

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Лебедева О. В., Луковникова А. А.

В статье представлен развернутый теоретико-аналитический обзор проблемы кризисных состояний родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Актуальность исследования обусловлена социально-экономической нестабильностью современного общества, ростом неопределенности и увеличением числа семей, находящихся в условиях пролонгированного психоэмоционального напряжения, связанного с нарушением развития ребенка. Кризисные состояния родителей рассматриваются как многофакторный психологический феномен, формирующийся под воздействием индивидуально-личностных, семейных и социально-экономических условий. Анализируются основные научные подходы к пониманию кризиса и кризисного состояния в отечественной и зарубежной психологии, раскрываются психологические механизмы кризиса родительства, включая переживание утраты ожиданий, трансформацию родительской идентичности, хронический стресс и синдром родительского выгорания. Обосновывается необходимость системного психолого-педагогического сопровождения родителей детей с ОВЗ как условия профилактики дезадаптации и эмоционального истощения.

Ключевые слова: кризис, кризисные состояния, родители детей с ОВЗ, психологический кризис, родительское выгорание, хронический стресс, психолого-педагогическое сопровождение

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF CRISIS STATES OF PARENTS RAISING CHILDREN WITH DISABILITIES

Lebedeva O. V., Lukovnikova A. A.

The article presents a detailed theoretical and analytical review of the problem of crisis conditions of parents raising children with disabilities. The relevance of the study is due to the socio-economic instability of modern society, increasing uncertainty and an increase in the number of families experiencing prolonged psychoemotional stress associated with impaired child development. Parents' crisis states are considered as a multifactorial psychological phenomenon that is formed under the influence of individual, personal, family, and socio-economic conditions. The main scientific approaches to understanding the crisis and crisis state in domestic and foreign psychology are analyzed, the psychological mechanisms of the parenting crisis are revealed, including experiencing loss of expectations, transformation of parental identity, chronic stress and parental burnout syndrome. The necessity of systematic psychological and pedagogical support for parents of children with disabilities as a condition for the prevention of maladaptation and emotional exhaustion is substantiated.

Keywords: crisis, crisis states, parents of children with disabilities, psychological crisis, parental burnout, chronic stress, psychological and pedagogical support

Введение

В условиях современного общества проблема кризисных состояний личности приобретает особую актуальность, что обусловлено совокупностью социально-экономических, культурных и психологических факторов. Ускорение темпа жизни, нестабильность социальных институтов, рост неопределенности и расширение спектра стрессогенных воздействий усиливают психологическую уязвимость различных социальных групп [2].

Особое место среди них занимают родители, воспитывающие детей с ограниченными возможностями здоровья. Ситуация инвалидности или стойкого нарушения развития ребенка является длительным психотравмирующим фактором, который затрагивает все сферы жизнедеятельности семьи – эмоциональную, социальную, экономическую и экзистенциальную. В отличие от острых кризисов, связанных с единичными травмирующими событиями, кризис родителей детей с ОВЗ носит пролонгированный характер и сопровождает семью на протяжении многих лет [11].

Рождение ребенка с ОВЗ либо последующая постановка диагноза приводит к радикальной трансформации жизненных планов родителей, их представлений о будущем, системе ценностей и родительской идентичности. В ряде случаев данная ситуация запускает процесс глубокой личностной дезорганизации, сопровождающейся хроническим стрессом, эмоциональным истощением и нарушением адаптационных механизмов.

Современные исследования подчеркивают, что кризисные состояния родителей не могут рассматриваться как однородное или универсальное явление. Напротив, они обладают выраженной многофакторной природой и зависят от сочетания индивидуально-личностных характеристик родителей, особенностей семейной системы и социально-экономических условий, в которых функционирует семья [9].

Как отмечают многие авторы, в практике психологического сопровождения наблюдается тенденция фокусирования помощи преимущественно на ребенке, тогда как субъективные переживания родителей, их кризисные реакции и ресурсные ограничения остаются вне поля системного профессионального внимания. Это приводит к закреплению дезадаптивных стратегий совладания и повышает риск эмоционального выгорания родителей [6].

Целью настоящей статьи является теоретический анализ психологических аспектов кризисных состояний родителей, воспитывающих детей с ОВЗ, с акцентом на их многофакторную природу, а также обоснование необходимости комплексного психолого-педагогического сопровождения таких семей.

Материалы и методы

Исследование носит теоретико-аналитический характер. В качестве основных методов использованы анализ, обобщение и систематизация научных источников отечественных и зарубежных авторов, посвященных проблемам кризисов, кризисных состояний личности, психического развития детей с ОВЗ и особенностей функционирования семей, воспитывающих детей с нарушениями развития.

В процессе исследования были проанализированы труды Э. Линдемманна, Э. Эриксона, Ф.Е. Василюка, К.Г. Юнга, Р. Ассаджиоли, С. Гроффа, В.В. Козлова, Л.Н. Юрьевой, И.Г. Малкиной-Пых, О.В. Гладковой, С.Н. Петросьян, а также современные исследования,

посвященные синдрому родительского выгорания и психологическому сопровождению родителей детей с ОВЗ.

Методологической основой исследования выступили системный подход, позволяющий рассматривать кризис родителей в контексте семейной системы, гуманистический подход, ориентированный на анализ субъективного опыта и переживаний родителей, а также экзистенциальный подход, в рамках которого кризис рассматривается как ситуация утраты смыслов и необходимости их переосмысления.

Результаты исследования

Проведенный теоретический анализ позволяет рассматривать кризисные состояния родителей, воспитывающих детей с ОВЗ, как пролонгированный и многоуровневый психологический процесс, включающий эмоциональные, когнитивные и поведенческие изменения личности. В отличие от нормативных возрастных или ситуационных кризисов, данные состояния носят хронический характер и обусловлены длительным воздействием стрессогенных факторов, связанных с особенностями развития ребенка и условиями жизнедеятельности семьи.

В зарубежной психологии кризис изначально рассматривался в контексте реакций личности на утрату и травму. Э. Линдемманн, анализируя реакции на потерю близких, описал кризис как острое психическое состояние, сопровождающееся дезорганизацией эмоциональной и поведенческой сфер, и выделил закономерные стадии его протекания. Его работы стали методологической основой для понимания кризиса как процесса, требующего специализированной психологической интервенции.

В теории психосоциального развития Э. Эриксона кризис рассматривается как нормативный компонент развития личности. Каждый возрастной этап, по Эриксону, сопровождается специфическим кризисом, разрешение которого определяет дальнейшую траекторию личностного развития. Применительно к родителям детей с ОВЗ данный подход позволяет рассматривать кризис как столкновение между ожиданиями и реальностью родительства, требующее перестройки идентичности.

Экзистенциально-гуманистическая традиция акцентирует внимание на смысловом измерении кризиса. В работах К.Г. Юнга кризис соотносится с процессом индивидуации и внутренней трансформации личности [10]. С. Гроф и К. Гроф подчеркивали, что «правильно понятый и рассматриваемый в качестве трудной стадии естественного развития духовный кризис может привести к спонтанному исцелению различных эмоциональных и психосоматических расстройств, к благоприятным изменениям личности, к разрешению важных жизненных проблем» [3, с. 18].

В отечественной психологии ключевым является подход Ф.Е. Василюка, который определял кризис как «ситуацию невозможности, в которой субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних потребностей своей жизни (мотивов, ценностей, стремлений и другое)» [1, с. 63]. Кризисное состояние в данной логике представляет собой глубинную дезорганизацию внутреннего мира личности, требующую качественной перестройки.

Л.Н. Юрьева рассматривает кризисное состояние как временную дезинтеграцию личности, которая может иметь как негативный, так и позитивный исход. Позитивная дезинтеграция связана с формированием нового уровня целостности личности, тогда как негативная сопровождается устойчивыми деструктивными изменениями [11].

Анализ научных источников позволяет утверждать, что кризисные состояния родителей детей с ОВЗ имеют выраженную многофакторную природу. Их формирование обусловлено взаимодействием индивидуально-личностных, семейных и социально-экономических факторов.

К индивидуально-личностным факторам относятся уровень психологической устойчивости родителей, особенности эмоциональной регуляции, локус контроля, система жизненных ценностей, уровень жизнестойкости и субъективного благополучия [9]. Родители с низким уровнем личностных ресурсов демонстрируют более выраженные кризисные реакции и склонность к дезадаптивным стратегиям совладания.

Семейные факторы включают особенности внутрисемейных отношений, распределение ролей и ответственности, уровень эмоциональной поддержки между супругами, наличие или отсутствие расширенной семейной сети. Конфликтные или дисфункциональные семейные отношения усиливают кризисные переживания родителей и повышают риск эмоционального выгорания [6].

Социально-экономические факторы охватывают уровень материального благополучия семьи, доступность медицинской, образовательной и психологической помощи, а также степень социальной поддержки и уровень стигматизации. Социально-экономическая нестабильность и дефицит поддержки выступают значимыми стрессорами, усугубляющими кризисные состояния родителей.

Одним из ключевых проявлений кризисных состояний родителей является синдром родительского выгорания. В зарубежной и отечественной психологии данный феномен рассматривается как результат длительного эмоционального и физического истощения, связанного с выполнением родительских функций в условиях повышенной ответственности и ограниченности ресурсов [5].

Исследователи подчеркивают, что родительское выгорание по своим механизмам сходно с профессиональным выгоранием, однако отличается более глубокой личностной

вовлеченностью и отсутствием возможности «выхода из роли». Процесс выгорания развивается постепенно — от избыточной вовлеченности и игнорирования собственных потребностей до эмоционального отчуждения, психосоматических нарушений и утраты субъективного смысла родительства.

Особую уязвимость в контексте кризисных состояний демонстрируют родители детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития, а также семьи, находящиеся в условиях ограниченных социально-экономических ресурсов. Хронический стресс, связанный с необходимостью постоянного ухода за ребенком, медицинского сопровождения, коррекционно-развивающей помощи и взаимодействия с различными институциональными структурами, существенно снижает адаптационные возможности родителей и способствует формированию устойчивого кризисного состояния [2].

Социально-экономические условия выступают значимым фоном, на котором разворачиваются кризисные переживания родителей. Низкий уровень материального благополучия, ограниченный доступ к специализированной помощи, дефицит социальных льгот и нестабильность занятости усиливают чувство беспомощности и неопределенности будущего. В сочетании с социальной стигматизацией семей, воспитывающих детей с ОВЗ, это приводит к формированию социальной изоляции и снижению субъективного ощущения поддержки [8].

Анализ научных источников показывает, что кризисные состояния родителей усугубляются фрагментарностью психологической помощи и ориентацией сопровождения преимущественно на ребенка, а не на семью в целом. В результате эмоциональные переживания родителей, их кризисные реакции и ресурсные ограничения нередко остаются вне поля профессионального внимания. Это способствует закреплению дезадаптивных копинг-стратегий, таких как избегание, эмоциональное подавление, гиперконтроль или, напротив, отстраненность от родительской роли [6].

Существенное значение в структуре кризисных состояний имеют личностные ресурсы родителей. К ним относятся «позитивное самоотношение, доверие к людям и себе, самоэффективность, самоактуализацию и самопонимание, жизнестойкость, оптимизм, аффективную устойчивость, эмоциональную саморегуляцию или способность эффективно справляться с эмоциональным напряжением и негативными эмоциями (тревогой, гневом, виной), экстраверсию, толерантность к неопределенности, рефлексивность, эмоциональный интеллект» [9, с. 5]. Исследования показывают, что наличие данных ресурсов способствует сохранению психологического благополучия даже в условиях длительного стресса, связанного с воспитанием ребенка с ОВЗ.

Кризисные состояния родителей оказывают непосредственное влияние на детско-родительские отношения. Наблюдается поляризация воспитательных стратегий — от гиперопеки, сопровождающейся подавлением автономии ребенка, до эмоционального отчуждения и снижения вовлеченности. Подобные «деформации в детско-родительских отношениях могут принимать различные формы и виды. При этом, нарушения в семейных отношениях и воспитании ребенка отрицательно сказывается не только на внутрисемейных отношениях, но и на успешности социализации ребенка, освоении им культурных ценностей и норм, правил поведения в обществе» [7, с. 899].

Таким образом, кризисные состояния родителей, воспитывающих детей с ОВЗ, представляют собой системный феномен, формирующийся в результате взаимодействия индивидуально-личностных, семейных и социально-экономических факторов. Их проявления выходят за рамки индивидуального психологического неблагополучия и затрагивают функционирование семьи в целом, что требует комплексного подхода к анализу и сопровождению.

Обсуждение и заключение

Проведенный теоретический анализ позволяет рассматривать кризисные состояния родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, как многоуровневое и многофакторное психологическое явление, отличающееся пролонгированным характером и высокой интенсивностью субъективных переживаний. В отличие от нормативных жизненных кризисов, данные состояния обусловлены не единичным травмирующим событием, а длительным воздействием стрессогенных факторов, связанных с особенностями развития ребенка и условиями жизнедеятельности семьи.

Кризис родителей в данном контексте формируется на пересечении нескольких плоскостей: индивидуально-личностной, семейной и социальной. Индивидуально-личностные особенности родителей определяют глубину и характер кризисных переживаний, семейные отношения могут выступать как ресурсом, так и фактором риска, а социально-экономические условия во многом задают уровень доступности поддержки и возможностей адаптации.

Особое значение имеет переживание утраты ожиданий и трансформация родительской идентичности, которые лежат в основе кризисного опыта родителей детей с ОВЗ. Данный процесс сопровождается разрушением прежней картины мира и требует формирования новых смыслов родительства и жизненных ориентиров. При отсутствии профессиональной помощи кризисные состояния могут закрепляться и приводить к эмоциональному истощению, родительскому выгоранию и дезадаптивным формам взаимодействия с ребенком.

В то же время анализ научных подходов позволяет рассматривать кризис не только как источник дезадаптации, но и как потенциальную точку личностного роста. В рамках гуманистического и экзистенциального подходов подчеркивается, что при наличии адекватной поддержки кризис может стать условием переосмысления жизненного опыта, формирования новых ресурсов и повышения психологической устойчивости родителей [1, 6].

В этой связи особую актуальность приобретает системное психолого-педагогическое сопровождение родителей, воспитывающих детей с ОВЗ. Оно должно быть ориентировано не только на информирование и консультирование, но и на работу с эмоциональными переживаниями родителей, профилактику родительского выгорания, развитие ресурсных состояний и формирование устойчивых копинг-стратегий.

Таким образом, кризисные состояния родителей детей с ОВЗ следует рассматривать как значимую междисциплинарную проблему, требующую комплексного подхода и интеграции усилий психологов, педагогов и социальных специалистов. Своевременное и адресное сопровождение родителей выступает важным условием сохранения психологического благополучия семьи и оптимизации условий развития ребенка.

Список использованных источников

1. Василюк Ф.Е. Психология переживания: монография. М.: МГУ, 1984. 240 с.
2. Гладкова О.В. Психодиагностика кризисных состояний графологическим методом // APRIORI. Серия: Гуманитарные науки. 2014. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihodiagnostika-krizisnyh-sostoyaniy-grafologicheskim-metodom> (дата обращения: 11.12.2025).
3. Гроф С., Гроф К. Духовный кризис. Когда преобразование личности становится кризисом / Пер. с англ. А.С. Ригина, под ред. В.В. Майкова. М.: Класс, 2000. 288 с. URL: https://pedlib.ru/Books/5/0337/5_0337-18.shtml (дата обращения: 10.12.2025).
4. Козлов В.В. Кризис как предмет психологической работы // Седьмая волна психологии: межвуз. научн. сб. Вып. 1 / под ред. В. Козлова, Н. Качановой. Ярославль, Минск: Изд-во МАПН: Изд-во ЯрГУ, 2006. С. 5-13. URL: <http://zikozlov.ru/collections/7wave1-2006.pdf> (дата обращения: 12.12.2025).
5. Мамонова Е.Б., Колесникова О.Н. Синдром родительского выгорания в зарубежной и отечественной психологии // Нижегородский психологический альманах. 2023. № 2. URL: <https://psykaf417.esrae.ru/ru/38-r423> (дата обращения: 15.12.2025).
6. Морозова Л.Б., Яшина Я.М. Проблемы психологического сопровождения родителей, воспитывающих детей с интеллектуальными нарушениями // Нижегородский

психологический альманах. 2025. № 1. URL: <https://psykaf417.esrae.ru/41-506> (дата обращения: 15.12.2025).

7. Оверченко М.В. Основные виды деформаций детско-родительских отношений в современной семье // Экономика и социум. 2018. №12 (55). С. 895-900.

8. Петросьян С.Н. Кризисное состояние личности как психологический феномен // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2016. – №2 (178). – С. 85-94.

9. Семенова Л.Э., Божкова Е.Д., Конева И.А. Личностные ресурсы психологического благополучия матерей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью // Вестник Мининского университета. 2022. №1 (38). URL: <https://www.minin-vestnik.ru/jour/article/view/1327> (дата обращения: 13.12.2025).

10. Юнг К.Г. Структура психики и процесс индивидуации. М.: Наука, 1996. 267с.

11. Юрьева Л.Н. Кризисные состояния: монография. Днепропетровск: Атр-пресс, 1998. 156 с.

Лебедева Оксана Валерьевна, доктор психологических наук, доцент, профессор ФГБОУ ВО «НГПУ им. Козьмы Минина», Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: lebedeva-oksana.nn@yandex.ru, 8(831)262-20-44 #344

Луковникова Анастасия Алексеевна, магистрант ФГБОУ ВО «НГПУ им. Козьмы Минина», Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: nalukovnikova@yandex.ru

Lebedeva Oksana Valerievna, Doctor of Psychology, Associate Professor, Professor Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin, Russian Federation, e-mail: lebedeva-oksana.nn@yandex.ru, 8(831)262-20-44 #344

Lukovnikova Anastasia Alekseevna, Master's student, Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin, Russian Federation, e-mail: nalukovnikova@yandex.ru

5.3.8. Коррекционная психология и дефектология

8 стр.