

призвели до болісних емоцій. І, якщо людина здатна перетворити ці емоції та переконання на новий досвід, розширюється її репертуар поведінки, вона швидше адаптується до нових обставин та приймає нове середовище.

**Висновки.** В інклюзивному освітньому середовищі важливо враховувати індивідуальні особливості всіх його учасників, і, не завжди, цей процес відбувається гладко та врівноважено. Інноваційність інклюзивної освіти викликає чимало труднощів, в числі яких: професійна некомпетентність та слабка гнучкість деяких педагогів, упереджене ставлення батьків до навчання їхніх дітей в інклюзивних класах, і психологічна напруга та збільшення навантаження у вчителів інклюзивних класів порівняно з педагогами інших класів.

В умовах становлення інклюзивного освітнього середовища виникає необхідність забезпечення цього процесу комплексом методів соціально-психологічної підтримки або супроводу. Ефективним серед них є фасилітація почуття причетності у батьків і учнів до спільного освітнього інклюзивного середовища. Однією з технік фасилітації причетності є рефлексивна модель 4F, що надає можливість учасникам проаналізувати власні почуття, поглянути на неприємну подію об'єктивно та спрогнозувати майбутнє відповідно до фактів і почуттів, тобто поставитися до проблемної теми більш емоційно грамотно.

**Капустюк О. М.,**

к.психол.н., с.н.с.,

с.н.с. лабораторії психології спілкування,

Інститут соціальної та політичної психології

НАПН України,

м. Київ;

**Бондар Т. М.,**

психолог-конфліктолог,

представниця ГО «Долоні»,

м. Київ

## **ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ БАТЬКІВ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ У РОЗВИТКУ: ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ**

**Вступ.** У сучасному суспільстві все більше приділяється увага проблемам, що стосуються дітей з порушеннями у розвитку різного генезису. Це обумовило розвиток всіляких напрямків надання допомоги цій категорії дітей в освіті, медицині та інших важливих сферах життєдіяльності.

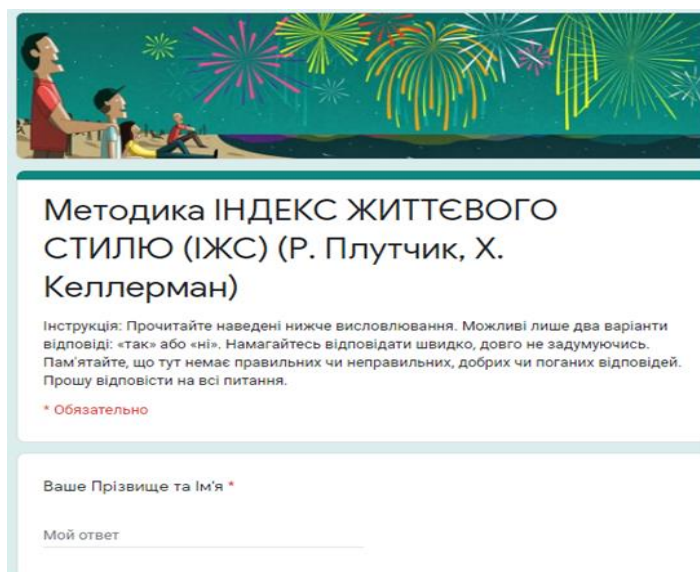
Однак, одним з найбільш важливіших аспектів благополуччя дітей з порушеннями у розвитку є створення навколо них відповідних сприятливих умов, і це стосується не лише громадського життя, а й такої необхідної для них атмосфери в родинному колі. Адже саме тут, в родині, батьківській сім'ї, концентрується велика кількість проблем і складнощів. Перш за все це

пов'язано з тим величезним навантаженням та випробуваннями, через які мають, і проходять кожного дня, батьки, що виховують дітей з особливостями розвитку. Оскільки вони потребують дуже багато енергії, внутрішніх ресурсів, терпіння, любові й уваги з боку рідних, – дуже складне завдання, що пов'язане з різноманітними непростими життєвими проблемами. Подолання й вирішення цих проблем супроводжується, зазвичай, стресами для всієї родини, які можуть провокувати деформуючий вплив на психіку. А це, в свою чергу, сприяє виникненню страхів, істерик, депресивних станів, відчуття самотності й непотрібності, забутості усіма, розгубленості.

У більшості випадків підвищене нервово-психічне напруження відчують саме батьки, і найсильніше зазвичай той з батьків (мати чи батько), хто найбільше перебуває з дитиною, хто найглибше відчуває на собі тиск, не завжди справедливого й байдужого до їхніх проблем, суспільства.

Отже, *об'єктом* емпіричного дослідження став феномен емоційного вигорання у батьків, *предметом* взаємозв'язок особистісних характеристик з рівнем емоційного вигорання у батьків. А на *меті* нашого дослідження було дослідити роль особистісних чинників у виникненні феномену емоційного вигорання у батьків, що виховують дітей з порушеннями у розвитку.

**Результати дослідження.** Емпірична частина експерименту проводилася дистанційно через гугл-форми (окрема форма для кожної методики, Рис. 1.). Досліджуваними мали стати батьки різних регіонів України, які виховують дітей з порушеннями у розвитку та які виявлять бажання взяти участь у нашому дослідженні (опитування було добровільне). Вибірку склали лише жінки: 61 особа віком від 32 до 47 років. Чоловіки, які виховують дітей з порушеннями у розвитку, відмовилися від опитування, вважаючи, що це втручання в їхнє особисте життя, яким вони не готові поділитися.



Методика ІНДЕКС ЖИТТЄВОГО СТИЛЮ (ІЖС) (Р. Плутчик, Х. Келлерман)

Інструкція: Прочитайте наведені нижче висловлювання. Можливі лише два варіанти відповіді: «так» або «ні». Намагайтесь відповідати швидко, довго не задумуючись. Пам'ятайте, що тут немає правильних чи неправильних, добрих чи поганих відповідей. Прошу відповісти на всі питання.

\* **Обязательно**

Ваше Прізвище та Ім'я \*

Мой ответ

Рис.1. Гугл-форма методики «Індекс життєвого стилю»

З метою визначення рівня вираженості емоційного вигорання було взято методику «Психологічне вигорання», розроблену Н. Є. Водоп'яною, О. С. Старченковою на основі моделі К. Маслач та С. Джексон. За шкалою «емоційне виснаження» ми отримали наступні результати.

Середній рівень виснаження характерний для 26 досліджуваних жінок, що становить 43% від загальної кількості досліджуваних, а 57%, або 35 респонденток мають високий рівень виснаження. При цьому, потрібно відмітити, що ми не мали жодної особи, яка б отримала низький бал за цією шкалою, або хоча б наближалася до низького рівня. Мінімальний бал тут був 20.

Розподіл за двома іншими шкалами даної методики «деперсоналізація» й «редукція особистих досягнень», а також як розподілилися респондентки за цими шкалами залежно від рівня виснаження подано у таблиці 1.

За шкалою «деперсоналізація» респондентки розподілилися за трьома рівнями вираженості даного показника. Ми маємо 11 жінок з низьким рівнем вираженості, або 18% від загальної кількості, середній рівень характерний для 16 досліджуваних, або 26% і високий рівень за результатами тестування показали 34 жінки, або 56% від загальної вибірки.

Це говорить про те, що для жінок, що виховують дітей з порушеннями у розвитку, присутня певна деформація у відносинах з іншими людьми.

*Таблиця 1.*

**Розподіл респондентів за шкалами методики «Емоційне вигорання» (n=61)**

Шкали за методикою «Емоційне вигорання»		Емоційне виснаження				Заг. кіль-ть
		Середній рівень		Високий рівень		
		Кіл-ть	%	Кіл-ть	%	
Деперсоналізація	Низький рівень	11	18	0	-	11
	Середній рівень	9	15	7	11	16
	Високий рівень	6	10	28	46	34
Редукція особистих досягнень	Низький рівень	5	8	0	-	5
	Середній рівень	18	30	9	15	27
	Високий рівень	3	4	26	43	29

В одних випадках ми можемо говорити про підвищену залежність від оточуючих, підвищення значущості зовнішніх оцінок. В інших – ми будемо говорити про достатньо високий рівень негативізму, цинічності установок і почуттів по відношенню до близьких.

За шкалою «редукція особистих досягнень» маємо також три групи. До групи з низьким рівнем за даним фактором потрапило 5 осіб, або 8% досліджуваних; до групи з середнім рівнем – 27 осіб, або 44% від загальної вибірки; до групи з високим рівнем за фактором редукції особистих

досягнень потрапило 29 жінок, або 48% респонденток. Що демонструє тенденції до негативного оцінювання себе, своїх досягнень та успіхів, в кращому випадку вони не помічаються. Негативне ставлення до будь-яких пропозицій щодо будь-яких можливостей. Або ми можемо також говорити в даному випадку про нівелювання особистої гідності, обмеженні своїх можливостей, обов'язків щодо близьких.

Розглянемо розподіл за шкалою «деперсоналізація» відносно емоційного виснаження досліджуваних. Для більшої наочності інформацію подамо у вигляді гістограми (Рис.2.).

Отже, із середнім рівнем виснаження мають низький рівень за шкалою «деперсоналізація» 11 жінок (18%), середній рівень характерний для 9 осіб (15%), і високий рівень характерний для 6 респонденток (10%). З високим рівнем виснаження розподілилися за шкалою «деперсоналізація» наступним чином: середній рівень мають 7 осіб (11%), високий рівень – 28 жінок, або 46% від загальної кількості респонденток.

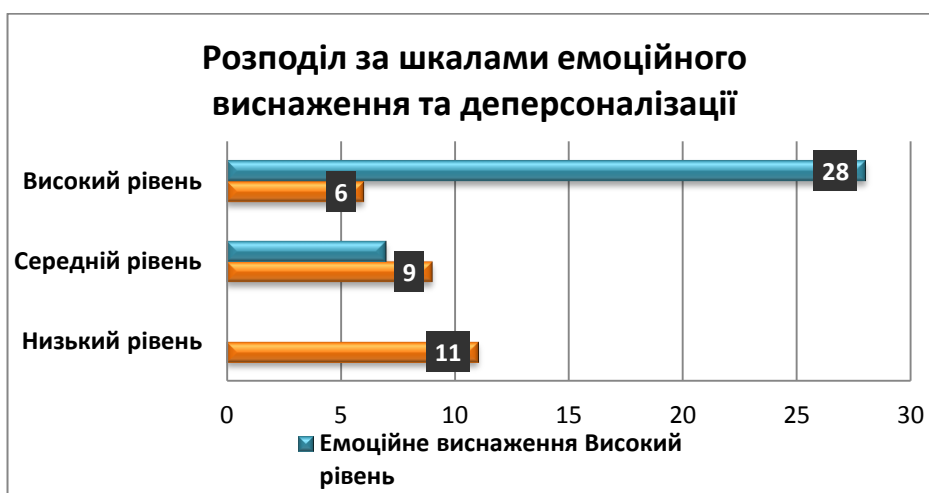


Рис. 2. Розподіл за шкалою «деперсоналізація» відносно емоційного виснаження досліджуваних (n=61)

Розподіл за шкалою «редукція особистих досягнень» в контексті емоційного виснаження подано на гістограмі (Рис. 3.).

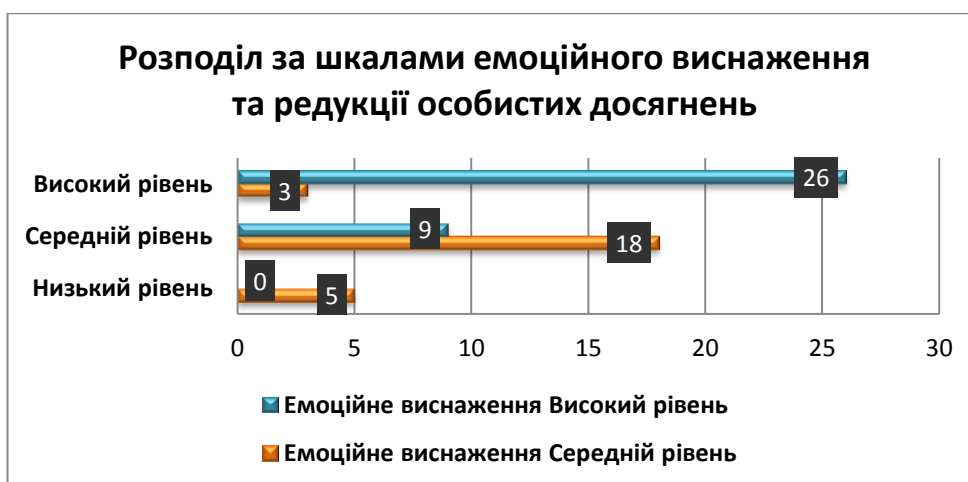


Рис. 3. Розподіл за шкалою «Редукція особистих досягнень» відносно емоційного виснаження досліджуваних (n=61)

Тут розподіл відбувся наступним чином: найбільше респондентів з високим рівнем емоційного виснаження до підгрупи з високим рівнем редукції особистих досягнень – 26 жінок, що виховують дітей з порушеннями у розвитку, що становить 43% від загальної кількості досліджуваних, за цією підгрупою йде підгрупа з середнім рівнем емоційного виснаження й середнім рівнем редукції особистих досягнень – 18 жінок (30%), далі підгрупа з високим рівнем емоційного виснаження й середнім рівнем редукції особистих досягнень – 9 респонденток (приблизно 15%), наступна підгрупа – середній рівень емоційного виснаження й низький рівень редукції особистих досягнень – 5 осіб або 8% від загальної вибірки. Остання підгрупа – це підгрупа для якої характерні середній рівень емоційного виснаження й високий рівень редукції особистих досягнень. До цієї підгрупи потрапило 3 жінки, які є мамами діток з порушеннями у розвитку, що становить 4% від загальної кількості респонденток.

Таким чином, можемо зробити висновки за даною методикою, що для більшості жінок, що виховують діток з порушеннями у розвитку, характерне майже повне вичерпання емоційних, фізичних та енергетичних ресурсів, що викликає хронічну емоційну та фізичну втому, байдужість по відношенню до оточуючих, можуть спостерігатися ознаки депресії та дратівливості. Може проявлятися специфічна форма соціальної дезадаптації, що проявляється у зменшенні кількості контактів з оточуючими, нетерпимість в ситуаціях спілкування, негативізм по відношенню до оточуючих. Очевидні невдоволення собою, зменшення своєї цінності, негативне самосприйняття. Виникнення провини за власні негативні прояви або почуття, зниження самооцінки як мами й особистісної самооцінки, поява почуття власної неспроможності. Зниження рівня мотивації та ентузіазму по відношенню до будь-якої діяльності.

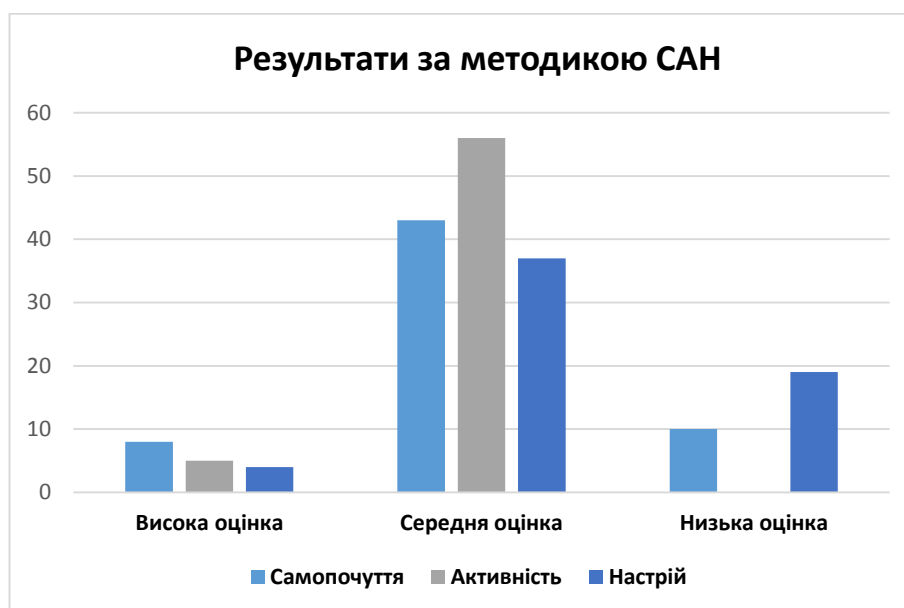


Рис. 4. Результати аналізу за тестом диференціальної самооцінки функціонального стану (n=61)

При перевірці поточного стану досліджуваних жінок за допомогою тесту диференціальної самооцінки функціонального стану (САН), були виявлено в переважній більшості середні оцінки за усіма трьома шкалами: С «самопочуття» - 43 особи, або 70%, А «активність» - 56 жінок, що виховують дітей з порушеннями у розвитку, або 92% і Н «настрій» - 37 респонденток, або 61% від загальної вибірки (Рис. 4.). Всі інші показники за цими шкалами подано нижче.

За шкалою «самопочуття» маємо ще дві підгрупи: досліджувані з високою оцінкою – 8 жінок, або 13% і досліджувані з низькою оцінкою – 10 жінок, або 16% від загальної кількості респонденток, що взяли участь у дослідженні.

За шкалою «настрій» теж маємо ще дві підгрупи: високу оцінку за цією шкалою отримали лише 4 жінки (7%) і низьку мають 19 респонденток, що становить 31% від загальної вибірки.

І за третьою шкалою активності маємо, крім підгрупи із середньою оцінкою, підгрупу з високою оцінкою з 5 осіб (8%). Це говорить про те, що навіть з низьким рівнем внутрішніх психологічних і фізичних ресурсів, активність є життєвонеобхідна, навіть якщо це і за рахунок резерву.

За даною методикою пропонується для кращого розуміння картини прорахувати середній бал за кожною шкалою:

середній бал шкали дорівнює 4;

оцінки, що перевищують 4 бали, говорять про сприятливий стан випробуваного,

оцінки нижче чотирьох свідчать про зворотне;

нормальні оцінки стану лежать в діапазоні 5,0 - 5,5 балів.

Звідси розраховані отримані раніше дані подані у *Таблиці 2.*

*Таблиця 2.*

**Розрахунки за методикою САН (середні показники)  
(n=61)**

	<b>Проблемний стан</b> <i>менше 4</i>	<b>Сприятливий стан</b> <i>4 - 4,9</i>	<b>Нормальний стан</b> <i>5 – 5,5</i>
<b>Самопочуття</b>	33 (54%)	20 (32%)	8 (13%)
<b>Активність</b>	32 (52%)	19 (31%)	10 (17%)
<b>Настрій</b>	34 (56%)	18 (30%)	9 (14%)

Отже, як видно з таблиці за усіма трьома шкалами більшість досліджуваних, що виховують дітей з особливим потребами, мають проблемний стан (самопочуття – 54%, активність – 52%, настрої – 56%), приблизно третина сприятливий стан (самопочуття – 32%, активність – 31%, настрої – 30%) і лише приблизно шоста частина респонденток мають нормальний стан (самопочуття – 13%, активність – 17% , настрої – 14%).

Під час дослідження індивідуально-типологічний опитувальник Л. М. Собчик є цікавим для дослідників своєю лаконічністю й інформативністю. За допомогою даної методики визначимо типологічні

особливості та провідні риси респонденток, що виховують дітей з порушеннями у розвитку. Завдяки цій методиці ми можемо зрозуміти чи врівноважені досліджувані, які особливості їх характеру акцентуїзовані, ситуація, що склалася навколо них, є нормальною чи дезадаптує їх.

Спочатку проаналізуємо кореляційні зв'язки між шкалою емоційного виснаження методики «Психологічного вигорання» і всіма шкалами методики Л. М. Собчик для того, щоб з'ясувати, які з показників для нашого дослідження цікаві та інформативні (Таблиця 3).

Таблиця 3.

**Оцінка сили зв'язку коефіцієнту кореляції між емоційним виснаженням й шкалами індивідуально-типологічного опитувальника Л. М. Собчик (n=61)**

Шкали за індивідуально-типологічним опитувальником Л. М. Собчик	Коефіцієнт кореляції	Оцінка сили зв'язку
Екстраверсія	0,219186	Дуже слабка
Спонтанність	-0,44925	Слабка зворотна
Агресивність	-0,2768	Дуже слабка зворотна
Ригідність	-0,0468	Дуже слабка зворотна
Інтроверсія	0,153408	Дуже слабка
Сенситивність	0,557654	Середня
Тривожність	0,454493	Слабка
Лабільність	0,477567	Слабка

Таким чином, з усіх шкал, найбільше нас цікавить шкала «сенситивність», вона має середню силу зв'язку з емоційним виснаженням, також можемо представити результати за шкалами «тривожність» і «лабільність». Тут ми маємо за показниками дуже слабку силу зв'язку коефіцієнта кореляції, але таку, що наближається до середнього значення. До уваги ми можемо не брати показники шкал «спонтанність», «екстраверсія», «агресивність», «ригідність» та «інтроверсія». Тут ми маємо дуже слабку силу зв'язку коефіцієнта кореляції, що наближається до нуля.

Розглянемо спочатку підгрупу з середнім рівнем емоційного виснаження (Рис. 5.).

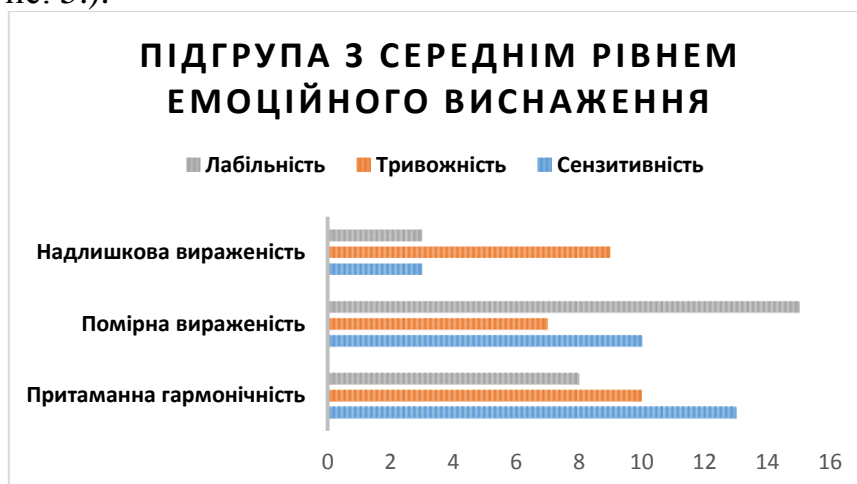


Рис. 5. Результати аналізу в підгрупі з середнім рівнем емоційного виснаження за методикою ІТО Л. М. Собчик (n=61)

Як ми бачимо з гістограми для підгрупи з середнім рівнем емоційного виснаження більш характерні гармонічність і помірна вираженість за шкалами «лабільність», «тривожність» і «сензитивність».

Гармонічний прояв «лабільності» спостерігаємо у 8 респонденток (13%), «тривожності» - 10 осіб (17%) і «сензитивності» у 13 жінок, що відповідає 21% від загальної кількості досліджуваних.

Помірна вираженість «лабільності» характерна для 15 досліджуваних, що відповідає 25% загальної вибірки. З вираженою «тривожністю» 7 респонденток (11%) і «сензитивністю» маємо 10 (17%) жінок, що виховують дітей з порушеннями у розвитку.

Найбільша виражена «тривожність» - 9 жінок (15%), і однаково по 3 особи мають надлишкову вираженість «лабільності» й «сензитивності».

Щодо рівня вираженості, то в підгрупі з середнім рівнем емоційного виснаження щодо «лаконічності» більше притаманна гармонічність, потім помірна вираженість, і найменше людей з надлишковою вираженістю за цим показником. Щодо «тривожності», то тут приблизно однаково кількість досліджуваних з гармонічністю та надлишковим вираженням. І щодо «лабільності», то найменше людей з надлишковою вираженістю (3), а найбільше з помірною вираженістю.

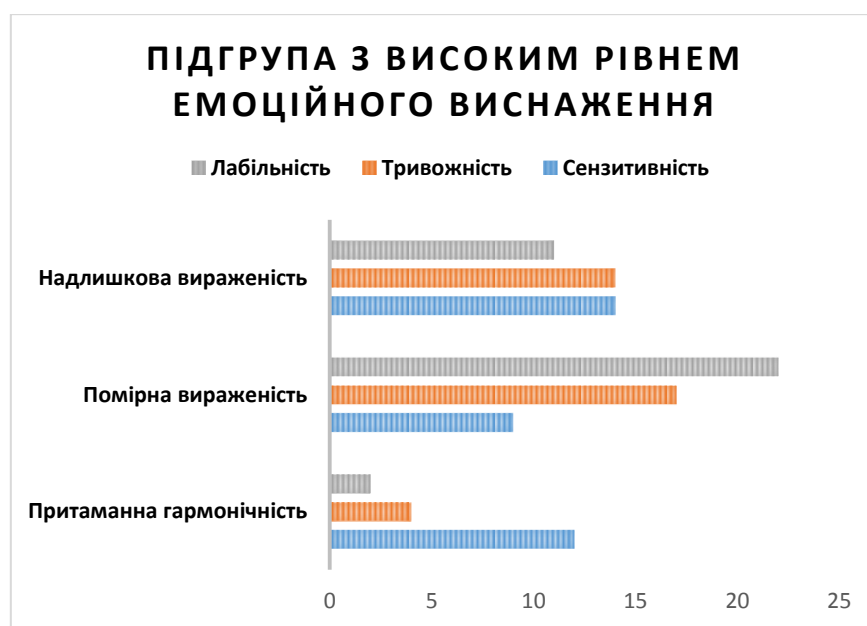


Рис. 6. Результати аналізу в підгрупі з високим рівнем емоційного виснаження за методикою ІТО Л. М. Собчик (n=61)

З гістограми результатів аналізу в підгрупі з високим рівнем емоційного виснаження ми бачимо, що акцент перемістився з гармонічної й помірної вираженості на помірну й надлишкову.

Щодо лабільності, то як і у попередній підгрупі, ми маємо найбільше респонденток з результатом помірної вираженості, хоча при цьому загальна кількість виросла – 22 особи, на відміну 15, які були в підгрупі з середнім



рівнем емоційної виснаженості. Також маємо ще 11 жінок, для яких характерна надлишкова вираженість лабільності, і 2 жінки з гармонійним.

Сензитивність найбільше демонструється досліджуваними з надлишковою вираженістю (14 осіб) і певною гармонічністю – 12 респонденток. Помірна вираженість характерна для 9 жінок.

Тривожність: надлишкова вираженість у 14 респонденток, помірна – у 17 і гармонічність, не дивлячись на своє виснаження, демонструють чотири жінки, що виховують дітей з особливим потребами.

Отже, можемо припустити, що для більшості жінок, що пройшли дослідження, характерна емоційна неврівноваженість, з істероїдними проявами, вони схильні до фіксованих страхів. Оскільки ми маємо за цією шкалою в переважній більшості понад 5 балів, то можемо стверджувати про наявність у респонденток постійної зміни настрою, мотиваційної нестійкості, надлишкової емотивності, рис вираженої демонстративності. Також ми можемо говорити в деяких випадках (38%) про схильність до нав'язливих страхів та панічних реакцій, дезадаптивних станів.

За допомогою опитувальника «Індекс життєвого стилю» (LSI – Life Style Index) Р. Плутчика, Х. Келлермана, Конте було проаналізовано застосування у повсякденності досліджуваними восьми основних психологічних захистів та вивчено їх ієрархію в контексті особистої емоційної виснаженості (Таблиця 4.).

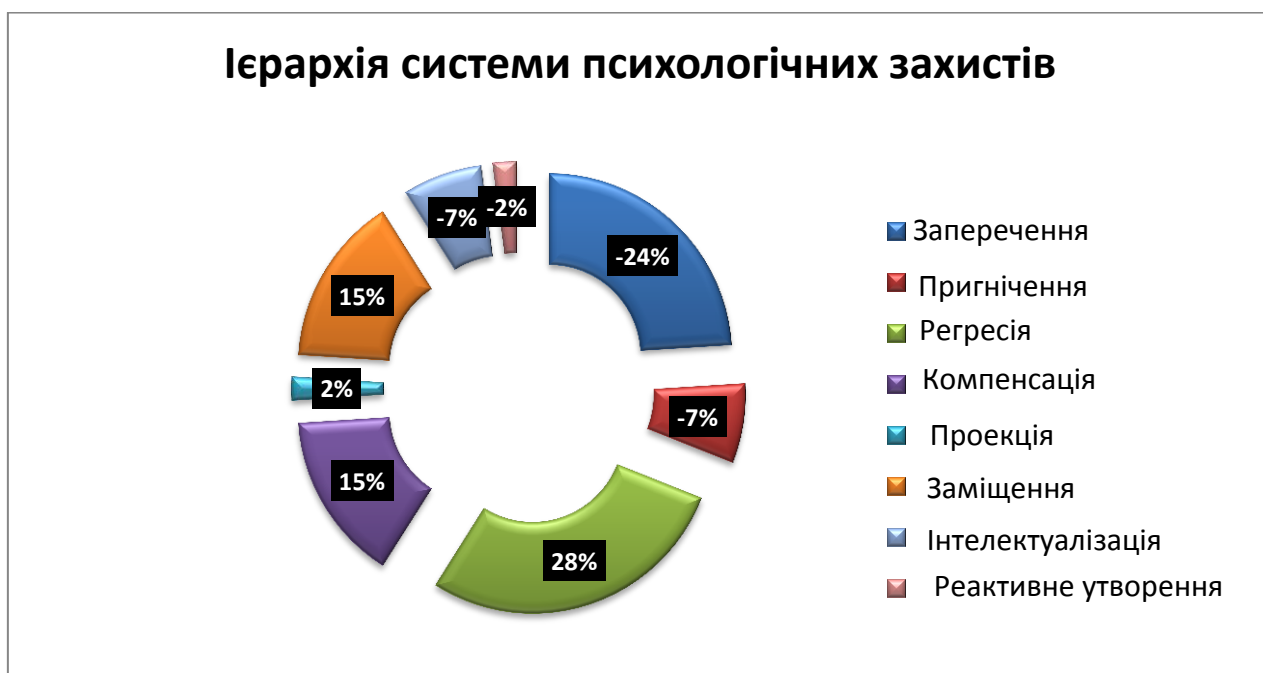
Таблиця 4.

**Оцінка сили зв'язку коефіцієнту кореляції між емоційним виснаженням й шкалами опитувальника «Індекс життєвого стилю» (LSI – Life Style Index), Р. Плутчик, Х. Келлерман, Конте (n=61)**

Шкали опитувальника «Індекс життєвого стилю» (ІЖС) Р. Плутчика, Х. Келлермана	Коефіцієнт кореляції	Оцінка сили зв'язку
Заперечення	-0,51186	Середня зворотна
Пригнічення	-0,15247	Дуже слабка
Регресія	0,580587	Середня
Компенсація	0,319268	Слабка
Проекція	0,039384	Дуже слабка
Заміщення	0,323274	Слабка
Інтелектуалізація	-0,14838	Дуже слабка
Реактивне утворення	-0,03589	Дуже слабка

Отже, за результатами даної таблиці можна говорити про дві шкали, що мають достатню середню силу зв'язку коефіцієнта кореляції з емоційною виснаженістю – це з прямою кореляцією «регресія» й зворотною кореляцією «заперечення». Слабку кореляцію виявлена між емоційним виснаженням й шкалами «компенсація» та «заміщення». І дуже слабку кореляцію, відповідно, між шкалами «пригнічення», «проекція», «інтелектуалізація», «реактивне утворення» та емоційним виснаженням.

Ієрархія системи психологічних захистів досліджуваних з середнім й високим рівнем виснаження подана на Рис. 7. Механізми захисту були розранжовані за принципом зростання, де 1 – механізм захисту, що дуже рідко використовується нашим респондентками, а 8 – найчастіше. Отже: 1 – «реактивне утворення» використовується 2% випадків і має зворотну кореляцію; 2 – «проекція» використовується також в 2%; 3 – «інтелектуалізація» використовується 7% випадків і має зворотну кореляцію; 4 – «пригнічення» - 7% випадків; 5 – «компенсація» - пряма кореляція і 15% випадків; 6 – «заміщення» також притаманна пряма кореляція і 15% випадків; 7 – «заперечення» - має середню силу зв'язку коефіцієнта зворотної кореляції й використовується 24%; 8 – «регресія» має середню силу зв'язку коефіцієнта кореляції й характерна у 28% випадках.



*Рис.7. Ієрархія системи психологічних захистів жінок, що виховують дітей з порушеннями у розвитку (n=61)*

Таким чином, ми говоримо про те, що для жінок, що виховують дітей з особливим потребами, та мають середній та високий рівень виснаження найбільш характерними механізмами психологічного захисту є «заперечення» й «регресія».

Заперечення як механізм психологічного захисту проявляється у запереченні певних фрустраційних обставин, що викликають тривогу, або будь-який внутрішній імпульс. Як правило, дія цього механізму проявляється в запереченні тих аспектів зовнішньої реальності, які є очевидними для оточуючих, проте досліджуваними вони не сприймаються, не визнаються. Іншими словами, все що турбує і може призвести до конфлікту не сприймається. Говорячи про конфлікт, розуміємо всі аспекти внутрішнього конфлікту: конфлікт при прояві мотивів, що суперечать основним

установкам особистості, або інформація, яка загрожує самозбереженню, самоповазі (на погляд досліджуваних) або соціальному престижу.

Потрібно сказати, що заперечення як механізм психологічного захисту реалізується не лише при внутрішніх, а й будь-якого роду конфліктів, що призводить в свою чергу до виразних спотворень сприйняття дійсності, що (як бачимо з результатів даного дослідження з факту наявності зворотної кореляції) призводить до емоційного виснаження респонденток.

Другий характерний для жінок з емоційним виснаженням психологічний механізм захисту – це «регресія».

У класичних уявленнях регресія розглядається як механізм психологічного захисту, за допомогою якого особистість в своїх поведінкових реакціях прагне уникнути тривоги шляхом переходу на більш ранні стадії розвитку лібідо. При цій формі захисної реакції особистість, піддається дії фруструючих факторів, замінює вирішення суб'єктивно більш складних завдань на відносно більш прості і доступні в ситуаціях, що склалися. Використання більш простих і звичних поведінкових стереотипів суттєво збіднює загальний (потенційно можливий) арсенал переважання конфліктних ситуацій.

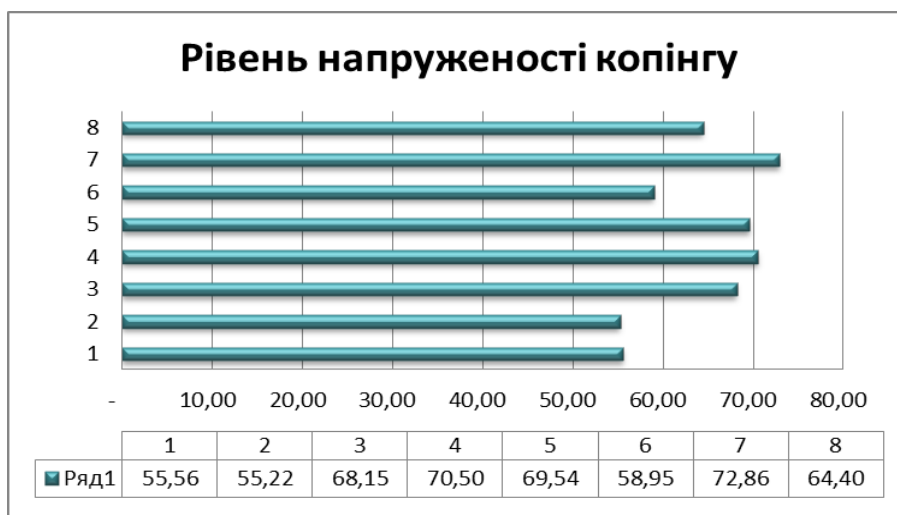


Рис. 8. Приоритетність копінг-стратегій в поведінці жінками, що виховують дітей з порушеннями у розвитку, де: 1 – конфронтаційний копінг, 2 – дистанціювання, 3 – самоконтроль, 4 – пошук соціальної підтримки, 5 – прийняття відповідальності, 6 – уникання, 7 – планування вирішення проблеми, 8 – позитивне переосмислення (n=61)

Згідно опитувальнику «Способи опануючої поведінки» за Лазарусом, було зроблено розподіл показників уживаності, а також пріоритетності копінг-стратегій в поведінці респонденток.

Отже, копінг-стратегія «планування вирішення проблеми» знаходиться на першому місці серед усіх інших щодо рівня напруження – 72,86% (вказує на подолання проблеми через детальний аналіз ситуації з подальшим вибором варіанту поведінки, всі дії плануються відповідно до об'єктивних умов, та з урахуванням власного досвіду й тих людей, які мають схожі проблеми, але більший досвід, а також наявних на даний момент особистих

ресурсів. Дана стратегія належать до проблемно-орієнтованих адаптивних копінг-стратегій), на другому місці стратегія «пошук соціальної підтримки» – 70,50% (спрямовує жінок до пошуку нових ресурсів, потрібної інформації, поради, співчуття, конкретної дієвої допомоги). Останні сходинки щодо рівня напруження займають стратегії «дистанціювання» (55,22%) та «конфрантаційний копінг» (55,56%). (Рис. 8) Але при цьому, є потреба відмітити, що згідно з таким діапазоном значень всі копінг-стратегії мають середньо-високі та високі рівні напруження. Показники середньої ланки, ближче до високих, отримали три копінг-стратегії: «дистанціювання», «конфрантаційний копінг» та «уникнення», інші ж п'ять стратегій «позитивне переосмислення», «самоконтроль», «прийняття відповідальності», «планування вирішення проблеми» мають високий рівень пріоритетності, а це означає, що застосовуються респондентками дуже активно.

**Висновки.** Емпіричним шляхом доведено наявність емоційного виснаження у батьків, що виховують дітей з порушеннями у розвитку: досліджувані мають середній та високий рівні (відповідно 43% та 57% від загальної кількості досліджуваних). З низьким рівнем не було жодної особи.

Емпірично доведено, що кореляційні зв'язки на середньому, та близькому до середнього, рівнях достовірності відмінностей присутні з такими показниками індивідуально-типологічного опитувальника Л. М. Собчик: «сенситивність», «тривожність», «лабільність» та показником емоційної виснаженості за методикою емоційного вигорання. Емпірично встановлено і кореляційний зв'язок середнього рівня між емоційним виснаженням батьків, визначеного за методикою «Психологічне вигорання» (розроблена Н. Є. Водоп'яною, О. С. Старченковою на основі моделі (МВІ) Maslach Burnout Inventory К. Маслач та С. Джексона), та механізмами психологічного захисту особистості «заперечення» й «регресія», методика «Індекс життєвого стилю» (LSI) Life Style Index (Р. Плутчик, Х. Келлерман).

Констатовано, що саме у батьків особливих дітей найчастіше спостерігаються внутрішні конфлікти, підвищене нервово-психічне напруження, негативні емоції: злість, гнів, роздратування, збентеження, які зазвичай не усвідомлюються або цілеспрямовано придушуються ними, що, в свою чергу, перевантажує нервову систему, виснажуючи її, таким чином провокуючи емоційне вигорання.

За результатами дослідження, згідно з опитування «Способи опанувальної поведінки» (WCQ) Р. Лазаруса, С.Фолкмана, було оцінено розподіл показників уживаності, а також пріоритетності копінг-стратегій респондентів. Встановлено, що батьками дітей з особливостями розвитку найактивніше застосовується адаптивна стратегія «планування вирішення проблеми», що підтверджує висновок, згідно з яким, батьки залишаються активними, не зважаючи на наявність чи відсутність об'єктивних допоміжних джерел, навіть якщо це відбувається за рахунок базового ресурсу здоров'я батьків.

Адже виявлено, що для більшості жінок, що виховують дітей з порушеннями у розвитку, характерне майже повне вичерпання емоційних, фізичних та енергетичних ресурсів, що викликає хронічну емоційну та фізичну втому, байдужість по відношенню до оточуючих, можуть спостерігатися ознаки депресії та дратівливості. Може проявлятися специфічна форма соціальної дезадаптації, що проявляється у зменшенні кількості контактів з оточуючими, нетерпимість в ситуаціях спілкування, негативізм по відношенню до оточуючих. Очевидні невдоволення собою, зменшення своєї цінності, негативне самосприйняття. Виникнення провини за власні негативні прояви або почуття, зниження самооцінки як мами й особистісної самооцінки, поява почуття власної неспроможності. Зниження рівня мотивації та ентузіазму по відношенню до будь-якої діяльності.

**Козлова В. С.,**

практичний психолог

Костянтинівського районного навчально-виховного об'єднання

«Гімназія – Мала академія наук №1 «Таврія»

Костянтинівської сільської ради

Мелітопольського району Запорізької області

## **ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ ДО РОБОТИ З ДІТЬМИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ**

**Вступ.** Інклюзивне навчання – система освітніх послуг, гарантованих державою, що базується на принципах недискримінації, врахування багатоманітності людини, ефективного залучення та включення до освітнього процесу всіх його учасників [5].

Сучасний студент-випускник вищого педагогічного навчального закладу усвідомлює, що йому доведеться працювати в умовах нестабільного розвитку системи освіти, яка переживає радикальні зміни, що торкаються усіх її сфер. Однією із таких змін є впровадження інклюзивної освіти. Сьогодні вже не достатньо володіти інформацією про досвід її реалізації за кордоном, необхідно бути компетентним в інклюзивній педагогіці, організації інклюзивного освітнього простору, здатним до впровадження інновацій в освіті, володіти методикою тьюторства, коучингу, бути фасилітатором, модератором в індивідуальній освітній траєкторії учня. З цієї причини підготовка майбутнього учителя передбачає опрацювання ним низки нових навчальних дисциплін, які пов'язані із інклюзивним навчанням, проходження відповідної педагогічної практики тощо [6].

**Результати дослідження.** Майбутні педагоги інклюзивних шкіл мають бути компетентними у тому, що на сьогодні інклюзивний процес повинен здійснюватися диференційовано за індивідуальними планами, посилюючи для дітей, і за умов кваліфікованої спеціальної корекційної допомоги. Крім учителя (вихователя), у навчальному процесі активну участь повинен