

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ РЕБЕНКА В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Мехри Нарбашева - профессор кафедры Прикладная психологии*

*Термезского государственного педагогического института, Узбекистан*

*Маржона Шайдуллаева - Студентка 2- курса направления психологии*

*Термезского государственного педагогического института, Узбекистан*

**Аннотация.** В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты психологической поддержки родителей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями в условиях инклюзивного образования. Анализируются психологические трудности семьи, факторы родительского стресса, механизмы адаптации и современные формы психолого-педагогического сопровождения. Подчеркивается значимость комплексной поддержки семьи как условия успешной социализации ребенка и эффективности инклюзивного образования.

**Ключевые слова:** инклюзивное образование, родители, особые образовательные потребности, психологическая поддержка, семейное сопровождение, родительский стресс, психолого-педагогическая помощь.

## PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR PARENTS RAISING A CHILD IN AN INCLUSIVE EDUCATION ENVIRONMENT

**Mehri Narbasheva** – Professor of the Department of Applied Psychology, Termez State Pedagogical Institute, Uzbekistan.

**Marjona Shaydullaeva** – Second-Year Student of the Psychology Program, Termez State Pedagogical Institute, Uzbekistan.

**Abstract.** The article examines theoretical and practical aspects of psychological support for parents raising children with special educational needs in inclusive education settings. It analyzes the psychological difficulties faced by families, factors contributing to parental stress, adaptation mechanisms, and

modern forms of psychological and pedagogical support. The importance of comprehensive family support as a prerequisite for successful socialization of the child and effective inclusive education is emphasized.

**Keywords:** inclusive education, parents, special educational needs, psychological support, family support, parental stress, psychological and pedagogical assistance.

**Введение.** Инклюзивное образование в современных условиях рассматривается как один из ключевых механизмов обеспечения равного доступа детей к качественному обучению независимо от их индивидуальных особенностей и состояния здоровья. Однако успешная реализация инклюзии зависит не только от готовности образовательной организации, но и от психологического состояния семьи ребенка. Семья как центральный фактор инклюзии. Родители являются основными субъектами сопровождения ребенка, организуют его повседневную жизнь, взаимодействуют со специалистами и оказывают эмоциональную поддержку. Появление в семье ребенка с особыми образовательными потребностями часто сопровождается необходимостью перестройки привычного образа жизни, изменением социальных ролей и повышением эмоциональной нагрузки. В этой связи психологическая поддержка родителей становится важным условием сохранения благополучия семьи и успешной социальной адаптации ребенка.

**Теоретические основы проблемы.** В отечественной и зарубежной психологии семья рассматривается как важнейший фактор развития личности ребенка. Системный подход предполагает, что изменения в состоянии одного члена семьи оказывают влияние на функционирование всей семейной системы. Поэтому психологические трудности ребенка не могут рассматриваться отдельно от эмоционального состояния родителей. Современные исследования подчеркивают значимость семейно-центрированного подхода, при котором специалисты оказывают помощь не только ребенку, но и его ближайшему окружению. Родители

рассматриваются как активные участники образовательного процесса, обладающие уникальным опытом и знаниями о потребностях ребенка.

**Психологические трудности родителей.** Родители детей с особыми образовательными потребностями нередко сталкиваются с целым комплексом эмоциональных и социальных проблем. Наиболее распространенные трудности

1. повышенная тревожность;
2. хронический стресс;
3. чувство вины;
4. эмоциональное выгорание;
5. социальная изоляция;
6. неуверенность в собственных воспитательных возможностях.

Особенно сложными являются периоды перехода ребенка на новые образовательные этапы: поступление в дошкольную организацию, школу или переход в среднее звено обучения. В эти моменты возрастает тревога относительно успешности адаптации ребенка, его принятия сверстниками и академических достижений.

**Факторы родительского стресса.** Уровень стресса определяется не только особенностями ребенка, но и внешними условиями жизни семьи.

Среди основных факторов риска выделяются:

- Тяжесть нарушений развития
- Чем выраженнее ограничения, тем больше потребность в постоянном уходе и сопровождении.
- Финансовые трудности
- Расходы на лечение, коррекционные занятия и транспорт усиливают нагрузку на семью.
- Недостаток социальной поддержки
- Отсутствие помощи со стороны родственников, сообщества или специалистов повышает чувство изоляции.

- Сложности взаимодействия с учреждениями
- Негативный опыт общения с образовательными или медицинскими организациями усиливает стресс.

- **Защитные факторы**

Исследования показывают, что наличие эмоциональной поддержки, конструктивных копинг-стратегий и доверительного взаимодействия со специалистами снижает негативное влияние стресса на родителей.

### **Основные направления психологической поддержки**

#### **1. Индивидуальное психологическое консультирование.**

Консультирование направлено на снижение эмоционального напряжения, развитие навыков саморегуляции и поиск внутренних ресурсов семьи. В процессе работы психолог помогает родителям:

1. осознать собственные переживания;
2. сформировать реалистичные ожидания;
3. освоить методы преодоления стресса;
4. предотвратить эмоциональное выгорание.

**2. Психологическое просвещение.** Недостаток достоверной информации часто усиливает тревожность родителей. Поэтому важным направлением становится просветительская работа, включающая:

- информирование об особенностях развития ребенка;
- знакомство с современными методами коррекционной помощи;
- разъяснение прав семьи в системе образования;
- обучение эффективным стратегиям взаимодействия с ребенком.

**3. Группы взаимопомощи.** Групповые формы работы позволяют родителям обмениваться опытом, получать эмоциональную поддержку и расширять социальные контакты. Участие в таких группах способствует снижению чувства одиночества и повышению уверенности в собственных силах.

**4. Семейное консультирование.** Семейная работа направлена на улучшение внутрисемейных отношений, распределение обязанностей между членами семьи и формирование единой стратегии воспитания ребенка.

**Роль образовательной организации.** Эффективная инклюзия невозможна без партнерства между семьей и образовательным учреждением. Школа или дошкольная организация должны выступать не только пространством обучения, но и центром поддержки семьи. Задачи образовательной организации

1. организация консультаций для родителей;
2. проведение семинаров и тренингов;
3. сопровождение адаптации ребенка;
4. координация взаимодействия специалистов;
5. создание атмосферы уважения и принятия.

Исследования показывают, что активное вовлечение родителей в образовательный процесс положительно влияет как на академические достижения ребенка, так и на его социальную адаптацию.

**Обсуждение.** Анализ научной литературы свидетельствует, что психологическая поддержка родителей является одним из ключевых факторов эффективности инклюзивного образования. Родители, получающие своевременную профессиональную помощь, демонстрируют более высокий уровень стрессоустойчивости, лучше взаимодействуют с ребенком и активнее участвуют в образовательном процессе.

В то же время во многих образовательных организациях сохраняется дефицит системной работы с семьей. Недостаточное количество специалистов, ограниченные ресурсы и отсутствие комплексных программ сопровождения снижают эффективность оказываемой помощи. Это определяет необходимость дальнейшего развития междисциплинарных моделей поддержки, объединяющих усилия психологов, педагогов, социальных работников и медицинских специалистов.

**Заключение.** Психологическая поддержка родителей, воспитывающих ребенка в условиях инклюзивного образования, представляет собой важное направление современной психолого-педагогической практики. Комплексная помощь способствует снижению родительского стресса, укреплению эмоционального благополучия семьи, повышению родительской компетентности и успешной социализации ребенка.

Перспективными направлениями дальнейших исследований являются разработка программ профилактики эмоционального выгорания родителей, изучение эффективности различных форм семейного сопровождения и создание моделей взаимодействия образовательных организаций с семьями детей с особыми образовательными потребностями.

#### **Список литературы**

1. Cheng A.W.Y., Lai C.Y.Y. Parental Stress in Families of Children with Special Educational Needs: A Systematic Review // *Frontiers in Psychiatry*. 2023. Vol. 14.
2. Issabayeva Z., Sapargaliyeva A., Shubayeva G. Psychological and Pedagogical Support for Parents of Children with Special Educational Needs // *Continuity in Education*. 2024. Vol. 5(1). P. 66–75.
3. Ng N.S.N., Yeung N.C.Y. The Roles of Resource Losses and Coping Processes in Psychological Distress among Parents of Children with Special Educational Needs // *Current Psychology*. 2024.
4. UNESCO. *Inclusion in Education: What You Need to Know*. Paris: UNESCO, 2025.
5. Алехина С.В. *Инклюзивное образование: от политики к практике*. М.: Просвещение, 2021.
6. Малофеев Н.Н. *Специальное образование в меняющемся мире*. М.: Образование, 2021.
7. Назарова Н.М. *Специальная педагогика*. М.: Академия, 2022.

8. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Психолого-педагогическое сопровождение ребенка в образовательной среде. М.: АРКТИ, 2021.