремих ознак психологічного благополуччя у матерів різних груп.

Аналіз структури відчуття задоволеності життям матерями дітей різних груп дозволяє описати основні сфери, що є ресурсами життєстійкості та сфери, які потребують психологічної підтримки (рис. 1.).

Основа психологічного благополуччя матерів всіх груп складають сфери, які описують механізми зовнішньої та внутрішньої підтримки, зокрема спілкування із найближчим оточенням та певний рівень напруженості. Очевидно, у взаємостосунках вони очікують на емоційну підтримку у процесі спілкування із родиною, а відчуття напруженості як стан мобілізованості може розглядатися як необхідний у реагуванні на постійно діючі труднощі сімейного, професійного життя та взаємодії з дитиною, незалежно від її інвалідності. Досліджувані всіх груп достатньо задоволені станом власного здоров'я. Брак самоконтролю, способів вираження негативних емоцій та оптимістичності дестабілізує відчуття психологічного благополуччя. Ми передбачаємо, що йдеться про декілька феноменів: 1) зниження відчуття «керування власним життям», що виникає як результат незначних проявів оптимізму із відсутністю у суспільстві культури вираження негативних емоцій; 2) виховання дитини (в т.ч. й дитини з

інвалідністю) вимагає додаткових витрат зусиль та часу, згодом емоційне виснаження, що спричинює зниження самоконтролю та появу більшої кількості імпульсивних дій та негативних емоцій. Неможливість здійснення самоконтролю, в т.ч. й у контексті переживання і вираження негативних емоцій є ще одним фактором, що знижує оптимістичність щодо власного психологічного комфорту. Саме ці сфери потребують спеціально організованої психологічної підтримки.

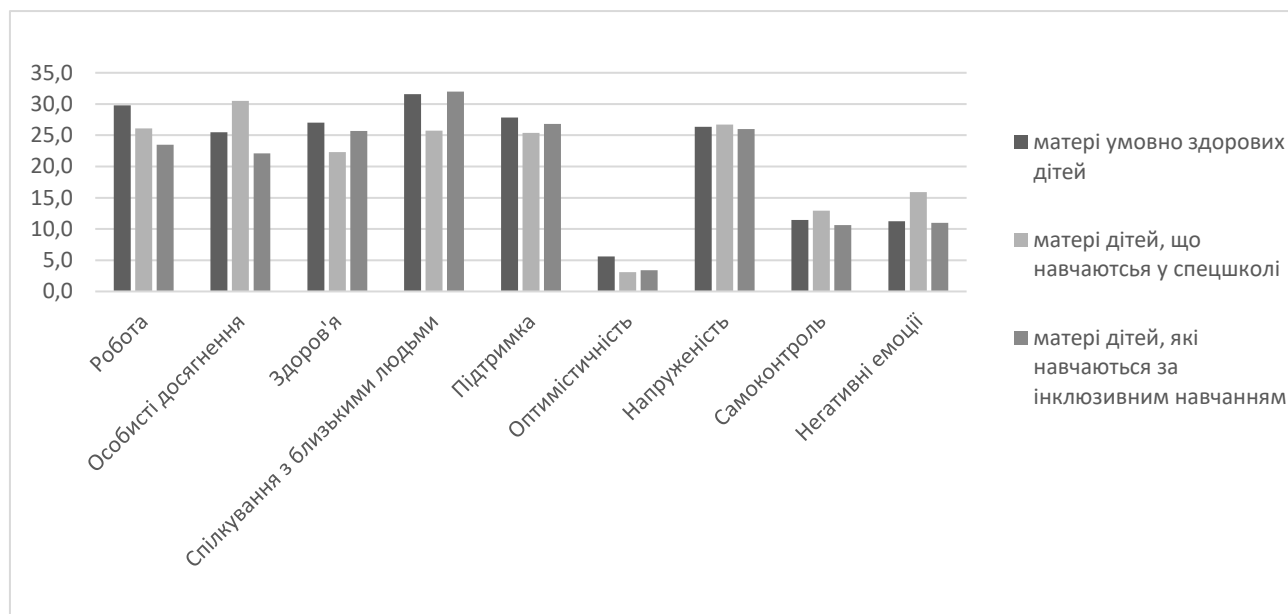


Рис.1. Порівняльний аналіз структури психологічного благополуччя матерів

Водночас у кожній із виділених груп виявлено специфічні ресурси підтримки відчуття задоволеності життям. Так, для матерів умовно здорових дітей значимими є можливість мати роботу, бути включеною до професійних відносин, що сприяє задоволенню потреби у самореалізації.

У групі матерів дітей, що навчаються у спеціальній школі, достатньо виражена задоволеність у сфері особистісних досягнень. На основі результатів індивідуальних бесід із досліджуваними можна припустити існування двох механізмів, що пояснюють домінування цієї сфери: 1) частина матерів демонструє конструктивну позицію щодо інвалідності дитини, що вивільняє ресурси для власного особистісного розвитку; 2) для іншої частини матерів оцінка значимості особистими досягненнями має компенсаторну природу і дозволяє дещо знизити почуття провини за інвалідність дитини; 3) матері, схильні ігнорувати порушення розвитку дитини, перекладаючи відповідальність за її навчання і виховання на інших (в нашому випадку, на педагогів спецшколи). Нижчі показники задоволеності у сфері спілкування із оточенням можуть бути пов'язані із відносною ізоляваністю матерів цієї групи, скільки спілкування з проблем власної дитини в умовах школи-інтернату є обмеженим. Більш детальне вивчення потребує й факт дещо більшого, у порівнянні з іншими, задоволення у сфері вираження негативних емоцій, потребує пояснення механізм переробки таких емоцій.

У групі матерів дітей з «інклюзивних» класів основним ресурсом психологічного благополуччя є можливість спілкування і підтримки у взаємодії із найближчим оточенням. Оскільки йдеться здебільшого про мам молодших школярів, то можна припустити, що така підтримка для них є засобом адаптації до ситуації включення у дитячо-батьківський колектив умовно здорових дітей. Додатковим утруднюючим фактором є часто

стереотипізоване стигматизоване ставлення пересічних школярів, батьків та вчителів до дитини з інвалідністю. Значна кількість вчителів не готова працювати за системою інклюзивного навчання та потребує додаткових підготовчих програм [7]. Цей факт може частково пояснити те, що матері цієї групи найчастіше відмічали низький рівень задоволеності життям (близько 60% досліджуваних). Водночас частина досліджуваних відмічає наявність підтримки у шкільному колективі дитини. Таким чином, спілкування з оточенням, піклування про здоров'я є для цієї групи матерів важливим фактором підтримання якості життя.

Аналіз змістового наповнення категорії «психологічне благополуччя» у свідомості матерів різних груп здійснювався за результатами асоціативного опитування. Для визначення спектру індивідуальних смислів, специфічних для побудови конструкту психологічного благополуччя його опис здійснено у співвідношенні зі змістовим наповненням категорії «щастя» у свідомості досліджуваних. Аналіз отриманих результатів дозволив здійснити реконструкцію семантичного наповнення окреслених категорій. Спільною для досліджуваних всіх груп є семантична близькість категорій «психологічне благополуччя» і «щастя» як таких, що пояснюють можливість «бути здоровим» (23% відповідей), «отримувати задоволення» (36% відповідей), «відчуття гармонії» (17% відповідей), «довіра» (21% відповідей). Водночас виявлено, що категорія «психологічне благополуччя» для матерів в більшій мірі пов'язане із індивідуальними переживаннями та містить конструкти задоволення індивідуальних потреб («самореалізація», «безпека», «задоволеність»), тоді як «щастя» як обов'язкову складову містить сімейні взаємодії («сім'я», «здоров'я близьких», «взаєморозуміння», «відчуття потрібності», «емоційна близькість»). Таким чином, введення у свідомість категорії «психологічне благополуччя» дозволяє жінкам усвідомлювати свою автономність (суб'єктність) у сімейних стосунках, наявність індивідуальних потреб, задоволення яких може стати ресурсом підтримання психологічного благополуччя.

Характерним для матерів умовно здорових дітей є сприймання психологічного благополуччя як тріади «здоров'я – самореалізація – сім'я», де значимим є конструкт «безпека» як необхідна складова. Для матерів, чії діти навчаються у спецшколах, значимими є конструкти «відпочинок – самореалізація», що може відображати потребу «бути видимою для себе». Схожа тенденція виявлена і в групі матерів дітей, які навчаються за інклюзивним навчанням із включенням конструкту «стосунки в сім'ї».

Узагальнення отриманих результатів дозволило виділити у кожній із груп досліджуваних, ступінь вираженості яких вище середнього і які можуть вважатися ресурсами психологічного благополуччя:

Сфери із високим рівнем вираженості	Ресурсні сфери життя матерів, чії діти навчаються у		
	спец. школа	«звичайний» клас	«інклюзивний» клас
	напруженість		
	робота		
	особисті досягнення	здоров'я	
	спілкування з близькими людьми		
	Підтримка (внутрішня і зовнішня)		

Висновки та перспективи подальших досліджень. Аналіз результатів дослідження дозволив описати рівень та змістове наповнення ресурсів відчуття психологічного благополуччя матерів дітей з інвалідністю. Виявлена тенденція

домінування показників оцінки якості життя середнього рівня у матерів дітей, що навчаються у спецшколах, та низького рівня – у матерів дітей, що навчаються за інклюзивним навчанням, може свідчити про недостатню адаптованість останніх до наявної життєвої ситуації.

Узагальнення отриманих результатів дозволило виділити загальні тенденції пошуку ресурсів матерями школярів, незалежно від наявності або відсутності виражених порушень розвитку. Наявність підтримки, як внутрішньої, так і зовнішньої, поряд із відчуттям напруженості є важливим ресурсом підтримання життєвого тону та необхідного психологічного комфорту. Водночас предметом розробки програм психологічної підтримки та психологічної самодопомоги матерям дітей з інвалідністю мають стати ресурси цілепокладання та побудови позитивних життєво значимих цілей, здатності самоконтролю (в т.ч. підвищення стресостійкості), конструктивного вираження негативних емоцій.

Аналіз змістового наповнення категорії «психологічне благополуччя» підтверджує думку про те, що проживання дитини в сім'ї, досвід щоденної взаємодії з нею, включення у різноспрямовані соціальні контакти є важливим фактором психологічного благополуччя не лише самої дитини, але й батьків (зокрема, матерів).

Дослідження не претендує на повноту та вичерпність розкриття проблеми. *Перспективи подальших досліджень* ми вбачаємо у детальному вивченні причин ознак зниження відчуття психологічного благополуччя матерів дітей, що навчаються за системою інклюзивного навчання, та розробку програм підвищення особистісної ресурсності.

Список використаних джерел

1. Каргіна Н.В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект / Наука і освіт. 2015. №3. С. 48- 55
2. Карсканова С.В. Опитувальник "Шкали психологічного благополуччя" К. Ріфф: процес та результати адаптації / Практична психологія та соціальна. 2011. № 1. С. 1-9
3. Колупасва, А. А., Савчук Л. О. Діти з особливими освітніми потребами та організація їх навчання : наук.-метод. посіб. Київ : Наук. світ. 2010. 195 с.
4. Кошонько Г.А. Психологічне здоров'я сучасної сім'ї як життєво важлива функція // <http://elar.khnu.km.ua/jspui/bitstream/123456789/2984/3/10kgajvf.pdf> (дата звернення 21.11.2019)
5. Мешко Г.М., Мешко О.І. Емоційне благополуччя учнів у сучасній школі: реальне і бажане / Практична психологія та соціальна робота. 2008. №4. С.11-16.
6. Ревенко С.П. Аналіз наукових підходів до дослідження психологічного здоров'я та благополуччя особистості та сучасному етапі / Науковий вісник Херсонського університету. Серія Психологічні науки, 2015. №2 (1). С. 85- 89.
7. Savychenko O., Natalia Portnytska. Pilot Study of Stigmatization of Mental Health Problems in the Ukrainian . Educational Environment // Mental Health Global Challenges XXI Century MHGC Proceedings 2018-var.2, p.80-82. <https://www.mhgc21.org/en/mhgc21/events/october2018/MHGC-Proceedings-2018/Pilot-Study-of-Stigmatization-of-Mental-Health-Problems-in-the-Ukrainian-Educational-Environment>
8. Третяк Н.М. Якість життя людини: сутність поняття / irbis-nbuv.gov.ua > cgi-bin > opac > search > gprk_2014_37_34 (дата звернення 21.11.2019)
9. Філіппова І. Ю Індивідуальне соціальне здоров'я як важливий соціокультурний компонент щастя та життєвого благополуччя / Практична психологія та соціальна робота. 2013. N 8. С.

48-56.

10. Ryff C.D. The structure of psychological well-being revisited./ C.D Ryff, C.L.M. Keyes // Journal of personality and social psychology. 1995. Vol.69 P. 719-727. <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf> (дата звернення 21.11.2019)

References transliterated

1. Karhina N.V. Osnovni pidkhody do vyvchennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti: teoretychnyi aspekt / Nauka i osvita. 2015. №3. S. 48- 55
2. Karskanova S.V. Opytuvalnyk "Shkaly psykholohichnoho blahopoluchchia" K. Riff: protses ta rezultaty adaptatsii / Praktychna psykholohiia ta sotsialna. 2011. № 1. S. 1-9
3. Kolupaieva, A. A., Savchuk L. O. Dity z osoblyvymy osvitimy potrebamy ta orhanizatsiia yikh navchannia : nauk.-metod. posib. Kyiv : Nauk. svit. 2010. 195 s.
4. Koshonko H.A. Psykholohichne zdorovia suchasnoi simi yak zhyttievo vazhlyva funktsiia // <http://elar.khnu.km.ua/jspui/bitstream/123456789/2984/3/10kgajvf.pdf> (data zvernennia 21.11.2019)
5. Meshko H.M., Meshko O.I. Emotsiine blahopoluchchia uchniv u suchasni shkoli: realne i bazhane / Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota. 2008. №4. S.11-16.
6. Revenko S.P. Analiz naukovykh pidkhodiv do doslidzhennia psykholohichnoho zdorovia ta blahopoluchchia osobystosti ta suchasnomu etapi / Naukovyi visnyk Khersonskoho universytetu. Seriia Psykholohichni nauky, 2015. №2 (1). S. 85- 89.
7. Savychenko O., Natalia Portnytska. Pilot Study of Stigmatization of Mental Health Problems in the Ukrainian . Educational Environment // Mental Health Global Challenges XXI Century MHGC Proceedings 2018-var.2, p.80-82. <https://www.mhgc21.org/en/mhgc21/events/october2018/MHGC-Proceedings-2018/Pilot-Study-of-Stigmatization-of-Mental-Health-Problems-in-the-Ukrainian-Educational-Environment>
8. Tretiak N.M. Yakist zhyttia liudyny: sutnist poniattia / [irbis-nbuv.gov.ua > cgi-bin > opac > search > gipk_2014_37_34](http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/opac/search/gipk_2014_37_34) (data zvernennia 21.11.2019)
9. Filippova I. Yu Indyvidualne sotsialne zdorovia yak vazhlyvyi sotsiokulturnyi komponent shchastia ta zhyttievoho blahopoluchchia / Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota. 2013. N 8. S. 48-56.
10. Ryff C.D. The structure of psychological well-being revisited./ C.D Ryff, C.L.M. Keyes // Journal of personality and social psychology. 1995. Vol.69 P. 719-727. <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf> (data zvernennia 21.11.2019).

Portnytska N., Solozhentseva M., Tychyna I., Psychological well-being of parents, whose children has disabilities: crisis and resources. One of the current trends of today's society is the introduction of inclusive education. It should improve the socialization of children, facilitate the formation of parent-child relationships and, as a consequence, enhance the psychological well-being of both children and parents. At the same time, a number of factors can complicate professional and personal self-realization of parents. One of the list – children`s disability.

Description of the psychological well-being factors of mothers, who have children with disabilities, is described in the article. During the research "Scale of psychological well-being" (Elioth) and elements of associative experiment were used. These methods gave us opportunity to analyse resource component of psychological well-being of mothers, who are growing up children with disabilities.

Due to the results of the research, we found out, that mothers, whose children are studying in inclusive classes has lower level of psychological well-being. Possible reason of it can be low adaptiveness to current life situation.

Representatives of all groups were found to be sufficiently satisfied with their health, but a lack

of self-control, ways of expressing negative emotions and optimism reduced the sense of psychological well-being. By results, for mothers whose children are learning through inclusive education and in ordinary classes, health and communication with loved ones are life-span resources. Including these two factors, mothers, whose children are studying in ordinary classes, has additional resource – work. Mothers, whose children are studying in special schools, resources spheres are work and personal achievements. Common sphere for all moms is support (incoming and inner) and a feeling of tension.

Analysis of the content of the category "psychological well-being" confirms the opinion that living a child in the family, the experience of daily interaction with his/her, engaging in multidirectional social contacts is an important factor in the psychological well-being of not only the child itself, but also parents (in particular, mothers).

Keywords: psychological well-being, specialized education, resources, inclusive education.