

На правах рукописи

**МОИСЕЕВА Светлана Николаевна**

**СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ МАТЕРЕЙ, ИМЕЮЩИХ  
ДЕТЕЙ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ**

Специальность: 19.00.05 – Социальная психология

**АВТОРЕФЕРАТ**

диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Иваново– 2017

Работа выполнена на кафедре психологии и социальной педагогики  
ФГБОУ ВО «Ивановский государственный университет», Шуйский филиал

**Научный руководитель:**

**Зобнина Татьяна Венеровна**

доктор психологических наук, доцент,  
профессор кафедры психологии  
и социальной педагогики ФГБОУ ВО  
«Ивановский государственный  
университет», Шуйский филиал

**Официальные оппоненты:**

**Крюкова Татьяна Леонидовна**

доктор психологических наук,  
профессор, профессор кафедры  
социальной психологии ФГБОУ ВО  
«Костромской государственный  
университет»

**Ледовская Татьяна Витальевна**

кандидат психологических наук,  
доцент кафедры педагогической  
психологии ФГБОУ ВО «Ярославский  
государственный педагогический  
университет им. К.Д. Ушинского»

**Ведущая организация:**

Государственное образовательное  
учреждение высшего образования  
Московской области Московский  
государственный областной  
университет

Защита состоится «27» октября 2017 года в «12» часов на заседании  
объединенного диссертационного совета Д 999.051.02 на базе ФГБОУ ВО  
«Ярославский государственный университет имени П.Г. Демидова», ФГБОУ ВО  
«Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»  
по адресу: 150057, г. Ярославль, проезд Матросова, д. 9, ауд. 208.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГБОУ ВО «Ярославский  
государственный университет имени П.Г. Демидова» по адресу: 150003, г. Ярославль,  
ул. Полушкина роща, 1а и на официальном сайте ФГБОУ ВО «Ярославский  
государственный университет имени П.Г. Демидова»: <http://www.rd.uniyar.ac.ru/>

Автореферат размещен на сайте ВАК Министерства образования и науки  
Российской Федерации <http://vak.ed.gov.ru/>

Автореферат разослан «\_\_» \_\_\_\_\_ 2017 г.

Ученый секретарь  
диссертационного совета



Маркова Елена Владимировна

## Общая характеристика работы

**Актуальность** исследования обусловливается наличием значительного числа трудностей, с которыми сталкивается семья ребенка с интеллектуальным нарушением. Трудности вызваны особенностями отношения социального окружения к детям с интеллектуальными нарушениями и их семьям, вопросами социализации, необходимостью сопровождения такого ребенка в течение всей жизни.

Дети с интеллектуальными нарушениями не могут получить высшего образования, а перечень доступных специальностей ограничен узким кругом и не может удовлетворить всех профессиональных запросов данной категории детей и их родителей. Изменяются взаимоотношения семьи с социальным окружением: к ребенку приковано пристальное внимание и естественное желание родителей снизить количество социальных контактов (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л.А. Нисневич; М.М. Кабанов; Л.М. Шипицына). Все это является причиной глубоких переживаний родителей, ведущих к возникновению хронического стресса (М.С. Голубева; Л.М. Колпакова; Л.А. Нисневич; В.В. Ткачева; Л.М. Шипицына).

В научной литературе проводятся исследования совладающего поведения «особых» детей и их семей (М.П. Билецкая; М.С. Голубева; Е.А. Иванова; Л.М. Колпакова и др.), однако исследований совладания с ситуацией наличия интеллектуального нарушения у ребенка недостаточно.

Отечественные исследователи большое внимание уделяют изучению особенностей воспитания, развития, обучения детей, имеющих интеллектуальные нарушения (В.В. Воронкова, С.Д. Забрамная, Б.В. Зейгарник, Д.Н. Исаев, В.В. Лебединский, В.И. Лубовский, И.И. Мамайчук, А.Р. Маллер, Е.М. Мастюкова, Н.Я. Семаго, М.М. Семаго, Л.М. Шипицына и др.), а также изучению межличностных отношений, личностных особенностей их родителей (И.С. Багдасарьян; И.В. Добряков, О.В. Заширинская; Л.Г. Заборина; И.Ю. Левченко; В.В. Ткачева и др.). Исследований, касающихся изучения особенностей совладающего поведения родительниц, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, недостаточно.

В отечественной психологии изучением вопроса совладания с трудностями занимаются исследователи: Н.О. Белорукова, М.С. Голубева, Т.В. Гущина, А.Л. Журавлев, М.С. Замышляева, Е.А. Иванова, Т.Л.Крюкова, Е.В. Куфтяк, Е.А. Петрова, О.Б. Подобина, М.В. Сапоровская, Е.А. Сергиенко, С.А. Хазова, Н.С. Шипова и др.

Совладающее (копинг) поведение в отечественных психологических исследованиях на сегодняшний день понимается как осознанная, осмысленная, произвольная активность субъекта, позволяющая ему справиться с трудной жизненной ситуацией, ослабить или смягчить ее стрессовое воздействие. (Л.И. Анцыферова, 1994; Р.М. Грановская, 2000, 2007; А.Л. Журавлев, Т.Л. Крюкова, Е.А. Сергиенко, 2008; Т.Л. Крюкова, 2006).

Изучение данной проблемы позволяет определить закономерности и специфику совладания в данной ситуации, может послужить основой для создания психологических программ помощи членам семьи. Все это указывает на объективные основания в пользу актуальности избранной темы и перспективности исследования.

**Цель исследования:** выявление особенностей стратегий совладающего поведения матерей в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» и разработка программы по укреплению у матерей продуктивных способов совладания с трудностями через оптимизацию отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением».

**Объект:** совладающее поведение матерей в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением».

**Предмет исследования:** стратегии совладания матерей в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением», расширение спектра продуктивного совладания матерей.

**Общая гипотеза исследования:** мы предполагаем, что особенности и последствия психологического стресса для матерей в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» обусловлены рядом диспозиционных и ситуационных факторов и определяют ресурсные возможности коррекции в сложившейся хронической стрессовой ситуации.

**Частные гипотезы:**

1. Ситуация в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» оценивается матерями как труднопреодолимая хроническая стрессовая и оказывает влияние на совладающее поведение матерей, создавая ограничения в использовании проблемно-ориентированных копинг-стилей/стратегий.

2. Ситуация наличия в семье с умственно отсталым ребенком второго ребенка с типичным развитием играет существенную роль в повышении уровня осознанности жизни матерями и является копинг-ресурсом, способствующим выбору продуктивного совладания.

3. Матери в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» проявляют амбивалентное отношение к ребенку.

4. Реконструкция отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» будет способствовать укреплению у матерей продуктивных способов совладания с трудностями через реализацию тренинговой программы.

В соответствии с целью и гипотезами исследования были поставлены следующие **задачи:**

*Теоретические:*

- рассмотреть основные направления исследований, посвященные изучению совладающего с трудными жизненными ситуациями поведения;

- рассмотреть влияние трудностей, связанных с наличием у ребенка интеллектуального нарушения, на психологические особенности матерей.

*Методические:*

- разработать диагностический комплекс, направленный на исследование особенностей совладания матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, а также их смысловых ориентаций, материнского отношения в контексте диады «мать-ребенок», обусловленного данной трудной жизненной ситуацией;

- разработать и реализовать тренинговую программу, направленную на укрепление продуктивных способов совладания у матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями.

*Эмпирические:*

- подготовить и провести эмпирическое исследование особенностей совладающего (копинг) поведения матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, их смысловых ориентаций, ориентаций оптимизма/пессимизма, эмпатийных способностей, специфики материнского отношения в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением»;

- выявить особенности материнского отношения в контексте диады «мать-ребенок», обусловленного интеллектуальным нарушением у ребенка;

- изучить стили/стратегии совладающего поведения матерей, имеющих детей с интеллектуальной недостаточностью;

- рассмотреть диспозиционные, ситуационные факторы, определяющие выбор копинг-стратегий матерями детей с интеллектуальными нарушениями;

-определить устойчивость во времени результатов, полученных по итогам реализации программы по расширению спектра продуктивных способов совладания с трудностями у матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, через отсроченную во времени диагностику.

**Теоретико-методологической основой исследования выступают:** исследования личности в трудах Б.Г. Ананьева, А.Н. Леонтьева; теория стресса и копинга Р. Лазарус, С. Фолкман; положения российских психологов о совладающем поведении личности (Л.И. Анцыферова; Ф.Е. Василюк; Р.М. Грановская, И.М. Никольская; Т.Л. Крюкова; Е.В. Куфтяк; С.К. Нартова-Бочавер; О.Б. Подобина; М.В. Сапоровская; В.А. Ташлыков; С.А. Хазова и др.); исследования особенностей взаимоотношений в семьях, воспитывающих детей с нарушениями в развитии (Л.В. Кузнецова; И.И. Мамайчук; Е.А. Савина, О.Б. Чарова; В.М. Сорокин; В.В. Ткачёва; Л.М. Шипицина);исследования, посвященные изучению особенностей развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья (Л.С. Выготский, В.В. Лебединский, В.И. Лубовский, Р.Ф. Майрамян, Е.М. Мастюкова, А.Г. Московкина, С.Я. Рубинштейн); исследования в области психолого-педагогической коррекции внутрисемейных отношений в семьях детей, имеющих ограниченные возможности здоровья (Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л.А. Нисевич; В.В. Ткачёва; Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис; В.А. Ташлыков и др.).

### **Научная новизна**

В результате проведенного факторного анализа выявлена специфика переживания матерями ситуации наличия интеллектуального нарушения у ребенка, включающая в себя такие типы переживаний, как «тревожный подход», «нетрадиционный», «отрицающий», «активный», «религиозный». Установлено, что матери на момент обучения ребенка с интеллектуальным нарушением в начальной школе находятся под влиянием хронического стресса, вызванного заболеванием ребенка, чаще обращаются к защитным механизмам как способу реагирования на трудности.

Обнаружены закономерности выбора стилей и стратегий совладания в зависимости от уровня оптимизма/пессимизма, смысложизненных ориентаций, эмпатии матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями.

Впервые эмпирически выявлена специфика совладания у матерей, имеющих одного умственно отсталого ребенка (они чаще прибегают к копинг-стратегиям, которые не являются адаптивными) и у матерей, имеющих двоих детей, из которых лишь один имеет умственную отсталость (они чаще используют «относительно адаптивный»копинг).

Установлена специфика выбора способов совладания в зависимости от ориентаций оптимизма/пессимизма, смысложизненных ориентаций, эмпатии матерей, имеющих второго ребенка с сохранным интеллектом в семье.

В исследовании эмпирически выявлен факт проявления амбивалентного отношения матерей к ребенку в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением».

Выявлены факторы родительского отношения к детям с интеллектуальными нарушениями, создающие препятствия в использовании продуктивного совладания:

установки на жертвенность и мученичество в роли родителя, чрезмерная забота, установление отношений зависимости, страх причинения вреда ребенку, раздражительность в роли родителя.

### **Теоретическая значимость**

Результаты диссертационного исследования вносят вклад в развитие теории совладающего поведения в ситуации воспитания детей с интеллектуальными нарушениями. На теоретико-эмпирическом уровне раскрыта специфика совладающего с трудностями поведения матерей, обусловленная наличием интеллектуальных нарушений у ребенка.

Обобщен материал по проблеме совладающего поведения матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями. Описан диапазон выбора копинг-стратегий как конструктивной, так и неконструктивной направленности, используемых матерями детей с интеллектуальными нарушениями.

Предложено понимание многосторонней обусловленности совладающего поведения матерей, имеющих ребенка с интеллектуальными нарушениями (диспозиционный и ситуационный факторы).

Расширены научные данные о детерминации совладающего поведения у матерей, имеющих детей с умственной отсталостью. Средний уровень эмпатии соотносится с умением планировать, с поиском социальной поддержки, низкий уровень эмпатии способствует использованию непродуктивных способов совладания. Пессимизм снижает вероятность использования проблем решающих способов совладания.

Теоретически обоснована программа тренинговой работы по развитию продуктивного совладания с трудностями у матерей, имеющих умственно отсталых детей, через оптимизацию взаимоотношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением», доказана ее эффективность.

Определены подходы по укреплению у матерей продуктивных способов совладания с трудностями. В процессе реализации тренинговой программы показана роль эмпатии в оптимизации отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением», которая способствует укреплению у матерей продуктивных способов совладания с трудностями.

Полученные данные показывают, что матери данной категории нуждаются в психологическом сопровождении на всех этапах, связанных с возрастными кризисами ребенка с интеллектуальным нарушением.

**Практическая значимость** определяется тем, что на теоретико-эмпирическом уровне полученные данные позволяют углубить понимание практическими психологами влияния хронического стресса, вызванного ситуацией наличия у ребенка интеллектуального нарушения, на совладающее поведение матерей.

Практическая значимость исследования заключается в разработке и внедрении тренинговой программы для матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, направленной на укрепление продуктивных стратегий совладания.

Определено, что работа по укреплению и расширению продуктивного копинга у матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, будет успешной при соблюдении ряда условий: включение в этапы тренинговой работы не только материнских, но и детско-материнских групп; организация целенаправленной работы по развитию эмпатийных способностей матерей, что способствует сохранению длительного положительного эффекта.

Полученные результаты могут быть использованы для планирования и

организации психологической работы с матерями, имеющими детей с интеллектуальными нарушениями, в психологическом консультировании, психокоррекции.

Предложенный психодиагностический комплекс по выявлению особенностей копинг-поведения матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, может быть использован в работе психолога учреждений, оказывающих социально-психологическую помощь родителям «особых» детей.

Программа по укреплению продуктивных способов совладания у матерей, воспитывающих детей с интеллектуальными нарушениями, внедрена в работу психолога ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Муром».

**Соответствие диссертации паспорту научной специальности** определяется соответствием изучаемых в работе аспектов с областями, относящимися к социальной психологии (19.00.05). Содержанием специальности 19.00.05 – «Социальная психология» является, среди других данных, социально-психологический анализ жизненных ситуаций; область исследований: личностные и ситуативные детерминанты социального поведения (раздел 4 в паспорте специальности); проблема вмешательства и оказания психологической помощи (раздел 5 в паспорте специальности); сфера семейных отношений и воспитания (раздел 5).

В исследовании **использован комплекс методов**, который включает в себя теоретический анализ литературы по проблеме исследования; эмпирические методы; качественный и количественный анализ результатов с использованием методов математической обработки результатов; формирующий эксперимент.

Для проверки выдвинутых гипотез в эмпирической части исследования был использован комплекс таких методических средств, как наблюдение, письменный опрос (анкетирование), тестовые методики, изучались личные официальные документы детей (личные дела, медицинские карты, карты психолого-педагогического сопровождения ребенка).

Для изучения особенностей стиля/стратегии совладающего поведения были использованы: опросник «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (КПСС), Н.С.Эндлер, Д.А. Паркер (Канада), 1991, адаптированный Т.Л. Крюковой, 2001; «Опросник способов совладания» (ОСС), разработанный Р. Лазаруси С. Фолкман, адаптированный Т.Л.Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой, 2004.

Для изучения личностных особенностей родительниц использовались: «Диагностика уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко, 1996; «Тест смысложизненных ориентации» (СЖО), адаптированный Д.А. Леонтьевым, 1993; «Расширенный тест жизненных ориентаций» (ELOT) в адаптации М.С. Замышляевой, Т.Л. Крюковой, 2004.

Для определения отношения матерей к разным сторонам семейной жизни использовалась методика PARI, Е. Шиффер и Р. Белла, 1958, адаптация Т.В. Нищерет.

Для получения информации об эмоциональном состоянии на момент обследования матерей нами была разработана анкета, которая представлена вопросами относительно субъективных переживаний родительниц.

Использовался метод формирующего эксперимента, включающий реализацию тренинговой программы с целью укрепления и расширения продуктивного совладания с трудностями у матерей через оптимизацию взаимоотношений «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением».

С целью максимального уравнивания выборки, исключения влияния побочных факторов нами была использована карта наблюдений Д. Стотта.

*Математическая обработка данных* осуществлялась с помощью программного пакета «SPSS 13.0» и включала в себя следующие статистические процедуры: для определения степени совпадения оценки экспертов по отношению к выявленным качествам каждого ученика использовался W- коэффициент Кендала (коэффициент согласованности); значимость различий между полученными данными в исследуемой и контрольной группах определялась с помощью t-критерия Стьюдента; проведен факторный анализ, в результате которого были выделены 5 факторов, определяющих специфику эмоционального состояния матерей; для изучения взаимосвязи между переменными использовался ранговый коэффициент корреляции Спирмена; для сравнения результатов до и после формирующего эксперимента использовался критерий Т-Вилкоксона для зависимых выборок; для выявления различий между малыми выборками -U-критерий Манна-Уитни.

**База исследования.** Исследование проводилось на базе ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная) школа-интернат г. Муром», а также на базе МБОУ СОШ №3, г. Муром Владимирской области. Вся эмпирическая выборка составила 210 человек, в которую вошло несколько групп: в первую группу вошли матери, неотягощенные психическими нарушениями, но имеющие ребенка с умственной отсталостью легкой степени (105 человек, средний возраст которых составил 34,7 года); во вторую группу вошли матери, воспитывающие детей с сохранным интеллектом (105 человек, средний возраст которых составил 36 лет).

Отцы к исследованию не привлекались, поскольку для данной категории отцов характерны чрезмерная закрытость, нежелание участвовать в исследовании. На закрытость, отгороженность от внешнего вмешательства указывают и другие исследователи (М.М.Семаго, 1992). В случае «особого материнства» диадическая связь «мать-ребенок» носит симбиотический характер. Мать, полностью идентифицируя себя с ребенком, любую неудачу ребенка, несправедливость по отношению к нему переносит на себя, что в итоге приводит к формированию протестных реакций, сказывается на ее личностных особенностях.

В связи с этим возникает вопрос относительно того, как ситуация рождения ребёнка с интеллектуальным нарушением повлияет на отношение матери к ребенку, на совладающее поведение матери, на специфику родительского отношения матери к разным аспектам семейной жизни, ее эмпатийные способности.

В исследовании участвовали 8 воспитателей, 8 учителей-дефектологов, 2 педагога - психолога, 2 учителя-логопеда, 2 социальных педагога, работающих в специальной школе-интернат для детей с умственной отсталостью, а также 6 воспитателей, 6 педагогов и 2 педагога-психолога, работающих в общеобразовательной школе. Данные специалисты выступали в роли экспертов и обладали необходимым уровнем квалификации, которая подтверждена аттестационными документами, кроме того, они были обеспечены анкетами, отражающие необходимые аспекты наблюдения за детьми.

**Обоснованность и достоверность** данных, полученных в исследовании, обеспечивается непротиворечивостью исходных методологических позиций, применением апробированных в отечественной психологии методов исследования, соответствующих задачам и гипотезам работы, репрезентативностью выборки, применением аппарата математической статистики в сочетании с качественным анализом, соотнесением результатов исследования с результатами других



исследователей.

### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Ситуация диадических отношений «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» создаёт ограничения в использовании матерями проблемно-ориентированных копинг-стилей/стратегий, оказывает хроническое стрессовое воздействие и воспринимается матерями как трудная жизненная ситуация.

2. Использование продуктивных способов совладания матерями, имеющими детей с интеллектуальными нарушениями, ограничено такими диспозиционными составляющими, как преобладание пессимизма, низкий уровень эмпатических способностей, низкая согласованность системы смысложизненных ориентаций личности.

3. Совладающее с трудностями поведение матерей в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» обусловлено рядом микросоциальных факторов:

- ситуация наличия в семье с умственно отсталым ребенком второго ребенка с сохранным интеллектом приводит к формированию дополнительного копинг ресурса и играет существенную роль в повышении уровня осознанности жизни матерями, способствуя выбору продуктивного совладания;

- особенности родительского отношения к детям с интеллектуальными нарушениями создают препятствия в использовании продуктивного совладания: установка на жертвенность и мученичество в роли родителя, отсутствие товарищеских отношений между родительницами и детьми, чрезмерная забота, установление отношений зависимости, раздражительность в роли родителя;

- матери в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» проявляют амбивалентное отношение к ребенку: с одной стороны, они стараются опекать ребенка во всем, так как не верят в его силы, с другой стороны, у них присутствует раздражительность, вспыльчивость, авторитарность из-за неоправданных надежд, ограниченных возможностей ребенка.

4. Разработанная на основе анализа эмпирических данных тренинговая программа способствует укреплению и расширению спектра способов продуктивного совладания матерей через реконструкцию отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» и имеет в своей основе соблюдение ряда условий: включение в этапы тренинговой работы детско-материнских групп; организация целенаправленной работы по развитию эмпатийных способностей матерей.

### **Апробация и внедрение результатов исследования.**

Результаты диссертационного исследования неоднократно обсуждались на заседании кафедры психологии Шуйского филиала ФГБОУ ВО «Ивановский государственный университет», на педагогическом совете в коррекционной школе - интернат г. Муром, на методологическом семинаре факультета психологии ФГБОУ ВПО «Ярославский государственный университет имени П.Г. Демидова», докладывались на межрегиональной научно-практической конференции (Иваново, 2010г.); международной научной конференции «Актуальные вопросы современной психологии педагогики» (Липецк, 2010г.); международной научно-практической конференции «Перспективы развития науки и образования» (Тамбов, 2012г.); международной конференции студентов, аспирантов, педагогов, молодых ученых «Шуйская сессия студентов, аспирантов, педагогов, молодых ученых» (Шуя, 2013г.); международной научно-практической конференции «Перспективы развития науки и образования» (Тамбов, 30 мая 2013г.); международной научно-практической конференции «Современные концепции научных исследований» (Москва,

2014г.); международной научно-практической конференции «Отечественная наука в эпоху изменений: постулаты прошлого и теории нового времени» (Екатеринбург, 2014г.); международной научной конференции «Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие» (Кострома, 2016г.).

**Структура работы.** Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы, включающего 254 наименования, в том числе 31 на иностранном языке. Рукопись диссертации содержит 296 страниц, включает 13 таблиц, 5 рисунков и 35 приложений.

#### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

**Во введении** обосновывается актуальность проблемы, определяются методологические и теоретические предпосылки исследования, его объект и предмет, формулируются цели, задачи, гипотеза диссертационной работы, отражаются научная новизна, теоретическая и практическая значимость полученных результатов, выдвигаются положения, выносимые на защиту, указаны методы, база исследования, а также сфера апробации полученных результатов.

**В первой главе «Теоретический обзор исследований совладающего поведения родителей в ситуации наличия у ребенка интеллектуального нарушения»** раскрываются основные теоретические и методологические подходы к определению понятий «трудная жизненная ситуация», «психическая напряженность» и «стресс», рассматривается стресс в семье, воспитывающей ребенка с умственной отсталостью.

*В первом параграфе «Стресс в семейном контексте»* первый раздел посвящен анализу основных подходов к определению понятий «трудная жизненная ситуация», «психическая напряженность» и «стресс».

В работе «состояние психической напряженности» понимается как неспецифическая реакция активации организма и личности в ответ на воздействие сложной ситуации. Подчеркивается, что большинство авторов, говоря о состоянии психической напряженности, отмечают, что проявления данной реакции зависят не только от внешних факторов, но и от внутреннего субъективного мира личности, от специфики отражения ситуации и регуляции собственного поведения (В.А. Бодров, А.Н. Занковский, Н.И. Наенко, О.В. Овчинникова).

Приводятся мнения различных исследователей о стрессе, под которым на сегодняшний день понимают: неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование (Г. Селье); возникновение неспецифической ответной реакции в ответ на ситуацию воздействия разрушительного для организма (животного или человека) раздражителя (Л.А. Китаев-Смык); ответная реакция, связанная с функциональной перестройкой организма (Л.П. Гримак); яркие ответные реакции, которые носят как положительный, так и негативный оттенок, наблюдаемые при эмоциональном стрессе (А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский) и др.

Нам представляется важным определение стресса Р. Лазаруса, определяющего стресс как дискомфорт, испытываемый человеком, когда отсутствует необходимый баланс между индивидуальным восприятием требований среды и ресурсами, доступными для взаимодействия с этими требованиями. В данном подходе подчеркивается, что именно индивид оценивает ситуацию как стрессовую или нет (Р. Лазарус, 1991).

В работе акцентировано внимание на разграничении понятий «психологический стресс» и «психическая напряженность».

В параграфе рассматривается понятие «трудной жизненной ситуации»,

предполагающее воздействие на субъекта значимых событий, угрожающих потерей или уничтожением какой-либо ценности и сопровождающееся состоянием психической напряженности (К.Н. Василевская, Е.А. Петрова). Чем дольше воздействие трудной жизненной ситуации, тем вероятнее возникновение хронического стресса.

Приводятся мнения различных исследователей относительно понятия «жизненные трудности», под которыми авторы понимают: критические поворотные события (S.Folkman, R. Lazarus), экстремальные ситуации (М.Ш. Магомед-Эминов), трудные ситуации (Л.И. Анцыферова, С.К. Нартова-Бочавер), жизненные события (Л.Г. Дикая, А.В. Махнач), жизненные ситуации (Л.Ф. Бурлачук, Е.Ю. Коржова) и др. Подчеркивается, что объединяет данные понятия то, что они имеют одно общее начало: все они являются факторами, запускающими стресс (Т.Л. Крюкова).

Также в первом параграфе рассматривается понятие «семейный стресс», определяемое как переживание общего напряжения и негативных чувств разными членами семьи в ответ на требования социальной среды (ситуации), превышающие возможности членов семьи и создающие угрозу утраты семейных ценностей.

В работе показано, что воспитание ребенка с умственной отсталостью можно отнести к трудной жизненной ситуации, а факт наличия интеллектуального нарушения у ребенка является тем запускающим механизмом, который вызывает стрессовое состояние у родителей.

*Во втором разделе первого параграфа* рассматривается понятие «семейный кризис», проанализированы особенности прохождения нормативных кризисов семьями, воспитывающими умственно отсталого ребенка.

В параграфе рассматриваются основные проявления умственной отсталости, такие как стойкость (то есть необратимость), длительность (в течение всей жизни), степень выраженности (тяжесть, глубина поражения) (Д. Вольф, Э. Мэш; М.С. Певзнер; С.Я. Рубинштейн; Л.М. Шипицына; О. Шпек и др.).

Рассмотрены основные периоды жизненного цикла семьи, имеющей ребенка с интеллектуальным нарушением (О.В. Солодянкина), динамика кризисных состояний эмоциональной сферы родителей (Э. Шухардт), качественные изменения в жизнедеятельности родителей и семьи (В.В. Ткачева).

*В выводах первого параграфа* отмечается, что результатом успешного прохождения нормативных семейных кризисов является личностный рост членов семьи, адаптация к новым условиям, перестройка взаимоотношений, переход на новую ступень своего развития, то есть какое-либо «приобретение», рост. В ситуации, связанной с наличием умственной отсталости у ребенка, семья не столько «приобретает», сколько пытается компенсировать дисбаланс, напряжение, хронически присутствующие в данной ситуации. На каждом из жизненных циклов своего развития семья испытывает большую зависимость от заболевания ребенка, что приводит к возникновению хронического стресса.

*Во втором параграфе «Диспозиционные особенности родителей, обусловленные интеллектуальным нарушением у ребенка»* рассматриваются особенности смысловых ориентаций родителей, эмпатийные проявления в ситуации воспитания ребенка с интеллектуальным нарушением.

В работе отмечается, что в последнее время растет интерес исследователей к вопросу смысла жизни в контексте совладающего поведения. В настоящее время исследователи рассматривают разные аспекты данного вопроса: аспекты жизненного пространства, времени, цели (К.А. Абульханова, 2001; Ю.К. Стрелков, 2005), аспекты

типологии жизненных смыслов (Р.А. Ахмеров, 1987; В.С. Братусь, 2004; В.Э. Чудновский, 2006), создаются целостные концепции общепсихологического характера (Д.А. Леонтьев, 2003; Б.С. Братусь, 1985).

В работе используется подход, разработанный Д.А. Леонтьевым, где под смысловой сферой личности понимается особым образом организованная совокупность смысловых образований (структур) и связей между ними, обеспечивающих смысловую регуляцию целостной жизнедеятельности субъекта во всех ее аспектах (Леонтьев Д.А., 2003).

Рассмотрены общие положения вопроса смысла в контексте деятельностного подхода с акцентом их представленности у родителей, воспитывающих умственно отсталого ребенка.

Приводятся мнения различных исследователей о влиянии ситуации наличия интеллектуального нарушения у ребенка на родителей, жизненные перспективы семьи и др. (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л.А. Нисневич, 2001; Д.Н. Исаев, 2003; М.М. Кабанов, 1985; А.Р. Маллер, 2006; Л.М. Шипицына, 2005). Показано, что рождение и воспитание ребенка с нарушением интеллектуального развития приводит к крушению надежд на будущее, изменяет отношение родительниц к себе, к ближайшему социальному окружению и к социуму в целом.

Описано влияние на уровень осмысленности жизни наличия детей (Б.С. Братусь, 1985); ясных, четких, определённых жизненных целей (В. Франкл, 1997).

Приводятся дискуссионные данные о существующих подходах в изучении эмпатии: Т.И. Пашукова, М. Хоффман (аффективный подход); А.А. Бодалев, А.Г. Ковалев, Л.А. Петровская (аффективно-когнитивный подход); В.А. Лабунская, А.И. Макеева, М.М. Муканов, Д. Ричардсон (когнитивный); В. Бойко, Т.П. Гаврилова, К. Роджерс (интегративный подход).

В работе поддерживается интегративный подход, где под эмпатией понимается форма рационально-эмоционально-интуитивного отражения другого человека, которая позволяет преодолеть его психологическую защиту и постичь причины и следствия самопроявлений – свойств, состояний, реакций – в целях прогнозирования и адекватного воздействия на его поведение.

В данном параграфе приведены позиции разных исследователей относительно природы эмпатии, механизмов, лежащих в ее основе, описываются классификации эмпатии.

В *выводах второго параграфа* отмечается, что эмпатия может быть рассмотрена в качестве копинг-ресурса, предоставляющего возможность понимать чужую точку зрения и тем самым расширять спектр возможных решений проблемы. Отмечается, что эмпатия чрезвычайно важна в ситуации выстраивания эффективных межличностных отношений, понимания состояния другого человека, его мыслей, переживаний.

*Третий параграф «Совладание родителей в отношениях «родитель - ребенок с интеллектуальным нарушением»* посвящен изучению теоретических данных по вопросу копинг - поведения.

В параграфе отмечается, что в зарубежной науке относительно изучения копинга преобладают 3 подхода: диспозиционный подход (J.H. Amirkhan; N.S. Endler, J.D.A. Parker; C. J. Holahan, R. H. Moos и др.); ситуационный или динамический подход (R. Lazarus, S. Folkman, H. Feifel, S. Strack и др.); интегративный подход (J. Schaefer).

В нашей работе используется подход к совладанию, разработанный в Костромской школе психологии совладающего поведения (М.С. Голубева, Т.Л.Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова и др.), где человек рассматривается как активный субъект, противостоящий трудностям, а под совладающим поведением понимается такое поведение, которое позволяет с помощью осознанных действий субъекту справиться с возникшей трудной жизненной ситуацией или стрессом, причем способами, соответствующими личностным особенностям и ситуации (Т.Л. Крюкова, 2006).

Рассматриваются иерархическая структура совладающего поведения, представленная копинг-действиями, копинг-стратегиями, копинг-стилями (Т.Л.Крюкова, 2006); основные стили совладающего поведения (Lazarus и Folkman, 1979; Parker и Endler, 1990); классификации копинг-стратегий (Heim, 1988; К. Гарвер, 1989). Классификация Э. Хейм и К. Гарвера рассматривает содержание трех видов копинга: адаптивные, относительно адаптивные, неадаптивные.

Определены критерии эффективности совладающего поведения субъекта (Т.Л.Крюкова), а также основные отличия копинг-поведения от защитного поведения (Ф.Е. Василюк, Л.И. Вассерман, Р.М.Грановская, И.М. Никольская, П.А. Русина и др.).

В данном параграфе освещается ресурсный подход в изучении копинг-стратегий. Приводятся мнения различных исследователей относительно «ресурсов», которые рассматриваются с различных позиций: ресурсы входят в контекст описания стратегий жизни (К.А. Абульханова-Славская, 1991; Л.И. Анцыферова, 1994); они рассматриваются как важные средства и опора в преодолении жизненных трудностей (В.А. Бодров, 2007, Д.А. Леонтьев, 2003); как необходимый компонент в саморегуляции поведения, в регуляции деятельности (Л.Г. Дикая, С.А. Шапкин, 1996; Е.Ю. Кожевникова, 2006; Т.Л. Крюкова, 2006; Е.А. Петрова, 2010; С.А. Хазова, 2008 и др.).

Подчеркивается, что в результате влияния хронического или экстремального стресса возникает истощение ресурсных возможностей, ведущее к возникновению депрессивного состояния и к использованию непродуктивного совладания (С.А. Хазова, 2014).

В своем исследовании мы вслед за Д.А. Леонтьевым (2003) определяем понятие «ресурсы», как «индивидуальные особенности, в зависимости от которых задачи мобилизации, адаптации к стрессовой ситуации, ее преодоления и предотвращения неблагоприятных последствий решаются легче или, напротив, труднее».

В работе рассматриваются составляющие психологических ресурсов (ресурсы устойчивости, саморегуляции, мотивационные ресурсы, инструментальные, Д.А. Леонтьев, 2003), с акцентом их представленности у родителей, имеющих умственно отсталого ребенка.

*В первом разделе третьего параграфа «Совладание в детско-родительских отношениях»* отмечается, что детско-родительские отношения, с одной стороны, являются в определенной степени регуляторами поведения членов семьи, а с другой стороны - опосредуют развитие личности ребенка. Взаимное сотрудничество, продуктивное взаимодействие, социальная поддержка, принятие в детско-родительских отношениях способствуют успешному семейному совладанию с трудностями. Наличие интеллектуального нарушения у ребенка ведет к возникновению эмоционально-личностных проблем у матерей и препятствует эффективному совладанию с возникшими трудностями.

*Во втором разделе третьего параграфа «Отношение матери к ребенку с интеллектуальным нарушением в диаде как важный фактор ее совладания с хроническим стрессом»* подчеркивается, что детско-родительские взаимоотношения являются одним из важнейших факторов социализации ребенка, а социальная адаптация порой напрямую зависит от правильного родительского поведения.

Отмечается, что у родительниц, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, сужен канал видения возможностей своего ребенка, зона ближайшего развития ребенка скрыта от матерей. В итоге они сосредотачиваются лишь на недостатках, ограниченных возможностях своего ребенка, не видят перспектив развития. В работе показано, что при отсутствии эффективного совладающего поведения хронические трудности могут привести к нарушению семейной целостности как на уровне семьи, так и на индивидуальном уровне.

В *выводах третьего параграфа* отмечается, что ситуация «особого материнства» ведет к нарушению оптимального взаимодействия матерей с социальным окружением, внутрисемейным проблемам, а ресурсы этой категории родителей резко ограничены.

В *выводах первой главы* подчеркивается, что ситуация воспитания ребенка с умственной отсталостью приводит к возникновению хронического стресса, поскольку оказывает на родителей затяжное психотравмирующее воздействие, проявляющееся в необходимости преодолевать дополнительные трудности, связанные с заболеванием ребенка.

Отмечается, что в основе стрессового состояния родителей умственно отсталого ребёнка лежит нарушенная система взаимоотношений субъекта, отраженная в индивидуальных переживаниях личности и выраженная в несоответствии между потребностью и возможностью ее удовлетворения. В основе тягостных переживаний лежит неумение продуктивно, адекватно сложившимся обстоятельствам справиться с противоречием между личностью и значимыми сторонами действительности.

**Во второй главе «Эмпирическое исследование совладающего поведения матерей в диадических отношениях «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением»** представлены эмпирическая база, методы, ход исследования и анализ полученных результатов.

В *первом параграфе «Организация эмпирического исследования»* содержится описание организации, методов, методик эмпирического исследования.

В параграфе представлены обобщенные социально-психологические портреты матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, описаны критерии формирования выборки групп родительниц, процедура исследования, рассмотрено понятие «умственная отсталость».

Эмпирическая база исследования состоит из нескольких групп: в первую группу («Гр-ИН») вошли матери, имеющие детей с умственной отсталостью легкой степени, сами неотягощенные данной патологией (всего 105 человек). В ней мы выделили 2 подгруппы: «Гр-ИН-1» – матери, имеющие одного ребенка с интеллектуальными нарушениями (59 чел.); «Гр-ИН-2» – матери, имеющие двоих детей, из которых только один имеет интеллектуальные нарушения (46 чел.) (для того, чтобы исключить предположение, что на копинг-поведение матерей может повлиять факт количества детей, а не наличия интеллектуального нарушения у ребенка).

Во вторую группу вошли 105 человек – матери, имеющие детей с типичным

развитием («Гр-ТР»), обладающие сходными социально-демографическими характеристиками. В ней мы выделили 2 подгруппы: «Гр-ТР-1» – матери, имеющие одного ребенка (58 матерей); «Гр-ТР-2» – матери, имеющие двоих детей (47 чел.).

Категория детей в данном эмпирическом исследовании представлена детьми младшего школьного возраста, имеющими умственную отсталость легкой степени.

Анализ работ ряда исследователей (Н.Л. Белопольская, Л.С. Выготский, А.Г. Гофман, К.С. Лебединская, В.И. Лубовский, А.Р. Лурия, М.С. Певзнер, Г.Е. Сухарева и др.) позволяет отнести к умственной отсталости состояния, при которых отмечается стойкое, необратимое нарушение познавательной деятельности, вызванное органическим повреждением коры головного мозга, затрудняющее адекватное социальное функционирование индивидуума.

Во втором параграфе «Представление и интерпретация результатов эмпирического исследования» дается анализ и интерпретация результатов эмпирического исследования, осуществляется проверка основной и частных гипотез.

В первом разделе на основании данных анкетирования выявлена специфика материнского отношения в контексте диады «мать-ребенок».

Разработанная нами анкета направлена на выявление субъективной оценки матерями наличия напряжения, хронического стресса в ситуации воспитания детей. Анкета предполагала пять вариантов ответов, каждому из которых присваивался определённый балл.

Анализ результатов анкетирования показал, что ситуация диадических отношений «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» воспринимается матерями как трудная жизненная ситуация, так как матери отмечают её высокий уровень неподконтрольности, неопределенности, слабую прогнозируемость. Данная жизненная ситуация оказывает хроническое стрессовое воздействие на матерей, проявляющееся в наличии длительного хронического напряжения, дефиците ресурсов, в ограниченной жизненной перспективе. Наблюдаются сниженные способности матерей противостоять возникающим трудностям.

Проведенный факторный анализ показал, что матери, имеющие ребенка с интеллектуальными нарушениями («Гр-ИН») (см. рисунок 1), чаще используют способы, относящиеся к защитным механизмам, нежели к копингу.

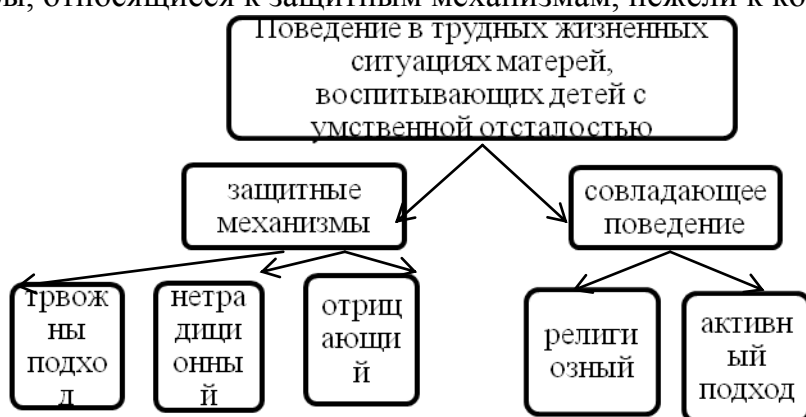


Рисунок 1. Результаты факторного анализа данных матерей, имеющих детей с умственной отсталостью

У матерей, имеющих детей с типичным развитием («Гр-ТР») (см. рисунок 2), в большей степени представлены способы, включающие в себя попытки совладания с трудностями («активный», «религиозный», «рациональный», «дисциплинарный» подходы), а не защиты (аффективный» подход).



Рисунок 2. Результаты факторного анализа данных матерей, имеющих детей с сохранным интеллектом

Результаты факторного анализа показали, что матери детей с интеллектуальными нарушениями чаще используют защитные механизмы как способ реагирования на трудности («тревожный», «нетрадиционный», «отрицающий» подходы), тогда как совладающее поведение представлено у них значительно меньше («активный», «религиозный» подходы).

Определено, что индивидуальный набор стратегий совладания у матерей, имеющих детей с интеллектуальным нарушением, отличается узким репертуаром продуктивных совладающих стратегий и преобладанием психологических защит, что является свидетельством отсутствия знаний и умений для успешного разрешения жизненных трудностей.

Таким образом, доказана гипотеза, что ситуация диадических отношений «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» воспринимается матерями как труднопреодолимая хроническая стрессовая и оказывает влияние на совладающее поведение матерей, создавая ограничения в использовании проблемно-ориентированных копинг-стилей/стратегий.

*Во втором разделе описаны особенности совладающего поведения матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями.*

Полученные в исследовании данные показывают, что, несмотря на тенденцию в обеих группах использовать копинг-стратегии, ориентированные на решение, в группе матерей детей с интеллектуальными нарушениями («Гр-ИН») отмечается большая представленность стратегий, ориентированных на эмоции.

Проведенный анализ выявил, что для матерей детей с интеллектуальными нарушениями характерно преобладание стилей/стратегий, направленных на преимущественное снижение эмоционального напряжения (см. таблицу 1).

Таблица 1

*Копинг поведение в группах матерей*

Матери, имеющие детей с интеллектуальными нарушениями		Матери, имеющие детей с типичным развитием	
Преобладают: «избегание»	( $t=2,276$ ; $p<0,02$ )	Более выражены: - «проблемно ориентированный копинг»	( $t= - 3,566$ ; $p<0,000$ )
«бегство-избегание»	( $t=-3,265$ ; $p<0,001$ )	- «социальное отвлечение»	( $t= - 2,937$ ; $p<0,004$ )
«отвлечение»	( $t= 3,971$ ; $p<0,000$ )	- «самоконтроль»	( $t= - 4,275$ ; $p<0,000$ )



редкое использование «проблемно ориентированного копинга»	( $t= 3,566$ ; $p<0,000$ )		
---	----------------------------	--	--

Таким образом, подтверждена гипотеза об ограниченном использовании матерями проблемно-ориентированных копинг-стратегий/стилей в ситуации наличия у ребенка интеллектуального нарушения.

В данном разделе также рассматриваются различия между выборами стилей/стратегий совладания матерей внутри исследуемых групп, имеющих одного и двоих детей.

Для матерей, имеющих одного ребенка с интеллектуальными нарушениями («Гр-ИН-1»), по сравнению с группой матерей, имеющих двоих детей, из которых только один имеет интеллектуальные нарушения («Гр-ИН-2»), характерно прибегание в трудной ситуации к «эмоционально ориентированному» копингу ( $t=-2,506$ ;  $p<0,01$ ), «избеганию» ( $t=-2,425$ ;  $p<0,01$ ); «конфронтативному» копингу ( $t=-2,744$ ;  $p<0,007$ ). Но они в меньшей степени, чем матери «Гр-ИН-2», обращаются к стратегии «принятия ответственности» ( $t=2,835$ ;  $p<0,006$ ).

Матери двоих детей, из которых только один имеет интеллектуальные нарушения («Гр-ИН-2»), отдают предпочтение использованию стратегии «принятия ответственности» ( $t=2,835$ ;  $p<0,006$ ). В трудной ситуации они используют «положительную переоценку», «самоконтроль», «планирование решения проблем», следовательно, проблемно-фокусированный копинг в их поведении представлен более широко, однако стратегии, связанные с обращением к социальному окружению представлены крайне мало.

Сравнивая результаты исследования матерей «Гр-ИН-1» и «Гр-ТР-1», мы выявили следующие достоверные различия: матери, имеющие одного ребенка с интеллектуальным нарушением, в большей мере используют «эмоционально ориентированный копинг» ( $t=2,01$ ;  $p<0,04$ ), вступают в конфронтационный копинг ( $t=3,745$ ;  $p<0,00$ ), пытаются избежать трудностей («бегство-избегание» ( $t=4,152$ ;  $p<0,00$ )).

Матери «Гр-ТР-1» обращаются преимущественно к «положительной переоценке» ( $t=2,589$ ;  $p<0,01$ ), к «самоконтролю» ( $t=-2,342$ ;  $p<0,02$ ).

Сравнивая результаты исследования матерей «Гр-ИН-2» и «Гр-ТР-2», мы выявили следующие достоверные различия: матери «Гр-ИН-2» с трудной ситуацией пытаются справиться с помощью стилей/стратегий: «самоконтроль» ( $t=-3,348$ ;  $p<0,01$ ), «бегство-избегание» ( $t=2,541$ ;  $p<0,01$ ), «положительная переоценка» ( $t=-3,172$ ;  $p<0,002$ ).

Матери «Гр-ТР-2» при совладании используют «социальное отвлечение» ( $t=-5,145$ ;  $p<0,00$ ), «избегание» ( $t=-4,919$ ;  $p<0,00$ ), «поиск социальной поддержки» ( $t=-2,297$ ;  $p<0,02$ ), проблемно ориентированный копинг ( $t=-2,287$ ;  $p<0,02$ ).

Таким образом, на основании приведенных данных сделан вывод о том, что ситуация наличия двоих детей, из которых только один имеет интеллектуальные нарушения, с одной стороны, влияет на выбор продуктивного совладания – «планирование решения проблем», но с другой стороны не позволяет широко и активно использовать стратегии, связанные с обращением к социальному окружению. Матери, имеющие одного ребенка с интеллектуальными нарушениями («Гр-ИН-1»), в большей мере прибегают к копинг-стратегиям, которые не являются адаптивными, однако в некоторых случаях помогают немного справиться с трудной ситуацией. Матери «Гр-ИН-2» обращаются к копинг-стратегиям, которые могут способствовать

адаптации человека в стрессовой ситуации, однако они не относятся к активномукопингу (относительно адаптивные по Хейм и К.Гарверу).

Таким образом, подтверждена выдвинутая исследовательская гипотеза о том, что наличие в семье с умственно отсталым ребенком второго ребенка с типичным развитием является дополнительным копинг-ресурсом, способствующим выбору продуктивного совладания.

В третьем разделе выявлено, что показатели осмысленности жизни в целом и её составляющих по отдельности в выборке матерей, имеющих ребенка с интеллектуальными нарушениями, значительно снижены. А именно «цели» в жизни менее точны и менее конкретны ( $t=-2,171$ ;  $p<0,03$ ); показатель «Локус контроля-Я» (Я - хозяин жизни) ниже ( $t=-3,665$ ;  $p<0,000$ ); «Локус контроля-Жизнь», или управляемость жизнью у матерей группы «Гр-ИН» ниже, чем у матерей группы «Гр-ТР» ( $t=-2,318$ ;  $p<0,02$ ). Значимость различий подтверждалась с помощью t-критерия Стьюдента. Установлено, что матери группы «Гр-ИН» чувствуют себя пассивным объектом влияний других людей и внешних обстоятельств, а постановка перспективных жизненных целей, их направленность отличаются ограниченностью. Это оказывает влияние на выбор стратегий совладающего поведения, который ориентирован на эмоционально-фокусированный копинг.

У матерей, имеющих ребенка с интеллектуальными нарушениями, выявлена значимая корреляционная взаимосвязь между «эмоционально-ориентированным» копингом и «Локус контролем-Я» ( $-0,205^*$ ). Для исследования взаимосвязи между переменными мы использовали коэффициент корреляции Спирмена.

У матерей, имеющих детей с типичным развитием, корреляционный анализ показал тесную взаимосвязь между «проблемно-ориентированным» копингом и удовлетворенностью «процессом» жизни ( $0,197^*$ ), между «проблемно ориентированным» копингом и «Локус контролем-Жизнь» ( $0,268^{**}$ ); между «конфронтационным» копингом и «Локус контролем-Я» ( $0,220^*$ ), то есть использование «проблемно-ориентированного» копинга связано с убеждением в том, что человек может контролировать свою жизнь, он имеет возможность независимо ни от кого принимать решения и реализовывать их.

«Поиск социальной поддержки» является одной из эффективных стратегий совладания с трудностями, коррелирующей с большинством из рассматриваемых смысложизненных ориентиров у матерей «Гр-ТР»: «Локус контроля-Я» ( $0,297^{**}$ ); «Локус-контроля-Жизнь» ( $0,293^{**}$ ); «общий уровень смысложизненной ориентации» ( $0,327^{**}$ ); «жизненной ориентацией на цель» ( $0,344^{**}$ ); «жизненной ориентацией на процесс» ( $0,215^*$ ); жизненной «ориентацией на результат» ( $0,337^{**}$ ).

Данные показывают, что среди большого спектра копинг-стратегий матери, имеющие интеллектуально сохранного ребенка, отдают предпочтение «поиску социальной поддержки», «проблемно ориентированному копингу», «принятию ответственности».

Таким образом, полученные данные подтверждают диспозиционную обусловленность (относительно смысложизненных ориентаций) копинг-стилей/стратегий, а именно: важной предпосылкой успешного совладания с трудными жизненными ситуациями является наличие согласованных, содержательно выстроенных жизненных планов, перспективных целей, которые определяют согласованность системы смысложизненных ориентаций личности.

Определено, что матери группы «Гр-ИН-2», имеющие двоих детей, более удовлетворены своей жизнью: у них выше показатель жизненной «ориентации на

цель» ( $t=3,003$ ;  $p<0,004$ ), выше показатель смысложизненной «ориентации на процесс» ( $t=4,054$ ;  $p<0,000$ ), «на результат» ( $t=3,237$ ;  $p<0,002$ ).

Однако обращает на себя внимание то, что показатели шкал «Локус контроля-Я» и «Локус контроля-Жизнь» в обеих подгруппах («Гр-ИН-1» и «Гр-ИН-2») значимых различий не имеют. Это свидетельствует о том, что матери обеих групп независимо от количества детей сомневаются в том, что человек способен самостоятельно планировать и контролировать свою собственную жизнь.

Выявлена взаимосвязь, показывающая, что убежденность в отсутствии свободы выбора мешает прибегать к стратегии совладания «поиск социальной поддержки» («поиск социальной поддержки» и «Локус контроля-Жизнь» ( $0,310^*$ )), матерям, имеющим одного ребенка с интеллектуальным нарушением. Как следствие, матери «Гр-ИН-1» редко обращаются к помощи и поддержке друзей, родственников. Помощь специалистов считают полезной, но на практике к специалистам обращаются крайне мало.

У матерей, имеющих двоих детей, среди которых один имеет умственную отсталость («Гр-ИН-2»), выявлена взаимосвязь между «результатом» смысложизненных ориентаций и «принятием ответственности» ( $0,329^*$ ).

Результаты проведенного исследования показывают, что ситуация наличия второго ребенка с сохранным интеллектом (у матерей «Гр-ИН-2») благоприятно сказывается на смысложизненных ориентациях и является копинг-ресурсом, предоставляющим возможность использования продуктивных проблемно-ориентированных копинг-стратегий.

Таким образом, доказано, что факт наличия в семье с умственно отсталым ребенком второго ребенка с сохранным интеллектом играет существенную роль в повышении уровня осознанности жизни матерями и является дополнительным копинг-ресурсом, способствующим выбору продуктивного совладания (что подтверждает выдвинутую нами гипотезу).

В четвертом разделе описаны результаты изучения жизненных ориентаций оптимизма/пессимизма. Результаты исследования матерей группы «Гр-ТР» показывают, что у них преобладает средний уровень оптимизма и ниже среднего уровень пессимизма. В группе «Гр-ИН» выявлен низкий уровень оптимизма и средний уровень пессимизма.

Надо отметить, что мы вслед за Т.Л. Крюковой, М.С. Замышляевой и др. рассматриваем оптимизм и пессимизм как относительно самостоятельные, обладающие независимым характером когнитивные личностные диспозиции.

Результаты исследования показали, что у матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, наблюдается отрицательная корреляционная связь между пессимизмом и проблемно-ориентированным копингом ( $- 0,221^*$ ), то есть родительницы с преобладанием пессимистических настроений редко выбирают проблемно-ориентированный копинг.

У родительниц, имеющих одного ребенка с интеллектуальным нарушением («Гр-ИН-1»), низкий уровень позитивных ожиданий создает тенденцию к редкому использованию копинга «планирование решения проблем» («оптимизм» и «планирование решения проблем»  $0,316^*$ ). Таким образом, пессимизм и низкий уровень оптимизма повышают вероятность использования неконструктивного совладания.

У родительниц, имеющих двоих детей с типичным развитием («Гр-ТР-2»), выявлены значимые корреляционные связи между низким показателем пессимизма и

проблемно-ориентированным копингом (-0,313\*).

Ожидание того, что в будущем будут происходить позитивные события, оказывает влияние на предпочтение родительницами проблемно-ориентированного копинга.

В группе матерей «Гр-ТР-1» низкий уровень пессимистических настроений создает тенденцию к использованию положительной переоценки возникающих трудностей («пессимизм» и «положительная переоценка» -0,329\*).

Тем самым результаты исследования доказывают, что средний уровень оптимизма и низкий уровень пессимистичных ожиданий может быть рассмотрен как ресурс, ограничивающий влияние неконструктивного копинга и оказывающий влияние на предпочтение проблемно-ориентированного копинга.

Таким образом, в работе показано, что жизненные ориентации оптимизма/пессимизма оказывают влияние на выбор стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями у матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями.

В пятом разделе раскрываются взаимосвязи показателей эмпатии со стратегиями/стилями совладания.

У матерей в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» по сравнению с результатами исследования матерей «Гр-ТР», наблюдается низкий уровень эмоционального канала эмпатии ( $t=-2,845$ ;  $p<0,005$ ), проникающей способности в эмпатии ( $t=-3,049$ ;  $p<0,003$ ). Общий показатель эмпатии также находится в зоне значимых различий ( $t=-3,813$ ;  $p<0,000$ ). Возможно, поэтому матерям трудно сопереживать своему ребенку, понять мотивы его поступков. Эмпатическое постижение партнера при взаимодействии остается поверхностным, выводы неточны, а потому и требования относительно собеседника порой необоснованные. Эмпатическое постижение другого заменяется сложившимися ранее стереотипами, представлением о поведении среднестатистической личности.

Таблица 2

*Меры связи между показателями эмпатии, совладания, смысложизненных ориентаций среди матерей, имеющих ребенка с интеллектуальными нарушениями («Гр-ИН»)*

	Проникающая способность в эмпатии	Рациональный канал эмпатии	Установки в эмпатии	Общий показатель эмпатии
Пессимизм	-0,211*			
Проблемно-ориентированный копинг	0,217*			
Избегание	-0,227*			
Отвлечение		-0,269**		
Бегство-избегание			-0,257**	
Результат смысложизненных ориентаций				0,198*

\*\* - корреляция значима на уровне 0,01

\* - корреляция значима на уровне 0,05

Для выявления меры связи между признаками в группах использовался коэффициент корреляции Спирмена.

Низкий показатель проникающей способности в эмпатии уменьшает число обращений к проблемно-ориентированному копингу, ведет к частому использованию

«избегания». Низкий показатель установки в эмпатии ведет к предпочтению стратегии «бегство-избегание». Такое положение дел создает ограничения в выстраивании атмосферы тепла, откровенности, открытости, ведет к попыткам забыть о проблеме, не вспоминать о ней, а, следовательно, не думать о ее решении.

Низкий общий показатель уровня эмпатии, свидетельствующий о недостаточной способности субъекта входить в эмоциональный резонанс с другими (сопереживать, соучаствовать), коррелирует с низкой удовлетворенностью жизнью, наполненности жизни.

У матерей «Гр-ТР» стратегия «поиска социальной поддержки» находится в корреляционной зависимости с эмпатическими каналами «установка» (0,299\*\*), «эмоциональность в эмпатии» (0,231\*). Чем выше проявления поиска поддержки со стороны социума, тем выше эмоциональность в эмпатии и выше установка на эмпатическое постижение другого.

Взаимосвязь показателей «положительная переоценка» и «идентификации» (0,219\*) создает возможность найти положительные моменты в трудных ситуациях через постижение другого на основе сопереживания, постановки себя на место партнера.

*Изучение проявлений эмпатии внутри групп «Гр-ИН» и «Гр-ТР», имеющих одного и двоих детей*, показало, что значения степени выраженности рационального канала эмпатии ( $t = -6,714$ ;  $p < 0,000$ ), общего показателя эмпатии ( $t = -2,599$ ;  $p < 0,01$ ) достоверно выше у матерей «Гр-ИН-2», чем у матерей «Гр-ИН-1».

Показатели эмоционального канала эмпатии ( $t = -2,075$ ;  $p < 0,041$ ) достоверно выше у матерей, имеющих одного ребенка с интеллектуальными нарушениями («Гр-ИН-1»). Родительницы в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» стараются принять ребенка таким, какой он есть, однако этого недостаточно (в целом по группе показатели эмпатии находятся на низком уровне).

Таким образом, результаты диагностики эмпатических способностей свидетельствуют о заниженном уровне эмпатии в выборке «Гр-ИН», что вносит помехи в объективное оценивание возникающих проблем, в способность видеть возможные варианты выхода из сложной ситуации, снижая в результате возможность использования проблемно-ориентированного совладания.

Полученные данные подтверждают диспозиционную обусловленность (относительно эмпатических способностей) копинг-стилей/стратегий, а именно: низкий показатель каналов эмпатии у матерей в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» снижает число обращений к проблемно-ориентированному копингу.

*В шестом разделе главы* анализируются результаты диагностики особенностей родительского отношения матерей к разным сторонам семейной жизни по методике «PARI».

Значения параметра «отношение родителей к ребенку» показывают, что у матерей в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» недостаточен «оптимальный эмоциональный контакт» или «авторитетный стиль», который проявляется в отсутствии таких проявлений, как побуждение словесных проявлений, вербализаций ( $t = -8,384$ ;  $p < 0,00$ ); низкий уровень партнерских отношений ( $t = 3,901$ ;  $p < 0,000$ ); в этой группе отсутствуют товарищеские отношения между родителями и детьми ( $t = -3,686$ ;  $p < 0,000$ ).

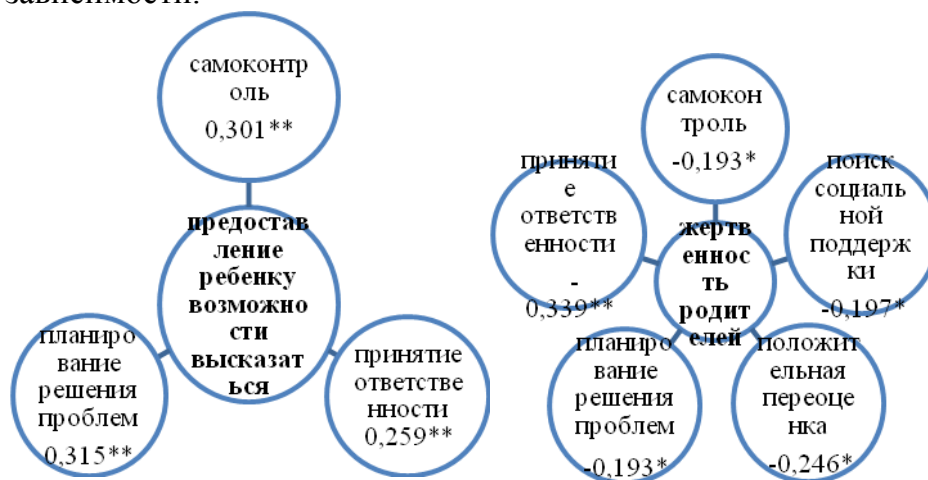
При этом преобладающим отношением к ребенку является «излишняя эмоциональная дистанция с ребенком» или «авторитарный стиль», который

проявляется в таких признаках, как раздражительность, вспыльчивость ( $t=12,235$ ;  $p<0,000$ ); суровость, излишняя строгость ( $t=2,475$ ;  $p<0,014$ ).

В тоже время матери излишне концентрируются на своем ребенке, демонстрируя «снисходительный стиль», что проявляется в чрезмерной заботе, установлении отношений зависимости, оберегании от трудностей ( $t= 5,202$ ;  $p<0,000$ ); в преодолении сопротивления, подавлении воли ребенка ( $t=3,979$ ;  $p<0,000$ ); в исключении внесемейных влияний, в зависимости от матери ( $t=1,995$ ;  $p<0,047$ ); в подавлении агрессивности ребенка ( $t=4,007$ ;  $p<0,000$ ); в подавлении сексуальности ( $t=4,931$ ;  $p<0,000$ ); в чрезмерном вмешательстве в мир ребенка ( $t=7,876$ ;  $p<0,000$ ).

Матери, имеющие ребенка с интеллектуальным нарушением, испытывают противоречивые чувства по отношению к нему. С одной стороны, они опекают его, что выражено в повышенной власти матери ( $t=4,592$ ;  $p<0,000$ ), матери настроены на «поощрение зависимости ребенка от матери» ( $t=1,995$ ;  $p<0,04$ ); убеждены в собственной жертвенности ради ребенка ( $t=25,680$ ;  $p<0,000$ ), отмечается их навязчивость, чрезмерное вмешательство в мир ребенка ( $t=7,876$ ;  $p<0,000$ ). С другой стороны, они испытывают по отношению к своему ребенку раздражительность ( $t=12,235$ ;  $p<0,000$ ), отмечают, что вся их жизнь ограничена ролью хозяйки дома ( $t=7,958$ ;  $p<0,000$ ), выявлено отсутствие товарищеских отношений между родительницами и детьми ( $t=-3,686$ ;  $p<0,000$ ).

Таким образом, подтверждается гипотеза о том, что родительницы в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» проявляют амбивалентное отношение к ребенку: с одной стороны, они стараются опекать ребенка во всем, так как не верят в его силы, с другой стороны, у них присутствует раздражительность, вспыльчивость, авторитарность из-за неоправданных надежд, ограниченных возможностей ребенка. Следовательно, в таких отношениях отсутствует оптимальный баланс опеки и требований, предъявляемых ребенку с интеллектуальным нарушением, который проявляется в недостаточном эмоциональном контакте, в излишней эмоциональной дистанции с ребенком при одновременном установлении отношений зависимости.



*Рисунок 3. Меры связи между показателями совладания и показателями «предоставление возможности ребенку высказаться», «жертвенность родительниц» по методике PARI в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением»*

Низкие результаты по показателю «предоставление ребенку возможности высказаться» коррелирует с низкими результатами показателей совладания (см. рисунок 3). Нежелание, а возможно и неумение матерей в диаде «мать-ребенок с

интеллектуальным нарушением» проговаривать возникающие трудности, игнорирование мнения ребенка, низкая вербализация в детско-материнских отношениях связаны с низким уровнем самоконтроля при решении проблем, низким показателем планирования решения проблем.

Высокий показатель «жертвенность родителей» взаимосвязан с низкими результатами показателей совладания. Неумение продуктивно справляться с трудностями: осуществлять поиск социальной поддержки при решении трудных жизненных вопросов, планировать их решение, брать ответственность на себя, – приводит к ощущению жертвенности родительниц, вынужденного подчинения обстоятельствам.

Таким образом, в работе доказано, что копинг-стили/стратегии, используемые матерями в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением», определяются отношением матерей к разным сторонам семейной жизни. А именно: полученные по методике PARI результаты позволили выделить факторы, создающие препятствия в использовании продуктивного совладания:

1. Отсутствие товарищеских отношений между родительницами и детьми, которые выражаются в избегании общения с ребенком, в отсутствии равенства родителей и ребенка, в отсутствии предоставления возможности ребенку высказаться.

2. Склонность к активному вмешательству в мир ребёнка, проявляющаяся во власти матери, в установлении отношений зависимости ребенка от матери.

3. Ощущение «жертвенности» матерей. Чем больше мать считает необходимым ограничивать себя рамками только семьи, тем больше она изолирует себя от социума, тем чаще обращается к совладанию в виде избегания, дистанцирования и других неконструктивных копингов.

*В заключении 2 главы* подводятся основные итоги и формулируются выводы.

**В третьей главе «Расширение спектра продуктивного совладания матерей через реконструкцию отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением»** описываются условия реализации программы по укреплению продуктивных способов совладания у матерей детей с интеллектуальными нарушениями, проводится анализ полученных результатов.

В работе описаны этапы реализации тренинговой программы, участники, диагностический инструментарий.

Исследователи копинга (Т.Л. Крюкова, И.М. Никольская, Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский и др.) указывают на то, что совладающее поведение можно направленно развивать и формировать. Однако вопросы формирования у родителей продуктивных способов совладания со стрессом, эмоциональной напряженностью, вызванной заболеванием ребенка, обучение родителей приемам саморегуляции освещены в литературе недостаточно. Существующие рекомендации ориентированы, в основном, на коррекцию поведения ребенка в условиях семьи, вопросы деструктивного типа семейного воспитания и т.п.

В основе данной тренинговой программы лежит личностно-ориентированный (реконструктивный) подход (Б.Д. Карвасарский, В.А. Ташлыков, Э.Г. Эйдемиллер и др.). В ходе реконструкции нарушенных отношений происходят два процесса: осознание неадаптивных позиций и реконструкция нарушенных. Личностно-ориентированный подход обеспечивает возможность планомерного воздействия на основные компоненты отношений личности: когнитивный, эмоциональный и поведенческий.

В данной части исследования приняли участие матери (40 чел.), дети которых

обучаются в специальной (коррекционной) школе, которые составили экспериментальную (20 чел.) и контрольную группы (20 чел.).

Матери экспериментальной группы были участниками занятий тренинговой программы по укреплению активного копинга через оптимизацию «детско-материнских» отношений. В контрольную группу вошли матери детей с интеллектуальными нарушениями, которые отказались от дальнейшей продолжительной коррекционно-развивающей работы с психологом в рамках регулярных встреч.

С помощью U-критерия Манна-Уитни было определено, что группы до начала эксперимента не имели значимых различий по исследуемым параметрам.

*Цель программы:* укрепление и расширение спектра продуктивного совладания матерей через оптимизацию отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением», обучение их эффективным способам снятия напряжения.

*Задачи программы:*

1. Корригировать непродуктивные стратегии совладания, формировать сбалансированные копинг-стратегии с преобладанием активных проблем-разрешающих подходов у матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями.

2. Развивать эмпатийные способности, каналы эмпатии у матерей, имеющих ребенка с интеллектуальными нарушениями.

3. Расширять представления матерей о способах произвольной регуляции и адекватного выражения своего эмоционального состояния, формировать знания, умения в вопросах саморегуляции (релаксации, сосредоточения, самовнушения, рефлексии и др.).

4. Оказывать консультативную помощь в решении актуальных вопросов.

*Гипотеза формирующей части исследования:* программа тренинговых занятий будет способствовать укреплению и расширению спектра способов продуктивного совладания матерей через оптимизацию отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением».

*Условия реализации программы:*

Программа тренинговых занятий рассчитана на учебный год (32 часа). Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Состав участников: матери, имеющие детей с интеллектуальными нарушениями 7-10 лет, и их дети. В данной программе акцент ставится на организацию встреч, где присутствуют детско-родительские группы (мать-ребенок).

*Содержание работы.* Данная программа направлена на освоение теоретических основ и овладение навыками саморегуляции, формирование навыков продуктивных форм поведения в стрессовых ситуациях, развитие каналов эмпатии.

*Программа состоит из 7 основных блоков:* «Организационный», «Эмоции и чувства», «Стрессы в нашей жизни», «Развитие эмпатии как личностного копинг-ресурса», «Проблемные ситуации и совладающее поведение», «Общение и взаимодействие», «Рефлексивно-оценочный».

В программе использовались авторские упражнения, направленные на осознание собственной позиции относительно трудной жизненной ситуации: «Отношение к трудностям», «Противоположности», «Моя сеть социальных контактов», «Настольная игра с кубиком», «Алиса в зазеркалье», «Сказочные задачи».

В работе использовался индивидуально-дифференцированный подход, который позволил учесть сложившиеся стереотипы поведения в трудной жизненной



ситуации у матерей различных групп, выделенных в результате факторного анализа.

Для отслеживания эффективности реализации поставленных задач подобраны *диагностические методики*: диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко; расширенный тест жизненных ориентаций (ELOT), адаптация М.С. Замышляевой, Т.Л. Крюковой; копинг-поведение в стрессовых ситуациях (КПСС), адаптация Крюковой Т.Л.; опросник способов совладания, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой; «Тест смысложизненных ориентации» (СЖО), адаптированный Д.А. Леонтьевым.

В разделе 3.2. «Представление и интерпретация результатов формирующего эксперимента» представлен анализ результатов реализации коррекционно-развивающей программы, статистическая обработка которых проводилась с помощью пакета «SPSS 13.0».

Отмечается, что повысились показатели эмпатических способностей матерей, в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением»: «рациональный» канал эмпатии (использовался критерий Т-Вилкоксона):  $T_{\text{эмп}} = -2,179$ ;  $p < 0,02$ ); «эмоциональный» канал ( $T_{\text{эмп}} = -3,351$ ;  $p < 0,001$ ); «установки» в ( $T_{\text{эмп}} = -2,425$ ;  $p < 0,01$ ); «идентификация» ( $T_{\text{эмп}} = -2,347$ ;  $p < 0,01$ ); общий показатель эмпатии ( $T_{\text{эмп}} = -1,898$ ;  $p < 0,05$ ).

Показатели по отдельным субшкалам по методике СЖО не претерпели значительных изменений по итогам проделанной работы. Однако показатель «общая осмысленность жизни» все же немного повысился ( $T_{\text{эмп}} = -2,036$ ,  $p < 0,04$ ). Это показывает, что незначительное повышение по каждой из шкал СЖО привело к повышению суммарного результата, а реализованная работа оказала скорее целостное влияние на интегральный показатель СЖО.

Снизился показатель уровня пессимизма ( $T_{\text{эмп}} = -1,941$ ;  $p < 0,05$ ), что позволяет говорить о положительном влиянии на эмоциональную сферу матери, проведенного цикла занятий. По результатам методики исследования копинг-поведения в стрессовых ситуациях можно констатировать уменьшение использования «избегания» от проблемы ( $T_{\text{эмп}} = -2,061$ ;  $p < 0,03$ ) и повышение использования «социального отвлечения» ( $T_{\text{эмп}} = -2,040$ ;  $p < 0,04$ ).

Анализ полученных данных по опроснику способов совладания (ОСС) показал, что реализуемая психокоррекционная деятельность положительно повлияла на использование стратегий совладания в трудной жизненной ситуации: увеличился показатель «поиск социальной поддержки» ( $T_{\text{эмп}} = -2,168$ ;  $p < 0,03$ ); снизилось число обращений к использованию стратегией «бегство-избегание» ( $T_{\text{эмп}} = -2,433$ ;  $p < 0,01$ ).

С помощью U-критерия Манна-Уитни было определено, что полученные по итогам реализации формирующего эксперимента данные между двумя группами матерей (принимавших и не принимавших участие в тренинге) имеют значимые различия по следующим критериям: эмоциональный канал эмпатии ( $U = 3,531$ ,  $p < 0,001$ ); установки в эмпатии ( $U = 3,131$ ,  $p < 0,002$ ); идентификация в эмпатии ( $U = 3,162$ ,  $p < 0,002$ ); общий показатель эмпатии ( $U = 2,253$ ,  $p < 0,02$ ); пессимизм ( $U = 2,331$ ,  $p < 0,02$ ); избегание ( $U = 2,470$ ,  $p < 0,001$ ); социальное отвлечение ( $U = 2,084$ ,  $p < 0,03$ ); поиск социальной поддержки ( $U = 2,246$ ,  $p < 0,001$ ); бегство-избегание ( $U = 2,100$ ,  $p < 0,03$ ).

Результаты реализации программы психологической помощи матерям показали достаточную эффективность. Программа способствует оптимизации детско-материнских отношений через развитие эмпатии, формирование установки на безоценочное принятие ребенка. Благодаря этому у матерей актуализировалась

более позитивная картина мира, оптимизировалась готовность к саморегуляции своего эмоционального состояния и модификации относительно взаимодействий с окружающими людьми. Матери стали более решительны в постановке и реализации собственных жизненных целей, а также в использовании адаптивных совладающих стратегий, адекватных имеющимся жизненным проблемам и трудностям.

Результаты в подгруппе матерей, не участвовавших в тренинговых встречах показывают, что за этот же промежуток времени значимых сдвигов не произошло. У них несколько повысился уровень самоконтроля ( $T_{\text{эмп}} = -2,415$ ;  $p < 0,01$ ), они стали проявлять большую закрытость, стремление скрывать от окружающих свои переживания, волнения, связанные с трудностями.

Таким образом, доказана гипотеза о том, что реализация тренинговой программы способствует укреплению у матерей продуктивных способов совладания с трудностями через реконструкцию отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением».

В результате реализации данной программы матери научились применять на практике методы саморегуляции: релаксации, сосредоточения, самовнушения, рефлексии и др.; использовать способы активного, эффективного совладающего со стрессом поведения в повседневной жизни; использовать способы взаимодействия, направленные на помощь, содействие в ответ на переживание другого.

В разделе 3.3 «Интерпретация результатов отсроченной диагностики» представлены результаты диагностики, которая проводилась через 2,5 года после окончания реализации программы по укреплению у матерей, имеющих детей с интеллектуальными нарушениями, продуктивных способов совладания с трудностями, с целью определения устойчивости во времени полученных результатов.

Выявлено, что по прошествии длительного временного промежутка у участниц тренинга сохранились позитивные, статистически значимые сдвиги основных показателей, а именно: стили/стратегии совладания: «избегание» ( $T_{\text{эмп}} = -2,448$ ;  $p < 0,01$ ), «социальное отвлечение» ( $T_{\text{эмп}} = -2,064$ ;  $p < 0,03$ ), «бегство-избегание» ( $T_{\text{эмп}} = -2,431$ ;  $p < 0,01$ ); показатель «пессимизм» также показал статистически значимое изменение ( $T_{\text{эмп}} = -1,938$ ;  $p < 0,05$ ); эмоциональный канал в эмпатии сохраняет положительный сдвиг в значении ( $T_{\text{эмп}} = -2,480$ ;  $p < 0,01$ ), «установка в эмпатии» ( $T_{\text{эмп}} = -2,103$ ;  $p < 0,03$ ), «общий показатель эмпатии» ( $T_{\text{эмп}} = -1,903$ ;  $p < 0,05$ ).

Однако определено, что с течением времени у матерей не проявляется потребность самостоятельного, целенаправленного развития каких-либо альтернативных адаптивных способов совладания, которые они могли бы использовать в жизненных ситуациях, не происходит и усиления, разветвления относительно взаимосвязей внутри уже сложившейся системы способов совладания.

Показано, что данная категория родительниц нуждается в периодической психологической поддержке на всех этапах, связанных с возрастными кризисами ребенка с интеллектуальным нарушением.

В **заключении** диссертационного исследования подведены основные итоги работы, обобщены основные результаты и сформулированы следующие выводы.

1. Ситуация в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» воспринимается матерями как трудная жизненная ситуация, оказывающая хроническое стрессовое воздействие и проявляющаяся в особых эмоциональных переживаниях: высоком уровне неподконтрольности, неопределенности, слабой

прогнозируемости (что характерно для трудной жизненной ситуации).

2. В диадической ситуации «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением» у матерей выявлена большая представленность стратегий, ориентированных на эмоции, направленных на снижение эмоционального напряжения: «избегание», «отвлечение», сравнительно редкое использование «проблемно-ориентированного» копинга и «самоконтроля».

3. Существуют различия совладающего поведения в ситуации наличия в семье одного ребенка с интеллектуальным нарушением (эмоционально ориентированный копинг, конфронтация, избегание) и в ситуации наличия двоих детей, из которых лишь один имеет интеллектуальное нарушение, где проблемно-фокусированный копинг представлен более широко (положительная переоценка, самоконтроль, планирование решения проблем). Однако в обеих группах наблюдается низкая активность в использовании и предпочтении стратегий, связанных с обращением к социальному окружению.

4. Наличие второго ребенка с типичным развитием в семье играет существенную роль в осознанности жизни матерей, где проблемно-фокусированный копинг представлен более широко (положительная переоценка, самоконтроль, планирование решения проблем).

Присутствие в сознании субъекта жизненных целей, а также удовлетворенность процессом жизни можно считать копинг-ресурсом, способствующим выбору продуктивного совладания.

5. Подтвердилась обусловленность выбора способов совладания, используемых матерями при переживании ситуации интеллектуальных нарушений у ребенка, совокупностью факторов: диспозиционного (ориентацией оптимизма/пессимизма, смысложизненными ориентациями, эмпатийными способностями, отношением матерей к семейным ролям), ситуационного (наличие умственной отсталости у ребенка, наличие в семье с умственно отсталым ребенком второго ребенка с сохранным интеллектом).

6. Ситуация наличия интеллектуального нарушения у ребенка в диаде «мать - ребенок» негативно влияет на смысложизненные ориентации матерей («цели» в жизни менее точны и менее конкретны, у них, как правило, ниже показатель «Локус контроля-Я» (Я — хозяин жизни), «Локус контроля-жизнь» или представление об управляемости жизни, направленность и временная перспектива размыты).

7. Низкий уровень пессимизма и умеренный уровень оптимизма можно рассматривать в качестве ресурса, который обеспечивает выбор продуктивных стратегий. Преобладание пессимизма способствует редкому выбору проблемно-ориентированного копинга, то есть пессимизм снижает вероятность использования проблем решающих способов совладания.

8. В целом, анализируя соотношение эмпатии и копинг-поведения в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» и в диаде «мать-ребенок с типичным развитием», выявлена следующая особенность: средний уровень эмпатии соотносится с умением планировать, с поиском социальной поддержки, а низкий уровень эмпатии способствует использованию непродуктивных способов совладания.

9. Копинг-стили/стратегии, используемые матерями ребенка с интеллектуальными нарушениями, определяются отношением матерей к разным сторонам семейной жизни. Факторами, создающими препятствия в использовании продуктивного совладания (по методике PARI), являются: отсутствие товарищеских отношений между родительницами и детьми, которые выражаются в отсутствии

равенства родителей и ребенка, в отсутствии предоставления возможности ребенку высказаться; чрезмерное вмешательство в мир ребёнка; ощущение «жертвенности» матерей.

10. Матери в диаде «мать-ребенок с интеллектуальным нарушением» проявляют амбивалентное отношение к ребенку, где отсутствует оптимальный баланс опеки и требований. Отсутствие оптимального баланса проявляется в недостаточном эмоциональном контакте, в излишней эмоциональной дистанции с ребенком, одновременном установлении отношений зависимости.

11. Программа тренинговых занятий способствует укреплению и расширению спектра способов продуктивного совладания матерей через реконструкцию отношений в диаде «мать - ребенок с интеллектуальным нарушением».

12. По прошествии длительного периода времени у матерей сохранился позитивный, статистически значимый сдвиг основных показателей, диагностируемый по итогам реализации тренинговой программы. Однако матери нуждаются в психологическом сопровождении на всех этапах, связанных с возрастными кризисами ребенка с интеллектуальным нарушением.

Отмечено, что в результате исследования все гипотезы получили подтверждение.

Вместе с тем вопрос исследования психологии копинга, развития продуктивного совладания остается актуальным и достойным дальнейшего изучения, в ходе которого могут быть раскрыты новые значимые грани этого феномена.

Основные положения диссертации отражены 13 в публикациях (общим объемом 4,2 п.л., авторских – 2,707 п.л.), в том числе 4 статьи опубликованы в ведущих российских научных периодических изданиях, включенных в перечень ВАК РФ для публикации результатов научных исследований общим объемом 1,824 п.л., авторских – 0,957 п.л.

**Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях:**

**Статьи, опубликованные в ведущих рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК Министерства образования и науки РФ:**

1. Моисеева, С. Н. Изучение влияния уровня осознанности смысложизненных ориентаций на выбор матерями, воспитывающими умственно отсталого ребенка, стратегии совладания // Теория и практика общественного развития. Научный журнал. – Краснодар: Изд. Центр «ХОРС», 2013. – №10. – С. 173–176. (Авторский вклад 89%) (0,456 п. л.)

2. Моисеева, С. Н. Изучение влияния уровня эмпатических способностей на выбор матерями, воспитывающими умственно отсталого ребенка, копинг-стратегии // Теория и практика общественного развития. Научный журнал. - Краснодар: Изд. Центр «ХОРС», 2013. – №12/1. – С. 174–177. (Авторский вклад 87 %) (0,456 п. л.)

3. Моисеева, С. Н. Изучение влияния жизненных ориентаций оптимизма/пессимизма на выбор матерями, воспитывающими умственно отсталого ребенка, копинг-стратегий // Теория и практика общественного развития Научный журнал. – Краснодар: Изд. Центр «ХОРС», 2014. – №12/1. – С.138-141. (Авторский вклад 88%) (0,456 п. л.)

4. Моисеева, С. Н. Исследование устойчивости результатов тренинговой программы по укреплению продуктивных способов совладания с трудностями у матерей, имеющих детей с интеллектуальной недостаточностью // Научное мнение. Научный журнал - СПб.: Санкт-Петербургский университетский консорциум, 2017.- № 4. – С. 93–96. (Авторский вклад 89 %) (0,456 п. л.)

### **Статьи в научных журналах, сборниках материалов научных, научно-практических конференций:**

5. Моисеева, С. Н. Развитие позитивного отношения родителей к ребенку с интеллектуальной недостаточностью // Акмеология: качество развития человека: материалы Межрегиональной научно-практической конференции (Иваново, 10 февраля 2010). – Иваново: ООНИ ИВИ ГПС МЧС России, 2010. – С. 143-146.
6. Моисеева, С. Н. Личностные особенности родителей, воспитывающих ребенка с интеллектуальной недостаточностью// Актуальные вопросы современной психологии педагогики: сборник докладов международной научной конференции (Липецк, 20 марта 2010). – Т. II. – Психологические науки. – Липецк: Изд. Центр «Де-факто», 2010. – С. 24-29.
7. Моисеева, С. Н. Психологические особенности семьи, воспитывающей ребенка с умственной отсталостью // Перспективы развития науки и образования: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции 28 сентября 2012 г. в 14 частях. Ч. 4. Тамбов: изд-во ТРОО «Бизнес-Наука-Общество», 2012. – С. 57–59.
8. Моисеева, С. Н. Программа коррекционно - развивающих занятий по формированию навыков совладания со стрессами у родителей, воспитывающих детей с умственной отсталостью: «Мы все можем!» // Научный журнал: материалы VI Международной конференции студентов, аспирантов, педагогов, молодых ученых «Шуйская сессия студентов, аспирантов, педагогов, молодых ученых» Университет - новой школе / под ред. И. Ю. Добродеевой, 2013. - №2.1. - С. 74-76.
9. Моисеева, С. Н. Изучение осмысленности жизненного пути родителями, воспитывающего умственно отсталого ребенка// Перспективы развития науки и образования: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции 30 мая 2013г. в 8 частях. Ч. 3. - Тамбов: изд-во ТРОО «Бизнес–Наука–Творчество», 2013. – С. 96-97.
10. Моисеева, С. Н. Особенности копинг-стратегий матерей в ситуации воспитания ребенка с умственной отсталостью // Современные концепции научных исследований: сборник научных работ по материалам V международной научно-практической конференции. 29-30 августа, 2014 г. Москва: ЕСУ, 2014. – №5. – С. 117–119.
11. Моисеева, С. Н. Копинг-поведение родительниц умственно отсталого ребенка, в ситуации воспитания одного и двоих детей // Отечественная наука в эпоху изменений: постулаты прошлого и теории нового времени: материалы II международной научно-практической конференции. – Екатеринбург: НАУ, 2014. – №2. – С. 133–135.
12. Моисеева, С. Н. Особенности совладающего поведения подростков из неблагополучных семей // Научный альманах, №11-5(13), 2015. – С. 208–209.
13. Моисеева, С. Н. Взаимосвязь совладающего поведения и отношения к семейной жизни матерей, воспитывающих детей с интеллектуальными нарушениями // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: сборник научных трудов по материалам IV Международной научной конференции 22-24 сентября 2016 г. в 2 т. Т. 2. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2016. – С. 79–81.