

ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА Практичної психології та соціальних технологій
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 «Психологія»

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА «ПРАКТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ»

ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА МАГІСТЕРСЬКА
РОБОТА

на тему:

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ
ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Магістрант (ка) _____
(підпис студента)

Соболева Юлія Ігорівна

Науковий
керівник _____
(підпис наукового керівника)

Максимов Микола Володимирович
Доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри практичної
психології та соціальних технологій

Допущено до захисту “ ”

202 р.

Завідувач кафедри _____
(підпис)

(прізвище, ініціали, наукове звання і ступінь)

Декан факультету _____
(підпис)

(прізвище, ініціали)

Завідувач
навчальної частини _____
(підпис)

(прізвище, ініціали)

Київ – 2024

ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
КАФЕДРА Практичної психології та соціальних технологій
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 «Психологія»

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА «Практична психологія»

ЗАВДАННЯ

на випускню кваліфікаційну магістерську роботу студентів (ці):

Соболевій Юлії Ігорівни

- 1. Тема роботи** Психологічний супровід батьків дітей з особливими освітніми потребами
- 2. Затверджена** наказом по університету від “ 08 ” 03 2024 р. № 16
- 3. Цільова установка на вихідні дані до роботи**

Визначити основні підходи до психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. Та на основі отриманих даних розробити і апробувати програму і технології психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами

- 4. Перелік графічного матеріалу (з точним визначенням обов’язкових креслень)**

Рис. – 8

Табл. – 4

- 5. Консультанти по роботі, із зазначенням розділів, що їх стосуються:**

Розділ	Науковий керівник	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання отримав
1	Максимов М.В.	20.02.2024	28.04.2024
2	Максимов М.В.	01.05.2024	18.06.2024
3	Максимов М.В.	20.06.2024	11.10.2024

6. Зміст випускної кваліфікаційної магістерської роботи (перелік питань)

1. Охарактеризувати поняття та сутність психологічного супроводу як технології психологічної допомоги. 2. Надати загальну характеристику сімей, які виховують дитину з особливими освітніми потребами. 3. Визначити основні підходи до психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. 4. Провести експериментальне дослідження психологічних особливостей батьків дітей з особливими освітніми потребами. 5. Здійснити експериментальну апробацію програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами.

7. Календарний план виконання випускної кваліфікаційної магістерської роботи

№ з/п	Назва етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	Термін виконання етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	
		За планом	Фактично
1.	Обрання теми випускної кваліфікаційної магістерської роботи (ВКМР)	12.02.24 – 23.02.24	23.02.2024
2.	Опрацювання літератури та інших джерел для написання ВКМР	11.03.24 – 12.04.24	12.02.2024
3.	Виконання 1 розділу ВКМР	15.04.24 – 17.05.24	17.05.2024
4.	Виконання 2 розділу ВКМР	20.05.24 – 21.06.24	21.06.2024
5.	Виконання 3 розділу ВКМР, висновки	05.08.24 – 27.09.24	27.09.2024
6.	Передзахист та проведення перевірки на плагіат	14.10.24 – 25.10.24	25.10.2024
7.	Відгук керівника, рецензія	04.11.24 – 08.11.24	08.11.2024

8. Дата видачі завдання “ 11 ” 03 2024 р.

Керівник

(підпис)

Завдання прийняв до виконання

(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСКЕТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ БАТЬКІВ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ	8
1.1 Поняття та сутність психологічного супроводу як технології психологічної допомоги	8
1.2 Загальна характеристика сімей, які виховують дитину з особливими освітніми потребами	15
1.3 Основні підходи до психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.....	25
Висновки до першого розділу	34
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ	36
2.1. Організація та проведення емпіричного дослідження психологічних особливостей батьків дітей з особливими освітніми потребами	36
2.2. Методи емпіричного дослідження особливостей батьків, які виховують дитину з ООП	40
2.3. Аналіз результатів емпіричного дослідження	43
Висновки до другого розділу.....	50
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА АПРОБАЦІЯ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ	52
3.1. Теоретичне підґрунтя розробки програми психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.....	52
3.2. Програма і технології психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами	60
3.3. Аналіз результатів експериментальної роботи	69
Висновки до третього розділу	77
ВИСНОВКИ	79
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	84
ДОДАТКИ.....	95

ВСТУП

В даний час в розвитку сучасного суспільства тривожну тенденцію становить поява великого числа дітей з особливими освітніми потребами (ООП). Незважаючи на те, що суспільство прикладає чимало зусиль до створення комплексу соціальних, медико-психолого-педагогічних умов, що забезпечують успішну соціалізацію таких дітей в суспільстві, в даний час ряд проблем залишається як і раніше невирішеним. Однією з важливих проблем є те, що дуже часто батьки, які мають дитину з ООП, переживають важкий психологічний стрес, внаслідок чого виявляються абсолютно неготовими до спілкування зі своєю дитиною, а, тим більше, до надання їй допомоги в розвитку. У цьому сенсі батьки в першу чергу потребують психологічної допомоги та психологічного супроводу, оскільки для вибудовування комплексної системи допомоги дитині з ООП необхідно спиратися на ресурсний потенціал сім'ї як якусь базу, основу для успішного входження дитини в суспільство. У зв'язку з цим доцільно докладніше розглянути такий аспект, як психологічна допомога батькам, оскільки найчастіше основний акцент фахівці роблять на психолого-педагогічну роботу з дитиною, здійснення консультацій батьків з питань навчання і виховання дітей і в меншій мірі зачіпається психологічний стан самих батьків.

Психологічні особливості батьків дітей з особливими освітніми потребами розглядалися багатьма вченими. С.М. Бужинська, А.С. Тома, О.О. Буковська, Г.Б. Варіна, О.О. Прокоф'єва, О.І. Галян, З.Т. Борисенко, Н.М. Дідик, С.В. Карсканова, Я.В. Сачук, М.І. Мушкевич та інші стверджують, що після народження дитини з вадами розвитку у батьків відбуваються кардинальні зміни, ламаються колишні соціальні зв'язки, відносини, актуальні можливості особистості не завжди відповідають очікуванням оточуючих, відбуваються зміни тимчасової перспективи, майбутнє здається невизначеним, цілі – розмитими, сьогодення оцінюється

в контексті різноманітних обмежень. Все це сприяє наростанню психоемоційного напруження, підвищенню агресивності, зниженню товариськості, впевненості в своїх можливостях, формуванню почуття ізоляції. В більшості таких сімей спостерігається психологічний дискомфорт, причиною якого, в першу чергу, є низький рівень турботи і любові батьків, невизнання значущості особистості дитини. Це визначає актуальність проведеного дослідження психологічних особливостей батьків дітей з ООП з метою розробки та апробації програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами.

Об'єктом дослідження виступає сім'ї ,які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Предметом дослідження є ефективність програми психологічного супроводу батьків дітей з ООП щодо покращення їхнього психологічного стану та взаємодії з дитиною .

Мета дослідження – дослідити психологічні особливості батьків дітей з ООП та розробити ефективну програму психологічного супроводу для покращення їхнього психологічного благополуччя та взаємодії з дитиною.

У відповідності до поставленої мети були визначені основні **завдання** даного дослідження:

1. Охарактеризувати поняття та сутність психологічного супроводу як технології психологічної допомоги.
2. Надати загальну характеристику сімей, які виховують дитину з особливими освітніми потребами.
3. Визначити основні підходи до психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.
4. Провести експериментальне дослідження психологічних особливостей батьків дітей з особливими освітніми потребами.
5. Здійснити експериментальну апробацію програми психологічного

супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами.

Теоретична значимість дослідження визначається його внеском у розвиток уявлень про методи та засоби, спрямовані на гармонізацію дитячо-батьківських відносин.

Наукову новизну даного дослідження визначає те, що в ході експерименту доведено ефективність програми і технології психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами.

Практичне значення дослідження полягає в розробці програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами, яка може бути використана в освітніх установах.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження були представлені та обговорені на VIII Міжнародній студентській науковій конференції «Сучасні аспекти та перспективні напрямки розвитку науки» (08 листопада 2024р., м.Вінниця)

Публікації. За матеріалами проведеного магістерського дослідження опубліковано тези за темою «Психологічна підтримка батьків дітей з особливими освітніми потребами» у збірнику матеріалів VIII Міжнародної студентської наукової конференції (УДК 082:001) С89) , що проходила у м. Вінниця 08 листопада 2024 року. Обсяг тез – 5 повних сторінок.

Структура та обсяг роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (77 найменувань) та додатків. Основний зміст викладено на 67 сторінках. Робота містить 4 таблиці і 8 рисунків.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСКЕТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ БАТЬКІВ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

1.1 Поняття та сутність психологічного супроводу як технології психологічної допомоги

Розглядаючи психологічний супровід як технологію психологічної допомоги, необхідно врахувати, що сучасне розуміння цього процесу з'явилося у літературі порівняно недавно. Довгий час синонімічним йому вважалося поняття «психологічна допомога», яке розглядалося як суспільне явище. Своєю чергою визначення сутності поняття «психологічна допомога» входить у коло інтересів різних наук, таких як соціологія, філософія, право тощо.

Слід зазначити, що сам термін «супровід» має давню історію виникнення, одна з перших згадок про нього була описана у Старому Завіті, і зводилося лише до одного розуміння –допомоги ближньому. Надалі, у зв'язку з появою та розвитком наукового знання, поняття «супровід» стало використовуватися в природничих науках, пізніше, вже в XX столітті, термін «супровід» став використовуватися у гуманітарних науках, наприклад, таких як: психологія, педагогіка, соціологія та ін.

У тлумачному словнику слово «супроводжувати» трактується як «слідувати разом, знаходитися поряд, супроводжувати, виробляти одночасно, доповнювати» [28, с.408].

Педагогічний, психологічний і соціально-педагогічний процес є з цього погляду взаємодією двох рівноправних суб'єктів, партнерів, де педагог і дитина «йдуть разом». У обох сторін відбувається в результаті взаємодії формування певного досвіду, формується рефлексивна позиція, відбувається взаємопідтримка та взаємо-стимулювання. Отже, особливістю супроводу є специфічна позиція суб'єктів.

Аналіз сучасної наукової літератури з проблеми супроводу показує, що на даний час отримало широкого розповсюдження поняття про супровід як про різні технології надання спеціалізованої допомоги в умовах регулярної освіти, технології взаємодії зі спеціалістами освіти, психологічною службою, з освітнім середовищем в цілому, як про стрижневу філософію і стратегію практичної психології [32].

Науковці зазначають, що психологічна підтримка здійснюється задля поліпшення психічного благополуччя, створення стану спокою, полегшення процесу одужання, підвищення якості життя людей за допомогою комплексних та індивідуальних психологічних, освітніх і поведінкових послуг, котрі ґрунтуються на перевірених методах, новітніх та інноваційних підходах.

М.В. Сурякова, Г.Б. Панфілова, О.В. Скланська визначають супровід як «створення сприятливих умов для стимулювання саморозвитку, подолання труднощів адаптації, формування ідентичності, розвитку важливих особистісних якостей» [55, с.27].

На думку В.Г. Панок, Я.В. Чаплак, Я.Ф. Андрєєво, супровід – це «особливий вид допомоги, призначений для сприяння у вирішенні виникаючих проблем або в їх попередження в умовах освітнього процесу, в рамках якого здійснюються діагностика, психологічне консультування та розвиток компетентності педагога» [41, с.117].

Можна погодитись із А. Стьопкіної та І. Трубник, що супровід – це «особливий вид взаємодії, що має на меті створення сприятливих умов розвитку суб'єктів взаємодії; це метод, що забезпечує створення умов, за яких суб'єкт розвитку зможе прийняти оптимальне рішення у різних ситуаціях життєвого вибору. В цілому ж саме поняття «супровід» є міждисциплінарним, внаслідок чого вживається як у психологічному, педагогічному, так і акмеологічному контекстах, тому, як у науці, так і в практичній діяльності, зустрічаються такі поняття супроводу: «психологічний супровід», «педагогічний супровід», «соціально-

педагогічний супровід», «соціальний супровід», «правовий супровід» тощо» [54, с.208].

Разом з тим, як зазначає А. Боярчук, «незважаючи на те, що термін «супровід» міцно увійшов у професійне життя практичних психологів і педагогів, використовується як концептуально, так і практично в практичній діяльності при вирішенні конкретних завдань, сьогодні ще немає єдності думок фахівців щодо цього визначеного поняття. Кожен дослідник інтерпретує його на власний розсуд та зважає на мету, яку він несе. Адже залежно від ситуації та особливостей індивідуума супровід може виконувати різноманітні функції. Поняття «супровід» несе в собі велику кількість інформації, це цілий процес, який тісно взаємопов'язаний з іншими психологічними принципами, підходами та методами роботи» [5, с.36].

В психології «супровід» – це системна комплексна технологія соціально-психологічної допомоги особистості [33].

На думку М.І. Мушкевич психологічний супровід є «центральною ланкою в ланцюгу психологічної допомоги, що розв'язує проблеми, котрі виникають унаслідок травматичних подій, а його важливий аспект полягає у життєвому самовизначенні, у підготовці до здійснення вибору в кризових ситуаціях, саморозкритті та усуненні суб'єктивних перешкод до розвитку, у зміцненні психологічного здоров'я, а також у наданні допомоги в конкретній психотравмуючій ситуації» [38, с.78].

Л. Данилевич, Л. Луговська розкривають психологічний супровід як «систему професійної діяльності психолога, спрямовану на створення оптимальних умов для успішного навчання, розвитку та соціалізації особистості» [16, с.125].

О.О. Реброва представляє психологічний супровід як «недирективну цілісну й комплексну інтегративну технологію, у тривалому процесі якої створюються психологічні умови для глибшого пізнання власної особистості, підвищення рівня психологічних знань і психологічної

культури, відновлення потенціалу успішного функціонування родин, розвитку та саморозвитку батьків» [51, с.154].

Л.І. Прохоренко визначає психологічний супровід як «вид психологічної допомоги в умовах проблемної ситуації, що створює умови для самовизначення та самореалізації людини в кожній, конкретній життєвій ситуації» [47, с.3].

Г.Б. Варіна, О.О Прокоф'єва вважають, що «етимологічно поняття «супровід» близько таким поняттям, як сприяння, спільне пересування, допомога один одному в подоланні труднощів. Супровід – це особлива форма здійснення пролонгованої соціальної та психологічної допомоги – патронажу дітям з порушеннями в розвитку та їхнім родинам» [9, с.322].

Також у науковій літературі робиться акцент на тому, що система психологічного супроводу спрямована не на вирішення конкретних життєвих проблем, а на створення умов для переходу особистості до самопомоги завдяки пошуку прихованих ресурсів особистісного розвитку, опору на можливості людини і організації на цій базі психологічних умов для саморозвитку. Однією з головної специфіки психологічного супроводу є принцип активності суб'єкта супроводу. Передбачається, що у процесі ефективно організованого психологічного супроводу відбувається перехід від позиції «Я не можу» до позиції «Я можу сам впоратися зі своїми труднощами». Зважаючи на це, психологічний супровід вважається пріоритетною формою здійснення соціально-психологічної-педагогічної допомоги [8].

Н. Зобенько вважає, що психологічний супровід – «комплексна система психологічних умов, підтримки, допомоги, що забезпечує успішне перебування кожної дитини в конкретному освітньому середовищі; комплексна технологія; особлива культура підтримки та допомоги дитині у вирішенні завдань розвитку, навчання, виховання й соціалізації» [23, с.182].

Ю.В. Кушнір, В.А. Оверчук, О.М. Шпортун вважають, що під

психологічним супроводом пропонує розуміти, «по-перше, один з видів соціального патронажу як цілісної і комплексної системи соціальної підтримки та психологічної допомоги, що здійснюється в рамках діяльності соціально-психологічних служб; по-друге, інтегративну технологію, спрямовану на створення умов для відновлення потенціалу розвитку і саморозвитку сім'ї та особистості і в результаті – ефективного виконання окремою людиною або сім'єю своїх основних функцій; по-третє, процес особливого роду буттєвих відносин між супроводжуваним і тими, хто потребує допомоги» [34, с.85].

Психологічний супровід є одним із видів психологічної допомоги, який спрямований на створення соціально-психологічних умов для емоційного добробуту, посттравматичного зростання і відновлення постраждалої особи. У процесі психологічного супроводу відбувається створення необхідних умов для ефективної адаптації до нової реальності. Психологічний супровід передбачає пошук і розкриття прихованих ресурсів розвитку людини з опорою на її власний потенціал і створення на цій основі психологічних умов для відновлення звичного плину життя. Методологічною основою психологічного супроводу є суб'єктно орієнтований підхід, що передбачає максимум свободи суб'єкта і відповідальності за вибір варіантів вирішення актуальних проблем. Зміст психологічного супроводу становить формування умов для актуалізації здатності особистості до самопомоги, надання необхідної та достатньої підтримки для переходу з безпорадного стану в діяльнісний, коли людина в змозі самотійно упоратися зі своїми життєвими труднощами [11]. Супровід являє собою допомогу суб'єкту в розвитку формування орієнтаційного поля, в якому відповідальність за всі свої дії несе сам суб'єкт та наголошує на тому, що важливо, щоб сам суб'єкт приймав рішення в різноманітних ситуаціях. Для цього необхідно створити такі умови, щоб в нього не лишалося іншого вибору, та не перекладати вибір на інших. Вчена наголошує на важливості саме допомоги, а не вирішенні

проблеми за супроводжуваного, щоб він самостійно вчився досягати поставлених цілей.

Базовими принципами психологічного супроводу як організованої взаємодії супроводжуючого та супроводжуваного є пріоритет інтересів супроводжуваного, безперервність, мультидисциплінарність [31].

Як недирективна, особистісно орієнтована форма надання психологічної допомоги, психологічний супровід може бути спрямований на: розвиток і саморозвиток особистості, активізацію власних внутрішніх ресурсів; подолання особистих складнощів; створення умов для прийняття оптимальних рішень в різних ситуаціях життєвого вибору; підтримку людини в формуванні стратегії розвитку з повною власною відповідальністю за всі дії та рішення тощо. Крім того, супровід часто розуміється як підтримка людини в скрутних життєвих ситуаціях, вирішення яких сприяє формуванню нової траєкторії розвитку особистості [11].

Таким чином, поняття «супровід» в сучасній психології розглядається в контексті гуманістичного підходу. Воно використовується для позначення процесів інтеграції процесів забезпечення, підтримки, захисту, допомоги певному суб'єкту. В даний час термін «супровід» розуміється, перш за все, як підтримка людей, у яких на певному етапі розвитку виникають будь-які труднощі. При цьому сутність такої підтримки полягає в реалізації права на повноцінний розвиток особистості та її самореалізацію в соціумі з урахуванням традиційних цінностей і завдань освіти.

Психологічний супровід – це система заходів, спрямована на надання психологічної допомоги та підтримки для певної категорії осіб. Психологічний супровід сприяє розвитку впевненості у своїх силах і здібностях, допомагає глибше зрозуміти і прийняти певні життєві обставини, а також знаходити нові шляхи спілкування і взаємодії. Психологічний супровід вчить ефективним стратегіям виховання і взаємодії, допомагає знаходити джерела підтримки і натхнення.

Важливу роль технологія психологічного супроводу відіграє у процесі роботи з сім'ями, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, адже у процесі своєї життєдіяльності такі сім'ї стикаються з безліччю проблем на психологічному рівні, а також страхом за сьогодення і майбутнє своєї дитини. Як правило, батьки бояться за майбутнє своєї дитини через невпевненість в собі і своїх силах. Досить часто цим фактором є невідомість. Загроза є реальною або сприйманою, уявною. Багато батьків недооцінюють цю ситуацію і не здатні конструктивно оцінювати те, що відбувається з дитиною, тим самим переоцінюючи або навпаки занижуючи очікування від розвитку дитини. Відносини в родині змінюються під впливом переживань, стають «натягнутими» і дуже часто призводять до розлучення. Діти тонко відчують емоції своїх батьків, переживають, але часто навіть не усвідомлюють, що відбувається між ними, в результаті вони починають хворіти, стають плаксивими і дратівливими. У зв'язку з обмеженнями здоров'я дитини в спілкуванні між сім'єю і суспільством відбуваються зміни. Необхідність співпраці з батьками є важливою передумовою успішного консультування.

На основі узагальнення наведених тверджень можемо сформулювати власне визначення поняття психологічного супроводу – це система професійної діяльності психолога, яка спрямована на створення умов, що сприяють успішному вирішенню проблем суб'єкта, пов'язаними із адаптацією, інтеграцією, розвитком особистісних якостей, прийняттям особистістю конкретних рішень у певних ситуаціях (в залежності від запиту суб'єкта психологічного супроводу).

1.2 Загальна характеристика сімей, які виховують дитину з особливими освітніми потребами

Згідно звіту міжнародної організації ЮНІСЕФ, майже 240 мільйонів дітей по всьому світу мають особливі освітні потреби (ООП), тобто кожна десята дитина [52]. За даними Державної статистики на території України налічується близько 164 тисячі дітей з особливими освітніми потребами [57]. На жаль, внаслідок дії певних екологічних, стресогенних, соціальних чинників ця цифра щороку збільшується. Наявність особливої дитини вносить свої корективи в соціально-побутове життя сімей, але незмінним залишається прагнення суспільства полегшити та допомогти батькам забезпечити успішне майбутнє своїх дітей. Разом з тим слід зазначити, що, не дивлячись на прикладені зусилля, у багатьох випадках не вдається досягти високого рівня успішності адаптації до ситуації, що виникла у сім'ї, яка має дитину з особливими потребами.

Сім'я, за визначенням Д.Р. Правосудько, є «об'єднанням осіб, які пов'язані між собою шлюбом, або/і кровним спорідненням» [45, с.219]. Сім'я має велике значення у житті кожної людини, оскільки саме вона задовольняє необхідні потреби та бажання. Відчуття захищеності та підтримка близьких є необхідним фактором підготовки їх до самостійного життя [59].

Дитину з особливими освітніми проблемами неможливо досліджувати ізольовано від сім'ї, адже дитина вступає у всі типи сімейних взаємин, впливає на подружні відносини батьків, дитячо-батьківські відносини в інших дітьми в сім'ї, на відносини зі старшим поколінням. Поява в сім'ї дитини з патологією відноситься до переліку кризових життєвих ситуацій і за своїм психологічним значенням є доволі психотравмуючою подією.

Відомо, що прийняття тієї чи іншої психотравмуючої події приходить людині через її усвідомлення. Незважаючи на безліч індивідуальних

особливостей, існують загальні типи реагування на звістку про інвалідність дитини.

Можна виділити класичні етапи, через які проходить кожна сім'я, перш ніж прийме факт того, що їхня дитина хвора:

- фаза шоку. Батьки, дізнавшись про діагноз, знаходяться в розгубленості і не знають, які дії робити, реакція на інформацію про особливості дитини має негативний характер;

- фаза заперечення. Батьки відмовляються вірити в достовірність діагнозу, що є захисною психологічною реакцією. Дії батьків в цей період диктуються емоційними переживаннями. Зовні це проявляється як заперечення очевидного: все неправда, сталася помилка, дослідження було проведено недбало тощо. Даний етап можна охарактеризувати як опір горю. Для даного періоду характерна активна незгода, невіра, бажання «не знати». На жаль, дана фаза може носити в деякій мірі тривалий період, в ході якого батьки відмовляються проводити подальше обстеження і лікування дитини, що несе негативні наслідки для прогнозу перебігу захворювання;

- фаза хронічної печалі, в ході якої батьки, нарешті, усвідомлюють те, що трапилося і розуміють реальність того, що відбувається, але вони ще не адаптовані до нового життя. У сім'ї зростає напруженість, погіршується соціально-психологічний клімат. На даній стадії агресія може звернутися всередину, перетворитися в постійне почуття власної провини, часто супроводжується пошуком причин народження хворої дитини в своїй поведінці. У цей період спостерігається так звана «фаза скорботи» – скорботи по бажаному здоровому дитині, якого немає. Ставлення до проблемної дитини часто позбавлене безпосередності: батьки починають розуміти, що відповідальні за неї, але відчують себе безпорадними в питаннях виховання і догляду за дитиною;

- фаза зрілої адаптації означає, що батьки повністю прийняли діагноз своєї дитини, вже адаптуються до неї в соціальному і

психологічному сенсі. Вони активно взаємодіють з психологами, лікарями та іншими фахівцями в рамках корекційних та реабілітаційних заходів. Показниками адаптації є такі ознаки, як зменшення почуття печалі, посилення інтересу до навколишнього світу, поява готовності активно вирішувати проблеми з орієнтацією на майбутнє. Спонтанна адаптація може піти різними шляхами – від знаходження вищого сенсу в тому, що сталося до прагнення отримати максимальні матеріальні вигоди у вигляді пільг, матеріальної допомоги тощо. Бувають випадки, коли батьки успішно адаптуються в соціумі, створюють громадські рухи за права інвалідів і вважають себе щасливими більш, ніж інші: «я можу назвати себе щасливою матір'ю, адже знаю «ціну» життя. Я радію кожному новому слову, вимовленому моєю дитиною». В цілому дані реакції утворюють характерний симптомокомплекс, що розвивається після психологічної травми і приводить до соціально-стресових розладів.

Слід зазначити, що всі перераховані стадії не розташовуються в строгому порядку і можуть змінювати черговість. Цю складну психологічну роботу переходу від однієї стадії до іншої здійснює переважна більшість матерів, які народили хворих дітей. Найчастіше її здійснюють поодинокі або з близькими людьми. У кращому випадку, на проживання даного «циклу горя» йде від до 2-3 років. У гіршому – прийняття появи хворої дитини не настає і відбувається «застрягання» на будь-якій з описаних стадій. У разі, якщо травматичний досвід пережитий в повному обсязі, пригнічені емоційні реакції спонтанно з'являються на неусвідомлюваному рівні в контактах з людьми і призводять до порушення їх адекватності.

Батьки дітей з особливими освітніми потребами – люди, які грають головну, ключову роль у формуванні взаємин дитини з навколишнім світом, – часто нездатні приймати зважені рішення щодо питань виховання, освіти та реабілітації такої дитини, їм складно надати дитині необхідну допомогу і підтримку, адже вони самі знаходяться в стані відчаю і стресу

та потребують відповідної психологічної допомоги.

Ще до зачаття і на самому початку вагітності в свідомості багатьох майбутніх батьків з'являється уявлення про те, якою буде їхня дитина, і як вони будуть її виховувати. Поява дитини з особливостями розвитку викликає несподіване сумне переживання невідповідності очікувань батьків і реальності. Порушення розвитку або серйозна хвороба дитини викликають сильне напруження в сім'ї в формі практичних медичних, соціальних та психолого-педагогічних проблем, великого навантаження в роботі, почуття незадоволеності, труднощів зі сном, печалі, стресу, хвилювання, відчуття провини і безсилля. Дисфункціональні симптоми, які можна помітити у батьків і дітей, є вираженням цієї напруженості. Члени сім'ї можуть відчувати постійне хвилювання, уникати вирішення конфліктів, бути стриманими в своїх реакціях, а також дуже важко переживати критику. Вони відчують багато негативних емоцій, але при цьому вважають, що їм не можна висловлювати своє роздратування, душевний біль і безсилля.

Батьки дитини з особливим освітніми потребами переживають цілий комплекс важких емоційних станів і почуттів: провини за свої дії; злість на себе, лікарів, ситуацію; образу на долю; тривогу і страх щодо майбутніх складнощів; безсилля; сором перед суспільством. Багатьом батьків дітей із ООП характерна особлива вразливість та відчуття себе «поза суспільством». Навколишнє оточення, на жаль, не завжди толерантно ставляться не тільки до самих дітей з особливими освітніми потребами, а й до їх родин. Тому для цих сімей так важливо знайти людей, які розуміють їх проблеми, не засуджують та підтримують, ставляться до них без нігілізму [25].

Крім цього, відбувається переоцінка себе в плані батьківської компетентності та самоефективності. Вирішення вище перерахованих стресогенних факторів лежить в основі соціально-психологічної роботи з батьками, які виховують дитину з ООП. Спеціалісти сприяють набуттю

батьками навичок стресостійкості, боротьби із страхами, невпевненістю, а також прийняття дитини та її особливостей, входження її у соціальне середовище [10].

Час в самосвідомості батьків ділиться на період «до» постановки діагнозу дитині і «після». Сім'ї часто стикаються з труднощами у всіх сферах життя, включаючи виховання та навчання своїх дітей. Життя в сьогоденні зосереджується в основному на питаннях лікування, реабілітації та розвитку дитини. Найчастіше у батьків відбувається переоцінка значущості своїх соціальних ролей, особливо у матерів. Жінки йдуть з роботи, концентруючись на турботі про дитину з особливостями розвитку, часто приділяючи менше часу і уваги іншим своїм дітям, чоловікові, відсторонюючись від друзів і близьких родичів. Складнощі спілкування з близьким соціальним оточенням ускладнюються не тільки завантаженістю матерів, а й складністю прийняття стану дитини, небажанням говорити про свою дитину.

Обмежені можливості дитини вимагають від батьків додаткових зусиль і ресурсів для того, щоб забезпечити їй комфортне життя. У зв'язку з цим психологічні особливості таких сімей вимагають особливої уваги і підходу з боку фахівців, що працюють в сфері допомоги сім'ям з дитиною з ООП, при цьому важливо, щоб робота проводилася не тільки з дітьми, але і з батьками. У зв'язку з цим необхідна розробка спеціальних психолого-педагогічних програм, спрямованих на підвищення педагогічної та психологічної компетентності батьків.

Батьки дітей з особливостями розвитку переносять травматичний досвід переживання горя, пов'язаного з наявністю у дитини відхилень у розвитку, що безпосередньо впливає на їх поведінку, ставлення до себе і дитини, стиль виховання. Також така ситуація може викликати у батьків емоційні розлади, які об'єднуються під загальним поняттям «батьківський стрес». Залежно від особистості батьків, стану дитини, прогнозів розвитку, стадії стресу можуть мати різну тривалість.

Багато батьків в ситуації, що склалася, виявляються безпорадними, адже стикаються з безліччю труднощів і проблем:

- труднощі усвідомлення батьками можливостей здоров'я своєї дитини;
- нерозуміння проблеми – повне або часткове;
- труднощі у взаєминах членів сім'ї;
- батьківські позиції і установки;
- складнощі з переживанням хвороби дитини;
- страх відповідальності тощо.

Сім'ї з такими дітьми намагаються обмежувати коло свого спілкування, внаслідок чого відчують дефіцит в комунікативній сфері. Багато батьків перестають спілкуватися між собою, ділитися своїми переживаннями, відчуттями, проблемами. Батьківська пара разом і по окремоті піддається сильному психологічному навантаженню, що виникає у результаті зруйнованих сподівань та надій. Ця ситуація руйнує звичний міжособистісний клімат, пара знаходиться у стані відчаю, болю та тривоги, погіршується емоційний клімат. Через те, що батьки усі свої сили віддають дитині, нехтують особистими відносинами, спільним проведенням часу та відпочинку, руйнується благополуччя сім'ї та довіра між її членами [10]. Результати проведених досліджень (О.І. Галян, З.Т. Борисенко, Л.М. Гречко, І. Дикун, Н.М. Дідик) свідчать про те, що батьки, які виховують дитину з особливими освітніми потребами, постійно знаходяться в напрузі, конфліктних ситуаціях, відчують цілий спектр негативних емоцій, що призводить до стресу і розпаду шлюбу. У роботах Л.О. Подкоритової [42-43], В.В. Шевчук [60-63], О.С. Шістки [64] з дослідження емоційного стану батьків, які виховують дітей з ООП, підкреслюється, що багато з них демонструють негативну психоемоційну симптоматику, погано переносять стресові ситуації, прагнуть уникати конфліктів. Рівень емоційного благополуччя батьків, які виховують дітей з ООП, безпосередньо корелює з рівнем їх життєвої задоволеності.

Емоційний стан батьків дітей з ООП може варіюватися від безумовного прийняття своєї дитини до максимально можливого емоційного дистанціювання від неї. За даними статистики, близько 32% сімей не можуть впоратися з ситуаціями, що склалися і розпадаються.

Науковці, які займаються вивчення даної проблеми, підкреслюють тісний взаємозв'язок рівня сприйняття батьків із процесом осмислення наявності психофізичних вад розвитку у власних дітей. Часто спостерігається страх, шок, депресія, розгубленість і лише згодом – прийняття особливостей дитини.

Все це негативним чином позначається не тільки на дитині, весь процес виховання якої перекладається на одного із батьків (найчастіше це мати). У такому випадку жінці за короткий період часу потрібно не тільки звикнути до того, що її дитина є особливою, але і впоратися зі своїми страхами і переживаннями. Так, на думку Н. Дідик, саме матері найбільше піддаються впливу стесогенним факторам. На думку автора, «їм притаманна висока емоційна чутливість, збудливість, нестабільність настрою, схильність до тривожності, неузгодженість внутрішніх почуттів та бажань, прагнення до централізації власної ролі у відносинах з оточуючими, зацикленість на власній точці зору, нестача гнучкості суджень, принциповість, безкомпромісність, перебільшення почуття відповідальності» [18, с. 45].

У спілкуванні з матерями дітей з особливостями розвитку часто звучать фрази: «ми навчилися», «ми вирости», «ми почали говорити» тощо. Матері говорять про свою дитину в третій особі, що може свідчити про деяке «злиття» з нею, про дуже слабкі фізичні та емоційні межі. Мати дитини з особливостями часто забуває про себе як про окрему особистість зі своїми інтересами. У зв'язку з наявністю розмитих кордонів соціально-особистісний розвиток дитини також може гальмуватися.

Взагалі слід зазначити, що у батьків дітей з особливим потребами страждає саморозвиток особистості, прагнення до самоактуалізації.

Величезний негативний вплив зовнішніх факторів (соціальна ізоляція, звільнення або зміна роботи, низький рівень доходу сім'ї, відсутність соціальної підтримки тощо) призводить до неможливості реалізувати потребу в самореалізації. Тривала неможливість здійснити свої особисті цілі, пристрасті та інтереси, неможливість самореалізуватися призводить до посилення хронічного стресу, який, в свою чергу, пригнічує внутрішній потенціал особистості.

У зв'язку з цим у практичній роботі необхідна переорієнтація батьків (а особливо матері) на іншу мету і смисли – жити, приймати ситуацію такою, яка вона є, любити свою дитину і радіти її досягненням. Проте для того, щоб самотійно прийти до такої мети, необхідний певний індивідуальний потенціал особистості батька, а також допомога психолога в роботі з такими клієнтами. Джерелом перетворення можуть бути внутрішні резерви особистості батьків, а саме – прагнення до самоактуалізації і до саморозвитку. Психолог може допомогти самореалізації особистості, тим самим «підштовхнувши» батьків дитини з особливим потребами до самоактуалізації. Інший аспект проблеми полягає в тому, що більшість теорій вікового розвитку підтверджують той факт, що у міру дорослішання дитина стає все більш «незалежною», «автономною», вона набуває можливість самотійного виходу у доросле життя. Однак дитина з особливим потребами демонструє якісно відмінний, своєрідний тип розвитку. Процес суверенізації такої часто не настає або настає з деякими застереженнями. У багатьох випадках така дитина не може жити самотійно, що багато в чому визначає специфіку функціонування і розвитку психологічної системи дитини.

У сучасній науці виділено дві основні концепції, що висвітлюють переживання батьків, які виховують дитину з особливими освітніми потребами.

Перша – це «концепція жалю». В її основі лежать прояви жалю, глибокого смутку, пригніченості та туги, що ототожнюються жалю батьків,

що втратили дитину.

Друга – це «концепція хронологічного смутку». У ній батьківська туга не прирівнюється з патологічною реакцією, а протилежно тому є абсолютно природною та чіткою емоційною реакцією батьків на особливості своєї дитини. Ця концепція полягає у адаптації батьків до проблем своєї дитини та її розвитку. Але, зауважується, що значна частина батьків після тривалого періоду виховання та розвитку своєї дитини, ніколи її не пізнають [10].

Оцінюючи стиль виховання, який зустрічається частіше, варто відзначити, що це або гіперопіка, яка базується на почутті жалості до дитини, або авторитарний стиль: гіперконтроль поєднується з підвищеною вимогливістю щодо досягнень дитини і її розвитку.

Крім того, захворювання дитини часто не тільки змінює ставлення батьків до себе, дитини, сім'ї в цілому, оточуючих, а й часто викликає емоційне вигорання, депресію, тривожні стани і розлади, апатію, агресивну поведінку та інші деструктивні порушення психічного здоров'я [30].

Таким чином, що сім'я з дитиною, яка має обмежені можливості, – це сім'я з особливим психологічним статусом. Вона має специфічні, в порівнянні з сім'ями здорових дітей, складні економічні, психологічні, соціальні та педагогічні проблеми. Поява в сім'ї дитини з особливими потребами змінює, ламає всі закономірні зв'язки, які склалися в сім'ї до цієї події, адже в разі народження дитини з невиліковним захворюванням кардинально видозмінюється сам спосіб життя сім'ї. Батьки, а особливо мати, стикаються з реаліями життя, часто з нерозумінням, відгородженістю, страхом, агресією інших людей. Під впливом цих факторів змінюється і особистість батьків. Обмеженість дитини в її розвитку, наявність певного дефекту мають дві стратегії компенсації. Перша реалізується в активному вирішенні завдань, в активному подоланні проблем сім'ї, пов'язаних з вихованням дитини-інваліда. Друга стратегія полягає в пристосуванні до дефекту. Виховання дитини відповідно до першої стратегії

не обмежує її в спілкуванні і міжособистісній взаємодії з іншими дітьми і дорослими, забезпечує задоволення потреби дитини у визнанні, формує самостійність, автономність. Якщо використовується друга стратегія, то дитина стає центральною ланкою, навколо якої організовується все життя сім'ї. Специфічна роль хворого, інваліда в даному випадку дає дитині турботу, визнання, любов, але тільки у вузькому сімейному колі, що істотно обмежує її самостійність, психічний розвиток та соціальну адаптацію. Особливості переживання батьками ситуації народження дитини з патологією необхідно враховувати при організації психологічного супроводу.

1.3 Основні підходи до психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами

Сім'я не може виховувати дитину ізольовано від інших виховних інститутів, адже дитина з ООП відвідує дошкільний заклад, школу, різні центри та інші освітні установи. Вивчення проблем сімей, які виховують дитину з особливостями розвитку, способів психологічної допомоги батькам таких дітей, виявлення значущості цієї допомоги є дуже важливими та актуальними суспільними проблемами. На сьогоднішній день, в умовах воєнного часу, потреба у психологічній допомозі дітям з ООП та їх сім'ям невинно зростає. І, як відомо, сім'я – це первинний осередок суспільства, що є основою виховання дитини і найпершим соціальним середовищем, в яке вона потрапляє. Під системою психологічного супроводу родини, що виховує дитину з особливостями розвитку, розуміється здійснення психолого-педагогічних заходів, що забезпечують повноцінний та гармонійний розвиток дитини з ООП в її сім'ї [1].

Сім'я в цілому є тим мікросоціумом, який з перших днів життя допомагає дитині в її соціалізації. Це стосується як сімей, які мають умовно здорових дітей, так і дітей з особливими освітніми потребами.

Як зазначають В.В. Шевчук, В.І. Іщенко [62], М.І. Мушкевич [38] та інші вчені, сім'я, яка виховує дитину з ООП, володіє достатніми потенційними можливостями, щоб створити максимально сприятливі умови для її багатостороннього розвитку. Найважливішою умовою цього, на думку дослідників, є сімейні відносини, які створюють особливе корекційне середовище, яке формує особистість дітей з психофізичними вадами. При цьому успішність функціонування сім'ї багато в чому залежить від ступеня емоційної близькості її членів і виражається у відносинах довіри, співпраці і прийняття, усвідомленні цінності партнера і

емпатії.

Виділяють кілька типів сімей в залежності від реакції батьків на народження дитини з ООП. Перший тип – це батьки з пасивною реакцією, вона найчастіше пов'язана з нерозумінням існуючої проблеми, з вичікувальною позицією «раптом само собою все якось вирішиться». Другий тип – батьки з гіперактивною реакцією, які постійно знаходяться в пошуку найсучасніших методик лікування, найкращих лікарів і провідних клінік, посилено лікують дитину, купуючи дорогі ліки тощо. Третій тип – це сім'ї з оптимальною раціональною позицією, де батьки послідовно виконують інструкції та поради лікарів, консультуються у психологів, педагогів, соціальних працівників.

Від того, наскільки комфортно почувають себе батьки дитини з ООП у психологічному плані, у великій мірі залежить ефективність процесу реабілітації самої дитини. Це пов'язано з тим, що батьки, які прийняли ситуацію, не занурюються в тривалі переживання, наприклад, чому це сталося саме з ними, чому їх не зрозуміють оточуючі, що їм соромно виходити з дитиною на вулицю тощо. Ставлення до ситуації, що склалася у таких батьків носить конструктивний характер, і вони більше стурбовані тим, як допомогти дитині пізнавати навколишній світ, навчити її спілкуватися з іншими, радіти життю; вони відвідують різних фахівців, гуртки за інтересами, масові заходи.

Разом з тим практика показує, що досить великий відсоток складають батьки, яким складно в повній мірі емоційно прийняти дитину з ООП, вони відчують по відношенню до неї негативні почуття, адже дитина змінила їхнє життя, і не в кращу сторону. Такі сім'ї потребують швидкої та комплексної допомоги.

Психологічний супровід сімей, які виховують дітей з обмеженими можливостями здоров'я, полягає в спільній командній діяльності різних фахівців (психологів, педагогів, соціальних педагогів, дефектологів, тьюторів тощо), спрямованої на створення сприятливих умов для розвитку

дітей, їх навчання і виховання відповідно до індивідуальних особливостей, рівня актуального розвитку, стану здоров'я.

Аналіз змісту поняття «психологічний супровід батьків» дозволяє зробити висновок про те, що воно враховує тісний зв'язок розвитку дітей не лише з певними методами виховання та формування їхньої поведінки, а й з благополуччям, внутрішньою атмосферою та способом життя сім'ї. У поняття «психологічний супровід батьків» входять питання впливу сім'ї на формування та розвиток особистості дитини, ставлення сім'ї до суспільства та культури. У такому вигляді він становить частину соціальної політики сучасного суспільства [63].

Психологічний супровід батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами є одним із ключових елементів у подоланні психологічних проблем, з якими стикаються сім'ї. Від спільної активної роботи батьків та психологів залежить ефективність покращення якості побутового і соціального життя сім'ї, внутрішньосімейного психоемоційного клімату та, насамперед, психофізичного розвитку дитини з ООП [10].

Завдання психологічного супроводу батьків дітей з ООП – профілактика стресу та підвищення особистісного потенціалу, допомога у прийнятті даної ситуації, психологічна адаптація, а також допомога у створенні таких умов виховання дитини з особливими освітніми потребами, які допоможуть уникнути її соціального і психічного інфантилізму, невротизації, егоцентризму, побудувати навчання за індивідуальним освітнім маршрутом, включаючи своєчасну профорієнтацію і можливість трудової діяльності в майбутньому.

Необхідність психологічного супроводу батьків ґрунтується, по-перше, на потребі батьків у підтримці, по-друге, на потребі самої дитини в компетентних батьках, по-третє, на існуванні безперечного зв'язку між якістю домашнього виховання та соціальними проблемами суспільства [63].

Супровід сім'ї, яка виховує дитину з особливими освітніми потребами – це діяльність, спрямована на актуалізацію корекційних ресурсів сім'ї, що забезпечують ефективність її функціонування та дозволяє формувати і реалізовувати адекватні потребам дитини стратегії виховання, що базуються на конструктивних батьківських установках і позиціях по відношенню до неї. Технологія супроводу стає необхідною складовою освітньої системи, що дозволяє створити умови для повноцінного розвитку дітей з особливими освітніми потребами.

Основною метою психологічного супроводу в роботі з сім'єю дитини з особливими освітніми потребами є вплив на сім'ю з тим, щоб мобілізувати її можливості для вирішення завдань освітнього процесу, впоратися з важким завданням виховання непростой дитини. Також дана діяльність включає соціально-психологічний патронаж родин, допомогу та сприяння отриманню дитиною з особливими освітніми потребами кваліфікованої допомоги фахівців для успішної адаптації дитини на соціум. В дану діяльність залучений педагог-психолог, дитина з особливими освітніми потребами та її батьки.

У науковій літературі наголошується, що психологічна підтримка батьків передбачає: встановлення довірчих відносин з батьками/законними представниками; сприяння в усвідомленні особливостей їх дітей та необхідності об'єднання зусиль фахівців і родини у їх подоланні; залучення батьків/законних представників до корекційно-розвиткової роботи; надання рекомендації щодо подолання можливих труднощів тощо [29].

Психологічний супровід таких сімей спеціалістами – це одна з можливостей вирішити проблеми, подолати негатив, стабілізувати нервову систему, отримати відповіді на складні питання. При роботі з такими сім'ями визначаємо наступні завдання:

- формування позитивної самооцінки батьків, зняття тривожності;
- розвиток умінь самоаналізу та подолання психологічних бар'єрів;

- розвиток дитячо-батьківських відносин;
- удосконалення комунікативних форм поведінки;
- формування навичок адекватного спілкування з навколишнім світом [25].

Також слід зазначити, що психологічна корекційна робота з батьками, які мають дітей з ООП, носить пролонгований характер. Процес реабілітації не має чітких меж і може тривати кілька років.

У психологічній роботі з родинами дітей з особливими потребами важливо враховувати специфічні потреби як батьків, так і дітей. Така робота має бути побудована на виявленні основних потреб, а також подальше їх задоволення шляхом співпраці з різними суб'єктами соціальної, реабілітаційної та психологічної діяльності. І це вимагає від психолога не тільки високої теоретичної й практичної підготовки, але й граничної зібраності, почуття відповідальності, здатності до швидкого прийняття самостійних нестандартних рішень [49].

Через оптимізацію внутрішньо сімейної атмосфери, гармонізацію міжособистісних, подружніх, батьківсько-дитячих та дитячо-батьківських відносин вирішується проблема диференціальної та адресної допомоги дитині. Сім'я, не повинна відчувати себе відокремленою від суспільства, не повинна залишатися наодинці зі своїми проблемами. Батьки повинні усвідомити, що важливо використовувати всі збережені ресурси здоров'я дитини, щоб досягти сприятливого результату в реабілітаційному та абілітаційному процесах. Завдання фахівців показати батькам, що їхні діти не безнадійні і що за належної роботи можна досягти досить високого результату, навіть при дистанційному супроводі [24]

Л.І. Прохоренко, О.О. Бабяк, Н.І. Баташева зазначають, що психологічний супровід сімей, що виховують дитину з особливими освітніми потребами «спрямований на відновлення втраченої психосоціальної рівноваги, на пошук особистісних ресурсів і ресурсів

соціального середовища для подолання труднощів у життєвій ситуації. Основні завдання психологічної допомоги – розширення діапазону соціально-особистісних ресурсів людини для вирішення виникаючих проблем самостійно, подолання труднощів, актуалізації інтелектуальних, творчих, духовних та фізичних здібностей людини, які необхідні для виходу із стану кризи, стимулювання впевненості в собі» [48, с.6].

Зміст психологічного супроводу реалізується через основні напрямки, що включають комплексну діагностику, корекційно-розвиткову роботу з дітьми та консультативно-просвітницьку роботу з батьками.

До основних завдань організації системи психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з ООП відносять:

- формування у членів сім'ї навичок ефективного спілкування та взаємодії у процесі спільної діяльності;
- формування позитивної самооцінки батьків, зняття тривожності, розвиток умінь самоаналізу та подолання психологічних бар'єрів [25];
- формування адекватних батьківських установок на порушення та соціально-психологічні проблеми дитини шляхом активного залучення батьків до психокорекційного процесу, адекватних стилів сімейного виховання дитини [25];
- навчання батьків конструктивному вирішенню актуальних завдань, пов'язаних з психотравмуючими ситуаціями, з якими стикається дитина в процесі соціалізації та засвоєні соціальних норм [9].

Окреслені завдання реалізуються через такі основні напрями роботи психолога: психологічна діагностика; психологічна корекція; психологічне консультування; психологічна реабілітація; психологічна підтримка [23].

Необхідну підтримку та допомогу, батьки можуть отримувати в інклюзивно-ресурсних центрах, де здійснюється консультативна та корекційна допомога, зокрема: психологічна, реабілітаційна, логопедична, дефектологічна тощо. Завдяки підтримці спеціалістів, батьки отримують необхідний досвід і стають менш залежними від фахівців, коли приймають

рішення стосовно майбутнього своєї дитини [51].

Особистісні якості фахівців і їх професійний рівень – це запорука ефективного психологічного супроводу. Важливо, щоб фахівець не просто усвідомлював свій професійний обов'язок, а й виявляв непідробний інтерес до своєї роботи, прагнув до саморозвитку. Так само важливий об'єктивний підхід до проблем батьків і дітей, що мають особливості розвитку, проникливість, емоційна стійкість, повага і прийняття, вміння створити довірчу атмосферу спілкування.

Також слід зазначити, що психологічний супровід батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами має відповідати наступним принципам:

- включення сім'ї в ситуації, що вимагають вольового зусилля для подолання негативного впливу;
- формування стресостійкості сім'ї;
- врахування позитивного соціального сімейного досвіду.

Ефективність психолого-педагогічного супроводу залежить від чіткості цілей, систематичності та послідовності в реалізації етапів, а також від готовності та здатності всієї мультидисциплінарної команди до тісної співпраці [20].

Батьки повинні регулярно приходити на консультації фахівців з метою вирішення основних питань, що стосуються виховання дітей з особливими освітніми потребами:

- осмислення успіхів сім'ї, особливо, якщо у батьків спостерігається пасивне ставлення до занять з дитиною;
- робота з негативним ставленням батьків до діагнозу або до самої дитини, з депресивними установками в контексті ситуації, що склалася;
- робота з соромом і гіперопікою, які виникає у батьків, прищеплення їм оптимальної моделі виховання;
- зміна ірраціональних установок, в тому числі комплексу провини,

на раціональні установки [43].

Напрямки роботи спеціалістів у рамках психологічного супроводу реалізуються в двох напрямках: поточному і майбутньому. Поточний напрямок – це вирішення існуючих труднощів, з якими стикаються батьки дитини з особливими освітніми потребами. Майбутній напрямок включає запобігання відхилень у навчанні та розвитку дітей, сімейних і суспільних відносинах.

М.І. Мушкевич розглядає такі підходи психолого-педагогічної та терапевтичної роботи з сім'єю дитини з особливими освітніми потребами:

- утримуюча терапія (холдинг-терапія), яка полягає в зміцненні зв'язку між батьками і дитиною, шляхом повторюваних вправ з утриманням дитини на руках у одного з батьків до повного фізичного та емоційного розслаблення;
- біхевіористичний підхід, що передбачає побудову індивідуального плану навчання для дитини і введення заохочення за позитивні прояви;
- групова терапія стабілізує дитячу емоційну сферу через підтримку дитини ритмом групи, яка приймає його як собі подібного [38].

Кожен прийом або спосіб роботи і допомоги фахівців родині стає успішним лише в тісній продуктивній співпраці з батьками та іншими близькими родичами. Батьки повинні усвідомлювати свою вагому роль в побудові комплексної психолого-педагогічної системи. Важливо орієнтувати зусилля батьків на взаємодію з дитиною зараз, а не на подальший прогноз її психічного та фізичного розвитку, на створення предметно-розвиваючого середовища, яке буде враховувати особливості дитини і значущості систематичного проведення корекційно-педагогічних занять в умовах освітньої організації та сім'ї.

В результаті цієї роботи батьки починають не соромитися своєї дитини, сприймати і любити її такою, якою вона є, допомагати дитині бути впевненою у собі, розвивати її навички, знання і емоційно-вольову сферу.

За підтримки педагогів і фахівців, які приймають участь в організації психологічного супроводу, батьки дитини з особливими освітніми потребами починають дізнаватися і вводити в повсякденне життя принципи успішного спілкування, змінювати можливі неконструктивні звички.

Згодом батьки бачать, що навколо них є сім'ї, які мають схожі проблеми, переконуються на прикладі інших сімей, що активна участь батьків у розвитку дитини веде до успіху, внаслідок чого відбувається корекція їх емоційного стану та міжособистісних відносин. Завдяки цьому батьки, які мають дитину з особливими освітніми потребами, починають відчувати упевненість в тому, що «вони не одні», у них підвищується рівень психолого-педагогічної компетентності, формується самооцінка, знижується рівень тривожності, розвивається вміння аналізувати і долати труднощі і психологічні бар'єри.

Позитивні результати можуть бути отримані тільки при спільних зусиллях всіх учасників освітнього процесу і повинні бути засновані на принципах довіри і взаємодопомоги.

Таким чином, психологічний супровід батьків дітей з особливим освітніми потребами – це здійснення комплексної допомоги сім'ї, що в свою чергу, підвищує якість соціально-психологічної та медичної допомоги, навчає батьків більш ефективним підходам у вихованні та розвитку, а також дозволяє налагодити гармонійні сімейні взаємини.

Висновки до першого розділу

Таким чином, у першому розділі були розглянуті теоретичні аспекти організації психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. Термін «психологічний супровід» у сучасній психологічній літературі визначається досить широко. Крім того, в науково-методичній літературі відсутній однозначний підхід до визначених цілей, завдань та методів психологічного супроводу.

Поява дитини з ООП завжди веде за собою виникнення кризової ситуації в житті сім'ї і є важким психологічним стресом для всіх її членів. Досить часто сімейні відносини слабшають, почуття розгубленості, пригніченості, постійна тривога за хвору дитину, фізичні перевантаження і хронічна втома є причиною дестабілізації взаємин в сім'ї, і лише в рідкісних випадках сім'я згуртовується. У сім'ї дитини з обмеженими можливостями здоров'я, що має особливості розвитку, присутня специфіка у взаєминах між всіма її членами. Особливості прийняття самого факту появи дитини з особливими потребами, її догляд і розвиток, турботи і печалі, пов'язані з даною подією, – все це відображається як на дитячо-батьківських відносинах, так і на взаєминах батьків між собою. Багато батьків, які зіткнулися з новою для себе соціальною ситуацією, відчують переживання, страхи, тривожність. Часто вони надовго потрапляють під дію стресу і не мають можливості розгледіти вихід із ситуації. Все це заважає створенню позитивного середовища для виховання дитини з особливостями, для її корекції та розвитку, а також уповільнює процеси, заважаючи нормальному і природному перебігу ситуації.

У процесі виховання і розвитку дитини з особливими освітніми потребами необхідність застосування психологічного супроводу обумовлена тим, що дана технологія дозволяє надати всебічну підтримку батькам такої дитини, розкрити сімейні ресурси, забезпечити

функціонування сім'ї на досить високому рівні. Результатом психологічного супроводу є створення корекційно-розвивається простору, формування та реалізація освітніх стратегій.

Основними цілями, що лежать в основі психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами виступають: створення батьківського розуміння і адекватної самооцінки, корекційного і розвиваючого середовища, формування реалістичного ставлення до характеристик дитини з особливими освітніми потребами; навчання встановленню необхідних соціальних контактів, соціальна адаптація, оновлення ресурсів і оптимальне сімейне функціонування, гармонізація сімейних відносин і спілкування, ефективне спілкування всередині сім'ї (здатність отримувати емоційну підтримку, вислуховувати свою дитини і оточуючих, справлятися з кризовими моментами, стресом).

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ

2.1. Організація та проведення емпіричного дослідження психологічних особливостей батьків дітей з особливими освітніми потребами

З метою розробки технології психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами необхідно провести дослідження, спрямоване на вивчення їх психологічних особливостей, зокрема, негативних психологічних проявів, таких як рівень тривоги та стресу, а також характеру контактів і взаємодії з дітьми та реабілітаційного потенціалу сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Експериментальне дослідження проводилося на базі Комунальної установи «Інклюзивно-ресурсний центр» Визирської сільської ради.

У дослідженні взяли участь 45 батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. Вік досліджуваних – 25-47 років. Вік дітей – від 4 до 12 років. Всі батьки зверталися за консультативною та корекційною допомогою в КУ «Інклюзивно-ресурсний центр» Визирської сільської ради.

У дослідженні брали участь випробовувані з повних сімей, що дозволяє виключити додатковий стресогенний фактор, пов'язаний з відсутністю в сім'ї батька. В дев'яти сім'ях дитина з ООП є єдиною, п'ять сімей мають по дві дитини, шість сімей – багатодітні (від 3 до 5 дітей).

Метою дослідження стало вивчення дисфункціональних емоційних станів і пов'язаних з ними думок і переживань, реабілітаційного потенціалу батьків дітей з ООП для подальшої розробки програми психологічного супроводу.

Дослідження питань організації психологічного супроводу батьків

дітей з особливими освітніми потребами проводилося протягом шести місяців за спеціально розробленим планом.

Очікувані результати: розроблена програма психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами буде сприяти зниженню рівня тривоги та стресу, зміні батьківських установок на більш конструктивні, підвищенню реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Дослідження проводилося в три етапи.

Перший етап – пошуково-підготовчий. На даному етапі розроблялися принципові питання організації та змісту дослідження, проводився аналіз наукової літератури з досліджуваної проблеми, вивчалися існуючі підходи до розробки та організації програм психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами. На першому етапі дослідження аналізувалася педагогічна і науково-методична література з проблеми.

Аналіз науково-методичної роботи дозволив визначити основні проблеми, з якими стикаються батьки, які мають дитину з ООП. Відзначається, що виявлення у дитини дефекту розвитку і встановлення інвалідності майже завжди викликає у батьків важкий емоційний стан і стрес, сім'я опиняється в психологічно складній ситуації. Батьки дитини з порушеннями здоров'я є ключовими фігурами в реабілітаційному процесі. Саме вони вирішують питання про звернення за допомогою до фахівців, організовують відвідування дитиною процедур і занять, забезпечують виконання лікарських рекомендацій, допомагають дитині, підтримують та контролюють її. При цьому нерідкі ситуації, коли зусилля фахівця не зустрічають належного розуміння і підтримки у батьків, а дії батьків, в свою чергу, не відповідають очікуванням спеціаліста. Однією з причин зниження реабілітаційного потенціалу сім'ї може виступати високий рівень стресового навантаження на батьків дитини з особливими освітніми потребами, який негативно впливає на стан їх власного психічного здоров'я, рівень активності, можливості саморегуляції і комунікації.

Саме у цей момент батьки потребують підтримки кваліфікованих фахівців. Проте у більшості випадків такі сім'ї отримують лише інформаційну та фінансову підтримку держави, тоді як корекційно-розвиваюча та реабілітаційна робота, яка повинна починатися якомога раніше і своєчасно, є вельми обмеженою. У зв'язку з цим існує висока потреба в організації психологічної підтримки батьків дітей з особливими освітніми потребами. Узагальнення даних літератури, власних спостережень і практичного досвіду показало, що в процесі розробки програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами необхідно враховувати негативні психологічні стани, які можуть відчувати батьки, а також особливості сприйняття батьками ситуації, що склалася та загального реабілітаційного потенціалу сім'ї.

Другий етап – дослідно-експериментальний. На даному етапі була розроблена і впроваджена програма психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами.

На даному етапі був проведений констатуючий експеримент, який дозволив вивчити психологічні особливості батьків дітей з ООП, зокрема, негативних психологічних проявів, таких як рівень тривоги та стресу, а також характеру контактів і взаємодії з дітьми та реабілітаційного потенціалу сімей.

Процедура дослідження передбачала:

розробку методичного інструментарію дослідження (підбір методик та їх обґрунтування);

проведення констатувального дослідження психологічних особливостей батьків, які виховують дитину з особливими освітніми потребами за допомогою розробленого методичного інструментарію;

кількісний та якісний аналіз отриманих результатів констатувального етапу дослідження, що передбачав їх обробку та інтерпретацію.

Для аналізу результатів експерименту використовувалася математична обробка даних. Для цього проводилося угруповання даних і

розрахунок середніх показників.

Для наочного представлення даних був використаний графічний метод.

Третій етап – узагальнюючий. На даному етапі оброблялися результати проведеного експериментального дослідження. На цьому етапі виявлялася ефективність розробленої програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами. В рамках даного етапу було проведено повторне дослідження психологічних особливостей батьків з метою перевірки ефективності розробленої методики в ході експерименту.

Контрольний експеримент ставив перед собою мету визначити ефективність розробленої програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами за показниками тривоги, стресу, характеру контактів і взаємодії з дітьми та реабілітаційного потенціалу.

В процесі експериментальної роботи було доведено ефективність розробленої програми психологічного супроводу батьків дітей з ООП.

2.2. Методи емпіричного дослідження особливостей батьків, які виховують дитину з ООП

У дослідженні використаний діагностичний інструментарій, який відповідає вимогам простоти і зручності в застосуванні, а також передбачає кількісний і якісний аналіз отриманої інформації:

1. Опитувальник тривоги Спілбергера-Ханіна (STAI) (додаток А). За допомогою даного опитувальника проводиться оцінка рівня вираженості тривоги як психопатологічного феномена, існуючого в даний момент (реактивна тривожність) і як стійкої характеристики особистості (особистісна тривожність).

В даному опитувальнику тривога оцінюється як риса особистості, яка формує сприйняття загрози і реакцію на неї. При високій особистісній тривожності кожна ситуація, що відбувається з людиною, буде провокувати сильний стресовий вплив, який пов'язане з проживанням тривожного стану і можливими наслідками у вигляді використання копінг-стратегій капітуляції або уникнення. Виникає ймовірність емоційних зривів, нервово-психічної нестійкості, різкої емоційної реакції на події, що відбуваються. Основне завдання психолога при прояві особистісної тривожності – навчити клієнта навичкам релаксації і саморегуляції, які будуть сприяти пом'якшенню впливу стресових обставин.

Опитувальник містить два блоки тверджень по 20 питань, ступінь згоди з якими оцінюються випробуванням за наступною шкалою «Ні, це не так», «Мабуть, так», «Вірно» та «Цілком вірно».

Підрахунок результатів проводиться відповідно до ключа та інтерпретується щодо вираженості реактивної (РТ) і особистісної (ОТ) тривоги наступним чином: до 30 балів – низька, 31-44 бали – помірна, 45 і більше – висока тривожність.

2. Діагностика ступеня вираженості депресивних симптомів

здійснювалася за допомогою шкали PSM25 Лемура-Тесьє-Філліона (Lemyr-Tessier-Fillion), призначеної для вимірювання феноменологічної структури переживань стресу (додаток Б). Дана шкала використовується для того, щоб виміряти стресові відчуття в емоційних, поведінкових і соматичних показниках. Тест складається з 25 питань, які повинні охарактеризувати психічний стан досліджуваних за останній тиждень. На кожне питання треба відповісти за допомогою восьми бальної шкали. Можливі відповіді: «ніколи», «вкрай рідко», «дуже рідко», «рідко», «іноді», «часто», «дуже часто», «постійно».

Після закінчення тестування підраховується загальна сума всіх відповідей на питання (інтегральний показник психічної напруженості, ППН). Низькому ступеню стресу відповідає показник від 0 до 99 балів. Середній ступінь корелює з показниками від 100 до 125 балів. Високому рівню стресу відповідає показник від 125 балів і вище.

3. Методика вивчення батьківських установок (англ. Parental Attitude Research Instrument, PARI) Шефера і Белла (додаток В). Наслідки вибору батьками невдалого стилю виховання можуть проявлятися в поведінкових розладах дитини, проблемах у спілкуванні та соціалізації, проблемах емоційного характеру, нездатності до самореалізації та/або поганій успішності у школі. Щоб досягти стану благополуччя, який визначає правильний психічний і соціальний розвиток, дитина повинна відчувати любов, турботу, тепло, що батьки отримують задоволення від дитини, приймають її такою, якою вона є, незалежно від того, відповідає вона очікуванням батьків чи ні. Втрата почуття захищеності виникає, коли емоційний контакт із близькими незадовільний або взагалі порушується [19, с.62].

Метою шкали PARI Шефера і Белла є оцінка батьківського ставлення до різних сімейних ролей. Методика містить 115 питань, які розбиті на 23 шкали, в кожній з них 5 питань, які стосуються виховання дітей, побутових ситуацій сімейного життя, сімейних і міжособистісних конфліктів. У

процесі дослідження було проаналізовано 15 шкал, які визначають дитячо-батьківські відносини, які діляться на 3 групи, які описують характер контактів і взаємодії з дітьми:

- оптимальний емоційний контакт (складається з 4 ознак, їх номери за опитувальним листом 1, 14, 15, 21);
- надмірна емоційна дистанція (складається з 3 ознак, їх номери за опитувальним листом 8, 9, 16);
- надмірна концентрація на дитині (описується 8 ознаками, їх номери за опитувальним листом 2, 4, 6, 10, 12, 18, 20, 22).

У процесі опитування батьки відображають свою думку, яка стосується виховання дітей в цілому, що допомагає вивчати установки батьків на виховання дитини. Результати, отримані батьками по кожній шкалі підсумовуються та розраховується середній бал, на основі якого оцінюється вираженість кожної ознаки (див. додаток В): низький рівень вираженості ознаки – 1-2 бали, середній рівень вираженості ознаки – 2-3 бали, високий рівень вираженості ознаки – 3-4 бали.

4. Авторська анкета на вивчення реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дитину з особливими освітніми потребами (додаток Г). Питання анкети були побудовані з урахуванням того, що ефективність надання допомоги дитині безпосередньо залежить від включеності батьків в цей процес. У сучасному розумінні сім'я, яка виховує дитину з ООП, розглядається як реабілітаційна структура, яка володіє потенційними можливостями для створення максимально сприятливих умов розвитку і виховання. Разом з тим, така сім'я має ряд особливостей, що ускладнюють її функціонування. Вивчення цих особливостей є необхідним для організації подальшого психологічного супроводу.

Отримані результати експериментального дослідження представляються показовою вибіркою, а також порівняльним підбором стандартизованих методик

2.3. Аналіз результатів емпіричного дослідження

У відповідності до програми експериментального дослідження, на першому етапі було проведено вивчення особистісної та реактивної тривожності батьків, які виховують дітей з ООП. Результати даного дослідження представлені на рис.2.1.

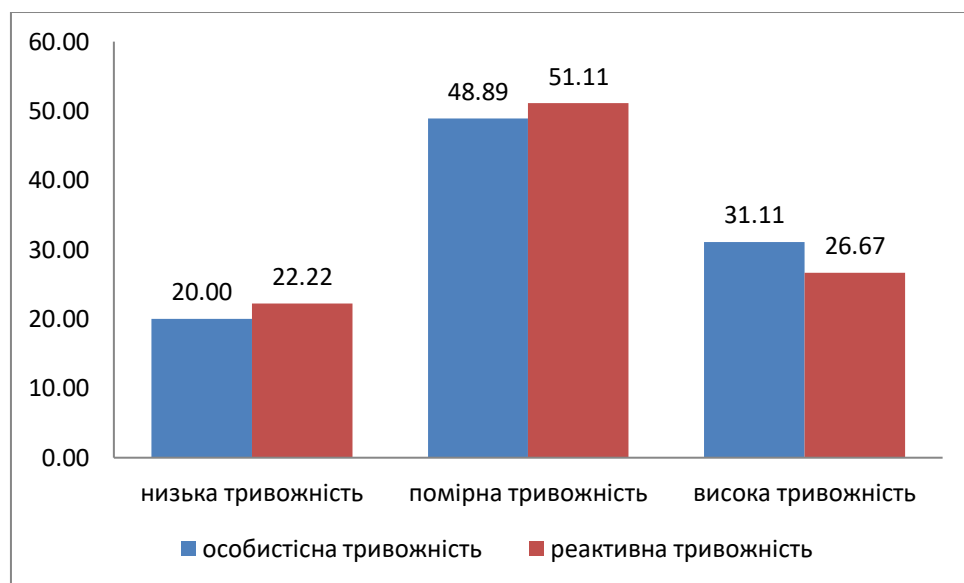


Рис.2.1. Характеристика рівнів особистісної та реактивної тривожності батьків, які виховують дітей з ООП, % (n = 45)

Як свідчать наведені дані, серед загального числа обстежуваних середні показники реактивної тривожності знаходяться на середньому рівні (51,11% опитаних), високий рівень реактивної тривожності мають 26,67% батьків, низький рівень – 22,22%. Реактивна тривожність як стан характеризується суб'єктивно пережитими емоціями: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю, а також ймовірністю неуспіху і неблагополуччя. Батьків з високим рівнем реактивної тривожності відрізняє замкнутість і мало товариськість, як правило, вони безініціативні, що пов'язано з очікуванням невдачі, постійно опиняються в ситуаціях, що породжують високий рівень тривоги. Переважання середнього та низького рівнів вираженості реактивної тривожності може

відображати стійку адаптованість до поточних життєвих обставин (враховуючи наявність в сім'ї дитини з ООП на момент проведення опитування – більше 4 років).

Однак, демонстровані батьками дітей з ООП рівні особистісної тривожності – середній (48,89%) та високий (31,11%) є відображенням наявності в структурі особистості обстежуваних певних дезадаптивних способів сприйняття та інтерпретації життєвих подій як загрозливих, таких, що мають негативні наслідки для самооцінки / життєдіяльності в цілому.

При існуванні важкої життєвої ситуації, характерної для сімей, в яких виховується дитина з ООП, серед основних стресорів якої превалює загроза життю і здоров'ю, а найбільш дестабілізуючим фактором є зміна звичних життєвих стереотипів, подібні особливості сприйняття можуть бути одним з ключових механізмів розвитку психічної дезадаптації і, відповідно, мішенню для психокорекційного впливу.

На наступному етапі була проведена діагностика ступеня вираженості депресивних симптомів за допомогою шкали PSM25 Лемура-Тесьє-Філліона. Результати даного дослідження представлені на рис.2.2.

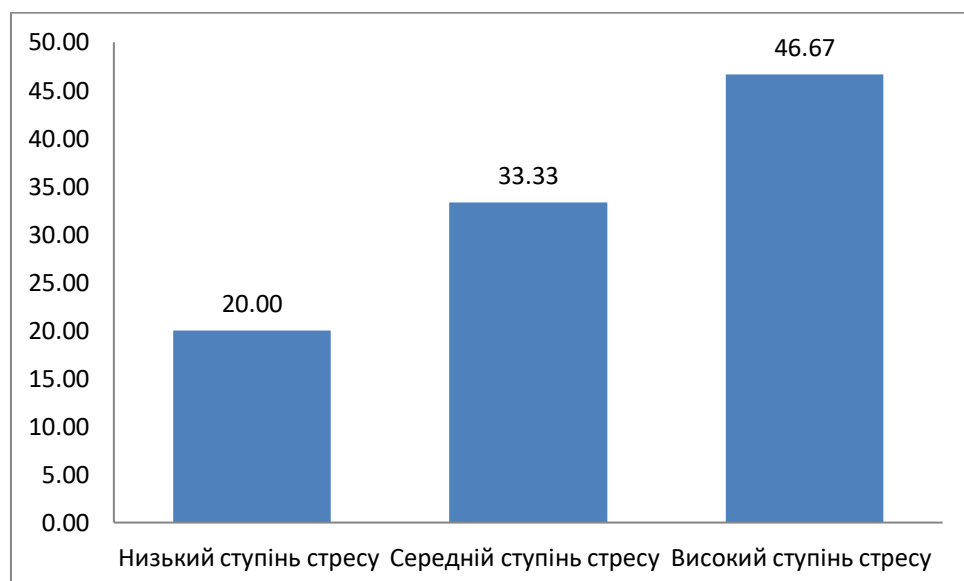


Рис.2.2. Характеристика ступеня стресу батьків, які виховують дітей з ООП, % (n = 45)

Результати тестування за шкалою психологічного стресу PSM25 Лемура-Тесьє-Філліона, показують, що у батьків дітей з ООП рівень стресу вище середнього, показники наближені до високого рівня (46,67% опитаних). У 33,33% респондентів у процесі дослідження було виявлено середній ступінь стресу, у 20% – низький ступінь. Отримані дані є цілком закономірними, адже батьки, які виховують дитину з особливими освітніми потребами, постійно відчують тривогу з приводу стану дитини, якості її життя. Дитина з порушенням розвитку вимагає більшої уваги, в залежності від характеру захворювання вона може потребувати допомоги допомога навіть в такій буденній справі, як самообслуговування. Варто зазначити, що на високий рівень стресу впливає не тільки відсутність навичок догляду та виховання у батьків, а й поведінкові порушення, які часто зустрічаються у таких дітей. Нерідко захворювання дитини вимагає додаткових витрат на роботу з вузькими фахівцями, покупку дорогих медичних препаратів тощо, тому батькам даної категорії необхідно постійно контролювати ситуацію, бути в тонусі. Вони змушені психологічно адаптуватися до проблеми і часто в повсякденній дійсності діють автоматично, уникаючи гострого реагування на стресові ситуації. Інакше кажучи, труднощі, що постають перед батьками, які виховують дитину з порушенням розвитку, мають пролонгований характер, а викликаний цим фактором стрес може набувати хронічного характеру.

Наступною методикою дослідження була методика вивчення батьківських установок, PARI. Дана методика була використана з метою вивчення специфіки дитячо-батьківських відносин з боку батьків, які мають дітей з ООП. По тесту PARI замірялися параметри: оптимальний емоційний контакт, надмірна емоційна дистанція та надмірна концентрація на дитині. Дані за цими шкалами представлені на рис.2.3.

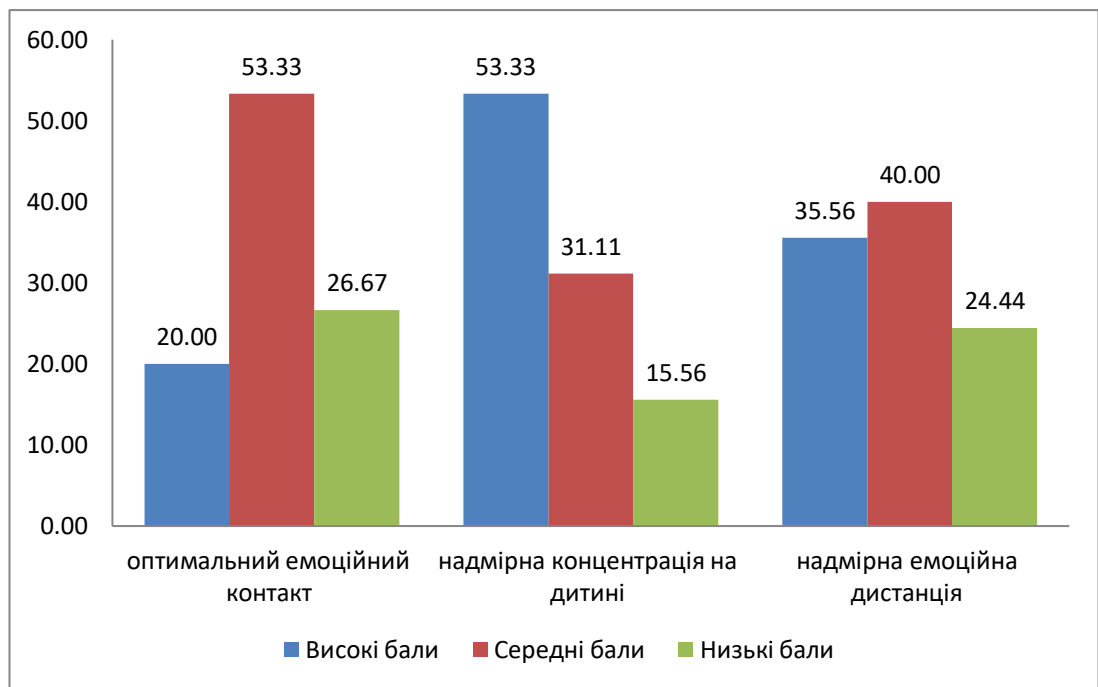


Рис.2.3. Результати дослідження батьківських установок досліджуваних за методикою PARI, % (n = 45)

Результати дослідження батьківських установок свідчать про переважання високих балів за шкалою «надмірна концентрація на дитині» (53,33%). Головна відмітна особливість даного стилю – надмірна турбота, відданість хворій дитині, що негативно позначається на прояві у неї ініціативи, проявляється в дефіциті почуття відповідальності, призводить до формування егоцентризму. У дитини формується емоційна залежність від батьків, відбувається обмеження контактів, що позначається на адаптації такої дитини до соціуму, у подальшому веде до виникнення вивченої безпорадності. У 53,33% випадків у гіперопікаючих батьків відзначається невпевненість в своїх виховних можливостях, через почуття провини вони йдуть на приводу часто завищених бажань своєї дитини.

Такі батьки переживають проблеми, радості, біди дитини як свої власні, забуваючи про особисте життя. Будні таких батьків повністю поглинені постійною боротьбою за позитивну динаміку в стані дитини. Якщо позитивні результати не настають в планований період, то близькі впадають в депресію, відчують стан безпорадності. Інтерес до власного

життя відсутній, у багатьох випадках відбувається поступова деформація ціннісних структур особистості, її духовної сфери.

Менш розповсюдженим типом батьківських установок по відношенню до дитини з ООП, є емоційне відкидання (високий рівень у 35,56% досліджуваних). У цих сім'ях не налагоджений тісний емоційний контакт батьків з дітьми. При зайвій емоційній дистанції батьківські контакти з дитиною не відрізняються достатньою інтенсивністю; контакти в основному поверхневі, батьки або байдужі, або стримані в прояві своїх почуттів, не виключається і неприязнь до своєї дитини. Батьки намагаються формально компенсувати пасивне або навіть негативне ставлення до дитини надмірною турботою про її матеріальне благополуччя, своєчасною медичною допомогою, регулярним обстеженням стану здоров'я. Такі батьки схильні звинувачувати лікарів, педагогів, психологів у появі проблем в протіканні захворювання, у виникненні складнощів в навчанні або психологічних проблем у дитини.

Найсприятливішими для розвитку дитини є батьківські установки, спрямовані на встановлення оптимального емоційного контакту. Даний тип сімейного виховання проявляється в дозованої допомоги дитині в важливих для неї справах, в контролі і покаранні в разі необхідності. Такі батьки заохочують, схвалюють і стимулюють активність і незалежність дитини, а в сім'ї створюються об'єктивні умови для життя і розвитку дитини з ООП, в тому числі всі члени сім'ї є безпосередніми учасниками процесу лікування і боротьби з хворобою. Батьки знають, що вони, як і інші фахівці, які працюють з дітьми, повинні підтримувати і вдосконалювати збереження функції її організму. Слід зазначити, що серед досліджуваних було виявлено лише 20% батьків, налаштованих на встановлення оптимального емоційного контакту зі своєю дитиною.

Відповіді батьків на питання авторської анкети дозволяють отримати інформацію щодо їх реабілітаційного потенціалу. Результати даного опитування представлені на рис.2.4.

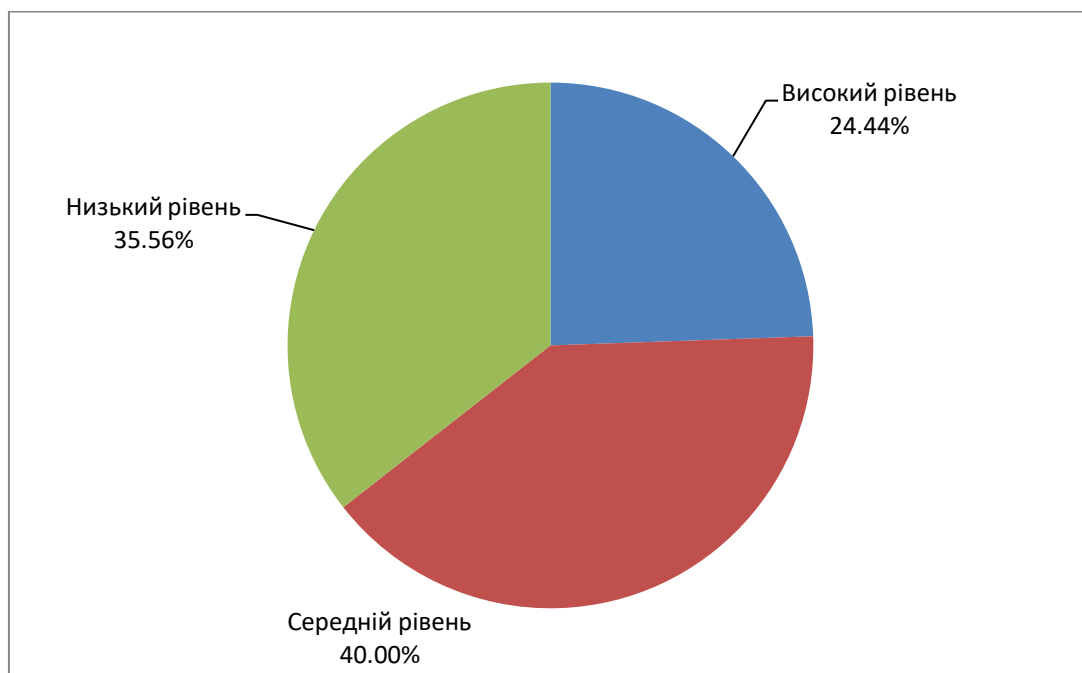


Рис.2.4. Характеристика рівнів реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дитину з ООП, % (n = 45)

Відповіді на авторської анкети щодо оцінки реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дитину з ООП дозволяють зробити висновки про те, що тільки 24,44% таких батьків вважають свою сім'ю благополучною. В якості ресурсів сім'ї такі батьки називають самих себе, вони більше орієнтовані на те, що допомогти дитині можуть перш за все вони самі, більшість батьків виконують рекомендації фахівців. Батьки з високим рівнем реабілітаційного потенціалу також вважають, що у них сформована раціональна установка на прийняття діагнозу своєї дитини.

40% батьків дітей з ООП мають середній рівень сформованості реабілітаційного потенціалу. Такі батьки вважають, що якщо б не хвороба дитини, то їх сім'я могла би бути більш щасливішою, намагаються прийняти ситуацію та діагноз дитини, а також діяти у відповідності до рекомендацій фахівця таким батькам складно визначитися із рівнем власної батьківської компетентності.

Значна кількість батьків дітей з ООП (35,56% опитаних)

характеризуються низьким рівнем сформованості реабілітаційного потенціалу. Переважна більшість таких батьків не можуть уявити, якою була б їхня сім'я, якби не було проблем з дитиною, не можуть дистанціюватися від реальної ситуації, більшість не вважають сім'ю згуртованою, адже більшість з опитаних не відповіли на це питання, більшість не змогли визначитися в оцінці своєї батьківської компетентності, також переважна більшість відзначає негативні соціальні установки по відношенню до дітей з ООП.

У процесі приватних бесід серед причин недостатньої реабілітаційної активності батьки назвали наступні: неповні знання в області особливостей розвитку своєї дитини, неможливість оволодіння необхідними розвиваючими і корекційними методиками, складності в освоєнні адаптивних програм освіти, недостатність матеріальної і моральної допомоги, необхідної для лікування, навчання і виховання дитини, відсутність в освітній організації тьюторів, які здійснюють супровід дитини.

Висновки до другого розділу

Таким чином, у другому розділі було проведено експериментальне дослідження психологічних особливостей батьків дітей з особливими освітніми потребами. Для того щоб організувати продуктивну взаємодію з батьками дитини, яка має порушеннями в розвитку, необхідно враховувати психологічний стан батьків, батьківську позицію і ставлення батьків до дефекту дитини, а також загальний реабілітаційний потенціал сім'ї. У центрі уваги виявилися такі емоційні стани, як стрес і тривожність, оскільки саме вони надають найбільш значущий вплив на психологічне самопочуття особистості. Передбачається, що для батьків, які виховують дітей з порушеннями розвитку, характерно переважання деструктивних емоційних станів, що виявляються в емоційних переживаннях негативного характеру, високий ризик депресії. Для дослідження даних характеристик було підібрано методичний інструментарій, який включає опитувальник тривоги Спілбергера-Ханіна, шкалу стресу PSM25 Лемура-Тесьє-Філліона, методику вивчення батьківських установок PARI та авторську анкету на вивчення реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дитину з особливими освітніми потребами.

За результатами досліджень можна зробити висновок, що батьки дітей з ООП переживають стан тривоги та стресу, який значно перевищує межі норми. Дослідження показало, що факт наявності у дитини відхилень у розвитку та обумовлені ним фізичні та емоційні перевантаження батьків, їх важкі емоційні переживання і порушення функціонування сім'ї виступають значущими стрес-факторами для батьків та інших членів сім'ї, в якій виховується дитина з ООП. Діючи тривалий час, чинники тривоги та стресу істотно знижують рівень психічного здоров'я самих батьків, що підтверджується ступенем вираженості психопатологічної симптоматики (високим рівнем особистісної тривоги та стресу). Ці явища закономірним

чином знижують реабілітаційний потенціал сім'ї, що ставить перед фахівцем завдання надання психологічної допомоги самим батькам дитини з порушеннями здоров'я. Для більшості батьків є характерним особливе ставлення до дитини, засноване на побоюваннях за її здоров'я і, як наслідок, недооцінці її можливостей, легких, а по суті інфантильних вимогах до дитини.

РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА АПРОБАЦІЯ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

3.1. Теоретичне підґрунтя розробки програми психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами

Систематизація соціально-психологічних теорій та концепцій вітчизняних і зарубіжних авторів, котрі торкаються проблеми психологічних особливостей сімей, які виховують дітей із ООП, у суспільстві виявляють необхідність включити у фокус уваги, окрім реабілітації дітей з особливими освітніми потребами, психологічний супровід та корекцію психоемоційного стану батьків, підвищення соціальної адаптації сім'ї [64].

Аналіз сучасних досліджень з досліджуваного питання переконує в тому, що проблеми, пов'язані з вихованням дитини з ООП, тягнуть за собою порушення емоційної сфери батьків і сім'ї в цілому, як наслідок психологічної травми від постановки діагнозу, невизначеності майбутнього, соціальної ізоляції родини, що веде до спотворення батьківського ставлення до дітей. Актуальність визначається і практичними завданнями, пов'язаними з необхідністю розробки програми і технології надання ефективної психологічної допомоги батькам, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Не зважаючи на велику кількість проблем, які виникають у батьків дітей з ООП у зв'язку із їх специфічним психологічним станом, найбільшими труднощами в роботі з даною категорією фахівці вважають відсутність бажання, активності батьків, тобто низьку мотивацію щодо співпраці з фахівцями.

Як було зазначено у ході попереднього дослідження, у батьків, які виховують дітей з ООП часто спостерігаються емоційні розлади, знецінення

власних намагань, почуття провини, зневіра, депресія. Для вирішення цих проблем застосовуються практикуми з корекції емоційних станів, де фахівці використовують вправи для позбавлення від страждань, почуття провини, роздратування, тривожності, формування навичок самоконтролю, саморегуляції, рефлексії, розслаблення, розвитку внутрішнього оптимізму [18].

Теоретичною основою розробки програм психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами виступають наступні методологічні підходи:

гуманістичні ідеї виховання і освіти, що обумовлюють розуміння людини як унікальної, відкритої системи, здатної до зміни і розвитку в процесі взаємодії (Х.Д. Алчевська, Г.Г. Ващенко, А.С. Макаренко, В.О. Сухомлинський та інші);

положення теорії компенсації психічних функцій на основі спільної діяльності (Л.С. Виготський, О.П. Хохліна), а також педагогічні погляди на виховання дитини з порушенням розвитку, що передбачає її інтеграцію в життя;

психолого-педагогічні аспекти роботи з сім'ями, в яких виховується дитина з ООП, виділені О.О. Буковською, Т. Ковбасюк, Л. Яценюк, Л.О. Подкоритовою, С.М. Прокопчук, К. Лук'янченко, Т.Г. Соловйовою та іншими;

результати досліджень дитячо-батьківських відносин таких вчених, як О.Ю. Булгакова, О.В. Азаркіна, В. Пономарьова, В. Захарченко, В.В. Шевчук, Г.С. Сінгер, К. Скорджі, Д. Собсі та інших;

концептуальні засади проведення психологічних тренінгів, представлених в роботах Н.Є. Афанасьєвої, С.С. Бєляєвої, Л.Л. Івашиної, Н.В. Корнілової, М. Момот, В.С. Ромадікіної, І. Тодорової та інших;

базові положення когнітивно-поведінкової психотерапії, згідно з якими психоемоційний стан людини обумовлений суб'єктивними особливостями сприйняття подій і життєвих обставин, а не їх об'єктивними

характеристиками, які розглядаються у працях О. Блинової, С. Бабатіної, Т. Дудки, А. Одінцової, В.В. Горбунової, Я. Галич та інших.

Відповідно до когнітивно-поведінкового підходу, ірраціональне мислення, що лежить в основі психологічних порушень, призводить до спотворення емоцій та поведінки людини. Причиною дисфункціонального мислення вважаються глибинні переконання або когнітивні схеми, набуті в ході накопичення індивідуального досвіду. Одним із наслідків неадаптивного ірраціонального мислення стає висока тривожність, стрес, депресивний стан. У зв'язку з цим важливою складовою психологічної підтримки батьків дітей з ООП є формування навичок усвідомлення автоматичних думок і переконань, які є джерелом неадаптивної поведінки та емоцій, а також їх спростування з метою створення більш конструктивних і адаптивних схем мислення.

У процесі розробки психокорекційних програм для батьків, які виховують дітей з ООП необхідно враховувати наступні принципи:

1. Усвідомлення батьком самого себе і своїх уявлень про дитину в процесі взаємодії з нею. Коли батьки концентруються на усвідомленні, то починають розуміти потреби, що залишаються незадоволеними в процесі спілкування з дитиною і не дозволяють переживати радість від спілкування з нею.

2. Відповідальність батьків за самих себе і виконання своїх батьківських функцій. Як правило, у батьків, які виховують дітей з ООП, спостерігається або інфантильна життєва позиція, або прагнення зробити свою дитину або інших людей відповідальними за власні переживання і поведінкові реакції. Тільки набуваючи навичок розумного розподілу відповідальності, батьки усвідомлюють і розвивають унікальність особистості своєї дитини, розуміють її самоцінність.

3. Актуальність переживання в даний момент часу. Часто батьки дітей з ООП відчують широкий діапазон негативних емоцій – від легкого роздратування до засмучення або навіть злості. Пригнічуючи дуже сильні негативні почуття, вони втрачають можливість їх усвідомити і ще більше

посилюють амбівалентність щодо своєї дитини. Приймаючи власні негативні почуття, батьки набувають можливості пережити цей досвід і відкривають для себе шлях до пошуку рішення проблем.

4. Встановлення і підтримання здорових психологічних кордонів, що є основним принципом в забезпеченні повноцінного і продуктивного контакту між дитиною і батьками. Навчання батьків тому, як встановлювати і підтримувати здорові психологічні межі в своїх взаєминах з дитиною, дозволяє попередити велику кількість непорозумінь і конфліктів в дитячо-батьківських відносинах.

У різних програмах психологічного супроводу батьків ставляться різні завдання. В одних увага зосереджена на керуванні поведінкою дитини, в інших – на її інтелектуальному розвитку, у третіх – на розвитку соціальної компетентності особистості. При цьому більшість програм передбачають роботу з кризовими станами батьків, які виховують дитину з ООП (депресією, тривожністю, втратою сенсу життя) та включають технології формування цінності життя, її унікальності та індивідуальності використовуючи методики когнітивно-поведінкової та гуманістичної психології, тілесно-орієнтованої терапії. Спільним для цих програм є прагнення розширити самостійність батьків під час вирішення різних завдань, у взаєминах з різними людьми, під час виборів форм поведінки у різних ситуаціях. Завдання психологічного супроводу батьків можна класифікувати виходячи із особливостей кожного з періодів розвитку дитини та кола тих проблем, які вона повинна вирішувати на кожному етапі самостійно [62].

Перед проведенням соціально-психологічного супроводу психолог повинен ознайомитися з дієвими засобами, стратегіями, прийомами, техніками взаємодії як з батьками, так і з дітьми, враховуючи особливість їх розвитку та потенційних можливостей. Він має переконатись у поінформованості батьків щодо стану їхньої дитини, її особливості у розвитку, вихованні, навчанні, спілкуванні. Якщо ж рівень поінформованості недостатній, спеціаліст має зайнятись просвітою батьків, а також

формуванням у них адекватної оцінки особливостей дитини, самооцінки себе у ролі батьків дитини з ООП, адекватних реакцій на будь-які відхилення у поведінці дитини, різкі перепади її настрою та криз, що можуть виникнути згодом. Варто зауважити, що батьки стикаються з проблемами не лише у вихованні і навчанні дитини, але й у її розвитку згідно вікових та фізичних норм, формуванні поведінкових реакцій, що схвалюються суспільством. Це стає тягарем для батьків, тому психологам потрібно бути готовими і до плідної співпраці, і до подолання супротиву з боку батьків. Дослідниця Д. Шульженко у своїх роботах поділила роботу з батьками на три послідовні етапи:

1. Інформаційний, який полягає у наданні інформації про особливості корекційного виховання дитини з ООП, перспективи розвитку, можливі труднощі в соціалізації, а також про реалізацію домашньої програми психологічної допомоги власній дитині.

2. Діагностичний, що передбачає діагностування сімейних пар шляхом використання психологічних методик для визначення емоційних станів, психологічних особливостей, що допоможуть покращити умови життя дитини. По-перше, треба визначити, чи прийняли батьки діагноз дитини або на якій стадії прийняття перебувають [6]. Це дуже важливий етап, тому що під час нього виявляються індивідуальні риси батьків, їх емоційні якості, здатність до комунікації, рівень стресостійкості, тип реакцій на стрес і тривогу, акцентуацію характеру, ціннісні орієнтації. Також визначається система родинних міжособистісних зв'язків та чинники, які впливають на батьківську позицію щодо дитини, мотиваційні потреби, внутрішньоособистісні переживання. Діагностичний етап роботи спеціалістів з батьками, які виховують дитину з ООП визначає зони їх найближчого розвитку [10].

3. Психокорекційно-консультативний, який передбачає надання психологічної допомоги батькам з використанням технік сімейного консультування, що в результаті покращує їхній емоційний стан та перебіг адаптації і прийняття факту народження дитини з ООП. На цьому етапі

необхідно спиратись на результати попереднього діагностичного етапу та, за потреби, розробити корекційну програму для корекції та стабілізації психічний станів та реакцій батьків, які виховують дітей з ООП [65]. Щодо змісту психологічного супроводу, то насамперед це: актуалізація ресурсів, відновлення почуття спроможності розв'язувати проблеми, формування позитивних установок батьків щодо можливостей дитини та відповідальної батьківської позиції [6].

Також говорячи про роботу з батьками, які мають дитину з ООП, необхідно виділити два напрямки.

По-перше, теоретичний компонент, який передбачає забезпечення грамотності батьків в наступних областях: медико-біологічні знання про патологію дитини; гігієнічні знання про особливості догляду за дитиною, про організацію побуту, режиму дня; соціально-правові знання про права і пільги; психолого-педагогічні знання про вікові особливості дітей, про поведінкові відхилення тощо. Найефективнішим способом освіти батьків фахівцями визнаються індивідуальні консультації. На це впливають такі особливості даного методу: конфіденційність, проведення в зручний для батьків час, створення довірчої атмосфери між батьком і фахівцем, повне занурення в проблему сім'ї. Наступним за ефективністю визнаний «круглий стіл». Даний вид бесіди допомагає висловитися кожному, створює атмосферу рівності позицій серед учасників.

Найбільш актуальними питаннями для обговорення з батьками дітей з особливим потребами виступають наступні теми:

- особливості психофізичного розвитку дітей з особливим освітніми потребами;
- особливості організації навчальної діяльності дитини з особливим освітніми потребами;
- важливість взаємодії з фахівцями;
- прийоми і методи для зниження рівня стресу у батьків;

— особливості виховання дітей з особливим освітніми потребами.

Другий напрямок в роботі з батьками дітей з ООП передбачає формування у них певних практичних умінь і навичок, пов'язаних зі здібностями встановлювати контакт зі своєю дитиною, долати стресові ситуації, вирішувати конфлікти в сім'ї, надавати психотерапевтичний вплив на дитину тощо. У такому контексті ефективною формою психологічного супроводу для батьків дітей з ООП виступає соціально-психологічний тренінг. Навчання в групах, на думку дослідників, має ряд переваг над індивідуальною психологічною роботою. Так, М.В. Сурякова, Г.Б. Панфілова, О.В. Склянська визначають тренінг як «багатофункціональний метод, який являє собою сукупність спеціально розроблених методик і вправ, спрямованих на розвиток психологічних навичок і умінь у людини. Мета тренінгу – допомогти кожному учаснику краще зрозуміти і контролювати свої емоції, поліпшити комунікаційні навички, розвинути впевненість в собі і створити відчуття особистої ефективності» [55, с.78]. Потенційна перевага умов групи – це можливість отримання зворотного зв'язку і підтримки від людей, що мають спільні проблеми і переживання з конкретним учасником групи. Однією з умов успішної роботи є спільна діяльність психолога і педагога, орієнтована на підвищення рівня стресостійкості та зміну негативних установок по відношенню до дитини з ООП.

В рамках соціально-психологічного тренінгу може відбуватися взаємодія з людьми, що знаходяться в такій же життєвій ситуації, де можна не боятися дати вихід своїм переживанням, отримати новий досвід у вирішенні проблем. Як правило, завдяки групі, батьки можуть побачити дитину з іншого боку, її позитивні якості, а також переглянути та змінити власні негативні установки, які обумовлюють ситуацію, коли сім'я не може жити в гармонії з навколишнім світом.

Методами роботи виступають основні форми взаємодії з батьками, а саме: інформаційно-аналітична форма – необхідна для аналізу ситуації ставлення до дітей з ООП шляхом анкетування; пізнавальні форми роботи

(майстер-класи, семінари-практикуми, соціально-психологічні тренінги для підвищення компетентності батьків, відпрацювання навичок ефективної комунікації, отримання конфліктологічної компетентності, як вміння конструктивно вирішувати конфліктні ситуації); дозвілєві форми роботи з батьками і дітьми обрані для взаємодії в сюжетних ігрових ситуаціях, на тематичних прогулянках, спільних культурних заходах тощо (елементи арт-терапії, кінотерапія, кейс-стаді, квести).

У процесі організації та проведення соціально-психологічного тренінгу для батьків дітей з ООП в методичному плані необхідно чітко враховувати ступінь емоційного контакту і взаємної довіри в групі, відчувати момент переходу від жорстко регламентованих вправ до більш невизначених, що дає простір для прояву індивідуальних особливостей. Треба пам'ятати, що ведучий – не вчитель, який неупереджено розбирає помилки, а перш за все один з учасників, готовий допомогти собі і кожному стати більш досконалим. Завдання ведучого зводяться до підготовки приміщення, дотримання ритуалів групи, розбору інструкцій чергових завдань, забезпеченню якісною інформацією, контролю за емоційним станом учасників та організації спільного аналізу вправ.

3.2. Програма і технології психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами

Результати дослідження показали, що батьки дітей з ООП в більшості демонструють умовне емоційне прийняття дитини або амбівалентне ставлення до неї. Між батьками та дітьми існує значна міжособистісна дистанція, оцінка особистості дитини мало диференціюється від оцінки її поведінки тощо. Виявлені у процесі дослідження особливості емоційного компонента батьківського відношення до дітей з ООП привели до висновку про необхідність проведення з батьками психокорекційної роботи, спрямованої на подолання егоцентризму, фіксованості на проблемах своєї особливої дитини, почутті провини, негативних переживань.

Під технологією соціального супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами розуміють наявність стратегічної програми, в рамках якої вирішується проблема сім'ї за певним алгоритмом послідовності операції для подолання кризової ситуації, подолання життєвих труднощів, мінімізації негативних наслідків проблем батьків, які виховують дитину з особливими освітніми потребами.

Результати проведеного дослідження та виявлені проблеми батьків дітей з особливими освітніми потребами дозволили розробити програму психологічного супроводу в умовах КУ «Інклюзивно-ресурсний центр» Визирської сільської ради.

Назва програми: «Сила всередині мене!».

Метою програми стало підвищення життєвої задоволеності батьків, зниження рівня тривоги та рівня стресу, формування адекватного сприйняття батьками своєї дитини, корекція неадекватного батьківського ставлення.

Завдання програми:

зниження рівня особистісної тривожності та стресу;

допомога батькові дитини з ООП в тому, щоб впоратися з негативними психологічними наслідками;

сприяння в адаптації до зміненої життєвої ситуації;
розширення особистісних можливостей батьків в розумінні своєї дитини;
навчання прийомам рефлексії емоційних взаємин з дитиною;
актуалізація потреби батьків в емоційній близькості зі своєю дитиною з ООП.

На основі аналізу та систематизації існуючих методів обстеження та психокорекції батьків, які виховують дитину з ООП запропоновано структуру програми психологічного супроводу, яка включає орієнтовну, корекційну, навчальну та розвиваючу складові.

Програма передбачає види діяльності, що забезпечують поступовість розвитку в учасників навичок більш тісної співпраці, активного слухання, творчого вирішення проблем, прояви поваги до особистості кожного, визнання його унікальності і здатності до співпраці. З огляду на те, що однією з провідних причин психоемоційної напруженості батьків дітей з ООП є виникнення стану невизначеності внаслідок відсутності необхідної інформації, програма, поряд з практичними вправами, включає лекційний матеріал та групові консультації.

Програмою передбачено 11 групових занять по 60-90 хв з батьками протягом 3-4 місяців з періодичністю один раз в тиждень. Психологічна допомога батькам дітей з ООП забезпечується як присутністю батьків на заняттях, так і періодичними консультаціями, на яких вони отримують програму для подальшої «домашньої роботи», обговорюють поточні проблеми сім'ї і особливі труднощі в поведінці дитини, необхідність додаткових занять з психологом тощо.

В цілому зміст програми, покликаний розвивати позитивне прийняття батьками дитини з особливими освітніми потребами; формувати оптимальний емоційний контакт; розвивати позитивні взаємини в сім'ї; знімати напруженість і відчуженість у взаєминах; активізувати спільну діяльність батьків і дітей; розвивати взаєморозуміння і узгодженість дій всіх членів сім'ї;

отримувати зворотний зв'язок про самопочуття дитини і оптимізувати спілкування, стверджувати оптимізм, щирість батьків і дітей у взаєминах.

Такий підхід до організації взаємодії в ході тренінгу створює атмосферу безпеки і довіри, підвищує рівень згуртованості в сім'ї, ціннісних орієнтації, що відзначає основним завданням формування гуманних взаємин.

Програма включає чотири основні блоки, що відрізняються за своїми завданнями та тривалістю.

Перший блок – орієнтовний (2 заняття) – був спрямований на знайомство членів групи, їх об'єднання і розширення можливостей розуміння своєї дитини. Важливим моментом цього етапу була робота з очікуваннями учасників, коли ведучий допомагав батькам чітко сформулювати свої запити на отримання результату від пропонованих занять. Така робота допомагала тренеру при необхідності підкоригувати програму і налаштувати батьків на продуктивну роботу.

Тематика та мета занять, що входять до орієнтовного блоку:

Заняття № 1. «Знайомство». Мета заняття: знайомство учасників між собою, формування позитивного настрою на роботу в групах, прийняття правил, створення сприятливого психологічного клімату

Заняття 2. Самопізнання і мотивація самозміни. Мета заняття – створення сприятливих умов для роботи тренінгової групи, для усвідомлення себе, своїх особливостей, проблем; розвиток мотивації самозміни і згуртування групи.

Також на даному етапі ведучий ознайомлює учасників з індивідуальним щоденником, який супроводжує батьків протягом усієї програми, і вказує на необхідність виконання домашніх завдань.

Зміст домашнього завдання було наступним:

1) звернути увагу на ситуації, в яких виникає почуття тривожності або погіршується емоційний стан;

2) визначити емоції і свою реакцію на проблемні ситуації різного характеру;

3) виявити автоматичні думки і переконання, які супроводжують ситуацію;

4) оцінити достовірність, а також вигоди і недоліки виявлених автоматичних думок і переконань;

5) сформулювати адаптивну відповідь на автоматичні думки і переконання, замінивши їх більш конструктивними і функціональними.

За умовою участі в програмі всі учасники щотижня повинні були надавати заповнені протоколи з тих ситуацій, в яких у них виникало почуття тривожності або погіршувався емоційний стан.

При необхідності з учасниками проводилися індивідуальні консультації з обговоренням труднощів, що виникають при виконанні домашнього завдання.

Другий блок – корекційний (3 заняття) – був спрямований на розвиток внутрішніх психологічних ресурсів, розвиток впевненості, зниження тривожності, вироблення стратегії конструктивного вирішення конфліктних відносин, комунікативних навичок, підвищення рівня самоконтролю і стресостійкості. Психокорекція емоційної сфери є складним напрямком тренінгових занять, тому всі пропоновані техніки використовувалися з урахуванням індивідуальних особливостей учасників групи. Крім того, після кожного заняття тренер оцінював, чи є в групі учасники, для яких робота не була ефективною, які проблеми вийшли в групі на перший план, що відбувалося з груповою динамікою.

Тематика та мета занять, що входять до корекційного блоку:

Заняття №1. Як подолати тривогу.

Мета заняття: розвиток емоційної стійкості та внутрішніх психологічних ресурсів, розвиток впевненості, зниження тривожності.

Заняття №2. Профілактика стресу.

Мета: формування уявлень учасників тренінгу про стрес; допомога учасникам в усвідомленні і вербалізації своїх уявлень про стрес, визначенні свого ставлення до даного феномену. Виявлення суб'єктивних труднощів,

пережитих членами групи в даний момент, і особистих ресурсів протистояння стресовим ситуаціям. Навчання способам профілактики і подолання стресового стану.

Заняття №3. Я приймаю себе таким, який я є.

Мета заняття: збагачення особистих ресурсів, розвиток навичок самоконтролю, розвиток здатності сприймати ситуацію так, щоб вона діяла не як джерело досвіду, а як керівництво до дії

Третій блок – навчальний (3 заняття) – був спрямований на навчання батьків прийомам рефлексії своїх емоційних взаємин з дитиною, актуалізацію потреби в емоційній близькості до дитини. На цьому етапі роботи використовувалося інформування батьків про психологічні особливості дітей з ООП, проводилися ігри з обміном ролями, застосовувалася техніка перевизначення поведінки, яка дозволяла продемонструвати, що негативні реакції батьків на проблемну поведінку дитини можливо переструктурувати за допомогою безоціночного опису поведінки дитини. У процесі роботи відбувався процес розширення усвідомленості взаємин батьків зі своєю дитиною, що дозволяє подивитися на них зі сторони. На заняттях блоку програми обговорювалися відмінності в сприйнятті дитиною і батьком сімейних відносин, використовувався метод аналізу конкретних випадків, в яких моделювалися типові ситуації взаємодії батька і дитини; дискусія як форма активного навчання розрізнення висловлювань на «мові прийняття» і «мові неприйняття».

Тематика та мета занять, що входять до навчального блоку:

Заняття 1. Цінність двох світів – дорослого і дитячого.

Мета заняття: сприяти усвідомленню цінності індивідуальності світу кожної людини, усвідомлення факторів, що впливають на сприйняття інших людей.

Заняття №2. Прийняття або неприйняття.

Мета заняття: сприяти розмежуванню понять «прийняття» і «неприйняття» дитини, навчанню техніці позитивного прийняття дитини.

Заняття №3. Моя дитина – найкраща.

Мета: показати унікальність кожної людини, показати важливість і необхідність вираження своїх емоцій.

Четвертий блок – розвиваючий (3 заняття) був спрямований на вироблення нових навичок емоційної взаємодії з дитиною і гармонізації емоційних відносин батьків з дітьми, підвищення компетенції батьків в питаннях розвитку дітей з ООП в домашніх умовах. На даному етапі активно використовувалися рольові ігри, що формують у батьків нові емоційні навички взаємодії з дітьми і сприяють підвищенню впевненості батьків в тому, що вони зможуть досягти позитивних змін у взаєминах в сім'ї.

Тематика та мета занять, що входять до розвиваючого блоку:

Заняття №1. Вчимося спілкуватися з дитиною: спілкуємося у конструктивному руслі.

Мета: визначення основних потреб дитини при взаємодії з батьками. виявлення проблем у сфері спілкування та взаємодії, розробка напрямків їх вирішення.

Заняття №2. Активне слухання як спосіб вирішення проблем

Мета заняття: формування і відпрацювання навичок активного слухання

Заняття №3. Дорослі і діти разом.

Мета заняття: формування навичок ефективної взаємодії та співпраці, підвищення довіри.

Кожен з блоків програми «Сила всередині мене!» має свої цілі, завдання, зміст і технологію, що дозволяє при необхідності використовувати їх відносно автономно.

У нашому дослідженні всі частини реалізувалися послідовно в повному обсязі їх програмного змісту, що забезпечувало соціально-психологічну підготовку батьків дітей з особливими освітніми потребами як в теоретичних, так і в практичних питаннях.

Цінність і новизна програми полягає в особливій побудові корекційно-розвиваючих занять, які передбачають введення в їх структуру елементів

тренінгу, а також в широкому використанні активних методів навчання, технік ресурсної терапії, акцент в якій робиться на відкриття і розвиток особистісних ресурсів батьків, здатності ефективно діяти в проблемних ситуаціях.

Очікувані результати:

позитивна динаміка рівня життєстійкості батьків дітей з ООП, що проявляється в сформованості таких якостей, як: висока адаптивність, впевненість в собі, адекватна самооцінка, незалежність самостійних суджень, прагнення до досягнень, обмеженість конфліктів, самодостатність тощо;

зниження підвищеного рівня особистісної тривожності, що проявляється в зміні і стабілізації емоційного фону з переважанням позитивних емоцій, підвищення соціальної компетенції (конструктивне спілкування і взаємодія в групі);

корекція неоптимальних станів, пов'язаних з розумінням себе як людини, яка не змогла реалізувати себе у житті;

розвитку навичок емоційно-вольової регуляції поведінки тощо;

удосконалення форм батьківської взаємодії в процесі спілкування з дитиною;

гармонізація дитячо-батьківських відносин та формування адекватних установок щодо перспектив дитини;

збільшення кількості батьків, залучених в корекційний процес, в якості активних його учасників.

Можливі ризики при реалізації програми:

різноманіття факторів, що впливають на формування особистості батьків (сімейне неблагополуччя, спосіб життя);

недостатня зацікавленість (повна відсутність зацікавленості) батьків в питаннях виховання власних дітей, відсутність мотивації до зміни сімейного укладу, стилю взаємин, способу життя (при наявності сімейного благополуччя).

Апробація розробленої програми психологічного супроводу здійснювалася з групою батьків дітей з ООП, які взяли участь в

констатуючому дослідженні.

В рамках розробленої програми психологічного супроводу були проведені наступні заходи:

1. Складено психологічні рекомендації для батьків дітей з ООП.
2. Підготовлені і проведені лекції та тренінгові заняття для батьків, які виховують дитину з ООП.

Структура занять складалася з декількох етапів:

Перший етап – ритуал вітання для усвідомлення початку заняття, рефлексію попереднього заняття для поняття важливості кожного заняття та розминку для активізації учасників, зняття напруги, налаштування на роботу.

Даний етап включав в себе вступне слово ведучого, ритуал вітання і вправи, спрямовані на зняття нервово-психічної напруги, а також розширення уявлень учасників один про одного. З цією метою використовувалися вправи «вітання», «Прийняття себе». Також на даному етапі використовувалися дихальні вправи, які допомагають батькам відстежувати своє дихання, спостерігати за ним, зокрема вправи на цілеспрямоване дихання (видих через рот, дихання під рахунок, дихання 1:2, квадрат дихання 4:2:4:).

Основний етап заняття була представлений сукупністю завдань вправ, спрямованих на реалізацію основних завдань блоків програми.

Даний етап включав в себе лекції, творчі ігри, групові дискусії, обговорення та інші форми групової роботи. Завдання даного етапу були спрямовані на самопізнання, корекцію психологічного та емоційного стану, обговорення помилок у вихованні та аналізу особистісного позитивного досвіду у вихованні.

Заключний етап кожного заняття передбачав використання ритуалу прощання з метою психологічного завершення групової роботи. Після основної частини заняття проводилася рефлексія. Ведучий пропонує учасникам ділитися враженнями про заняття, висловлювати свої побажання учасникам групи (Що вам дало сьогоднішнє заняття? Що нового дізналися? Що будете використовувати в подальшому житті?) тощо.

Важливою якістю для ведучого була здатність оперативно коригувати програму та об'єктивно оцінювати результати роботи. Психокорекція емоційної сфери є складним напрямком тренінгових занять, тому всі пропоновані техніки використовувалися з урахуванням індивідуальних особливостей учасників групи. Крім того, після кожного заняття тренер оцінював, чи є чи в групі учасники, для яких робота не була ефективною, які проблеми вийшли у групі на перший план, що відбувалося з груповою динамікою. Після реалізації тренінгової програми було проведено повторне діагностичне дослідження психологічних особливостей батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

3.3. Аналіз результатів експериментальної роботи

Після проведення соціально-психологічної роботи з батьками була проведена повторна діагностика рівня тривожності, ступеня вираженості депресивних симптомів та батьківських установок за допомогою методик констатуючого етапу дослідження, що дозволяє оцінити ефективність розробленої програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами.

Результати повторної діагностики та порівняльний аналіз ступеня вираженості рівнів особистісної та реактивної тривожності батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, представлені в табл.3.1.

Таблиця 3.1

Порівняльний аналіз ступеня вираженості рівнів особистісної та реактивної тривожності батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами (до та після експерименту)

Рівні	Констатуючий етап				Контрольний етап			
	Особистісна тривожність		Реактивна тривожність		Особистісна тривожність		Реактивна тривожність	
	Кіль- кість	%	Кіль- кість	%	Кіль- кість	%	Кіль- кість	%
Низька тривожність	9	20,00	10	22,22	12	26,67	14	31,11
Помірна тривожність	22	48,89	23	51,11	24	53,33	23	51,11
Висока тривожність	14	31,11	12	26,67	9	20,00	8	17,78

Графічна інтерпретація даного дослідження показана на рис.3.1.

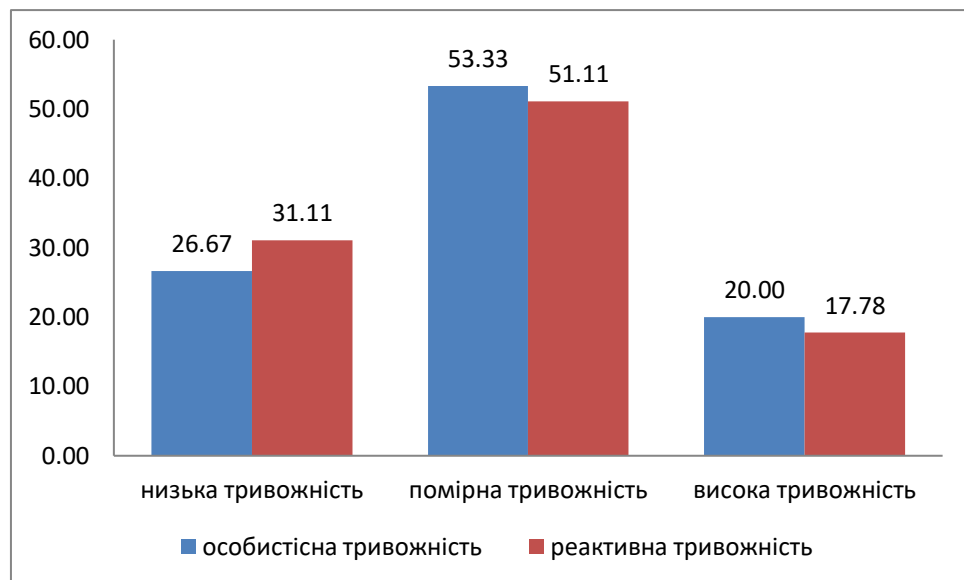


Рис.3.1. Характеристика рівнів особистісної та реактивної тривожності батьків, які виховують дітей з ООП (контрольний етап), % (n = 45)

Порівнюючи результати вхідної та підсумкової діагностики особистісної та ситуативної тривожності, можна зробити висновок, що рівень тривожності знизився. Зокрема, у процесі повторної діагностики було виявлено, що кількість батьків з високим рівнем особистісної тривожності знизилася з 31,11% до 20%, натомість зросла кількість батьків з помірним (з 48,89% до 53,33%) та низьким (з 20% до 26,67%) рівнем особистісної тривожності. Також покращилися показники, які характеризують рівень реактивної (ситуативної) тривожності. Зокрема, кількість батьків з високим рівнем скоротилася з 31,11% до 20%, кількість батьків з помірним рівнем реактивної тривожності залишилась на тому ж рівні, що і на початку дослідження (51,11%). Кількість батьків з низьким рівнем реактивної тривожності зросла з 20% до 31,11%. Таким чином, можемо стверджувати, що в результаті впровадження програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами відбулося зменшення схильності батьків дітей з ООП до частих та інтенсивних переживань стану тривоги, а також відбулося збільшення порогу виникнення тривожних станів.

Що стосується ступеня вираженості депресивних симптомів за

допомогою шкали PSM25 Лемура-Тесье-Філліона, то зміна даного показника в ході експерименту представлена в табл.3.2.

Таблиця 3.2

Порівняльний аналіз ступеня вираженості депресивних симптомів за допомогою шкали PSM25 Лемура-Тесье-Філліона (до та після експерименту)

Рівні	Констатуючий етап		Контрольний етап	
	Кількість	%	Кількість	%
Низький ступінь стресу	9	20,00	12	26,67
Середній ступінь стресу	15	33,33	20	44,44
Високий ступінь стресу	21	46,67	13	28,89

Графічна інтерпретація зміна рівнів вираженості депресивних симптомів у батьків, які виховують дитину з ООП в ході дослідження показана на рис.3.2.

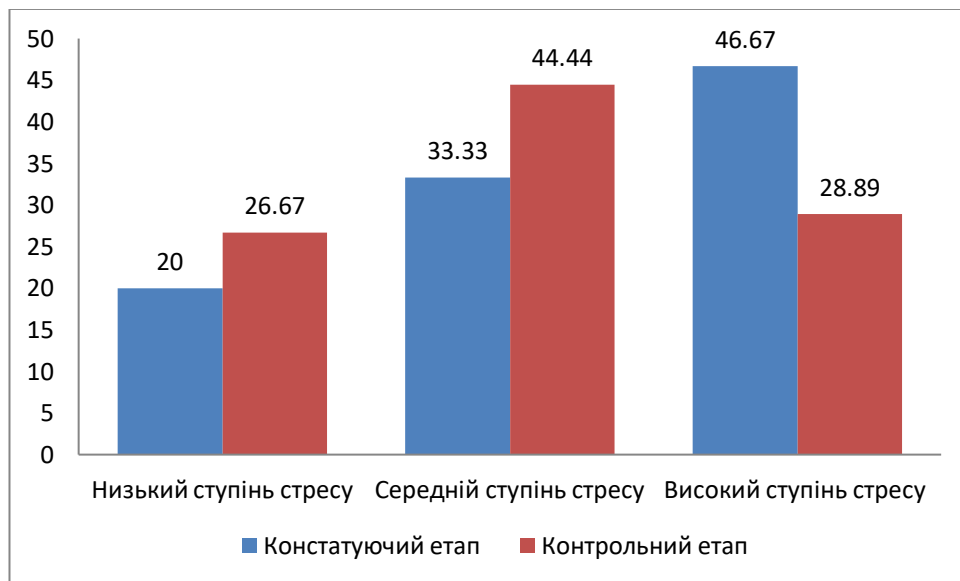


Рис.3.2. Характеристика рівнів стресу у батьків, які виховують дітей з ООП (контрольний етап), % (n = 45)

Таким чином, результати вивчення ступеня вираженості рівнів прояву стресу у батьків дітей з ООП свідчать про значне зниження кількості батьків з високим рівнем стресу (з 46,67% до 28,89%). Кількість батьків з середнім

ступенем вираженості стресу зросла з 33,33% до 44,44%, а кількість батьків з низьким ступенем стресу зросла з 20% до 26,67%. Такі результати свідчать про те, що завдяки розробленій програмі психологічного супроводу більшість батьків навчилися самотійно справлятися зі стресовими ситуаціями, які у них виникають, отримали навички самоконтролю та саморегуляції. У цілому батьки стали менш вразливими перед різними стресовими ситуаціями та почали виявляти більшу стійкість до стресу.

Результати порівняльного аналізу щодо вираженості сформованих батьківських установок за допомогою методики PARI, а саме оптимальний емоційний контакт, надмірна емоційна дистанція та надмірна концентрація на дитині, на контрольному етапі представлені в табл.3.3.

Таблиця 3.3

Порівняльний аналіз батьківських установок батьків дітей з ООП за методикою PARI (до та після експерименту)

Показники	Констатуючий етап						Контрольний етап					
	Високі бали		Середні бали		Низькі бали		Високі бали		Середні бали		Низькі бали	
	Кіль - кість	%	Кіль- кість	%	Кіль - кість	%	Кіль - кість	%	Кіль - кість	%	Кіль - кість	%
Оптимі- льний емоційний контакт	9	20	24	53,3 3	12	26,67	11	24,4 4	26	57,7 8	8	17,78
Надмірна концентра- ція на дитині	24	53,3 3	14	31,1 1	7	15,56	17	37,7 8	18	40	10	22,22
Надмірна емоційна дистанція	16	35,5 6	18	40	11	24,44	12	26,6 7	19	42,2 2	14	31,11

Графічна інтерпретація результатів повторного дослідження батьківських установок батьків дітей з ООП показана на рис.3.3.

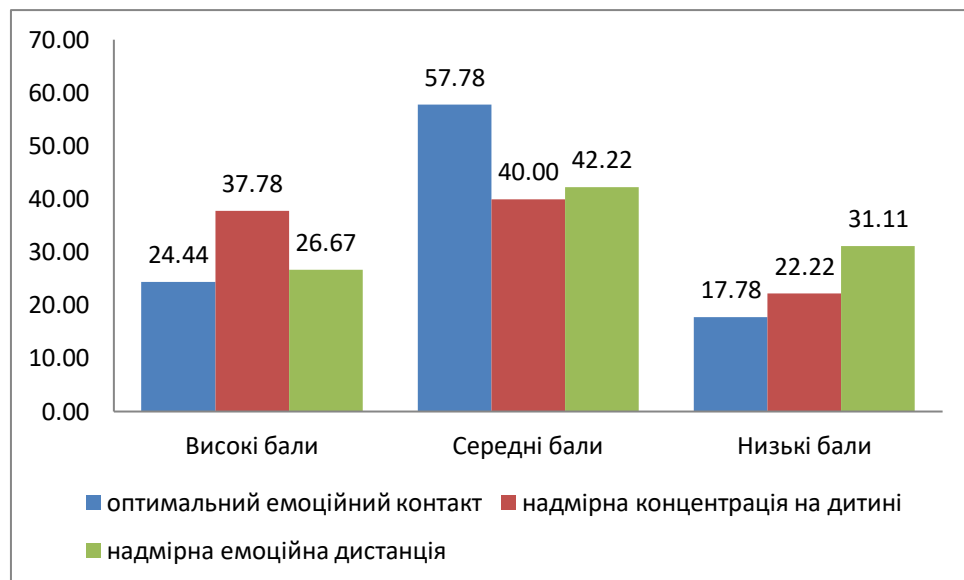


Рис.3.3. Характеристика батьківських установок батьків, які виховують дітей з ООП (контрольний етап), % (n = 45)

З даних, представлених в табл.3.1 та рис.3.1 можемо зробити висновки, що заняття, передбачені програмою психологічного супроводу батьків дітей з ООП позитивно вплинули на батьківські установки. Зокрема, зросла кількість батьків, які мають високі та середні бали за шкалою «Оптимальний емоційний контакт»: якщо на початку дослідження високі бали мали тільки 20% досліджуваних, то після впровадження програми кількість таких батьків зросла до 24,44%; питома вага батьків, які мають середні бали, на контрольному етапі становить 57,78% (на початку дослідження 53,33%). Відповідно, зменшилась кількість батьків, які мають серйозні проблеми у встановленні емоційного контакту з дитиною (з 26,67% на початку дослідження до 17,78% на контрольному етапі).

Вивчення отриманих балів за шкалою «Надмірна концентрація на дитині» показала, що у батьків спостерігається зниження прагнення до інфантилізації дитини: низькі бали за даною шкалою отримали 22,22% досліджуваних (на початку дослідження – 15,56%). При цьому значно скоротилася кількість батьків з високим рівнем надмірної концентрації на дитині – з 53,33% до 37,78%. Середні бали за даною шкалою отримали 40% батьків (на початку дослідження 31,11%).

Щодо показників за шкалою «Надмірна емоційна дистанція» слід зазначити, що якщо на початку дослідження високі бали отримали більше третини досліджуваних (35,56%), то після проведення занять, передбачених програмою психологічного супроводу, кількість таких батьків знизилася до 31,11%. Відповідно, зросла кількість батьків, які мають низькі бали по даній шкалі (з 24,44% до 31,11%), що свідчить про достатню інтенсивність контактів батьків зі своєю дитиною, налагодження взаємодії. Середні бали за шкалою «Надмірна емоційна дистанція» отримали 42,22% батьків (на початок дослідження – 40%). Таким чином, на контрольному етапі було виявлено, що батьки дітей з ООП почали виявляти більшу емоційну контактність з дитиною, що дозволило знизити емоційну дистанцію.

Повторне дослідження реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дитину з ООП, показало наступні результати (табл.3.4).

Таблиця 3.4

Порівняльний аналіз сформованого реабілітаційного потенціалу
батьків дітей з ООП (до та після експерименту)

Рівні	Констатуючий етап		Контрольний етап	
	Кількість	%	Кількість	%
Низький рівень	16	35,56	10	22,22
Середній рівень	18	40	18	40
Високий рівень	11	24,44	17	37,78

Зміні рівня сформованості рівнів сформованості реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дитину з ООП в ході експерименту також представимо на рис.3.4.

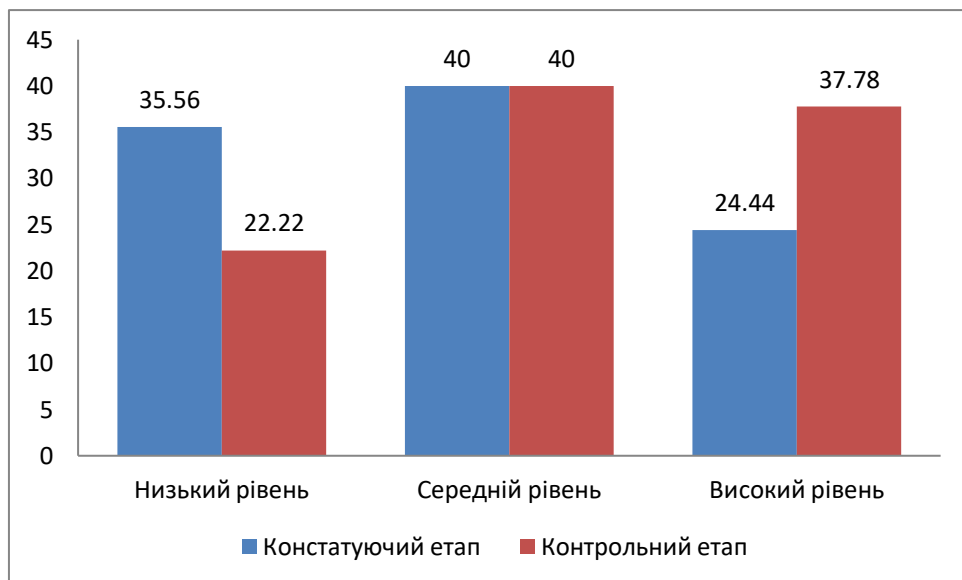


Рис.3.4. Характеристика рівнів сформованості реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дітей з ООП (контрольний етап), % (n = 45)

Таким чином, на контрольному етапі кількість батьків, характеризуються низьким реабілітаційним потенціалом зменшилася з 35,56% до 22,22%. Високий рівень реабілітаційного потенціалу було виявлено у 37,78% батьків, які взяли участь у дослідженні (на початковому етапі 24,4% батьків з високим рівнем). Середній рівень як на початку, так і на контрольному етапі дослідження мають 40% опитаних. Таким чином, з отриманих даних можемо зробити висновок про досить високу ефективність застосування розробленої програми в процесі підвищення реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дитину з ООП. Більше того, створення підтримуючого та емоційно безпечного сімейного середовища може допомогти знизити вплив батьківської тривожності на дітей. Це включає створення стабільної та передбачуваної рутини, активне вираження любові та підтримки та позитивну взаємодію.

Таким чином, результати аналізу підтвердили, що розроблена програма є ефективною для психологічної реабілітації батьків, які виховують дитину з ООП. Результати дослідження і розроблена програма можуть бути використані в практиці соціально-психологічної реабілітації сімей, які

виховують дитину з ООП. Дана програма може бути запропонована для роботи з батьками на базі загальноосвітнього навчального закладу, якщо там ведеться робота з такою категорією сімей, а також спеціальним організаціям, які здійснюють психологічний супровід сімей, що мають дитину з ООП. Комплексна реабілітація сімей, які виховують дітей з ООП, сприятиме успішності корекційних заходів з дитиною, підвищенню загального рівня її соціалізації та адаптації.

Висновки до третього розділу

Таким чином, третій розділ був присвячений проведенню експериментальної апробації програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами. Структура програми психологічного супроводу для батьків дітей з ООП «Сила всередині мене!» базується на комплексному підході, адже в неї закладені різноманітні вправи, спрямовані на формування основних психологічних якостей (стресостійкості, зниження тривожності, самоконтролю, комунікативності), що лежать в основі ефективної психологічно безпечної діяльності.

Програма включає чотири блоки, які реалізуються послідовно. Перший блок (орієнтовний) спрямований на знайомство членів групи, їх об'єднання і розширення можливостей розуміння своєї дитини. Другий блок (корекційний) спрямований на розвиток внутрішніх психологічних ресурсів, розвиток впевненості, зниження тривожності, вироблення стратегії конструктивного вирішення конфліктних відносин, комунікативних навичок, підвищення рівня самоконтролю і стресостійкості. Третій блок (навчальний) спрямований на навчання батьків прийомам рефлексії своїх емоційних взаємин з дитиною, актуалізацію потреби в емоційній близькості до дитини. Четвертий блок (розвиваючий) спрямований на вироблення нових навичок емоційної взаємодії з дитиною і гармонізації емоційних відносин батьків з дітьми, підвищення компетенції батьків в питаннях розвитку дітей з ООП в домашніх умовах.

Аналіз результатів експериментальної роботи показав, що в процесі повторної діагностики було виявлено зниження рівня тривожності та стресу досліджуваних. У багатьох батьків, які виховують дітей з ООП відбулася зміна установок по відношенню до своєї дитини: збільшилась кількість батьків, які мають високі та середні бали по шкалі «Оптимальний емоційний контакт», а також зменшення батьків, відношення яких характеризувалося

надмірною концентрацією на дитині та надмірною емоційною дистанцією, що свідчить про гармонізацію емоційного ставлення до таких дітей. Одним із результатів програми також стало підвищення реабілітаційного потенціалу батьків.

Таким чином, результати дослідження свідчать про те, що пропонована програма і технології психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами, може допомогти батькам розвинути навички емоційної регуляції, впоратися з тривогою і стресом, а також поліпшити комунікацію та взаємодію з дітьми. Розроблена програма є ефективною і може бути використана в роботі практичних психологів освітніх та корекційно-консультативних установ.

ВИСНОВКИ

Таким чином, у процесі дослідження була досягнута його головна мета, а саме розроблені теоретичні та практичні аспекти організації психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами, а також вирішені основні завдання, які були поставлені на початку дослідження.

1. Охарактеризовано поняття та сутність психологічного супроводу як технології психологічної допомоги. У наукових дослідженнях розглядається багато аспектів супроводу, включаючи його роль як: процесу цілеспрямованої діяльності; створення умов для прийняття оптимальних життєвих рішень; напрямку роботи психолога; технології, що складається з комплексу психологічних методик і прийомів для забезпечення оптимальних умов розвитку особистості.

2. Надана загальна характеристика сімей, які виховують дитину з особливими освітніми потребами. Народження дитини з особливими потребами змінює функціонування сім'ї, особисті якості батьків, їх світогляд, їх цінності та систему взаємин. Можливість реальної соціалізації такої дитини обумовлена особистісними особливостями батьків, їх стресостійкістю, характером сімейного оточення і ставленням родичів. Сім'я з дитиною з особливими потребами – це сім'я з особливим статусом, проблеми якої визначаються не тільки особливостями всіх її членів і характером взаємин між ними, а й ізоляцією сім'ї від зовнішнього світу, недоліком спілкування. Встановлення інвалідності дитини є для її батьків надзвичайно сильним і значущим психотравмуючим фактором. Сім'я, яка має дитину з особливими потребами – це сім'я, де відбувається дезінтеграція сімейних відносин. Хвороба дитини найчастіше змінює весь звичний уклад життя в такій родині. Виникати нерівні, конфліктні відносини між подружжям та іншими членами сім'ї. Також, поява в сім'ї дитини з ООП може викликати прагнення батьків до ізоляції від суспільства. Батькам важко визначити свою роль у нових

складних умовах, вони не завжди вміють створити умови, які дозволять дитині нормально розвиватися, навчатися і самореалізовуватися.

3. Визначені основні підходи до психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. Зважаючи на наявність широкого кола проблем, з якими стикаються батьки, що мають дитину з ООП, багато з них не мають внутрішнього ресурсу для того, щоб самотійно змінити ситуацію. Батькам, не включеним в корекційний і реабілітаційний процеси, складно змінити сформовані стереотипи своєї взаємодії з дитиною, що гальмує сам процес корекції та реабілітації. У той же час при наданні своєчасної психологічної допомоги підвищуються шанси успішної адаптації дітей з ООП та їх сімей до суспільного життя, а також відбувається зміцнення морального і психологічного клімату в таких сім'ях. У зв'язку з цим необхідно розвивати співпрацю фахівців з батьками, активізувати форми роботи по взаємодії з сім'єю, удосконалювати систему комплексного психологічного супроводу.

4. Проведено експериментальне дослідження психологічних особливостей батьків дітей з особливими освітніми потребами. Описаний процес організації та проведення емпіричного дослідження психологічних особливостей батьків дітей з особливими освітніми потребами. Базою дослідження виступає Комунальна установа «Інклюзивно-ресурсний центр» Визирської сільської ради. У дослідженні взяли участь 45 батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. Дослідження проводилося в три етапи: пошуково-підготовчий (розробка принципових питань організації та змісту дослідження, аналіз наукової літератури з досліджуваної проблеми); дослідно-експериментальний (розробка і впровадження програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами); узагальнюючий (обробка результатів проведеного експериментального дослідження та визначення ефективності розробленої програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами).

Охарактеризовані методи емпіричного дослідження особливостей батьків, які виховують дитину з ООП. У дослідженні використаний діагностичний інструментарій, який відповідає вимогам простоти і зручності в застосуванні, а також передбачає кількісний і якісний аналіз отриманої інформації: опитувальник тривоги Спілбергера-Ханіна (STAI), шкала вимірювання феноменологічної структури переживань стресу PSM25 Лемура-Тесьє-Філліона (Lemur-Tessier-Fillion), методика вивчення батьківських установок (PARI) Шефера і Белла, авторська анкета на вивчення реабілітаційного потенціалу батьків, які виховують дитину з особливими освітніми потребами.

Здійснено аналіз результатів емпіричного дослідження. Проведене емпіричне дослідження психологічних особливостей батьків дітей з особливими освітніми потребами показало, що батьки, які виховують дітей з ООП, часто знаходяться в стані тривожності, характеризуються високим рівнем стресу, низьким рівнем реабілітаційного потенціалу, а також бояться негативної реакції оточуючих на поведінку їх дитини. Серед батьківських установок по відношенню до дитини з ООП переважають стратегії гіперопіки, контролю та фіксації на дитині. Щоб уникати подібних станів і допомагати своїй дитині, батькам потрібно обов'язково пройти програму з психологічного супроводу.

5. Здійснено експериментальну апробацію програми психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами. Проведено теоретичне обґрунтування розробки програми психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. Визначені мета та завдання організації психологічного супроводу батьків, які виховують дитину з ООП, а також методологічні підходи до розробки програм психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами: гуманістичні ідеї виховання і освіти, положення теорії компенсації психічних функцій на основі спільної діяльності, психолого-педагогічні аспекти роботи з сім'ями, в яких виховується дитина з ООП,

результати досліджень дитячо-батьківських відносин, концептуальні засади проведення психологічних тренінгів, а також базові положення когнітивно-поведінкової психотерапії

Запропоновано програму і технології психологічного супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами. Для оптимізації психологічної реабілітації батьків дітей з ООП була запропонована програма з психологічного супроводу таких суб'єктів «Сила всередині мене!», метою якої стало підвищення життєвої задоволеності батьків, зниження рівня тривоги та рівня стресу, формування адекватного сприйняття батьками своєї дитини, корекція неадекватного батьківського ставлення. Програмою передбачено 11 групових занять по 60-90 хв з батьками протягом 3-4 місяців з періодичністю один раз в тиждень. Заняття були розподілені на чотири блоки, кожен з яких мав свої цілі та завдання. Метою орієнтовного блоку було знайомство членів групи, їх об'єднання і розширення можливостей розуміння своєї дитини; корекційний блок включав вправи, спрямовані на розвиток внутрішніх психологічних ресурсів, впевненості, комунікативних навичок, підвищення рівня самоконтролю і стресостійкості, зниження тривожності, вироблення стратегії конструктивного вирішення конфліктних відносин; у процесі проведення занять, передбачених у навчальному блоці, відбувалося навчання батьків прийомам рефлексії своїх емоційних взаємин з дитиною, актуалізацію потреби в емоційній близькості до дитини; розвиваючий блок був спрямований на вироблення нових навичок емоційної взаємодії з дитиною і гармонізації емоційних відносин батьків з дітьми, підвищення компетенції батьків в питаннях розвитку дітей з ООП в домашніх умовах.

Проведено аналіз результатів експериментальної роботи, який показав, що проведена робота дала ефективні результати, у випробовуваних покращилися показники практично за всіма проведеними тестами. Зокрема, помітно знизилися показники, які характеризують рівень особистісної та реактивної тривожності, стресу, батьки дітей з ООП стали більше прислухатися до своїх думок і почуттів. У багатьох випробовуваних

підвищилися внутрішньоособистісні психологічні характеристики, значно зменшилися психосоматичні прояви. Також у результаті реалізації програми психологічного супроводу відбулися позитивні зміни батьківських установок щодо дитини з ООП, було сформовано адекватні моделі поведінки в сім'ї, позитивне мислення, що допоможе батькам долати проблемні ситуації, а також надає позитивний імпульс подальшому зростанню в їх особистісному розвитку в позиції батьків.

Отримані дані вказують на те, що проведена робота з психологічного супроводу батьків дітей з ООП є ефективною, а психологічна підтримка батьків є важливою ланкою в системі психологічної допомоги дітям з ООП.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бужинська С. М., Тома А. С. Психологічний супровід батьків, що виховують дітей з особливими освітніми потребами. Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку : матеріали XII Міжнародної науково-практичної конференції, м. Київ, 2021. С.120-124.
2. Беляєва С. С., Івашина Л. Л., Корнілова Н. В. Тренінги як інноваційний метод здобуття комунікативних компетенцій. Молодий вчений. 2020. №1 (77). С.235-241.
3. Білан В. Прикладні аспекти психологічної підтримки батьків дітей з особливими освітніми потребами. Вісник Науково-дослідної лабораторії інклюзивної педагогіки. Спеціальна та інклюзивна освіта: теорія, методика, практика : матеріали 7-ої Всеукр. наук.-практ. конф. (25 березня 2021 р.) / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини ; [головред. Малишевська І. І.[та ін.]. Умань: Візаві, 2021. С.36-38.
4. Білан В., Лемещук М. Форми психолого-педагогічної підтримки батьків дітей з особливими освітніми потребами. Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету. 2020. №2. С.13-25.
5. Боярчук А. Сучасні погляди на проблему психологічного супроводу. Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови. 2024. №24. С.33-48.
6. Бужинська С. М., Тома А. С. Психологічний супровід батьків, що виховують дітей з особливими освітніми потребами. Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку : матеріали XII Міжнародної науково-практичної конференції, м. Київ, 2021. С.120-124.
7. Булгакова О. Ю., Азаркіна О. В. Теоретичні основи вивчення дитячо-батьківських стосунків у психологічних дослідженнях. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2020. №. 3. Том 31(70). С.100-104
8. Варіна Г. Б., Ковальова О. В. Сімейно-центрований підхід в

організації психологічного супроводу родини, яка виховує дитину з особливими освітніми потребами. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права. 2022. №5. С.45-52.

9. Варіна Г. Б., Прокоф'єва О. О. Генезис психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з інвалідизацією, в сучасних трансформаційних умовах. The School of Economics and Management in Public Administration in Bratislava : Conference Proceedings of the International Scientific Online Conference Topical Issues of Society Development in the Turbulence Conditions. Bratislava, Slovak Republic, 2020. С.320-328

10. Василенко О., Безручук Ю. Особливості соціально-психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. Науковий журнал «Психологічні травелогі». 2023. № 2. С.23-31

11. Гавриловська К. Психологічний супровід у складних життєвих обставинах. Актуальні проблеми психічного здоров'я : Збірник наукових праць [за матеріалами Всеукраїнської студентської інтернет-конференції (25 травня 2023 р.)] / Ред. колегія: К. Гавриловська, Ю. Дем'янчук, І. Загурська, Н. Портницька, І. Тичина / Житомирський державний університет імені Івана Франка. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С.229-232.

12. Галич Я. Когнітивно-поведінкова психотерапія як напрям у корекції поведінкових девіацій. Юридична психологія. 2023. №33.2. С.62-70.

13. Галян О. І., Борисенко З. Т. Психологічні аспекти супроводу батьків дітей з особливими освітніми потребами. Теорія і практика сучасної психології. 2019. №2. С.44-49.

14. Гринців М., Думич О. Робота соціального педагога із сім'єю, яка виховує дитину з особливими освітніми потребами. Теорія і практика роботи фахівців соціальної сфери та інклюзивної освіти в умовах суспільних викликів : збірник матеріалів регіональної науково-практичної

конференції, присвяченої пам'яті багаторічного організатора навчально-наукових тренінгів, спеціаліста реабілітаційного центру Zevenbergen Франка Ван ден Ейндена (Дрогобич, 20-21 квітня 2023 р.) / за заг. ред. Т.О. Логвиненко. Дрогобич, 2023. С.33-37.

15. Грицюк І. М., Магдисюк Л. І. Психологічний супровід та консультування сім'ї, яка виховує дитину з порушеннями розвитку (системний підхід). Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина». 2022. № 2(7). С. 832- 840.

16. Данилевич Л., Луговська Л. Психологічні аспекти супроводу сім'ї з дитиною з ООП. Психологічна допомога особистості у воєнний період : матеріали VII Всеукр. психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», м. Умань, 18 квіт. 2024 р. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, Ф-т соц. та психологічної освіти та [ін.] ; [редкол.: С. Ю. Діхтяренко, Л. А. Данилевич, А. В. Шулдик, О. О. Андрусик]. Умань, 2024. С.124-127.

17. Дикун І. Досвід психологічного супроводу навчальної діяльності дітей з особливими освітніми потребами. Період трансформаційних процесів в світовій науці: задачі та виклики : матеріали II Міжнародної наукової конференції, м. Кривий Ріг, 19 січня, 2024 р. / Міжнародний центр наукових досліджень. Вінниця: ТОВ «УКРЛОГОС Груп, 2024. С.453-455.

18. Дідик Н. М. Психологічна робота з сім'єю, яка виховує дитину з особливими освітніми потребами. Вісник педагогіки і психології. К. : ІСПП НАПН України, 2021. Вип. 27. С. 44-47.

19. Дудник О. А. Порушення в системі дитячо-батьківських відносин як фактор формування безпорадності в дітей. Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. №1. С.60-67.

20. Дьоміна Г. А. Сприяння психосоціальному розвитку дітей з особливими потребами через освіту. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2024. №1. С.45-51.

21. Жилияк Н., Ставчанська Х. Аналіз зарубіжного досвіду соціально-

психологічної роботи з сім'ями, які виховують дітей з ООП. Інновації партнерської взаємодії освіти, економіки та соціального захисту в умовах інклюзії та прагматичної реабілітації соціуму : матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції. м. Кам'янець-Подільський: Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут», 2023. С.184-186.

22. Жияк Н., Ставчанська Х. Аналіз зарубіжного досвіду соціально-психологічної роботи з сім'ями, які виховують дітей з ООП. Інновації партнерської взаємодії освіти, економіки та соціального захисту в умовах інклюзії та прагматичної реабілітації соціуму : матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції. м. Кам'янець-Подільський: Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут», 2023. С.184-186.

23. Зобенько Н. А. Психологічний супровід дитини з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного навчання. Інновації в початковій освіті: проблеми, перспективи, відповіді на виклики сьогодення : Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції 15-16 червня 2023 року, 2023. С.182-183.

24. Ілляшенко Т. Д. Проблеми впровадження інклюзивного навчання і психолого-педагогічний супровід дітей із затримкою психічного розвитку. Український вимір : Міжнародний збірник освітніх, наукових, методичних статей і матеріалів з України та діаспори. 2021. С. 179-184.

25. Карсканова С.В., Сачук Я. В. Зміст та особливості дистанційного психологічного супроводу сімей, що виховують дитину з особливими освітніми потребами. Комплексний підхід до модернізації науки: методи, моделі та мультидисциплінарність : матеріали II Міжнародної наукової конференції, м. Луцьк, 3 березня, 2023 р. / Міжнародний центр наукових досліджень. Вінниця: Європейська наукова платформа, 2023. 156-159.

26. Кльоц Л. Психологічний супровід освітнього процесу інклюзивної освіти в умовах Нової української школи. URL:

http://dpsz2019.blogspot.com/2019/12/blog-post2_53.html

27. Ковбасюк Т., Яценюк Л. Соціально-педагогічна підтримка батьків дітей з особливими освітніми потребами в закладах освіти. *New pedagogical thought*. 2020. №103.3. С.85-88.

28. Козубовська І. В., Повідайчик О. С. Короткий тлумачний словник психолого-педагогічних термінів. Ужгород : ДВНЗ «Ужгородський національний університет, 2021. 480 с.

29. Колбасова Х. Психологічний супровід навчання дітей з ООП за умов воєнного часу: на допомогу батькам та освітянам. *Наукові інновації та передові технології*. 2022. №7(9). С.46-58

30. Колупаєва А. А. Навчання дітей з особливими освітніми потребами в інклюзивному середовищі: Харків : Вид-во «Ранок». 2019. 304 с.

31. Кононенко О. І., Прохоренко Л. І., Соколова Г. Б. Психологічний супровід родин, які виховують дітей з особливими потребами: контент-аналіз проблеми. Концептуалізація системи сімейно-орієнтованого психолого-педагогічного супроводу родини, яка виховує дитину з особливими потребами. Мелітополь: Люкс, 2019. С.10-22.

32. Кротенко В. І. Взаємодія з батьками як компонент ефективного психологічного супроводу інклюзивної освіти. *General regularities and models of science development : Proceedings of the II International Scientific and Practical Conference, January 09-10, 2023, Zagreb, Croatia by the «InterSci» 2023*. Р.107-111.

33. Кузьо О. Основи психологічної практики : Навчальний посібник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 124 с.

34. Кушнір Ю. В., Оверчук В. А., Шпортун О. М. Вікова та спеціальна психологія: навчальний посібник. Вінниця : Центр оперативного друку «Документ принт», 2020. 384 с.

35. Лук'янченко К. Роль сім'ї в процесі виховання та навчання дитини з особливими освітніми потребами. *Історичний досвід і сучасність* :

Матеріали XXVI наукової конференції здобувачів вищої освіти / відп. ред. В. М. Букач. Одеса : ПНПУ ім. К. Д. Ушинського. 2020. Вип. 39. С. 21-27.

36. Мітіна С. В. Психолого-педагогічний супровід дітей з розладами спектра аутизму в освітньому просторі. Актуальні питання розвитку особистості: сучасність, інновації, перспективи : Збірник наукових праць за матеріалами II Міжнародної науковопрактичної конференції (м. Житомир, 4 квітня 2024 року) / Ред. колегія: Л. Котлова, Л. Бутузова, С. Максимець / М-во освіти і науки України, Житомирський державний університет імені Івана Франка, соціально-психологічний факультет. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2024. С.241-245.

37. Момот М. Концептуальні засади проведення психокорекційних груп: систематизація досліджень. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2022. № 2(4). С.75-84

38. Мушкевич М. І. Психологічний супровід сімей, що мають проблемних дітей: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2019. 456 с.

39. Найкращі практики роботи з підлітками: метод. посіб. / І. О. Нерубаєва, А. П. Павловський, А. В. Шебардіна. Київ, 2020. 180 с.

40. Панок В. Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультування : навч. посібник / за заг. ред. В. Г. Панка, І. М. Зварича. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.

41. Панок В. Г., Чаплак Я. В., Андрєєва Я. Ф. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультування : навч. посібник / за заг. ред. В. Г. Панка, І. М. Зварича. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.

42. Подкоритова Л. О. Використання засобів арт-терапії у психологічній роботі з батьками дітей з особливими потребами. Нова педагогічна думка. 2020. №3(103). С.85-88

43. Подкоритова Л. О. Зміст психологічної роботи з батьками дітей з особливими освітніми потребами. Теорія і практика сучасної психології. 2020. №1. Т.2. С.125-129.

44. Пономарьова В., Захарченко В. Психологія дослідження дитячо-батьківських відносин. Problems and tasks of modernity and approaches to their solution. 2021. №8. С.233-236.

45. Правосудько Д. Р. Сім'я в сучасному суспільстві. Український соціум: соціально-політичний аналіз сучасності та прогноз майбутнього : зб. матеріалів XXIV Всеукр. наук. конф. викладачів, молодих науковців і студентів (м. Харків, 25 листоп. 2022 р.) / М-во освіти і науки України ; Нац. юрид. ун-т ім. Ярослава Мудрого ; Харків. асоц. політологів. – Харків : Право, 2022. С.155-156.

46. Прокопчук С. М. Школа життєвої компетентності» для батьків дітей з особливими потребами. URL: http://navigator.rv.ua/index.php?option=com_content&task (дата звернення: 15.08.2024).

47. Прохоренко Л. І. Психологічний супровід дітей з особливими потребами та їхніх родин в умовах кризових викликів. Вісник Національної академії педагогічних наук України. 2021. №3.1. С.1-6.

48. Прохоренко Л. І., Бабяк О. О., Баташева Н. І. Психологічний супровід дітей з особливими освітніми потребами: стратегія реалізації. Вісник Національної академії педагогічних наук України. 2020. Т.2. №.1. С.1-6.

49. Прохоренко Л. І., Процюк Р. Г. Актуальні проблеми психологічного супроводу дітей з особливими потребами та їхніх родин в умовах соціальної ізоляції. Діти з особливими потребами: від рівних прав – до рівних можливостей : матеріали VII Міжнародного конгресу зі спеціальної педагогіки та психології (7-8.10.2021 року, м. Київ). Симоненко О. І., м. Київ, 2021. С.154-158.

50. Реброва О. О. Методи діагностики дитячо-батьківських стосунків та психологічного мікроклімату родини, що виховують дитину з ООП. Publishing House Baltija Publishing. 2021. С.47-50

51. Реброва О. О. Психологічний супровід батьків дітей раннього віку з особливими освітніми потребами : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.08.

Київ, 2023. 210 с.

52. Статистичний аналіз ЮНІСЕФ. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/pressreleases/copy-nearly-240-million-children-disabilities-around-world-unicefs-most>. (дата звернення 5.05.2024)

53. Стельмах О. В. Особливості психологічного супроводу населення в умовах воєнного стану. Наукові записки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. Педагогіка і психологія. 2023. №2. С.30-34.

54. Стьопкіна А., Трубник І. Теоретичні засади соціального супроводу прийомних сімей та дитячих будинків сімейного типу. Духовність особистості: методологія, теорія і практика. 2023. №1.2(106). С.205-213

55. Сурякова М. В., Панфілова Г. Б., Склянська О. В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник: Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.

56. Тодорова І. Концептуальні засади психоедукації як методу психологічної допомоги. Наукові інновації та передові технології. 2024. №7(35). С.1103-1116

57. У Держстаті розповіли, скільки в Україні людей з інвалідністю. URL:<https://www.radiosvoboda.org/a/news-ukraine-invalidnist-statystyka/31324501.html>. (дата звернення 5.05.2024)

58. Українцева Я. Психологічна підтримка батьків дітей з ООП. Моделі життєтворчості у сучасних соціокультурних контекстах : матеріали доп. наук.-практ. on-line конф. для студ., аспірантів, викл., учителів шк., вихователів ЗДО, Харків, 10 листоп. 2023 р. / Харків нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; [редкол.: І. Дорожко, О. Малихіна, К. Бєляєва]. Харків, 2023. С. 85.

59. Чепіль М. Сім'я як соціальний інститут виховання дітей. Людинознавчі студії. Серія «Педагогіка». 2023. №48. С.218-223.

60. Шевчук В. В. Особливості дитячо-батьківських стосунків у родинях, які виховують дітей із комплексними порушеннями

розвитку. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2021. №1. С.139-145.

61. Шевчук В. В. Особливості програми психологічного супроводу дитячо-батьківських стосунків у сім'ях, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку. Габітус. 2023. Вип.53. С.146-151.

62. Шевчук В. В., Іщенко В. І. Специфіка психологічного супроводу батьків дітей дошкільного віку з вадами розвитку. Комплексний підхід до модернізації науки: методи, моделі та мультидисциплінарність : Матеріали ііі міжнародної наукової конференції 18 серпня 2023 рік, м. Житомир, Україна. 2023. С.251-253

63. Шевчук В., Клевака Л., Хоменко Є. Теоретичні засади дослідження психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку. Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія. 2023. №3(59). С.39-44.

64. Шістка О. С. Психологічні особливості сприйняття дітей з ООП їх батьками. Професійний розвиток та становлення особистості сучасного фахівця в умовах освітнього простору : Матеріали XI-ї Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції (Хмельницький, 25-26 листопада 2021 р.) / За ред. проф. О. М. Гомонюк / М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т, каф. психол. та педагог. Хмельницький : Каф. психол. та педагог., 2021. С.45-47.

65. Шульженко Д. І. Особливості психологічної роботи з емоційними станами батьків дітей з психофізичними порушеннями раннього віку. Психологічний часопис. 2019. №5. С.173-180.

66. Andreyko B., Subashkevych I. Psychological analysis of sociogram and biographical method for investigating parents of children with special educational needs. Journal of Education Culture and Society. 2020. №11.2. P.114-120.

67. Bujnowska A. Coping with stress in parents of children with developmental disabilities. International Journal of Clinical and Health

Psychology. 2021. №21.3. P.100-112

68. Byhar H., Pits I., Prokop I., Tymchuk L. Theoretical bases of pedagogical partnership as one of the factors of the effective interaction of participants in the educational process. Professional Education : Methodology, Theory and Technologies. 2021. №13. P.9-18.

69. Byrne G, Gary A. A systematic review of the use of acceptance and commitment therapy in supporting parents. Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice. 2021. №94. P.378-407.

70. Caldarera, A. M., Davidson, S., Vitiello, B., A psychological support group for parents in the care of families with gender diverse children and adolescents. Clinical Child Psychology and Psychiatry. 2021. №26(1). P.64-78.

71. Dor A. The Individualized Education Program: Do teachers and parents collaborate? Educational Practice and Theory. 2022. №44(2). P.45-54.

72. Dubrovina N., Serova N. Technology of the psychological and pedagogical support of families with preschool children with cerebral palsy. Revista de psicología del deporte. 2020. №29.2. P.207-212.

73. Enea, V., Rusu D. M. Raising a child with autism spectrum disorder: A systematic review of the literature investigating parenting stress. Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities. 2020. №13.4. P.283-321.

74. Havrylkevych V., Podkorytova L. Psychological Correction of Parents' Attitude to Their Children with Special Educational Needs by Means of Art Therapy. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2021. №12.1. P.156-171.

75. Issabayeva Z. Psychological and Pedagogical Support for Parents of Children with Special Educational Needs. Continuity in Education. 2024. №5.1. P.67-75.

76. Ray Julie A., Pewitt-Kinder Julia, George Suzanne Partnering with Families of Children with Special Needs. Young Children. 2019. №64. P.16-22

77. Solomon M., Pistrang N., Barker C The benefits of mutual support groups for parents of children with disabilities. American Journal of Community

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник тривоги Спілбергера-Ханіна (STAI)

Опитувальник Ч. Спілбергера складається з 40 питань-суджень, з котрих 1-20 призначені для оцінки реактивної тривожності (шкала «Як ви себе відчуваєте в даний момент?») та 21-40 – для визначення особистісної тривожності (шкала «Як Ви себе відчуваєте звичайно?»). На кожне запитання можливі 4 відповіді за ступенем інтенсивності (зовсім ні, мабуть так, вірно, цілком вірно) – для шкали реактивної тривожності, та 4 відповіді за частотою (майже ніколи, іноді, часто, майже завжди) – для шкали особистісної тривожності.

Шкала самооцінки ситуативної тривожності

Інструкція. Прочитайте уважно кожне з приведених запитань і закресліть ту цифру справа, в залежності від того як Ви себе відчуваєте в даний момент. Над запитанням довго не задумуйтесь, оскільки правильних або неправильних відповідей немає.

	Ні, не зовсім так	Мабуть так	Вірно	Цілком вірно
	1	2	3	4

1. Я спокійний.
2. Мені нічого не загрожує.
3. Я напружений.
4. Я відчуваю співчуття.
5. Я відчуваю себе вільно.
6. Я прикро вражений.
7. Мене хвилюють можливі негаразди.
8. Я відчуваю себе відпочившим.
9. Я насторожений.
10. Я відчуваю внутрішнє задоволення.
11. Я впевнений у собі.
12. Я нервую.
13. Я не знаходжу собі місця.
14. Я напружений (накручений в собі).
15. Я не відчуваю напруги і скованості.
16. Я задоволений.
17. Я заклопотаний.
18. Я занадто збуджений і мені ніяково.
19. Мені радісно.
20. Мені приємно.

Шкала самооцінки особистісної тривожності

Інструкція. Прочитайте уважно кожне з приведених питань і закресліть ту цифру справа в залежності від того, як Ви себе відчуваєте звичайно. Над запитаннями довго не задумуйтесь, оскільки правильних або неправильних відповідей немає.

	Майже ніколи	Інколи	Часто	Майже завжди
	1	2	3	4

21. Я відчуваю задоволення.
22. Я швидко втомлююсь.
23. Я легко можу заплакати.
24. Я хотів би бути таким же щасливим, як і інші.
25. Буває, що я програю через те, що недостатньо швидко приймаю рішення.
26. Я почуваю себе бадьорим.
27. Я спокійний, холоднокровний і зібраний.
28. Очікувані труднощі дуже непокоять мене.
29. Я занадто переживаю через дрібниці.
30. Я буваю повністю щасливий.
31. Я приймаю все занадто близько до серця.
32. Мені не дістає впевненості у собі.
33. Я почуваю себе в безпеці.
34. Я стараюсь обходити критичні ситуації і труднощі.
35. У мене буває хандра.
36. Я задоволений.
37. Всякі дрібниці відволікають та хвилюють мене.
38. Я так сильно переживаю свої розчарування, що потім довго не можу про них забути.
39. Я врівноважена людина.
40. Мене охоплює сильне занепокоєння, коли я думаю про свої справи та турботи.

Оцінка результатів. Одні питання-судження в опитувальнику Ч. Спілбергера сформульовані так, що відповідь (1) означає відсутність чи легку ступінь тривожності. Це в шкалі реактивної тривожності так звані прямі запитання: № 3, 4, 6, 77, 9, 12, 13, 14, 17, 19, а в шкалі особистісної тривожності – № 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40. В інших, так званих зворотних запитаннях відповідь (1) означає високий ступінь тривожності, а відповідь (4) – низьку тривожність: № 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20 – в шкалі реактивної тривожності; № 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39 – в шкалі особистісної тривожності.

Обробка проводиться у такий спосіб. Спочатку окремо складаються результати за зворотними та прямими запитаннями, потім із сум прямих віднімається сума зворотних запитань і до одержаного числа додається постійне число 50 для шкали реактивної тривожності та 35 – для шкали особистісної тривожності.

Показник результату за кожною шкалою може знаходитись в діапазоні від 20 до 80 балів. Чим він більший, тим вищий рівень тривожності (реактивної або особистісної). Оцінка рівнів реактивної та особистісної тривожності за результатами показників здійснюється в таких межах: до 30 балів – низький рівень тривожності, від 31-45 балів – середній, більше 45 балів – високий рівень тривожності.

Додаток Б

Шкала психологічного стресу шкали PSM25 Лемура-Тесьє-Філліона

Інструкція: вашій увазі пропонується ряд тверджень, що характеризують психофізіологічні особливості переживання людиною стресу. Оцініть ваш стан за останній тиждень за допомогою 8-бальної шкали.

Цифри від 1 до 8 означають частоту переживань: 1 – ніколи, 2 – вкрай рідко, 3 – рідко, 4 – нечасто, 5 – іноді, 6 – часто, 7 – дуже часто, 8 – постійно.

Здійсніть опрацювання результатів та визначте властивий вам рівень психологічного стресу.

№	Твердження	Відповідь
1	Стан напруженості та крайньої схвильованості	1 2 3 4 5 6 7 8
2	Відчуття у горлі та / або сухості у роті	1 2 3 4 5 6 7 8
3	Я перевантажений роботою. Мені зовсім не вистачає часу	1 2 3 4 5 6 7 8
4	Я поспіхом ковтаю їжу та / або забуваю поїсти	1 2 3 4 5 6 7 8
5	Після роботи я ніяк не можу відключитись від думок про незавершені справи, проблеми, питання; я «застрягаю» на переживанні робочих ситуацій та нерозв'язаних питань, обмірковую свої ідеї знову і знову	1 2 3 4 5 6 7 8
6	Я почуваюсь самотнім та нікому не зрозумілим	1 2 3 4 5 6 7 8
7	Я страждаю від головного болю; напруженості та дискомфорту у шийному відділі; болях у спині; спазмах у шлунку	1 2 3 4 5 6 7 8
8	Я поглинутий невеселими думками та змучений тривожним станом	1 2 3 4 5 6 7 8
9	Мене раптово кидає то у жар, то у холод	1 2 3 4 5 6 7 8
10	Я забуваю про зустрічі або справи, які мав зробити або розв'язати	1 2 3 4 5 6 7 8
11	У мене часто псується настрій, я легко можу заплакати від образи або виявити агресію	1 2 3 4 5 6 7 8
12	Я почуваюсь втомленою людиною	1 2 3 4 5 6 7 8
13	У складних ситуаціях я міцно стискаю зуби або кулаки	1 2 3 4 5 6 7 8
14	Мене неможна назвати спокійною та безтурботною людиною	1 2 3 4 5 6 7 8
15	Мені важко дихати або у мене раптово перехоплює дихання	1 2 3 4 5 6 7 8
16	У мене є проблеми з травленням або кишківником	1 2 3 4 5 6 7 8
17	Я схвильований, стурбований, збуджений	1 2 3 4 5 6 7 8

18	Я легко лякаюсь, шум або шурхіт змушують мене здригатись	1 2 3 4 5 6 7 8
19	Мені необхідно більше, ніж півгодини для того, щоб заснути	1 2 3 4 5 6 7 8
20	Я збитий з пантелику, мої думки заплутані, мені не вистачає зосередженості, і я не можу сконцентрувати увагу	1 2 3 4 5 6 7 8
21	У мене втомлений вигляд	1 2 3 4 5 6 7 8
22	Я відчуваю важкість на своїх плечах	1 2 3 4 5 6 7 8
23	Я стривожений, відчуваю потребу постійно рухатись	1 2 3 4 5 6 7 8
24	Мені важко контролювати свої вчинки, емоції, настрій, жести	1 2 3 4 5 6 7 8
25	Я відчуваю напруженість	1 2 3 4 5 6 7 8

Опрацювання результатів: підрахувати загальну суму балів та визначити рівень стресу.

155 балів та вище – високий рівень стресу (стан дезадаптованості необхідно змінювати стиль життя).

154-100 балів – середній рівень стресу (стан психологічної адаптованості до робочих навантажень).

до 100 балів – низький рівень стресу, що не обумовлює стан адаптованості.

Додаток В

Методика вивчення батьківських установок (англ. Parental Attitude Research Instrument, PARI) Шефера і Белла

У методиці виділені 23 аспекти-ознаки, які стосуються різних сторін ставлення батьків до дитини і життя в сім'ї. З них – 8 ознак описують ставлення до сімейної ролі і 15 – стосуються батьківсько-дитячих відносин. Ці 15 ознак діляться на три групи, I – оптимальний емоційний контакт, II – зайва емоційна дистанція з дитиною, III – зайва концентрація на дитині.

Шкали ці виглядають наступним чином

Ставлення до сімейної ролі

- Обмеженість інтересів жінки рамками сім'ї, турботами виключно про сім'ю (3);
- Відчуття самопожертви в ролі матері (5);
- Сімейні конфлікти (7);
- Авторитет батьків (11);
- Незадоволеність роллю господині будинку (13);
- «Байдужість» чоловіка, його невключеність у справи сім'ї (17);
- Домінування матері (19);
- Залежність і несаможиттєвість матері (23).

Ставлення батьків до дитини

I. Оптимальний емоційний контакт (складається з 4 ознак, їх номери в опитувальному листі 1, 14, 15, 21):

- Спонування словесних проявів, вербалізацій (1);
- Партнерські відносини (14);
- Розвиток активності дитини (15);
- Рівні відносини між батьками і дитиною (21).

II. Зайва емоційна дистанція з дитиною (складається з 3 ознак, їх номери в опитувальному листі 8, 9, 16):

- Драгівливість, запальність (8);
- Суворість, надмірна суворість (9);
- Ухилення від контакту з дитиною (16).

III. Надмірна концентрація на дитині (описується 8 ознаками, їх номери в опитувальному листі 2, 4, 6, 10, 12, 18, 20, 22):

- Надмірна турбота, встановлення відносин залежності (2);
- Подолання опору, придушення волі (4);
- Створення безпеки, побоювання образити (6);
- Виключення позасімейних впливів (10);
- Придушення агресивності (12);
- Придушення сексуальності (18);
- Надмірне втручання у світ дитини (20);
- Прагнення прискорити розвиток дитини (22).

Кожна ознака вимірюється за допомогою 5 суджень, вся методика складається з

115 суджень. Судження розташовані в певній послідовності, і відповідаючий повинен висловити до них ставлення у вигляді активної або часткової згоди або незгоди. Схема перерахунку відповідей у бали міститься в «ключі» методики. Сума цифрової значущості визначає вираженість ознаки. Таким чином, максимальна вираженість ознаки 20, мінімальна 5; 18, 19, 20 – високі оцінки, відповідно – 8, 7, 6, 5 – низькі.

Опитувальник і лист відповідей додаються.

Має сенс в першу чергу аналізувати саме високі і низькі оцінки.

Інструкція.

Перед Вами питання, які допоможуть з'ясувати, що батьки думають про виховання дітей. Тут немає відповідей правильних і неправильних, оскільки кожен правий по відношенню до власних поглядів. Намагайтеся відповідати точно і правдиво.

Деякі питання можуть здатися Вам однаковими. Однак це не так. Є запитання подібні, але не однакові. Зроблено це для того, щоб вловити можливі, навіть невеликі відмінності в поглядах на виховання дітей.

На заповнення анкети буде потрібно приблизно 20 хв. Не обмірковуйте відповідь довго, відповідайте швидко, намагайтеся дати першу відповідь, яка спаде Вам на думку.

Поруч з кожним твердженням знаходяться літери «А а б Б», їх потрібно вибрати залежно від свого переконання у правильності даного положення: А – якщо з даним положенням згодні повністю; а – якщо з даним положенням скоріше згодні, ніж не згодні; б – якщо з даним положенням скоріше не згодні, ніж згодні; Б – якщо з даним положенням повністю не згодні.

Текст опитувальника:

1. Якщо діти вважають свої погляди правильними, вони можуть не погоджуватися з поглядами батьків.
2. Хороша мати повинна оберігати своїх дітей навіть від маленьких труднощів і образ.
3. Для хорошої матері дім і сім'я – найважливіше в житті.
4. Деякі діти настільки погані, що заради їхнього ж блага потрібно навчити їх боятися дорослих.
5. Діти повинні розуміти, що батьки роблять для них дуже багато.
6. Маленьку дитину завжди слід міцно тримати під час миття, щоб вона не впала.
7. Люди, які думають, що в хорошій сім'ї не може бути непорозумінь, не знають життя.
8. Дитина, коли подорослішає, буде дякувати батьків за суворе виховання.
9. Перебування з дитиною цілий день може довести до нервового виснаження.
10. Краще, якщо дитина не замислюється над тим, чи правильні погляди її батьків.
11. Батьки повинні виховувати в дітях повну довіру до себе.
12. Дитину слід вчити уникати бійок, незалежно від обставин.
13. Найгірше для матері, що займається господарством, почуття, що їй нелегко звільнитися від своїх обов'язків.
14. Батькам легше пристосуватися до дітей, ніж навпаки.
15. Дитина повинна навчитися в життя багатьом потрібним речам, і тому їй не можна дозволяти втрачати цінний час.
16. Якщо один раз погодитися з тим, що дитина на когось доносить, то вона буде це робити постійно

17. Якби батьки не заважали у вихованні дітей, матері б краще справлялися з дітьми
18. У присутності дитини не треба розмовляти про питання статі.
19. Якби мати не керувала будинком, чоловіком і дітьми, все відбувалося б менш організовано.
20. Мати повинна робити все, щоб знати, про що думають діти.
21. Якби батьки більше цікавилися справами своїх дітей, діти були б краще і щасливіше.
22. Більшість дітей повинні самостійно справлятися з фізіологічними потребами вже з 15 місяців.
23. Найважче для молодої матері – залишатися одній у перші роки виховання дитини
24. Треба сприяти тому, щоб діти висловлювали свою думку про життя в сім'ї, навіть якщо вони вважають, що життя в сім'ї є неправильним.
25. Мати повинна робити все, щоб уберегти свою дитину від розчарувань, які несе життя.
26. Жінки, які ведуть безтурботне життя, не дуже гарні матері.
27. Треба обов'язково викорінювати у дітей прояви народжуваного єхидства.
28. Мати повинна жертвувати своїм щастям заради щастя дитини.
29. Всі молоді матері бояться своєї недосвідченості у поводженні з дитиною.
30. Подружжя повинні час від часу лаятися, щоб довести свої права
31. Суворі дисципліна по відношенню до дитини розвиває в ній сильний характер.
32. Матері часто настільки бувають замучені присутністю своїх дітей, що їм здається, ніби вони не можуть з ними бути ні хвилини більше.
33. Батьки не повинні поставати перед дітьми в поганому світлі.
34. Дитина повинна поважати своїх батьків більше за інших.
35. Дитина повинна завжди звертатися за допомогою до батьків або вчителів замість того щоб вирішувати свої непорозуміння в бійці.
36. Постійне перебування з дітьми переконує мати те, що її виховні можливості менше вмінь і здібностей (могла б, але ...).
37. Батьки своїми вчинками повинні завоювати прихильність дітей.
38. Діти, які не пробують своїх сил в досягненні успіхів, повинні знати, що потім у житті можуть зустрітися з невдачами.
39. Батьки, які розмовляють з дитиною про її проблеми, повинні знати, що краще дитину залишити в спокої і не вникати в її справи.
40. Чоловіки, якщо не хочуть бути егоїстами, повинні брати участь у сімейному житті.
41. Не можна допускати, щоб дівчатка і хлопчики бачили один одного голими.
42. Якщо дружина достатньо підготовлена до самостійного вирішення проблем, то це краще і для дітей і для чоловіка.
43. У дитини не повинно бути таємниць від своїх батьків.
44. Якщо у вас прийнято, що діти розповідають Вам анекдоти, а Ви – їм, то багато питань можна вирішити спокійно і без конфліктів.
45. Якщо рано навчити дитину ходити, це благотворно впливає на її розвиток.

46. Не є нормою, коли мати одна долає всі труднощі, пов'язані з доглядом за дитиною та її вихованням.
47. У дитини повинні бути свої погляди і можливість їх вільно висловлювати.
48. Треба берегти дитину від важкої роботи.
49. Жінка повинна вибирати між домашнім господарством і розвагами.
50. Розумний батько повинен навчити дитину поважати начальство.
51. Дуже мало жінок отримують подяку дітей за працю, витрачену на їхнє виховання.
52. Якщо дитина потрапила в біду, в будь-якому випадку мати завжди відчуває себе винною.
53. У молодого подружжя, незважаючи на силу почуттів, завжди є розбіжності, які викликають роздратування.
54. Діти, яким вселили повагу до норм поведінки, стають хорошими, стійкими й шановними людьми.
55. Рідко буває, щоб мати, яка цілий день займається з дитиною, зуміла бути ласкавою і спокійною.
56. Діти не повинні поза домом вчитися тому, що суперечить поглядам їхніх батьків.
57. Діти повинні знати, що немає людей більш мудрих, ніж їхні батьки.
58. Немає виправдання дитині, яка б'є іншу дитину.
59. Молоді матері страждають з приводу свого постійного знаходження вдома більше, ніж з якої-небудь іншої причини.
60. Змушувати дітей відмовлятися і пристосовуватися — поганий метод виховання.
61. Батьки повинні навчити дітей знайти заняття і не втрачати вільного часу.
62. Діти мучать своїх батьків дрібними проблемами, якщо звикнуть до цього з самого початку.
63. Коли мати погано виконує свої обов'язки по відношенню до дітей, це, мабуть, означає, що батько не виконує своїх обов'язків по утриманню родини.
64. Дитячі ігри з сексуальним змістом можуть привести дітей до сексуальних злочинів.
65. Планувати повинна тільки мати, адже тільки вона знає, як треба вести господарство.
66. Уважна мати повинна знати, про що думає її дитина.
67. Батьки, які вислуховують зі схваленням відверті висловлювання дітей про їхні переживання на побаченнях, товариських зустрічах, танцях і т. п., допомагають їм у більш швидкому соціальному розвитку.
68. Чим швидше слабшає зв'язок дітей з родиною, тим швидше діти навчаться вирішувати свої проблеми.
69. Розумна мати робить все можливе, щоб дитина до і після народження знаходилася в хороших умовах.
70. Діти повинні брати участь у вирішенні важливих сімейних питань.
71. Батьки повинні знати, як потрібно поступати, щоб їхні діти не потрапили у важкі ситуації.
72. Занадто багато жінок забувають про те, що їх належним місцем є будинок.

73. Діти потребують материнської турботи, якої їм іноді не вистачає.
74. Діти повинні бути більш дбайливі і вдячні своєї матері за працю, вкладену в них.
75. Більшість матерів побоюються мучити дитину, даючи їй дрібні доручення.
76. У сімейному житті існує багато питань, які не можна вирішити шляхом спокійного обговорення.
77. Більшість дітей повинні виховуватися більш строго, ніж це відбувається насправді.
78. Виховання дітей – це важка нервова робота.
79. Діти не повинні сумніватися в способі мислення їхніх батьків.
80. Більше всіх інших діти повинні поважати батьків.
81. Не треба сприяти тому, щоб діти займалися боксом і боротьбою, адже це може призвести до серйозних порушень тіла та іншим проблемам.
82. Одне з поганих явищ полягає в тому, що у матері, як правило, немає вільного часу длялюблених занять.
83. Батьки повинні вважати дітей рівноправними по відношенню до себе у всіх питаннях життя.
84. Коли дитина робить те, що зобов'язана робити, вона знаходиться на правильному шляху і буде щасливою.
85. Треба залишити дитину, якій сумно, у спокої і не займатися нею.
86. Найбільше бажання будь-якої жінки – бути зрозумілою чоловіком.
87. Одним з найскладніших моментів у вихованні дітей є сексуальні проблеми.
88. Якщо мати керує будинком і піклується про все, вся сім'я відчуває себе добре.
89. У зв'язку з тим, що дитина – частина матері, вона має право знати все про її життя.
90. Діти, яким дозволяється жартувати і сміятися разом з батьками, легше приймають їхні поради.
91. Батьки повинні докласти всіх зусиль, щоб якомога раніше навчити дитину справлятися з фізіологічними потребами.
92. Більшість жінок потребують більшої кількості часу для відпочинку після народження дитини, ніж їм дається насправді.
93. У дитини повинна бути впевненість в тому, що її не покарають, якщо вона довірить батькам свої проблеми.
94. Дитину не потрібно привчати до важкої роботи вдома, щоб вона не втратила охоту до будь-якої роботи
95. Для хорошої матері вистачає спілкування з власною сім'єю.
96. Часом батьки змушені поступати проти волі дитини.
97. Матері жертвують всім заради блага власних дітей.
98. Найголовніша турбота матері – благополуччя і безпека дитини.
99. Природно, що двоє людей з протилежними поглядами в подружжі сваряться.
100. Виховання дітей у строгій дисципліні робить їх більш щасливими.
101. Природно, що мати «божеволіє», якщо у неї діти егоїсти і дуже вимогливі.
102. Дитина ніколи не повинна слухати критичні зауваження про своїх батьків.
103. Перший обов'язок дітей – довіра по відношенню до батьків.
104. Батьки, як правило, прагнуть, щоб їх діти були слухняними.

105. Молода мати відчуває себе нещасною, бо знає, що багато речей, які їй хотілося б мати, для неї недоступні.
106. Немає жодних підстав, щоб у батьків було більше прав і привілеїв, ніж у дітей.
107. Чим раніше дитина зрозуміє, що немає сенсу втрачати час, тим краще для неї.
108. Діти роблять все можливе, щоб зацікавити батьків своїми проблемами.
109. Небагато чоловіків розуміють, що матері їхньої дитини теж потрібна радість у житті.
110. З дитиною щось не в порядку, якщо вона багато розпитує про сексуальні питання
111. Виходячи заміж, жінка повинна розуміти, що буде змушена керувати сімейними справами.
112. Обов'язком матері є знання таємних думок дитини.
113. Якщо включати дитину в домашні роботи, вона стає більш пов'язаною з батьками і легше довіряє їм свої проблеми.
114. Треба якомога раніше припинити годувати дитину грудьми і з пляшечки (привчити дитину «самостійно» харчуватися).
115. Не можна вимагати від матері занадто великого почуття відповідальності по відношенню до дітей.

Опитувальний лист

№	ВІДПОВІДЬ				№	ВІДПОВІДЬ				№	ВІДПОВІДЬ				№	ВІДПОВІДЬ								
	А	а	Б	Б		А	а	Б	Б		А	а	Б	Б		А	а	Б	Б					
1					2 4					4 7					7 0					93				
2					2 5					4 8					7 1					94				
3					2 6					4 9					7 2					95				
4					2 7					5 0					7 3					96				
5					2 8					5 1					7 4					97				
6					2 9					5 2					7 5					98				
7					3 0					5 3					7 6					99				
8					3 1					5 4					7 7					10 0				
9					3 2					5 5					7 8					10 1				
1 0					3 3					5 6					7 9					10 2				
1 1					3 4					5 7					8 0					10 3				
1 2					3 5					5 8					8 1					10 4				
1 3					3 6					5 9					8 2					10 5				

1				3				6				8				10			
4				7				0				3				6			
1				3				6				8				10			
5				8				1				4				7			
1				3				6				8				10			
6				9				2				5				8			
1				4				6				8				10			
7				0				3				6				9			
1				4				6				8				11			
8				1				4				7				0			
1				4				6				8				11			
9				2				5				8				1			
2				4				6				8				11			
0				3				6				9				2			
2				4				6				9				11			
1				4				7				0				3			
2				4				6				9				11			
2				5				8				1				4			
2				4				6				9				11			
3				6				9				2				5			

Ключ: А – 4 бали; а – 3 бали; б – 2 бали; Б – 1 бал.

Ознаки:

1. Вербалізація.
2. Надмірна турбота.
3. Залежність від сім'ї.
4. Придушення волі.
5. Відчуття самопожертви.
6. Побоювання образити.
7. Сімейні конфлікти.
8. Дратівливість.
9. Зайва строгість.
10. Позасімейні впливи.
11. Авторитет батьків.
12. Придушення агресивності.
13. Незадоволеність роллю господині.
14. Партнерські відносини.
15. Розвиток активності дитини.
16. Ухилення від конфлікту.
17. Байдужість чоловіка.
18. Придушення сексуальності.
19. Домінування матері.
20. Надзвичайне втручання у світ дитини.
21. Рівняння відносини.
22. Прагнення прискорити розвиток дитини.
23. Несамостійність матері.

Методика дозволяє оцінити специфіку внутрішньосімейних відносин,

особливості організації сімейного життя.

Батьківсько-дитячі відносини є основним предметом аналізу в методиці. Основний висновок, який можна зробити відразу, – це оцінити батьківсько-дитячий контакт з погляду його оптимальності. Для цього порівнюються середні оцінки за першими трьома групами шкал: – оптимальний емоційний контакт; надмірна емоційна дистанція; надмірна концентрація на дитині.

Спеціальний інтерес представляє аналіз окремих шкал, що часто є ключем до розуміння особливостей невдалих відносин між батьками і дитиною, зони напружень в цих відносинах.

ДОДАТОК Г

**ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДЛЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З
ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ**

«СИЛА ВСЕРЕДИНИ МЕНЕ!»

1. ОРІЄНТОВНИЙ БЛОК

Мета: знайомство членів групи, їх об'єднання і розширення можливостей розуміння своєї дитини.

Заняття № 1. «Знайомство».

Мета заняття: знайомство учасників між собою, формування позитивного настрою на роботу в групах, прийняття правил, створення сприятливого психологічного клімату. Розробка та затвердження правил роботи в групі. Фіксація побажань учасників від групової взаємодії та організованого спілкування. Виявлення загальних проблем і спроба класифікувати їх.

Ритуал привітання. Привітання ведучим і учасниками один одного.

ПРИВІТАННЯ БЕЗ СЛІВ. Учасникам групи пропонується пересуватися по кімнаті протягом 2-3 хвилин і вітати інших учасників. Це повинно бути зроблено без слів: кивком, поклоном, рукостисканням, обіймами тощо. При цьому можна використовувати кожен спосіб тільки один раз (для кожного наступного вітання необхідно придумати новий спосіб).

РОЗБИРАННЯ ІМЕНІ. Учасникам пропонується написати своє ім'я по вертикалі і підібрати слова, які описують їх, починаючи з кожної з букв імені (наприклад, Іван: І – інтелект, В – витривалість, А – активність, Н – наполегливість). На роздуми дається 4-5 хвилин. Потім кожен учасник називає своє ім'я і характеристики, які йому вдалося придумати.

КОМПЛІМЕНТ ПО КОЛУ.

Кожен з учасників отримає листочок, на якому необхідно написати своє ім'я.

Інструкція: Як тільки я включу музику, передавайте ці листочки по колу. На них необхідно написати (подарувати) комплімент власникові листочка. На завершення вправи кожен зачитує всі подаровані йому компліменти. Аналіз: Чи важко було написати (подарувати) комплімент? Що краще дарувати або отримувати? Ваш стан після виконання вправи?

ПОРТФЕЛЬ НАСТРОЮ

Інструкція: у мене в руках малюнок портфеля. Нам необхідно заповнити його вашим настроєм. Я пропоную вибрати той колір, який відповідає вашому самопочуттю на даний момент і прикріпити його на малюнок. Що ви можете зробити для того, щоб покращити свій настрій в даний момент?

ЗЛОВИ ЗА ХВІСТ ДРАКОНА.

Вправа сприяє формуванню позитивних взаємин між членами групи, згуртуванню учасників групи. Батьки шикуються в колону, кожен тримає учасника, який стоїть перед ним, за пояс. Перший в колоні – це голова дракона, останній – хвіст. За командою ведучого «дракон» починає рухатися. Завдання голови – зловити хвіст. А завдання хвоста – втекти від голови. Тулуб дракона не повинен розриватися, тобто гравці не мають права відчіплювати руки. Після упіймання хвоста можна вибрати нову голову і новий хвіст.

КОНТАКТ.

Мета вправи – поліпшення групової атмосфери, скорочення дистанції між учасниками. Вправа проводиться в парах (бажано, щоб пари були мало знайомі один з одним).

Інструкція ведучого: дана вправа включає в себе кілька завдань. Кожне з них розраховане на певний час. Я буду стежити за часом і говорити вам, що потрібно робити.

Завдання 1. Протягом 4-х хвилин мовчки дивитися один на одного.

Завдання 2. Протягом 4-х хвилин кожен з учасників повинен розповісти співрозмовнику, кого він бачить перед собою. Починати фразу потрібно зі слів «я бачу перед собою...». Далі говорити тільки про зовнішній вигляд, не включаючи оціночні поняття і особистісні особливості людини.

Завдання 3. Кожному учаснику надається по 5 хвилин. Необхідно розповісти співрозмовнику як він (з вашої точки зору) виглядав в 5 років. Можна говорити про зовнішній вигляд і особливості поведінки, характеру. Після того, як перша 5-хвилинка завершується, тренер пропонує тому учаснику, який слухав розповідь про себе, уточнити почуту інформацію (звернути увагу на те, що відповідає істині, а що ні). Далі йде друга п'ятихвилинка і зворотний зв'язок.

Завдання 4. Кожному з вас дається 5 хвилин, щоб розповісти партнеру, яка він з вашої точки зору людина. Відповісти на питання: яка людина мій співрозмовник? Далі кожному учаснику дається по хвилині, щоб він представив групі свого партнера.

Питання для обговорення. Що ви відчували, коли чули розповідь про себе, яке завдання було найбільш важким? Які враження виникали в ході виконання завдання?

Рефлексія дозволяє обговорити: 1. Значення контакту очима. 2. Труднощі, які відчуває учасник, коли він описує іншу людину, не даючи оцінок і не охарактеризовуючи.

3. Чи виникає бажання перенести свій досвід на іншого.

Завдання 5. Всі учасники сідають в коло. Інструкція: «Зараз у кожного з вас буде 1,5 хвилини, щоб звернутися до групи». Мета вправи – допомогти кожному відволіктися від проблем, що не відносяться до теми групової роботи, зосередитися на ситуації «тут і тепер». Питання для обговорення: чиє звернення подіяло сильніше, відвернуло від проблем. Мета спілкування – вивчення включеності кожного учасника в ситуацію групової роботи.

Рефлексія.

Ритуал прощання. Ведучий: шановні батьки! На цьому наша зустріч закінчена. Мені було дуже приємно бачити вашу активність і зацікавленість. Давайте поаплодуємо один одному.

Заняття 2. Самопізнання і мотивація самозміни

Мета заняття – створення сприятливих умов для роботи тренінгової групи, для усвідомлення себе, своїх особливостей, проблем; розвиток мотивації самозміни і згуртування групи.

Ритуал привітання.

НАЗВІТЬ СВОЄ ІМ'Я. Кожен учасник називає своє ім'я і на першу букву імені вказує якусь свою позитивну якість. Потім на останню або передостанню букву імені називає ту якість, яку він в собі вважає недостатньо розвиненою. Кожен наступний учасник називає імена та якості попередніх учасників.

Обговорення: що ти відчував, коли називали твоє якість інші? Чи важко було назвати свою негативну якість?

ДОБРЕ ЧИ ПОГАНО. Вибирається будь-яка якість з числа перерахованих групою. По колу кожен учасник висловлює свою думку про дану якість. Перший учасник говорить чому добре мати цю якість, а наступний – вказує на її негативні сторони і так далі. Для оцінки вибираються негативні якості.

Мета – отримання підтримки і допомоги групи, оволодіння здатністю надавати підтримку, усвідомлена оцінка своїх особливостей.

НІХТО НЕ ЗНАЄ, ЩО Я...

Мета вправи – додаткове інформування про учасників, поліпшення внутрішньої атмосфери всередині колективу, скорочення дистанції.

Інструментарій: м'яч.

Ведучий кидає м'яч будь-якому гравцеві зі словами: «ніхто не знає, що я (у мене)» і говорить що-небудь про себе. Той гравець, кому було адресовано це визнання, в свою

чергу кидає м'яч наступному, теж зізнаючись в чому-небудь про себе.

КОМПЛІМЕНТ. Учасники групи діляться на дві частини і стають обличчям один до одного. Представник однієї сторони говорить людині, що стоїть навпроти нього наступний текст: «мені подобається, що ти...». Людина, якій це було адресовано, відповідає: «Так, я (повторює), і ще я...». Важливо, щоб учасники говорили щиро. Потім сторони міняються ролями.

Обговорення: які почуття відчували, що було важким? Важко чи легко відповісти на комплемент? Що більше подобалося – робити комплемент або отримувати його? Які компліменти здалися незвичайними?

ЗНАЄШ, ЩО МЕНІ В ТОБІ ПОДОБАЄТЬСЯ?

Виберіть серед своїх учасників тренінгу того, кому ви найбільше довіряєте, і виконайте цю вправу разом з ним. Напишіть, які риси цієї людини для вас найбільш симпатичні, і нехай він зробить те ж саме відносно вас. (Постарайтеся, щоб кожен список складався з десяти пунктів). По черзі поясніть один одному, чому ви включили в список кожен пункт. Почніть словами: «Мені в тобі подобається те, що...». Як ви себе відчуваєте, коли ваш друг хвалить вас? Навчіться приймати похвалу (принаймні, сказати спасибі) і насолоджуватися радістю, яку приносять компліменти. Навчіться обдаровувати компліментами своїх друзів. Використовуйте цю навичку в повсякденному житті, не шкодуючи похвал навіть в самих пересічних ситуаціях.

Рефлексія.

Ритуал прощання.

2. КОРЕКЦІЙНИЙ БЛОК

Мета: розвиток внутрішніх психологічних ресурсів, розвиток впевненості, зниження тривожності, вироблення стратегії конструктивного вирішення конфліктних відносин, комунікативних навичок, підвищення рівня самоконтролю і стресостійкості.

Заняття №1. Як подолати тривогу

Мета заняття: розвиток внутрішніх психологічних ресурсів, розвиток впевненості, зниження тривожності

Ритуал привітання.

Я І МОЯ ТРИВОГА. Починається групова бесіда з питання ведучого: «Що ви зараз відчуваєте?». Почувши відповіді: хвилювання, тривогу, ведучий пропонує групі обговорити ці поняття. Для активізації процесу обговорення ведучий дає визначення даних категорій і ставить наступні питання: «Як співвідносяться поняття «тривога» і

«тривожність», «страх» і «стрес»». Обговорення дозволяє усвідомити проблему на раціональному рівні, сприяє формуванню почуття спільності в групі.

АНАЛІЗ ПОВЕДІНКОВИХ РЕАКЦІЙ УЧАСНИКІВ В СТАНІ СИЛЬНОГО ХВИЛЮВАННЯ І ТРИВОГИ. У стані сильного хвилювання і тривоги я:

- нервово ходжу взад-вперед...;
- запалюю сигарету...;
- верчу в руках будь-якої предмет (олівець, брелок тощо);
- кусаю губи, тереблю рукою підборіддя;
- приймаю заспокійливі таблетки;
- намагаюся переключитися на інший вид діяльності, чимось відвернути себе;
- приймаю спиртне;
- намагаюся поділитися з ким-небудь своєю тривогою;
- проявляю різку агресію до оточуючих мене людей тощо.

Дана вправа дозволяє актуалізувати емоційно значущі переживання, пов'язані з тривожністю, з метою створення активної установки на подальшу психокорекційну роботу.

НАМАЛЮЙ СВОЮ ТРИВОЖНІСТЬ. Ведучий пропонує учасникам тренінгу взяти кольорові олівці, листки паперу і у процесі малювання висловити свою тривогу, хвилювання. Ведучий звертає увагу на те, що тут не потрібно високої якості малювання, необхідно орієнтуватися тільки на емоційність і спонтанність, все те, що прийшло в даний момент в голову.

Час – 10 хвилин. Після виконання малюнків ведучий пропонує провести їх обговорення. Можуть бути два варіанти цієї процедури:

- 1) виставити всі малюнки відразу, порівняти їх, знайти спільними зусиллями загальне і відмінне в їх змісті;
- 2) розібрати кожен малюнок окремо, передаючи його з рук в руки, щоб кожен висловив свою інтерпретацію психологічного змісту малюнка, а потім автор дав власне трактування.

Перш ніж приступити до змісту, ведучий кожному задає питання: «Які почуття ви відчували, зображуючи свою тривогу на папері?», «Чи згадали Ви людей, які у вас викликають найбільше хвилювання, тривогу?». Виконання проєктивного малюнка дозволяє значно збагатити бачення неусвідомлених причин, витоків, мотивів стану тривоги, занепокоєння.

Питання для аналізу малюнка:

- В якій манері виконаний малюнок (нервовий, деталізований тощо)?
- Які використані кольори (відсутність кольору, контраст або гармонія, світлі або

темні відтінки тощо)?

- Яке розташування на аркуші (скупчене, насичене, мізерне, гнітюче, безлике, затишне, безладне тощо)?

- Статичний або динамічний малюнок (чи є рух, плавний він або уривчастий, стриманий або інтенсивний тощо)?

- Якими є відношення між елементами малюнку (вони суперечать або ізольовані тощо)?

Виконання проєктивного малюнка дозволяє значно збагатити бачення неусвідомлених причин, витоків, мотивів станів тривоги, занепокоєння.

ПЕРЕЖИВИ СВОЮ ТРИВОЖНІСТЬ. Ведучий пропонує всім учасникам сісти зручніше в крісло, закрити очі, взяти один одного за руки і послухати музику. (Вправа проводиться або в повній темряві, або при підсвічуванні червонуватих відтінків). Звучить музика експресивно-тривожного звучання. Після двохвилинного прослуховування на тлі приглушеної музики ведучий просить учасників опустити руки і подумки уявити ситуацію, яка викликає у стан сильного хвилювання і тривоги. Після 5-хвилинного занурення в емоційно значущі переживання ведучий просить учасників (за бажанням) поділитися своїми переживаннями.

ПОЗБАВЛЕННЯ ВІД ТРИВОГ. Розслабтеся і уявіть, що ви сидите на чудовій зеленій галявині в ясний сонячний день. Небо осяяне веселкою і частка цього саява належить вам. Вона яскравіше тисяч сонць. Її промені м'яко і ласкаво пригрівають вашу голову, проникають в тіло, розливаються по ньому, все воно наповнюється цілющим світлом, в якому розчиняються ваші засмучення і тривоги, всі негативні думки і почуття, страхи і припущення. Всі нездорові частинки залишають ваше тіло, перетворившись в темний дим, який швидко розсіює ніжний вітер. Ви позбавлені від тривоги, ви очищені, вам світло і радісно!

Рефлексія.

Ритуал прощання.

Заняття №2. Профілактика стресу

Мета: формування уявлень учасників тренінгу про стрес; допомога учасникам в усвідомленні і вербалізації своїх уявлень про стрес, визначенні свого ставлення до даного феномену. Виявлення суб'єктивних труднощів, пережитих членами групи в даний момент, і особистих ресурсів протистояння стресовим ситуаціям.

Ритуал привітання.

ЩО ТАКЕ СТРЕС І ЯК ВІН ПРОЯВЛЯЄТЬСЯ (міні-лекція). Тренер дає коротку

довідку по темі «Стрес», розповідає про сучасні погляди фахівців на даний феномен. Особлива увага приділяється проблемі причин і наслідків стресу. При розгляді причин стресу важливо привести членів групи до усвідомлення того, що причини стресу є тільки потенційними джерелами негативного впливу на людину. Все залежить від того, як людина сама сприймає ці причини. Позитивне мислення дозволяє сприйняти стресову ситуацію як можливість вивчити нові поведінкові стратегії, підвищити свою креативність і дізнатися більше про приховані психологічні ресурси і здібності.

ПЛЮСИ І МІНУСИ СТРЕСУ. Ведучий ділить групу на дві підгрупи. Під час групового обговорення перша підгрупа повинна визначити і записати негативні наслідки стресу, а друга – позитивні аспекти стресу (що ми дізнаємося, долаючи стрес; що ми можемо дізнатися про себе і свої ресурси, долаючи складні ситуації). Час на обговорення – 5 хвилин. Після того, як підгрупи справляються з цим завданням, тренер пропонує організувати дискусію. Перемагає команда, яка знайде більше аргументів на користь точки зору, яка захищається.

Я І СТРЕС.

Ведучий заздалегідь готує папір формату А4 (за кількістю учасників), кольорові фломастери. Учасники тренінгу розташовуються комфортно (в колі або за колом). Ведучий попереджає їх про те, що дана вправа носить конфіденційний характер, тому в ході її проведення не варто ставити один одному ніяких питань.

Інструкція: «Намалюйте, будь ласка, малюнок «Я і стрес». Він може бути виконаний в будь-якій формі – реалістичній, абстрактній, символічній, художній. Більше значення має ваша ступінь щирості, тобто бажання зобразити свої думки, почуття, образи, які прийшли вам в голову відразу після того, як ви почули тему. Цей малюнок зможе стати тим ключем, який у подальшому буде допомагати вам усвідомлювати труднощі, знаходити вже наявні ресурси, виробляти нові успішні стратегії управління стресом.

ПРИКАЗКА.

Пропонована вправа добре «знімає» внутрішню депресію і поганий настрій, що допомагає вирішити складну проблему, яка у вас виникла. Візьміть будь-яку з книг: «Українські прислів'я», «Думки великих людей» або «Афоризми». Погортайте книгу, читайте фрази прислів'їв або афоризмів, поки не відчуете внутрішнє полегшення. Можливо, крім психічної релаксації те чи інше прислів'я наштовхне вас на правильне рішення. Можливо також, вас заспокоїть той факт, що не тільки у вас виникла проблема, над способами її вирішення міркували багато людей, в тому числі і історичні особистості.

ТОРГІВЛЯ ЕМОЦІЯМИ.

Перед початком вправи ведучий заготовляє картки з написаними на них емоціями, з

розрахунку три картки на одного учасника. Якщо потім виявиться, що карток вийшло більше або менше, то це не страшно: комусь із учасників дістанеться дві або чотири картки. Приклади емоцій і емоційних станів: радість, смуток, туга, здивування, любов, байдужість. Одну емоцію можна виписати на кілька карток.

На початку вправи ведучий на очах учасників переміщує картки (бажано робити картки такого розміру, щоб зручно було їх перемішувати). Після цього їх роздає учасникам. Далі учасники розподіляються по парам. Напарника вибирають на свій розсуд. Ведучий ставить завдання – треба розповісти своєму напарнику зміст недавно переглянутого фільму. При цьому треба намагатися зображати емоції, які вказані на картках автора оповідання. Далі напарники міняються ролями: один знову говорить, інший слухає. Якщо кількість учасників непарна, можна організувати одну трійку. Хтось із учасників обов'язково висловить подив: як можна одночасно зображати, наприклад, любов і ненависть. Ведучий в даному випадку радить «як-небудь викрутитися з ситуації». Коли робота в парах завершена, ведучий оголошує, що це ще не кінець вправи. Далі буде те ж саме, тільки вже з іншим напарником і треба буде розповісти зміст останньої прочитаної книги. Але перед цим учасники можуть обмінятися між собою картками з емоціями. Якщо когось не влаштовує, наприклад, картка «любов», він її може поміняти на «байдужість». Одну картку можна міняти на дві або навіть на три інші. Не можна тільки дарувати свої картки і залишатися зовсім без них. Учасники знову розбиваються на пари, при цьому пари повинні бути новими. Йде обговорення книг. По ходу вправи ведучий пропонує пасивним слухачам задавати уточнюючі питання. Але ставити ці питання можна тільки в потрібних емоціях (тобто тих, які вказані на картках запитувача). Знову відбувається «обмін емоціями».

ВІЗИТКА.

Кожен учасник на своєму аркуші малює схему, що символізує щит.

Потім він починає заповнювати кожен клітку. Написати ім'я, намалювати символ, який відображає ваш внутрішній світ зараз.

- Моє минуле.

- Моє сьогодні.

- Моє майбутнє.

ДАМО ВІДСІЧ....

Всі учасники стають в коло. Ведучий називає страхи і небезпеки. Якщо хтось із учасників боїться того, що було озвучено ведучим, то він повинен встати в коло. Якщо інші учасники, що залишилися в колі, протягом 5 секунд візьмуться за руки (як би захищаючи тих, хто увійшов в коло) і голосно, дружно скажуть: «дамо відсіч...», то вважається, що

вправа виконана правильно учасники, які залишилися в колі захищені.

Основні критерії цієї вправи – швидкість, гучність і дружність захисту. Фрази ведучого починаються з наступного виразу: «на нас напали...». Відповідь учасників починається з фрази: «дамо відсіч...».

- Невпевненість
- Тривога
- Страх
- Внутрішнє напруження
- Відчай
- Занепокоєння
- Боязнь не відповідати очікуванням оточуючих.

Заняття №3. Я приймаю себе таким, який я є

Мета заняття: збагачення особистих ресурсів, розвиток навичок самоконтролю, розвиток здатності сприймати ситуацію так, щоб вона діяла не як джерело досвіду, а як керівництво до дії

Ритуал привітання.

ОДА ПРО СЕБЕ.

Візьміть аркуш паперу. Заспокойтеся, розслабтеся, при необхідності подивіться на себе в дзеркало. Напишіть собі хвалебну оду. Хваліть себе! Бажайте собі добра, здоров'я, успіхів у справах, роботі, любові і всього іншого. Форма викладу – невеликі речення з 5-10 слів в прозі або у віршах. Напишіть собі кілька од. Виберіть з них ту, яка подобається найбільше. Красиво переписіть, якщо можна – помістіть в рамочку і повісьте (поставте) на видному місці. Щоранку прочитуйте цю оду вголос або подумки. Відчуйте, як при читанні оди у вас підвищується настрій, життєвий тонус, як ви наповнюєтеся життєвими силами, і навколишній світ стає світлим і радісним.

ФОРМУЛА ЛЮБОВІ ДО СЕБЕ.

Згадайте відомий мультфільм про маленького сіренького ослика, якому набридло бути осликом. І він став спочатку метеликом, потім, якщо не помиляюся, пташкою, потім кимось ще ... поки, нарешті, не зрозумів, що для нього самого і для всіх інших буде краще, якщо він залишиться маленьким сіреньким осликом. Тому, прошу вас, не забувайте кожен день підходити до дзеркала, дивитися собі в очі, посміхатися і говорити: «Я люблю тебе (і називати своє ім'я) і приймаю тебе таким, який ти є, з усіма достоїнствами і недоліками. Я не буду боротися з тобою, і мені абсолютно нема чого перемагати тебе. Але моя любов дасть мені можливість розвиватися і вдосконалюватися, радіти життю та приносити радість

в життя інших».

ФОРМУВАННЯ ВПЕВНЕНОСТІ.

Інструкція:

напишіть звіт про свої позитивні якості, вміння та досягнення;

переконайте себе в тому, що у вас є якості, які можна і потрібно розвинути.

Розвиваючи ці якості, постійно повторюйте це переконання;

уявіть собі, що Ви впевнена в собі особистість, яка вже досягла своїх цілей і завоювала авторитет оточуючих;

навчіться відчувати внутрішню впевненість у своїх силах кожною клітинкою організму.

Я ТАКИЙ ЯКИЙ, ЯКИЙ Я Є.

Інструкція: зберіться групою друзів, де кожен повинен намалювати себе, але так щоб ніхто не бачив. Коли всі малюнки готові, їх потрібно перемішати і обмінятися враженнями по кожному творінню, що бачать учасники на кожному малюнку і чого, на їхню думку, в ньому не дістає.

Розповідь.

Інструкція. Візьміть, будь ласка, листочки і ручки і напишіть свої імена і прізвища. Тепер складіть їх в цей мішечок. Зараз кожен з вас витягне по одному листочку, і про людину, чиє ім'я написано на листочку, ви напишете коротке оповідання, намагаючись розповісти якомога точніше про його внутрішні якості, особливості. Потім всі розповіді ми зберемо в одну стопку, перемішаємо, і я зачитаю їх. Ваше завдання – відгадати, про кого йде мова.

Аналіз:

- Чи складно було написати розповідь? Чому?
- Що допомагало здогадатися, про кого йдеться?
- Що здивувало?
- Що дуже точно було відображено в оповіданні?
- Чи вдалося скористатися правилами отримання і передачі зворотного зв'язку при виконанні цієї справи?

КОНТРАРГУМЕНТИ. Складіть список власних слабких сторін. Впишіть його в ліву половину аркуша паперу. На правій, навпроти кожного пункту, вкажіть ті позитивні моменти, які можна протиставити негативним. Наприклад:

Слабкі сторони	Контраргументи
Жодному з тих, хто мене знає, я не подобаюся	Ті, хто дійсно мене знає, ставляться до мене добре
У мені майже немає привабливих рис	У мені маса привабливих рис

Розширте і обґрунтуйте контраргументи, знайдіть відповідні приклади. Почніть думати про себе позитивно.

Рефлексія.

Ритуал прощання.

3. НАВЧАЛЬНИЙ БЛОК

Мета: навчання батьків прийомам рефлексії своїх емоційних взаємин з дитиною, актуалізацію потреби в емоційній близькості до дитини, прояснення особистісних цінностей дорослих і дітей; актуалізація життєвих позицій кожного учасника; усвідомлення стереотипів уявлень про себе, інших; зближення ціннісних орієнтацій.

Заняття 1. Цінність двох світів – дорослого і дитячого

Мета заняття: сприяти усвідомленню цінності індивідуальності світу кожної людини, усвідомлення факторів, що впливають на сприйняття інших людей.

Ритуал привітання.

ПОБАЖАННЯ. Інструкція: «Давайте почнемо сьогоднішній день з того, що висловимо побажання на день. Перший учасник встане і підійде до будь-якого учасника і висловить йому свої побажання на сьогоднішній день. Той, хто прийняв побажання – підходить до іншого і дає свої побажання. У роботі повинні взяти участь всі».

Обговорення: що ви відчували, коли Вам давалися побажання, і що, коли самі бажали? Які труднощі виникали в ході виконання завдання? Подальше обговорення дозволяє відреагувати негативні емоції, зняти напругу, усвідомити свій досвід і розширити його за рахунок інших учасників.

Модифікація: кожен по черзі висловить побажання групі на сьогоднішній день.

Учасникам пропонується кілька ситуацій взаємодії між батьками і дітьми і дається завдання представити себе на місці дитини. Далі батьки діляться враженнями. Так само пропонується ділова гра «Ярмарок захоплень», де батьки готують і демонструють своє сімейне захоплення. Далі обговорення реабілітаційних та розвиваючих можливостей спільної діяльності.

КОРИСНА СПРАВА.

Вправа проводиться з метою розвитку гуманістичної установки по відношенню до інших людей. Інструкція першого варіанту: згадайте корисну (добру) справу, яку вам довелося зробити для інших людей. У чому вона виражалася? Які її наслідки? Які почуття ви відчуваєте, коли робите добру справу для інших людей і коли згадуєте про це?

Інструкція другого варіанту: Подумайте, чи робили для вас добру і безкорисливу

справу інші люди? Хто вони? Що ви відчували по відношенню до цих людей?

ЗАНУРЕННЯ

Учасникам пропонується одна або кілька ситуацій взаємодії між батьками і дітьми та дається завдання представити себе на місці дитини. Якщо для «занурення» використовується принцип візуалізації, яка зазвичай проводиться з закритими очима, то тоді повинна бути тільки одна ситуація.

Далі учасники діляться емоційним досвідом проживання ситуації. Ситуації можуть бути підібрані з урахуванням віку дітей даних батьків і найбільш характерних проблемних ситуацій. Ось приблизний текст такого «занурення», складеного за принципом візуалізації. Для його проведення можна використовувати релаксаційну музику.

Занурення в дитинство. Сядьте зручніше, зіпріться на спинку стільця. Якщо ви хочете кашляти, зробіть це зараз. Закрийте очі, прислухайтеся до свого дихання, воно рівне і спокійне. Відчуйте важкість у руках у ногах. Потік часу забирає вас в дитинство, в той час, коли ви були маленькими. Уявіть теплий весняний день, вам 5, 6 або 7 років. Уявіть себе в тому віці, в якому краще себе пам'ятаєте. Ви йдете вулицею, подивіться, що ви носите, яке взуття, який одяг. Вам весело, ви йдете по вулиці і поруч з вами близька людина, подивіться, хто це, ви берете його за руку і відчуваєте його теплу надійну руку. Потім ви відпускаєте його і тікаєте весело вперед, але не далеко, чекаєте свою близьку людину і знову берете її за руку. Раптом ви чуєте сміх, піднімаєте голову і бачите, що тримаєте зовсім іншу, незнайому вам людину. Ви обертаєтеся і бачите, що ваша близька людина стоїть ззаду і посміхається. Ви біжите до неї і знову разом за руку йдете далі і разом смієтесь над тим, що сталося. А зараз прийшов час повернутися назад в цю кімнату, і коли ви будете готові, ви відкриєте очі. У цьому сюжеті актуалізується почуття прихильності і переживання втрати, хоча і миттєвої, близької людини. Ситуація може пробудити в учасниках тренінгу як теплі, так і тривожні почуття, вона дозволяє побути дитиною і усвідомити, що означає присутність надійного дорослого в цьому віці, яка його найбільша роль для формування впевненості в подальшому житті.

ПСИХОГІМНАСТИЧНА ВПРАВА. Один з учасників виходить в центр кола і закриває очі (або використовується пов'язка), інші підходять до нього і кладуть свої руки на його долоні. Завдання учасника – вгадати, чиї це руки. Інший варіант цієї вправи передбачає не вгадування, а визначення по руках, якою мамою (або яким татом) може бути ця людина: більш м'якою або більш жорсткою. Таким чином, формуються дві групи: м'які і строгі батьки. Після зняття пов'язки основний учасник пояснює, на які ознаки він орієнтувався і чи збіглися його тактильні відчуття з тим, що він потім побачив. Вправа дає прекрасний привід для зворотного зв'язку учасникам групи: як вони сприймаються по

першому враженню як батьки.

Заняття №2. Прийняття або неприйняття

Мета заняття: сприяти розмежуванню понять «прийняття» і «неприйняття» дитини, навчанню техніці позитивного прийняття дитини.

Ритуал привітання.

НА ЩО СХОЖИЙ МІЙ НАСТРІЙ. Вправа-розминка. Проводиться з метою усвідомлення учасниками свого емоційного стану «тут і зараз».

ЗНАЙДИ СЕБЕ. Сприяє створенню атмосфери довіри, відкритості. Обговорення теми «Що мене радує і що засмучує в моїй дитині». Кожен учасник розповідає про свою точку зору. В ході дискусії, можливо, хтось із батьків захоче поділитися власним досвідом або дати поради іншому. Ведучий також звертає увагу на зв'язаність деяких характеристик дитини, на те, що продовженням позитивних характеристик дитини часто є її недоліки. Батьки спільно знаходять ті фактори, від яких залежить прийняття або, навпаки, неприйняття дитини. Ведучий обговорює з учасниками групи, що означає «Мова прийняття» і «мова неприйняття», говорить про те, що означають:

- оцінка вчинку («мені шкода, що ти не поділився з сестрою іграшками») і оцінка особистості («ти дуже жадібний хлопчик»);

- тимчасова мова («сьогодні у тебе це завдання не вийшло») і постійна мова («у тебе ніколи нічого не виходить як слід»);

невербальні прояви «мови і неприйняття» (посмішка, погляди, жести, інтонація).

Спільно з групою ведучий складає список елементів «мови прийняття» і «мови неприйняття», до складання списку треба залучати всіх учасників, по ходу дискусії прояснюючи уявлення групи про прийняття та неприйняття. Учасники групи як би відповідають на питання: «Як дитина дізнається, що ми приймаємо або, навпаки, не приймаємо її?» Ведучий пропонує групі поекспериментувати з «мовою прийняття» і «мовою неприйняття». Для цього учасники групи малюють в своїх щоденниках наступну таблицю.

Фраза дитини	Відповідь на «мові	Відповідь на «мові

Далі пропонується кожному сказати якусь фразу від імені дитини, а члени групи і ведучий записують відповідну фразу спочатку на «мові неприйняття», а потім на «мові прийняття». Після того, як фрази записані і батьки заповнили обидві частини таблиці,

тренер просить одного з батьків увійти в роль дитини і вимовити свою фразу. Решта батьків відповідають йому спочатку на «мові неприйняття», а потім на «мові прийняття». Для посилення «враження дитинства» і впливу з боку інших, всі батьки стоять, а «батько-дитина» сидить. Після того, як батько побував в ролі дитини, ведучий пропонує йому поділитися враженнями, які у нього виникали.

В ході виконання цієї вправи важливо акцентувати увагу батьків на тому, що між згодою і прийняттям є відмінності. Легко демонструвати прийняття, у всьому погоджуючись з іншою людиною; набагато важче, не погоджуючись, все-таки вселити в неї впевненість в тому, що ви приймаєте його особистість, рахуетесь з ним, хоча і володієте іншою точкою зору.

ПЕРЕДАЄМО ПОЧУТТЯ.

Для виконання цієї вправи учасники розміщуються у колі.

Інструкція: «Зараз, разом з цим м'ячиком ми будемо передавати будь-якому з присутніх будь-яке почуття, зображуючи його за допомогою рук, пози тіла, виразу обличчя. Той, хто отримав почуття, повинен вгадати і сказати, що за почуття він отримав».

Обговорення: чи легко висловити почуття, яке ви хотіли передати? Чи зрозуміли те почуття, яке ви хотіли висловити? Як прийняли те почуття, яке ви хотіли висловити? Що ви при цьому відчували? Чи легко було приймати те почуття, яке тобі передавали? Які почуття найчастіше звучали в групі? Які майже не виражалися?

КВІТКА ПОЧУТТІВ.

Завдання використовується для завершення блоку. Учасникам пропонуються різнокольорові пелюстки, на яких вони повинні написати ті почуття, які були випробувані сьогодні кожним. Потім, кожен називає своє почуття і кладе пелюстку в центр кола. Таким чином, виходить квітка почуттів всієї групи.

Рефлексія.

Ритуал прощання.

Заняття №3. Моя дитина – найкраща

Мета: показати унікальність кожної людини, показати важливість і необхідність вираження своїх емоцій.

Ритуал привітання.

ЯБЛУКО.

Педагог: зараз я пропоную вам намалювати яблуко (батьки малюють). Педагог запитує, чи є серед малюнків однакові і пропонує розглянути всі малюнки (однакових немає). Педагог запитує: Чому, як ви думаєте? (висловлюються припущення). Поступово

аудиторія приходить до висновку: однакових людей немає, тому і малюнки вийшли різні. Висновок: всі діти – різні: різні їх здібності, можливості та особистісні якості.

СПІЛКУВАННЯ В ЕМОЦІЯХ (картки з емоціями).

Педагог: відповідаючи на питання, виберете картку з емоціями, яка підходить для вашої відповіді. З яким обличчям найчастіше ви спілкуєтеся з дитиною? З яким обличчям найчастіше спілкується з вами ваша дитина? Яким ви бажаєте бачити обличчя дитини при спілкуванні з вами?

Обговорення: яких карток з емоціями виявилось у вас більше? Чи збігаються картки емоцій першого і другого питань? Чи є різниця у відповідях на друге та третє запитання?

ЯК ПРАВИЛЬНО, А ГОЛОВНЕ НАВІЩО ГРАТИ З ДИТИНОЮ (міні-лекція).

Ведучий: Потреба грати для дитини так само природна і життєво важлива, як потреба їсти, дихати, спати. Звичайно, дитина, яка позбавлена гри, не загине. Але пригнічений інстинкт гри дуже скоро заявить про себе фізіологічною незрілістю, відставанням в рості, вазі, у фізичному та інтелектуальному розвитку. Ми, як люди, які наочно бачать процес ігрової діяльності дитини з ООП, можемо говорити про те, що це трохи інший процес, ніж у дитини, розвиток якої відбувається у межах норми. На практиці, застосовуючи різні методики гри, ми можемо стверджувати, про те, що добре працюючий метод гри з однією дитиною з ООП, не дає гарантію відмінного результату в іншій дитини. Тому ми будемо намагатися говорити про ті підходи, які найбільше підходять для роботи з більшістю дітей з ООП. Ви, як батьки самі зрозумієте на інтуїтивному рівні, які з методів підійдуть саме вашій дитині. На жаль, діти з ООП, в ігровій діяльності починають вести себе скуто і відсторонено, але через певний час, вони почнуть тягнутися до дорослого, який намагається з ними взаємодіяти. Спільна інтенсивна гра, краще, ніж будь-яке інше заняття, допомагає розвинути вміння дотримуватися черговості і спільної уваги. Знайдіть те, що представляє інтерес саме для вашої дитини і мотивуйте її. Приєднуйтеся до її занять у тій формі, в якій вона вам дозволяє. Нехай на перших порах дитина диктує правила, за якими буде будуватися ваша гра, але ви цілком можете обережно вводити встановлені вами правила гри. Не бійтеся виходити за рамки своєї фантазії, будь-який процес здійснюйте в ігровій формі, так увага вашої дитини буде фіксуватися і через час ви зможете досягти того, що вона із задоволенням буде проводити з вами необхідний час. В процесі гри намагайтеся максимально задіяти всі органи сприйняття. Грайте, використовуючи підручні засоби, все те, що у вас є вдома, адже для дітей частіше цікавіше побутові предмети, ніж звичайні іграшки (гудзики, крупи тощо). Ідей для ігор дуже багато, важливо, щоб ви, як батьки знайшли час. Крім того, що через гру ви можете прищеплювати навички, ви зміцнюєте емоційний зв'язок зі своєю дитиною. Не всі батьки бувають готові прийняти проблему. Я

вважаю, що це вкрай важливо, душевний стан батьків. Адже діти з легкістю зчитують внутрішній фон людини і на підсвідомому рівні реагують на нього своєю поведінкою. Так, у вас є труднощі, але це ваша дитина, це частина вас, і тільки ви можете їй допомогти.

Тому, зараз пропоную вам провести гру по прийняттю своєї дитини.

ДЛЯ МЕНЕ ВАЖЛИВО

Мета: самоаналіз дитячо-батьківських відносин. Педагог починає речення, а батьки його продовжують, передаючи один одному м'яч, наприклад: «спілкування з дитиною – це ...»; «батьки через діалог з дитиною дають відчуття їй ...»; «дитина для мене ...»; «у моєї дитини є недоліки, але ...»

Резюме: спілкування з дитиною – це взаємоприйняття, взаємодія, обмін інформацією, переживаннями, почуттями. Результатом спілкування буде образ Я, самооцінка.

МОЯ ДИТИНА НАЙКРАЩА.

Пропонується похвалити свою дитину. Резюме: кожна дитина індивідуальна і неповторна, має свої особливості. Давайте любити і приймати дітей такими, якими вони є. Можна висловлювати своє невдоволення окремими діями дитини, але не дитиною в цілому. Можна засуджувати вчинки дитини, її поведінку, але не її почуття. Невдоволення діями дитини не повинно бути систематичним, інакше воно переростає в її неприйняття.

Ведучий: А зараз я продемонструю вам кілька ігор, які ви можете проводити вдома зі своєю дитиною.

СЕНСОРНІ ІГРИ (презентація).

Зараз разом ми з вами пограємо в деякі з цих ігор.

Ігри з крупою. Для розвитку дрібної моторики. Візьміть велику каструлю і насипте туди будь-якої крупи. Покладіть дрібні деталі і попросіть дитину їх дістати звідти. Така гри цікава дітям будь-якого віку.

Гра для розвитку слухового сприйняття. Візьміть однакові баночки в парній кількості. Насипте туди різний матеріал, який видає шум. Приберіть одну частину баночок в мішок, а другу частину залиште перед дитиною. Попросіть її знайти однакові баночки по шуму.

Гра в сипучі баночки. В баночках сіль, пофарбована різнокольоровою крейдою, її можна зробити самих різних кольорів. Пересипаючи сіль різних кольорів, не перемішуючи, по черзі, в прозору ємність, можна спостерігати появу різних малюнків і візерунків. Даний вид діяльності приносить дитині задоволення зорового споглядання, що безумовно стане корисним, якщо при цьому коментувати те, що відбувається, надаючи особливий сенс грі. Рекомендації щодо подолання труднощів, що виникають в ході ігор.

Якщо дитина не включається в гру, не звертає уваги на ваші дії, або висловлює протест, не наполягайте. Не зупиняйтеся, якщо бачите, що дитині гра сподобалася, але вона залишається в пасиві, коментуйте свої дії, так, немов гра з дитиною триває. Пропонуйте нове поступово і маленькими порціями. Якщо гра сподобалася дитині і вона вимагає її повторення, не варто противитися її проханням. Розвиваючи сюжет гри, обережно і ненав'язливо треба пропонуйте різні варіанти, які будуть залежати від бажання дитини, фантазії і почуття емпатії. Якщо під час гри дитина заговорила штамповими фразами, варто повторити їх за нею. Це викличе більше довіри до вас. Якщо дитина стала неадекватно вести себе під час гри, необхідно переключити її на стереотипну гру.

Рефлексія.

Ритуал прощання.

4. РОЗВИВАЮЧИЙ БЛОК

Мета: вироблення нових навичок емоційної взаємодії з дитиною і гармонізації емоційних відносин батьків з дітьми, підвищення компетенції батьків в питаннях розвитку дітей з ООП в домашніх умовах.

Заняття №1. Вчимося спілкуватися з дитиною: спілкуємося у конструктивному руслі

Мета: визначення основних потреб дитини при взаємодії з батьками. виявлення проблем у сфері спілкування та взаємодії, розробка напрямків їх вирішення.

Ритуал привітання.

БАЗАЛЬНІ ПОТРЕБИ ДІТЕЙ (міні-лекція).

Основні потреби дитини при взаємодії з батьками:

- відчуття любові – батьки демонструють які вони, діти, особливі і улюблені, що батьки раді бачити їх поруч завжди, готові допомогти в будь-яку хвилину. Батьківська любов демонструється не тільки вербально, але і не вербально (обійми, посмішка, дотики). Якщо діти знають, що їх люблять, незалежно від ситуації, то виростуть впевненими.

- знання про свою схожість – особливим дітям необхідно знати, що вони схожі на своїх близьких – тата, маму, тому вони прагнуть перейняти особливості поведінки батьків. Відчуття «схожості» розвиває почуття соціальної приналежності.

ВПРАВА «ЗАТЕ МОЯ ДИТИНА...» Незважаючи на те, що психологи кажуть, що любити треба не «за щось», а просто так або «всупереч чомусь», любимо ми найчастіше «за щось». І якщо в сім'ї кілька дітей, то і любимо їх по-різному. Діти це тонко відчують, і часто ми чуємо від них докір: «ти любиш Діму більше, ніж мене!». Спробуйте пояснити,

що не більше або менше, а просто по-іншому. Для цього я пропоную вам на лівій половинці аркуша написати всі мінуси вашого сина (дочки), того з них, кого ви вважаєте найбільш «проблемним». На правій стороні листа – запишіть всі плюси та позитивні риси дитини. Після того, як учасники тренінгу виписали плюси і мінуси своїх дітей, вони оголошують їх наступним чином: «мій Юра дуже впертий, зате він наполегливий у досягненні мети. Мій Юра ледачий, зате він дуже добрий» тощо.

ІНВЕНТАРИЗАЦІЯ ПРОБЛЕМ. Напишіть на аркуші паперу 10 будь-яких проблем, які виникають у вас з дитиною в процесі спілкування. Проблеми розподіляються в трьох стовпчиках:

Проблеми дитини	Мої проблеми	Наші спільні проблеми

Обговорення:

- Який стовпчик заповнений більше за інших?
- Чому так вийшло?
- Чи можемо ми бути моделлю зразкової поведінки для дитини?

ЯК ТОБІ КРАЩЕ?

Психолог: запрошуюю батьків об'єднатися в пари і кожній парі подолати коротку дистанцію по стрічці. Пропоную картки з висловлюваннями, якими ви будете супроводжувати рух свого напарника «дитини». Умови проходження: один учасник проходить по стрічці, а інший в цей час супроводжує його рух спочатку словами: «Іди, я тобі сказав, негайно, йди правильно, як я тобі кажу», а потім: «Може, ти не підеш, а раптом впадеш, ще забруднишся». І останнє: «Все в порядку, я іду поруч з тобою. Ти молодець, добре йдеш, вперед».

Обговорення: виконуючи вправу кожен з вас був в ролі дитини або в ролі батька, як ви себе почували? В якій ролі ви себе почували комфортніше, в ролі тієї дитини, яка йшла, або того батька, який супроводжував. Які слова заважали вам йти, які навпаки допомогли. Батьки обговорюють свої почуття.

ПАМ'ЯТКА НА КОЖЕН ДЕНЬ (робота в щоденнику) протягом трьох хвилин заповніть будь ласка

1. Я ніколи не буду _____
2. Завжди буду знати _____
3. Завжди буду проявляти інтерес до _____
4. Я повинна _____
5. Я не можу _____
6. Я не хотіла б _____

7. Я хочу_____

Ведучий: сподіваюся, що ці правила ви будете використовувати, коли виникнуть труднощі в спілкуванні і вихованні вашої особливої дитини.

Рефлексія.

Ритуал прощання.

Заняття №2. Активне слухання як спосіб вирішення проблем

Мета заняття: формування і відпрацювання навичок активного слухання

Ритуал привітання.

ПОРОЖНІЙ СТИЛЕЦЬ.

Вправа може використовуватися в якості розминки. Для проведення вправи необхідна непарна кількість учасників. Попередньо всі розраховуються на «перший», «другий». Всі другі номери сидять на стільцях, перші стоять за спинками стільців. Гравець, що залишився без пари, стоїть за спинкою вільного стільця. Його завдання – запросити кого-небудь з тих, хто сидить, на свій стілець. При цьому він має користуватися тільки невербальними засобами, говорити нічого не можна. Всі ті, хто сидять на стільцях, дуже хочуть потрапити на вільний стілець. Завдання тих, хто стоїть за спинками стільців – утримати своїх «підопічних», для цього їм треба взяти його за плечі в той момент, коли він зібрався пересісти. Ведучий повинен стежити, щоб руки не трималися весь час над «підопічними». Через деякий час учасники міняються місцями. При цьому один із учасників залишається стояти за стільцем. Обговорення: як запрошували когось за свій стілець? Як розуміли, що Вас запросили за стілець? Що більше сподобалося, стояти за стільцем або сидіти на стільці?

ЗІПСОВАНИЙ ТЕЛЕФОН. Беруть участь 5 осіб. Проводиться 2 рази з різними 5 учасниками. Чотирьох людей просять вийти з кімнати, попереджаючи, що їх будуть викликати по одному для передачі інформації. Першому учаснику зачитується текст. Після цього ведучий викликає другого учасника в кімнату, а першого просить передати ту інформацію, яку він запам'ятав. Потім другий передає третьому і так далі. Інформацію останнього звіряють з вихідним текстом. Під час передачі інформації решта групи реєструє, хто упустив інформацію, спотворив, привніс свою. Результати обговорюються в групі. Перша п'ятірка передає неформальну інформацію, друга – ділову.

АРГУМЕНТАЦІЯ. Аргументація своєї точки зору, відстоювання інтересів. Вміння вступати в конфронтацію. Робота в парах за правилами активного слухання. Вибирається тема для обговорення, наприклад, що мені допомагає і що заважає виховувати мою дитину.

Група розбивається на пари, розподіляють ролі: один – «говорить», інший –

«слухає». Гравець, який «говорить» протягом 5 хвилин розповідає про свої труднощі. «Слухач» дотримується правил активного слухання. Далі гравцю, який «говорить» надається 1 хвилина, для того, що сказати «слухачу», що в поведінці останнього допомагало, а що ускладнювало цю розповідь. Далі гравець, який «говорить» протягом 5 хвилин розповідає про свої сильні сторони. Після цього «слухач», повторює протягом 5 хвилин те, що він зрозумів з двох оповідань розповідача. «Розповідач» мовчки слухає, після того як «слухач» все розповість, перший може сказати, що було пропущено і що спотворено.

Рефлексія.

Ритуал прощання.

Заняття №3. Дорослі і діти разом

Мета заняття: формування співпраці, взаємодії, взаєморозуміння і узгодженості дій, визначення «вузьких» зон взаємодії батьків з дітьми

Ритуал привітання.

КАЖУ, ЩО БАЧУ. Сидячи в колі, учасники спостерігають за поведінкою інших і, по черзі, кажуть, що вони бачать відносно будь-якого з учасників. Ведучий стежить за тим, щоб не використовувалися поодинокі судження і умовиводи. Після виконання вправи обговорюється, чи часто спостерігається тенденція використовувати оцінки, чи було складно зробити цю вправу, що відчували учасники.

БАЧУ РІЗНИЦЮ. Один з учасників (доброволець) якийсь час знаходиться за дверима. Решта учасників діляться на дві підгрупи по якійсь обраній ознаці, яку можна побачити візуально і однозначно поділити групу на дві частини. Дві створені підгрупи сідають в різних місцях кімнати, щоб бути позначеними просторово. Учасник, який повертається в кімнату, повинен визначити, за якою ознакою група розділилася.

Так само допоможе налаштуватися на роботу гра «Хто тут зібрався?». Нехай діти і дорослі придумують якомога більше варіантів (люди, друзі, знайомі, мами і діти, земляни тощо).

Ведучий, знайомлячись з дітьми, просить кожну дитину по черзі назвати своє ім'я і розповісти про свою маму (тата), для того, щоб вгадати за описом, хто з сидячих в колі людей – її батьки. При цьому ведучий задає різні питання: «Яка твоя мама?», «Що вона любить робити?», «Що їй подобається?», «Що їй не подобається?» тощо. Дітей старшого віку можна запитати про те, хто, на їхню думку, з дітей буде самою турботливою мамою, турботливим татом, відповідальною людиною, хто з них найвеселіший, найбільший вигадник тощо. Тренеру необхідно ще раз повторити всі імена, щоб учасники запам'ятали

їх.

ВГАДАЙ, У КОГО ЦУКЕРКА.

Ця гра може проводитися в декількох варіантах («Кого торкнулися», «Хто з'їв цукерку»), але основне її завдання – виявити найбільш «підозрюваних» особистостей в групі. Ведучий просить всіх учасників закрити очі і скласти долоні «човником», потім він проходить та вкладає в долоні трьох-чотирьох учасників якийсь дрібний предмет. Коли по команді тренера всі відкривають очі, кожен може висловити не більше трьох підозр по відношенню до інших учасників. Ведучий після опитування визначає найбільш підозрюваних групою дітей і дорослих. Найбільш стійким, (які опинилися поза підозрою) ведучий дає призи (щось смачне). Замість предмета можна використовувати дрібні цукерки. Після того, як їх поклали в долоньки, граючим треба швидко засунути їх за щоку і вести себе так, щоб інші не помітили «солодке».

Один із варіантів цієї гри: учасникам треба відгадати, кого торкнувся ведучий, поки всі сиділи з закритими очима. Така гра добре зближує учасників і сприяє розвитку комунікацій в групі.

ВГАДАЙ, ЧИЇ ЦЕ РУКИ? (Варіант: Хто це на дотик?)

Ці ігри проводяться із зав'язаними очима. Спочатку діти на дотик визначають, хто ким є, намагаючись вгадати ім'я. Потім батьки знаходять із закритими (зав'язаними очима) руки своєї дитини. Для батьків і дітей це може бути дуже значуща ситуація (чи знайде мама свою дитину?), тому бажано не допускати таких моментів і після численних невдалих спроб непомітно допомагати мамі знайти руки її дитини.

СПІЛЬНЕ МАЛЮВАННЯ.

Батькам з дітьми дається завдання виконати малюнок однією ручкою (олівцем або фломастером), але при цьому їм не можна домовлятися і взагалі говорити один з одним. Після того, як всі закінчили, кожна пара представляє свій твір, ведучий пропонує дитині розповісти, як був намальований цей малюнок, хто був ініціатором втілених ідей, як відбувалася промальовування тих чи інших деталей. При цьому можливі різні варіанти. Часто дитина приписує собі авторство, хоча воно їй не належить.

СПІЛЬНА АПЛІКАЦІЯ. Батькам з дітьми дається завдання виконати аплікацію, але при цьому їм не можна домовлятися і взагалі говорити один з одним. Після кожна пара представляє свій твір, а ведучий пропонує дитині розповісти, як був намальований цей малюнок, хто був ініціатором втілених ідей, як відбувалася промальовування тих чи інших деталей.

ЗОБРАЗИ ТВАРИН. Ця гра проводиться як підготовка до другої гри. Тренер називає певних тварин і просить учасників зобразити, як вони виглядають.

ЗНАЙДИ СОБІ ПАРУ СЕРЕД ТВАРИН. Ведучий роздає заздалегідь приготовані листочки з написаними на них назвами тварин кожному учаснику (якщо діти маленькі, то треба непомітно сказати на вушко назву тварини). Оскільки всі назви парні, кожен може знайти собі пару після команди ведучого. Після того як кожен знайшов собі «свою» тваринку, ведучий опитує «Хто ви?». Можна проводити кілька занять, залучаючи для занять фахівців з дитячої творчості. Співтворчість дозволяє відчувати особливу радість від спільного творення. У цих іграх в якості активних членів беруть участь і батьки, і діти.

Оскільки кількість людей в групі збільшується на спільному занятті, то краще розділити групу на дві частини. Необхідно надати можливість обговорити враження від проведеного заняття з батьками відразу після того, як воно закінчилося. Можна організувати чаювання. Предметом обговорення можуть бути використані форми взаємодії батьків з дитиною, батьки також говорять про несподівані для них прояви дитини в групі, часто після цього заняття з'являються нові теми для обговорення в колі.

Рефлексія.

Ритуал прощання.