

МРНТИ 14.25.01

<https://doi.org/10.32523/3080-1710-2026-154-1-348-368>

Научная статья

## Организация поддержки родителей детей с особыми образовательными потребностями в школе

С.С. Жубакова\*<sup>1</sup> , Н.В. Гердт<sup>2</sup> 

<sup>1,2</sup>Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

(E-mail: \*[zhubakova.saule@mail.ru](mailto:zhubakova.saule@mail.ru), <sup>2</sup>[nelli.2000@list.ru](mailto:nelli.2000@list.ru))

**Аннотация.** Несмотря на значительные усилия специалистов различного профиля по оказанию специальной помощи детям с особыми потребностями, именно родители занимают ключевую позицию в процессе адаптации особенного ребенка к жизни в социуме. В то же время отклонения в развитии собственного ребенка вызывают у родителей появление сильнейшего стресса, истощающего морально-психические резервы взрослых. Поэтому необходимы специальные программы поддержки родителей. Цель исследования – изучить уровень стресса и его негативное влияние на показатели психического и физического здоровья родителей особенных детей и разработать программу поддержки родителей. Для достижения данной цели было проведено исследование, среди родителей детей с комплексными и единичными нарушениями в количестве 30 человек. На первом этапе исследования данные экспресс-диагностики показали низкий уровень стресса у большей части респондентов. Однако в ходе второго этапа посредством анкетирования было выявлено наличие среднего и высокого уровней стресса, а также их патологическое влияние на психосоматическое состояние опрошенных родителей. На третьем этапе была разработана и апробирована специальная программа поддержки родителей. Полученные результаты в определенной степени отражают актуальное состояние проблемы родительского стресса в семьях особенных детей и содержат данные, позволившие нам разработать программу поддержки родителей. Результаты исследования повышают значимость поддержки родителей, воспитывающих ребенка с особыми образовательными потребностями, разработанные программа и рекомендации по организации поддержки родителей могут использоваться педагогами и специалистами в процессе реализации инклюзивного образования.

**Ключевые слова:** дети с особыми образовательными потребностями, семейное воспитание, сотрудничество школы и семьи, поддержка родителей, психосоматическое состояние, стресс.

Поступила: 29.04.2025; Одобрена: 15.03.2026; Доступна онлайн: 31.03.2026 \*

\*автор для корреспонденции

## **Введение**

Не только глобально, но и в контексте Республики Казахстан отмечается увеличение числа детей, имеющих особые образовательные потребности (далее – ООП). Возникает необходимость комплексного анализа и поддержки данной категории граждан, в связи с чем особенный ребёнок и его семья становятся объектом пристального внимания как со стороны специалистов в области медицины, психологии, педагогики и социологии, так и со стороны государства. На законодательном уровне детям с нарушениями развития оказывается помощь в соответствии с Законом Республики Казахстан от 11 июля 2002 года «О социальной и медико-педагогической коррекционной поддержке детей с ограниченными возможностями» (Закон РК «О социальной и медико-педагогической коррекционной поддержке детей с ограниченными возможностями» (с изменениями и дополнениями), 2023).

Тем не менее, прогресс в развитии ребёнка не может обуславливаться лишь медицинскими и педагогическими воздействиями. Эффективность коррекции и компенсации недостатков развития, адаптации и социализации особенного ребенка в обществе во многом зависит от вовлеченности родителей в данные процессы. Однако стоит учесть тот факт, что выявление нарушений развития у детей влечёт за собой появление сильнейшего стресса у родителей, который напрямую воздействует на психологическое и, как следствие, на физическое здоровье ближайших взрослых.

На родителей данной категории детей ложатся повышенные эмоциональные и физические нагрузки, связанные с воспитанием и уходом за особенным ребёнком. Кроме того, родители подвержены возникновению хронического стресса, тревоги, обиды, чувства вины, внутреннего и социального давления, вызванными патологией развития собственного ребенка. Изнеможение сказывается не только на моральном и соматическом состоянии родителей, но и негативно влияет на формирование детско-родительских отношений, что непосредственно затрагивает эмоциональный фон ребенка.

Безусловно, благоприятная внутрисемейная обстановка оказывает значимое влияние на успешность развития и адаптации ребенка с ООП в обществе. Между тем, именно резерв морально-психических ресурсов родителей обуславливает психологический климат в семье. Однако родители, озадаченные поиском эффективных способов помощи своим детям, решением финансовых трудностей и преодолением неопределенности будущего своего ребенка, зачастую не имеют ресурсов для поддержания благожелательной атмосферы внутри семьи. Таким образом, проблемой исследования стало изучение эмоциональной сферы ближайших взрослых и оказания психолого-педагогической поддержки не только особенным детям, но и их родителям, о чём говорится в послании Главы государства народу Казахстана (Токаев, 2019).

Объект исследования – психолого-педагогическое сопровождение в общеобразовательной школе.

Предмет исследования – процесс поддержки родителей, воспитывающих ребенка с ООП.

Цель исследования состоит в определении уровня стресса и его патологического влияния на психологическое и физиологическое здоровье родителей, воспитывающих детей с особыми потребностями и разработке программы поддержки родителей.

**Задачи исследования:**

- выявление признаков негативного психосоматического состояния родителей детей с ООП;
- определение факторов, влияющих на уровень стресса родителей;
- разработка и апробация программы поддержки родителей, способствующей понижению уровня стресса.

Основная гипотеза состоит в предположении о том, что организация психолого-педагогической поддержки родителей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями, значительно снизит уровень стресса у родителей, что благотворно повлияет на их психосоматическое состояние, которое в целом положительно скажется на детско-родительских отношениях и эмоциональном благополучии ребенка.

Содержание статьи вносит вклад в решение проблемы организации и осуществлении психолого-педагогической поддержки родителей, воспитывающих детей с ООП, включая определение индикаторов трех уровней стресса по степени тяжести, выявление признаков негативного психосоматического состояния родителей, подбор диагностического инструментария наиболее оптимального для отслеживания состояния родителей. Были разработаны программа и рекомендации по организации поддержки родителей, которые могут использоваться педагогами и специалистами в процессе реализации инклюзивного образования.

## **Обзор литературы**

В работах отечественных и зарубежных исследователей освещены различные аспекты поддержки родителей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями. В процессе организации поддержки исследователи делают акценты на двух аспектах: психолого-педагогическом просвещении родителей (Кабдуалиева, Жубакова, 2021; Коротаева, 2023) и вовлечении родителей в организацию образовательного процесса (Макаров, 2015; Оганнисян, 2022; Турмаханова, Алдиярова и Нурсейтова, 2023). Согласно заключению, Е.В.Коротаевой, важными потребностями родителей в диалогическом взаимодействии с педагогами становятся вопросы содержания психолого-педагогического знания с целью осмысления ценностей и смыслов собственного процесса воспитания детей (Коротаева, 2023).

Анализ теоретико-методологических подходов к изучению родительского стресса и его влияния на качество жизни семей детей с особыми потребностями проведен в работах С. Jenaro (Jenaro, 2020), K. Savari, M. Naseri, Y. Savari (Savari, Naseri and Savari, 2023), E. Staunton, C. Kehoe, L. Sharkey (Staunton, Kehoe, Sharkey, 2023). Сравнительный анализ гендерных различий по переживанию стресса родителями и его влияния на воспитание детей с особыми потребностями был проведен исследователями H. Wang, X. Hu, Z. Han, L.P. Tien (Wang, Hu, Han, 2020; Tien, 2022). Ими было установлено, что уровень стресса у матерей был значительно выше, чем у отцов, и у матерей более низкая удовлетворенность семейным взаимодействием и благополучием. Причина такой ситуации по мнению H. Wang, X. Hu, Z. Han, в степени вовлеченности обоих родителей в воспитание и лечение ребенка (Wang, Hu, Han, 2020). По мнению L.P. Tien, уровень стресса повышается у отцов, воспитывающих ребенка с ООП не из-за диагноза ребенка, а из-за требований

постоянного ухода за ребенком, необходимости лечения и ограничения свободного времени (Tien, 2022).

Теоретический анализ психологических особенностей родителей детей с особыми потребностями отражен в работах А.А. Мальцевой (Мальцева, 2020), Е.С. Дьячковой, Т.В. Баяндиной (Дьячкова, Баяндина, 2021), О.В. Козачек, О.Д. Банченко (Козачек, Банченко, 2021), В.Н. Пахомова, А.Б. Малхозовой (Пахомов, Малхозова, 2022), Л. Э. Семеновой, Е.Д. Божковой, А.А. Конева (Семенова, Божкова, Конева, 2022) и др. Для улучшения психосоматического состояния родителей и снижения уровня стресса все исследователи отмечают, необходимость оказания помощи и поддержки семьям. Так, М. Sceranovic считает, что здесь важна ранняя поддержка семьи различных направлений: медицинская, социальная, психосоциальная, образовательная, правовая, материальная, которая будет затрагивать особенности реабилитации, условий жизни, доступности, различные услуги (Sceranovic, 2017). Все виды поддержки, по мнению М. Sceranovic, должны преследовать цель – укрепления семьи для выполнения неожиданной роли – воспитания ребенка с ограниченными возможностями (Sceranovic, 2017).

Среди способов поддержки семьи упоминается психолого-педагогическое сопровождение, которое должно быть осуществлено командой разных специалистов. Теоретико-методические основы организации и осуществления психолого-педагогического сопровождения семьи ребенка с особыми образовательными потребностями были заложены З.Б. Джангельдиновой, М.Е. Баймухановой (Dzhangeldinova, Baymukhanova, 2015), Н.А. Степановой, С.Г. Лещенко, С.К. Хаидовым (Степанова, Лещенко, Хаидов, 2017), А.Д. Сейсеновой (Seisenova, 2018), С.А. Турмахановой, А.Д. Алдияровым, Л.Ш. Нурсеитовой (Турмаханова, Алдияров, Нурсеитова, 2023), И.К. Шац (Шац, 2023), Y.A. Razenkova, O.V. Yugova (Razenkova, Yugova, 2023) и др. В частности, Шац И. К. считает, что семье необходимо оказать помощь в выработке стиля семейного воспитания и обучения ребенка с учетом его психологических особенностей, а также в необходимости адекватного распределения внимания между здоровыми и больными детьми в семье (Шац, 2023). Однако, на практике, из-за недостаточности ресурсов в семье, родители испытывают деструктивные переживания и состояния. В частности, Н.А. Степанова, С.Г. Лещенко, С.К. Хаидов, считают, что для снижения интенсивности негативных переживаний родителей необходимо систематическое психолого-педагогическое сопровождение семьи с целью переориентации объекта переживания с позиции непреодолимости на позицию позитивного решения проблемы (Степанова, Лещенко, Хаидов, 2017). Согласно описанию Y.A. Razenkova, O.V. Yugova в процессе оказания помощи семье ребенка с ограниченными возможностями необходимо использовать ресурсный подход для того, чтобы усилить и активизировать потенциальные возможности семьи и привлечь внешние ресурсы (Razenkova, Yugova, 2023).

Теоретический анализ литературы подтвердил необходимость выявления уровня стресса и его воздействия на показатели психосоматического здоровья родителей, а также необходимость осуществления поддержки родителей особенных детей для отражения актуального состояния данной проблемы в казахстанском обществе.

Несмотря на актуальность данной темы, в ее разработке можно выделить некоторые трудности: каковы направления поддержки семей, воспитывающих ребенка с ООП в условиях инклюзивной образовательной среды школы, каковы факторы, повышающие и понижающие уровень стресса родителей.

## Материалы и методы

Были использованы следующие методы исследования: теоретический анализ источников, сравнительный анализ, наблюдение, анкетирование, экспресс-диагностика, рефлексия, обобщение, статистические методы обработки данных (через Гугл форму). Данные методы исследования позволили нам решить поставленные задачи, связанные с определением уровня стресса у родителей, воспитывающих детей с ООП, степенью его влияния на психосоматическое состояние родителей, а также поиском путей и содержания организации психолого-педагогической поддержки семьи.

Исследование было проведено в три этапа в школах г. Астаны. На первом этапе была проведена экспресс-диагностика, автором которой является К. Шрайнер, по определению уровня стресса у родителей (Шрайнер, 2025). Очевидно, что сам факт рождения ребёнка с нарушенным развитием и его дальнейшее обучение и воспитание являются патологическими стресс-факторами для родителей особенных детей, т.е. они пребывают в ситуации стресса перманентно. Этим и обусловлен выбор данной экспресс-диагностики, направленной на оценку уровня самоконтроля и эмоциональной лабильности в стрессовой ситуации.

Экспресс-диагностика состояла из 9 вопросов, на которые родителям необходимо было ответить «да» или «нет».

Уровень саморегуляции и самоконтроля в стрессовой ситуации у родителей детей с ООП определялся следующими показателями (чем выше уровень стресса, тем ниже уровень саморегуляции и самоконтроля эмоциональных состояний у родителей):

- 1) низкий уровень стресса составляет – 0–4 балла (высокий уровень саморегуляции);
- 2) средний уровень стресса составляет – 5–7 баллов (умеренный уровень саморегуляции);
- 3) высокий уровень стресса составляет – 8–9 баллов (низкий уровень саморегуляции).

На втором этапе определялось влияние стресса на психосоматическое состояние родителей на основе разработанной анкеты. Анкета направлена на определение уровня стресса, особенностей его влияния на психическое и физическое состояния родителей детей с ООП и состоит из двух блоков вопросов: психологический и соматический компоненты.

Блок вопросов психологического компонента направлен на выявление уровня стресса и актуального состояния психоэмоциональной сферы родителей детей с нарушениями развития. Ввиду доказанности негативного влияния стресса на физические показатели здоровья (Selye, 1979), вопросы соматического компонента разработанной анкеты были ориентированы на оценку текущего состояния физического здоровья родителей особенных детей.

Разработка и апробация специальной программы поддержки родителей осуществлялась на третьем этапе.

Изучение научной литературы было проведено по базам данных Scopus и Web of Science, РИНЦ, Академия Google, eLIBRARY и др., по ключевым словам, включающим следующие: «дети с особыми образовательными потребностями», «семейное воспитание», «сотрудничество школы и семьи», «поддержка родителей», «психосоматическое состояние», «стресс». Глубина поиска составила 15 лет, проанализировано более 50 источников.

Всего в ходе исследования было опрошено 30 человек. Большинство респондентов составили родители, имеющие детей как с комплексными нарушениями развития (нарушение слуха в сочетании с ДЦП, нарушение слуха в сочетании с РАС), так и с одним дефектом (синдром Дауна). Исследованием было охвачено 73,3 % женщин, и, соответственно, 26,7 % мужчин. Это свидетельствует о том, что мужчины, пусть и в меньшей степени, но всё же вовлечены в процесс воспитания ребёнка с нарушениями развития.

## Результаты и обсуждение

Потребность в разработке содержания психолого-педагогической поддержки родителей, воспитывающих детей с ООП, возникла в связи с актуализацией проблемы высокого уровня стресса и негативного его влияния на психосоматическое состояние родителей. На первом этапе исследования нами была проведена экспресс-диагностика. По данным, полученным в ходе экспресс-диагностики, у подавляющего большинства родителей, что составляет 66,7 % всех респондентов, выявлен низкий уровень стресса, что свидетельствует о высоком уровне саморегуляции в стрессовых ситуациях. Данная группа людей ведёт себя довольно сдержанно и умеет регулировать собственные эмоции при воздействии стресса. Как правило, такие люди не склонны к проявлению агрессии и перекладыванию вины на других за происходящие события.

Средний уровень стресса и умеренный уровень саморегуляции выявлен у 30 % опрошенных респондентов. Родители с такими показателями экспресс-диагностики в большинстве случаев спокойно реагируют на стрессоры, однако им не всегда удаётся сохранить самообладание при воздействии сильного стресса. Меньше всего респондентов подвержено влиянию высокого уровня стресса – всего 3,3 %. Респонденты данной группы характеризуются высокой степенью истощения и переутомления. Они не способны к контролю собственных негативных состояний в ситуациях стресса. Наглядно результаты первого блока диагностики представлены на рисунке 1.

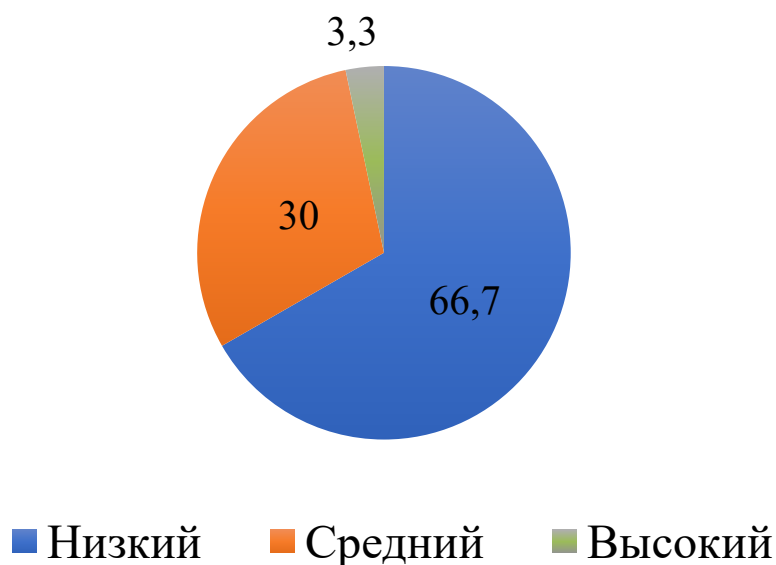
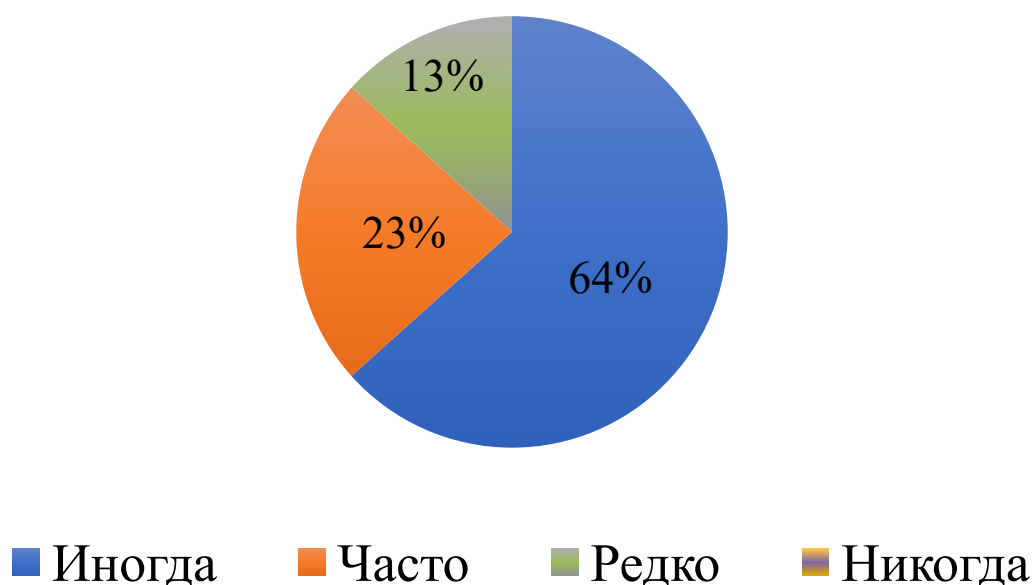


Рисунок 1. Показатели уровней стресса

Результаты экспресс-диагностики не подтверждаются в ходе проведения второго этапа исследования – анкетирования.

В ходе анкетирования было обнаружено, что 100% опрошенных родителей объединяет наличие чувства тревоги – эмоционального переживания, характеризующегося дискомфортом от неопределённости перспективы (Международная классификация болезней 11-го пересмотра). Ввиду низкой осведомлённости о диагнозе ребёнка и путях его развития родители детей с ООП зачастую не видят возможности положительного исхода коррекционной работы, что приводит к обеспокоенности за будущее ребёнка. В этом вопросе всех респондентов отличает лишь частота проявления данной отрицательно окрашенной эмоции, которая представлена на рисунке 2:

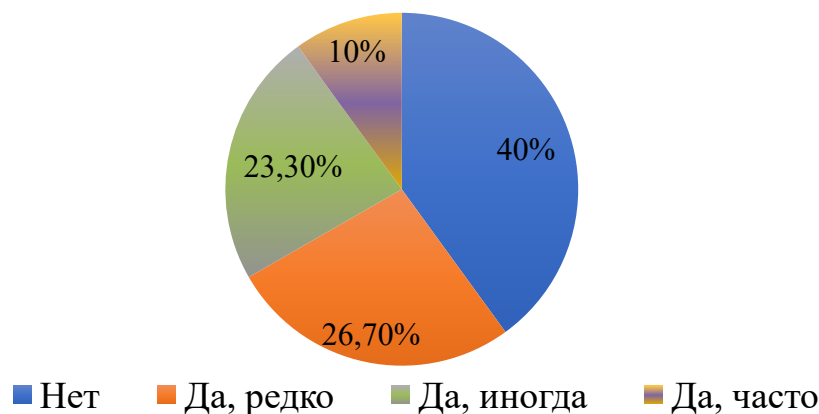
## Часто ли Вас беспокоит чувство тревоги?



**Рисунок 2. Частота проявлений чувства тревоги у родителей детей с ООП**

Помимо ощущения тревоги 60% родителей особенных детей в той или иной степени сталкивались с внезапным эпизодом сильного, неконтролируемого страха, сопровождаемого целым рядом вегетативных симптомов – панической атакой. У 10% опрошенных панические атаки случаются на регулярной основе.

## Случались ли у Вас панические атаки?



**Рисунок 3. Частота проявлений панических атак у родителей детей с ООП**

Согласно катехоламиновой теории возникновения панических атак в ответ на эмоционально нестабильную ситуацию или перенапряжение организмом вырабатываются активные вещества – катехоламины, а именно адреналин и норадреналин, вследствие чего стенки сосудов сужаются, учащается пульс и стимул к возникновению панической атаки достигает нервной системы (Акарачкова, Байдаулетова, Белье, 2020). Как известно, гормоны адреналин и норадреналин выбрасываются в кровь в состоянии стресса. Следовательно, наличие панических атак служит прямым доказательством наличия стресса и его влияния на организм родителей детей с ООП.

Помимо панического расстройства, 60 % родителей жалуются на ухудшение памяти за недавний промежуток времени. 43 % респондентов испытывают трудности при выполнении какой-либо работы или дела, что свидетельствует о когнитивных нарушениях родителей, имеющих детей с нарушенным развитием. Умеренные когнитивные расстройства являются симптомами стресса, тревоги и депрессии.

При проведении исследования кроме психологических проблем структуры личности, обусловленных когнитивными изменениями и реакцией на стресс, были выявлены психологические проблемы развития личности, которые проявляются в потере интереса к себе, как к личности, у родителей особенных детей. Это подтверждается тем фактом, что большинство желаний и планов родителей на будущее связаны только с ребёнком с ООП, о чём констатируют 67 % опрошенных респондентов. Родители заиклены на проблемах обучения и воспитания особенного ребёнка, вследствие чего не видят возможности личностной реализации в карьере и творчестве, что косвенно указывает на возможное присутствие у них депрессивного эпизода.

Ещё одной проблемой развития личности выступает перекладывание ответственности за рождение ребёнка с патологией развития на других. Исходя из ответов на вопрос о причинах возникновения патологии развития у ребёнка, 18,5 % родителей указали

врачебную ошибку и столько же указали на неизвестные факторы, независящие от них самих. Эти и другие причины рождения ребёнка с ООП отображены на представленном рисунке 4.

Как Вы считаете, в связи с чем Ваш ребенок имеет нарушения?

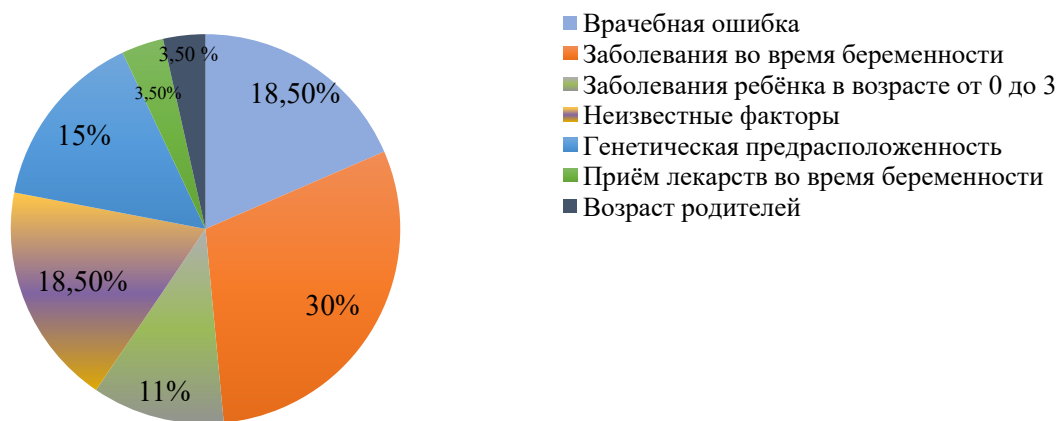


Рисунок 4. Причины рождения ребёнка с ООП

Возможными причинами данного явления могут являться защитные механизмы психики от травмирующей информации – вытеснение и проекция. Вытеснение обусловлено желанием избежать внутренней конфликт с помощью активного выключения травмирующего факта из сознания, т.е. забывания истинного негативного мотива. Проекция – вид психологической защиты, при которой неприемлемые собственные чувства бессознательно переносятся на другое лицо (Грановская, Березная, 2020). Соответственно, вышеизложенное свидетельствует о травмирующем влиянии рождения ребёнка с ООП на психику их родителей.

Обращает на себя внимание группа родителей, указавших на «неизвестные факторы», которых 18,5 %. Следует отметить, что под неизвестными факторами родители подразумевали некую «фатальность судьбы» («Ни с чем не связано, просто так бывает», «Причина в стечении обстоятельств, независящих от нас», «Случайность»), а также ссылались на Бога («Это испытание от Бога»).

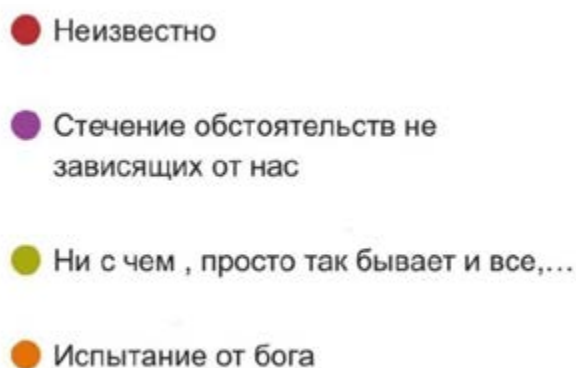


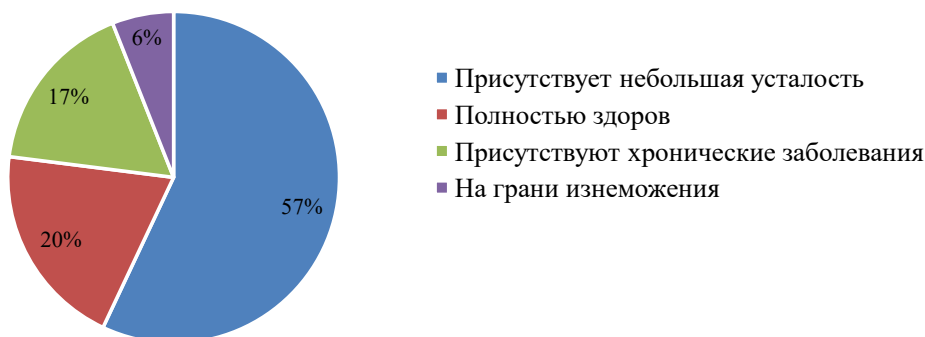
Рисунок 5. Ответы родителей на вопрос: «Как Вы считаете, в связи с чем Ваш ребенок имеет нарушения?»

Таким образом, результаты данного компонента исследования подтверждают наличие стресса и его отрицательного влияния на психологическое состояние родителей детей с ООП, несмотря на противоположные результаты, выявленные в ходе экспресс-диагностики.

Как выяснилось, в жизни родителей особенных детей присутствует стресс, который, несомненно, оказывает влияние не только на психологические, но и на физиологические показатели организма.

В вопросе о состоянии здоровья за последние 6 месяцев лишь 20 % опрошенных родителей считают себя полностью здоровыми. Большая часть респондентов (57 %) отмечает у себя наличие небольшой усталости, в то время как, 6 % испытуемых пребывают на грани изнеможения. Выявлено, у 17 % присутствуют хронические заболевания.

**Оцените состояние Вашего здоровья за последние 6 месяцев:**

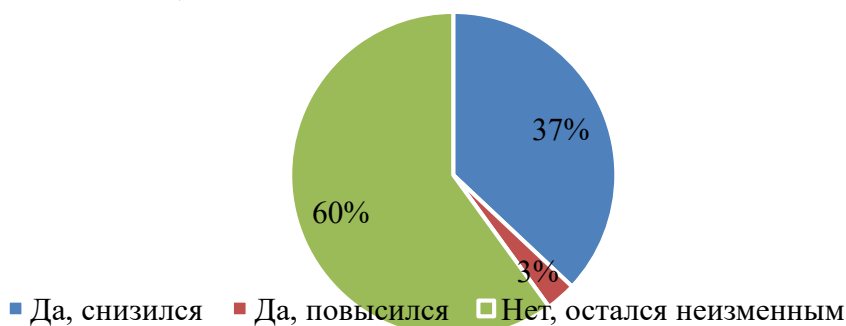


**Рисунок 6. Состояние здоровья родителей детей с ООП за последние 6 месяцев**

Однако данные результаты противоречат показателям по следующему вопросу.

На снижение иммунитета после рождения ребёнка с ООП ссылается лишь 37% родителей. 60% придерживаются мнения, что уровень их иммунитета остался прежним. Один респондент свидетельствовал даже о повышении иммунитета в связи с появлением особенного ребёнка в семье.

**Изменился ли уровень Вашего иммунитета после рождения ребенка с ООП?**



**Рисунок 7. Изменения иммунитета родителей после появления особенного ребенка**

Считаем полученные результаты недостоверными, т.к. уровень иммунитета напрямую связан с состоянием общего здоровья, которое, как показала диагностика, ухудшилось у 80% родителей за последние полгода.

Помимо относительно положительных ответов родителей по поводу уровня своего иммунитета, около 77% испытуемых констатируют отсутствие бессонницы. Тем не менее, 23% всё же страдают от нарушения сна и бодрствования. Длительные проблемы со сном приводят к эндокринным расстройствам, болезням сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, нервным и психическим заболеваниям (Центерадзе, Полуэктов, 2018), которые в той или иной степени наблюдаются у опрошенных респондентов и представлены на следующем рисунке:

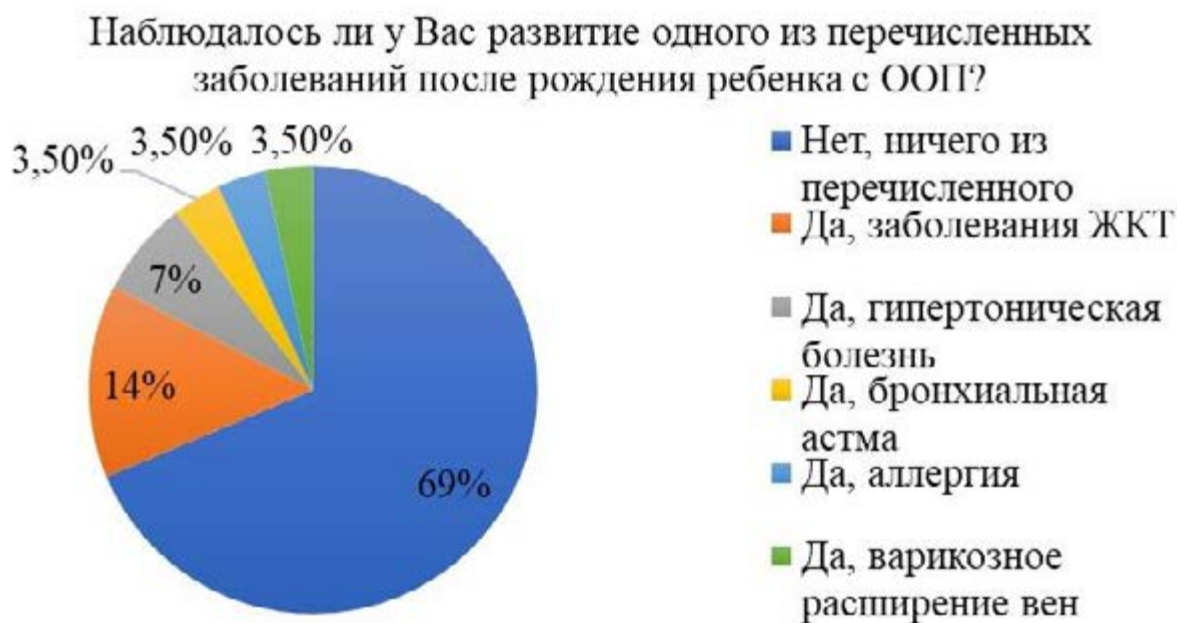


Рисунок 8. Развитие одного из перечисленных заболеваний после рождения ребёнка с ООП

У преобладающего большинства (69 %) не отмечается развитие какого-либо из указанных заболеваний. От заболеваний желудочно-кишечного тракта страдают 14 % родителей особенных детей. Вследствие воздействия длительного стресса уменьшается приток крови в желудочно-кишечный тракт, сокращение мышц кишечника и желудка, нарушается пищеварение. Соответственно, возникновение заболеваний желудочно-кишечного тракта напрямую связано с влиянием стресса на организм (Шогенов, Кумахова, 2020).

У 7 % респондентов выявлена гипертоническая болезнь, связанная со стойким повышением артериального давления. Это подтверждается ответами 33 % родителей на вопрос о наличии у них проблем с повышенным или пониженным артериальным давлением. Однако, несмотря на этот факт, у 67 % всё же отсутствуют нарушения в работе сердечно-сосудистой системы. Мы связываем обусловленность данных результатов диагностики с относительно молодым возрастом родителей детей с ООП, т.к. средний возраст респондентов составлял 33-35 лет.

Кроме того, 23 % испытуемых беспокоит аритмия или же нарушение ритма сердцебиения в течение длительного времени. У остальной части респондентов (77 %) данных нарушений нет.

Как было описано ранее, выброс гормонов в кровь при влиянии стресс-факторов приводит к учащению сердцебиения и повышению давления, что вызывает не только аритмию, но и головные боли, наблюдающиеся у 37 % опрошенных родителей особенных детей.

Анализ ответов респондентов по соматическому компоненту диагностики позволяет сделать вывод о негативных последствиях влияния стресса на физиологический уровень здоровья, что приводит к ухудшению самочувствия, снижению иммунитета, развитию хронических заболеваний и появлению головных болей и бессонницы.

Таким образом, при статистической обработке данных анкетирования было выявлено три уровня стресса у родителей детей с ООП: высокий, средний и низкий. Для определения уровней стресса нами были разработаны критерии оценки.

Индикаторами высокого уровня стресса являются:

- 1) Систематические приступы тревоги;
- 2) Регулярные приступы панических атак;
- 3) Общее состояние изнеможения;
- 4) Значительное ухудшение памяти;
- 5) Выраженные трудности концентрации внимания;
- 6) Потеря интереса к своей личности;
- 7) Защитные механизмы психики (проекция и вытеснение);
- 8) Развитие хронических заболеваний;
- 9) Снижение уровня иммунитета;
- 10) Бессонница.

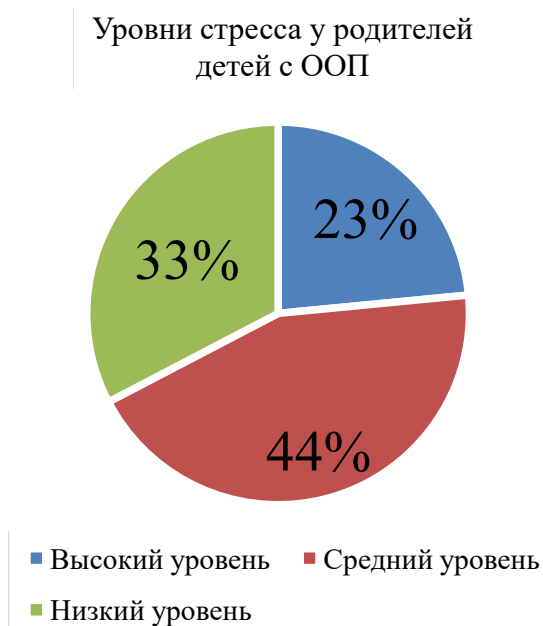
Средний уровень стресса определялся такими показателями, как:

- Периодические приступы тревоги;
- Эпизодические приступы панических атак;
- Присутствие небольшой усталости;
- Незначительное ухудшение памяти;
- Умеренные трудности концентрации внимания;
- Частичное снижение уровня иммунитета.

Низкому уровню стресса соответствуют:

- 1) Редкие приступы тревоги или их отсутствие;
- 2) Единичные приступы панических атак или их отсутствие;
- 3) Отсутствие проблем со здоровьем;
- 4) Отсутствие изменений в уровне иммунитета после рождения ребенка с ООП.

Исходя из результатов анкетирования, преобладающая часть опрошенных родителей (66 %) пребывает в состоянии высокого или среднего уровней стресса, в то время как у 33 % респондентов отмечается низкий уровень стресса. Результаты исследования свидетельствуют о необходимости осуществления психолого-педагогической поддержки родителей детей с ООП. По нашему мнению, в данном случае требуется систематическая целенаправленная работа с родителями.



**Рисунок 9. Результаты второго этапа исследования**

Программа помощи и поддержки родителей, на наш взгляд, должна включать несколько направлений: диагностику потребностей, просветительскую работу, коррекционно-развивающую работу и действующий на постоянной основе родительский клуб.

Просветительская работа может быть организована в нескольких формах: на родительских собраниях, во время индивидуальных консультаций, тренингах. Коррекционно-развивающая работа также может проводиться индивидуально со специалистами, во время обучающих тренингов. Функционирование родительского клуба преследует несколько задач, с одной стороны – для обсуждения имеющихся проблем с другими родителями и специалистами, как место, где родители могут высказать и поделиться своей болью или успехами, а, с другой – как обучение и воспитание самих родителей.

Нами сформулированы рекомендации для родителей, воспитывающих ребенка с ООП:

1. Постоянно повышать психолого-педагогические знания через участие в практикумах, мастер-классах, консультациях, психологических тренингах, проявлять личный интерес к новой информации;

2. Повышать воспитательные возможности семьи и стремиться к улучшению детско-родительских отношений;

3. Научиться отмечать малейшие успехи ребенка, сообщая о них в присутствии членов семьи. Хвалить и поддерживать даже за незначительные поступки, не акцентировать внимание на ошибках.

4. Повышать уровень доверия к специалистам, обращаться за помощью, продолжать занятия на дому со своим ребенком.

5. Принять ребенка таким, какой он есть, не жалеть и не стесняться, а помогать ему развиваться

При проведении исследования нами были приняты во внимание все рекомендации экспертов по организации специальной поддержки родителей детей с ООП М. Scerpanovic,

Н.А. Степановой, С.Г. Лещенко, С.К. Хаидова, С. Jenaro, Н. Flores, К. Savari, М. Naseri, Y. Savari, Е.В. Коротаевой, А.С. Андрюниной, И.Г. Чугаевой (Scepanovic, 2017; Степанова, Лещенко, Хаидов, 2017; Jenaro, Flores, 2020; Savari, Naseri, Savari, 2023; Коротаева, Андрюнина, Чугаева, 2023), а также содержания психолого-педагогического сопровождения родителей в условиях инклюзивного образования (Dzhangeldinova, Baymukhanova, 2015; Seisenova, 2018; Кабдуалиева, Жубакова, 2021; Турмаханова, Алдияров, Нурсеитова, 2023; Шац, 2023; Razenkova, Yugova, 2023). В частности, в исследовании С. Jenaro отмечается, что необходимо расширить возможности семьи, предоставить дополнительные ресурсы и помощь, что будет способствовать улучшению адаптации семьи и снижению уровня стресса у родителей (Jenaro, 2020). С.А. Турмаханова, А.Д. Алдияров, Л.О. Нурсеитова предлагают распространить поддержку на всех членов семьи и вовлекать их в общественную жизнь через различные платформы общения и взаимодействия, такие как родительские клубы, общественные объединения, фонды, реабилитационные центры (Турмаханова, Алдияров, Нурсеитова, 2023). Поддержка родителей, воспитывающих детей с ООП, должна быть направлена на снижение стресса через формирование определенной модели поведения: установление позитивных взаимоотношений с окружающими (Dzhangeldinova, Baymukhanova, 2015), адекватного распределения внимания между здоровыми и больными детьми (Шац, 2023), развитие устойчивости к восприятию стрессовой ситуации (Savari, Naseri, Savari, 2023).

Рассмотрим существенные отличия специальной поддержки от созданных ранее другими исследователями.

- Целевая направленность программы поддержки, которая заключается в осуществлении специальной работы по снижению стресса и нормализации психосоматического состояния родителей и оптимизации детско-родительских отношений.

- Системность и последовательность реализации программы, которая предполагает осуществление работы по каждому направлению программы: диагностика потребностей, просветительское, коррекционно-развивающее, родительский клуб и предполагает поэтапную работу: анализ и выявление потребностей субъектов, планирование, решение проблем, получение обратной связи, мотивирование родителей к работе с ребенком, что отсутствует в других однонаправленных программах поддержки (Макаров, 2015; Оганнисян, 2022).

- Универсальность программы, которая связана с возможностью ее использования в различных целях: не только педагогического просвещения родителей, но и приобретения необходимых социально-коммуникативных и психолого-педагогических компетенций, например, навыков по саморегуляции, овладения техниками самопомощи, навыками управления стрессом и др., что не отражено в других программах (Турмаханова, Алдияров, Нурсеитова, 2023; Шац, 2023).

- Наличие непрерывной коммуникативной обратной связи с родителями и возможность внесения корректив в программу в рамках функционирования родительского клуба.

## **Заключение**

Проведенное исследование позволило собрать данные об уровнях стресса и его негативном влиянии на психическое и физическое состояние родителей детей с ООП

и предложить пути оказания поддержки родителям. Тем не менее, при проведении первого и второго этапов исследования были получены неравнозначные данные.

Результаты экспресс-диагностики указывают на низкий уровень стресса у большей половины родителей. Предполагаем, что полученный итог обусловлен двумя факторами. Во-первых, экспресс-диагностика, как правило, использует методы быстрой и поверхностной оценки, которые могут недооценивать комплексность эмоционального состояния родителей. Кроме того, по причине ограниченного выбора ответов («да» или «нет») возможны упущения существенных деталей, раскрывающих суть проблемы. Во-вторых, родители, отвечая на вопросы экспресс-диагностики, могут преднамеренно или непроизвольно подавлять свои эмоции и преуменьшать имеющиеся трудности, стремясь представить себя в более благоприятном свете во избежание критики со стороны общества. Это может привести к искажению результатов и созданию иллюзии низкого уровня стресса у родителей детей с нарушениями развития.

Однако более углубленный анализ информации, собранной в ходе анкетирования, позволил не только опровергнуть результаты экспресс-диагностики, но и выявить патологическую взаимосвязь стресса и психосоматического состояния здоровья участников исследования. Исходя из статистических данных, 66 % родителей подвержены воздействию стресса, из которых 23 % испытывают высокий уровень стресса, выражающийся посредством ряда психологических и соматических симптомов.

К психологическим симптомам относятся: регулярное появление чувства тревоги и панических атак, ухудшение памяти и концентрации внимания, защитные механизмы психики от травмирующих событий, такие как вытеснение и проекция, а также потеря интереса к собственной личности. Среди соматических симптомов стоит выделить ухудшение состояния здоровья и снижение уровня иммунитета, развитие хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта и сердечно-сосудистой системы, нарушения сна и бодрствования, частые головные боли. Проявление данных симптомов значительно снижает качество жизни родителей, что непосредственно влияет на благополучие семьи особенного ребёнка в целом.

Считаем, что результаты исследования, подтверждающие наличие стресса в той или иной степени, а также выявленные последствия его влияния на психофизическое состояние здоровья, указывают на необходимость оказания посильной психолого-педагогической поддержки родителям, имеющим детей с ООП. Предложенная программа основана на поэтапной реализации направлений деятельности: диагностического, просветительского, коррекционно-развивающего и функционирования родительского клуба, что обеспечивает систематическую, последовательную и целенаправленную работу по оказанию поддержки родителям и формированию у них важных социально-коммуникативных и психолого-педагогических компетенций.

Настоящее исследование не исчерпывает в полной мере решение проблемы повышенного уровня стресса у родителей особенных детей, однако определяются перспективы разработки системы психолого-педагогической помощи семьям, воспитывающим детей с ООП, адекватно отражающей современный уровень развития общества, науки и образования Республики Казахстан.

Материалы статьи могут быть полезны исследователям и специалистам, занимающимся проблемой повышения качества поддержки родителей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями.

## Вклад авторов:

**Жубакова С.С.** – существенный вклад в концепцию работы, сбор и анализ имеющихся научных исследований по рассматриваемой проблеме, критический пересмотр содержания, анализ результатов, написание введения, обзора литературы, оформление статьи, утверждение окончательного варианта статьи, процедура подачи и организация подачи материалов.

**Гердт Н.В.** – сбор и анализ имеющихся научных исследований по рассматриваемой проблеме, написание текста, подбор методов исследования, проведение эксперимента, анализ и обработка результатов исследования.

## Список литературы

Акарачкова, Е.С., Байдаулетова, А.И., Беляе, А.А. (2020). Стресс: причины и последствия, лечение и профилактика. Клинические рекомендации. СПб.: Скифия-принт; М.: Профмедпресс.

Грановская, Р.М., Березная, И.Я. (2020). Интуиция и искусственный интеллект. СПб.: Гуманитарный центр.

Дьячкова, Е. С., Баяндина, Т.В. (2021). «Психологические особенности матерей, воспитывающих детей с ОВЗ и инвалидностью». Медицинская психология в России, (3). Доступно по адресу: [https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2012\\_n3/55186](https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2012_n3/55186) (дата обращения: 01.12.2024)

Закон Республики Казахстан (2002) «О социальной и медико-педагогической коррекционной поддержке детей с ограниченными возможностями» (с изменениями и дополнениями по состоянию на 01.07.2023 г.) №343-ІІ. Доступно по адресу: <https://adilet.zan.kz/> (дата обращения: 16.03.2025)

Кабдуалиева, С.К., Жубакова, С.С. (2021). «Необходимость сопровождения семьи ребенка с особыми образовательными потребностями», Norwegian Journal of Development of the International Science, 53(3), стр.31-35. Доступно по адресу: <https://cyberleninka.ru/article/n/neobhodimost-soprovozhdeniya-semi-rebenka-s-osobymi-obrazovatelnyimi-potrebnostryami/viewer> (дата обращения: 01.12.2024)

Козачек, О. В., Банченко, О. Д. (2021). «Психологические особенности матерей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья». Грани познания, (1), С. 86-93. Доступно по адресу: <https://sciup.org/148311066>. (дата обращения: 28.10.2024)

Коротаяевой, Е.В., Адрюниной, А.С., Чугаевой, И.Г. (2023). «Диалогическое взаимодействие семьи и школы: содержательный аспект». Образование и наука, (3), стр. 97-121. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2023-3-97-121>

Макаров, А.О. (2015). «Педагогические условия социально-педагогического сопровождения семейного воспитания ребенка с ОВЗ». Педагогическое образование в России, (4), стр.102-108. Доступно по адресу: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-usloviya-sotsialno-pedagogicheskogo-soprovozhdeniya-semeynogo-vospitaniya-rebenka-s-ogranichennymi-vozmozhnostryami> (дата обращения: 27.10.2023).

Мальцева, А.А. (2020). «Личностные особенности родителей, воспитывающих детей-инвалидов». Наука: комплексные проблемы, 2 (16). - С. 59–64. <https://doi.org/10.12731/2658-4034-2020-6-7-16>

Международная Классификация Болезней 11-го пересмотра. Доступно по адресу: <https://icd.who.int/ru> (дата обращения: 27.09.2023)

Оганнисян, Н.А. (2022). «Роль семьи в воспитании детей с особыми образовательными потребностями». Universum: психология и образование, 11(101). Доступно по адресу: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/14443> (дата обращения: 27.09.2023)

Пахомов, В. Н. Малхозова, А. Б. (2022). «Индивидуально-психологические особенности родителей, воспитывающих детей с ОВЗ». Психология здоровья и болезни: клинико-психологический подход (с использованием дистанционных технологий): материалы XII

Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Курск: Курский государственный медицинский университет, стр. 288-293.

Семенова, Л.Э., Божкова, Е.Д., Конева, А.А. (2022). «Личностные ресурсы психологического благополучия матерей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью». Вестник Мининского университета, (1), стр. 5-22. <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2022-10-5>

Степанова, Н.А., Лещенко, С.Г., Хаидов, С.К. (2017). «Психолого-педагогическое сопровождение семьи ребенка с ограниченными возможностями здоровья: организация, содержание, технологии». Modern problems of science and education, (5), стр. 254-254. Доступно по адресу: <https://science-education.ru/en/article/view?id=26833> (дата обращения: 02.12.2024)

Токаев, К.К. Послание Главы государства народу Казахстана от 2 сентября 2019 года. Доступно по адресу: <https://www.akorda.kz/ru/> (дата обращения: 23.11.2023)

Турмаханова, С.А., Алдияров, А.Д., Нурсейтова, Л.О. (2023). «Важность оказания психологической помощи семье детей с особыми образовательными потребностями». Международный научный журнал «Вестник науки», 5 (62), стр.158-166. Доступно по адресу: <https://cyberleninka.ru/article/n/vazhnost-okazaniya-psihologicheskoy-pomoschi-semie-detey-s-osobymi-obrazovatelnyimi-potrebnostyami/viewer> (дата обращения: 02.12.2024)

Центерадзе, С.Л., Полуэктов, М.Г. (2018). «Влияние нарушений сна на здоровье и возможности их коррекции». Медицинский совет, (18), стр.30-33. <https://doi.org/10.21518/2079-701X-2018-18-30-33>

Шац, И.К. (2023). «Психолого-педагогические аспекты сопровождения семьи ребенка с ограниченными возможностями здоровья». Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина, (2), стр. 100–113. [https://doi.org/10.35231/18186653\\_2023\\_2\\_100](https://doi.org/10.35231/18186653_2023_2_100)

Шогенов, Б.Ю., Кумахова, Д.Б. (2020). «Влияние стресса на человека». Экономика и социум, 1 (68), стр.917-929. Доступно по ссылке: <https://sciup.org/140247707> (дата обращения: 29.11.2024)

Шрайнер, К. Методика для диагностики состояния стресса. Доступно по адресу: [https://cdk-detstvo.centerstart.ru/sites/cdk-detstvo.centerstart.ru/files/2022-12/metodika\\_dlya\\_diagnostiki\\_sostoyaniya\\_stressa.pdf](https://cdk-detstvo.centerstart.ru/sites/cdk-detstvo.centerstart.ru/files/2022-12/metodika_dlya_diagnostiki_sostoyaniya_stressa.pdf) (дата обращения: 29.11.2024)

Dzhangeldinova, Z.B., Baymukhanova, M.E. (2015). Psychological and pedagogical support for parents raising children with childhood autism: methodological recommendations. Almaty: NNPCSP.

Jenaro, C. Flores, H., Guteres-Bermeho, B., Vega, V., Peres, K., Crus, M. (2020). «Parental stress and family quality of life: Surveying family members of persons with intellectual disabilities». International journal of environmental research and public health, (23), p. 9007. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239007>

Razenkova, Y.A. Yugova, O.V. (2023). «Resource Approach in Psychological and Pedagogical Research and Practice of Helping the Family of a Child with Disabilities». Journal of Pedagogical Innovations, 4 (72). pp. 38–49. <https://doi.org/10.15293/1812-9463.2304.03>

Savari, K., Naseri, M., Savari, Y. (2023). «Evaluating the role of perceived stress, social support, and resilience in predicting the quality of life among the parents of disabled children». International Journal of Disability, Development and Education, 70(5), pp. 644-658. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2021.1901862>

Scepanovic, M. (2017). «Support to families of children with disabilities during early childhood», в Earlyaid Conference 2017 - Conference «Early Childhood Intervention: For meeting sustainable development goals of the new millennium», PROCEEDINGS Belgrade, Serbia, pp. 297-304. Доступно по адресу: <https://www.researchgate.net/publication/343267458> (дата обращения: 25.11.2024)

Seisenova, A.D. (2018). Legal support for parents when including children with special educational needs in the educational process: methodological recommendations. Almaty: NNPCSP.

Selye, G. (1979). Stress without distress. Moscow: Progress.

Staunton, E., Kehoe, C., Sharkey, L. (2023). «Families under pressure: Stress and quality of life in

parents of children with an intellectual disability». Irish journal of psychological medicine, 40 (2), pp 192-199. <https://doi.org/10.1017/ipm.2020.4>

Tien, L.P. (2022). «Stress and quality of life among fathers of special needs children in Klang Valley». Journal of Pharmaceutical Negative Results, (13), pp.1010-1018. <https://doi.org/10.47750/pnr.2022.13.S06.135>

Wang, H., Hu, X., Han, Z. R. (2020). «Parental stress, involvement, and family quality of life in mothers and fathers of children with autism spectrum disorder in mainland China: A dyadic analysis». Research in Developmental Disabilities, (107), pp. 103791. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2020.103791>

**С.С.Жубакова\*<sup>1</sup>, Н.В. Гердт<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Л. Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан

### **Мектепте ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалардың ата-аналарына қолдау көрсетуді ұйымдастыру**

**Аңдатпа.** Ерекше қажеттіліктері бар балаларға арнайы көмек көрсету бойынша әртүрлі профильдегі мамандардың айтарлықтай күш-жігеріне қарамастан, бұл ерекше баланы қоғамдағы өмірге бейімдеу процесінде шешуші рөл атқаратын ата-аналар. Сонымен бірге, өз баласының дамуындағы ауытқулар ата-аналарда ересектердің моральдық-психологиялық ресурстарын әлсірететін күшті стресс тудырады. Сондықтан ата-аналарды қолдаудың арнайы бағдарламалары қажет. Зерттеудің мақсаты: стресс деңгейін және оның ерекше балалардың ата-аналарының психикалық және физикалық денсаулығының көрсеткіштеріне теріс әсерін зерттеу және ата-аналарды қолдау бағдарламасын әзірлеу. Осы мақсатты шешу үшін 30 адамнан тұратын кешенді және жеке бұзушылықтары бар балалардың ата-аналарын қамтыған зерттеу жүргізілді. Зерттеудің бірінші кезеңінде жедел диагностикалық деректер респонденттердің көпшілігінде стресстің төмен деңгейін көрсетті. Алайда, екінші кезеңде сауалнама арқылы стресстің жоғары және орташа деңгейлері, сондай-ақ олардың сауалнамаға қатысқан ата-аналардың психосоматикалық жағдайына патологиялық әсері анықталды. Үшінші кезеңде біз ата-аналарды қолдаудың арнайы бағдарламасын әзірлеп, сынап көрдік. Алынған нәтижелер белгілі бір дәрежеде ерекше балалардың отбасыларындағы ата-аналық стресс проблемасының өзекті жағдайын көрсетеді және ата-аналарды қолдау бағдарламасын жасауға мүмкіндік беретін деректерді қамтиды. Зерттеу нәтижелері ерекше білім беру қажеттіліктері бар баланы тәрбиелеп отырған ата-аналарды қолдаудың маңыздылығын арттырады, ата-аналарды қолдауды ұйымдастыру бойынша әзірленген бағдарлама мен ұсыныстарды инклюзивті білім беруді іске асыру процесінде педагогтар мен мамандар пайдалана алады.

**Түйін сөздер:** ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалар, отбасылық тәрбие, мектеп пен отбасының ынтымақтастығы, ата-аналардың қолдауы, психосоматикалық жағдай, стресс.

**S.S. Zhubakova\*<sup>1</sup>, N.V. Gerdt<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan

### **Organization of support for parents of children with special educational needs at school**

**Abstract.** Deviations in the development of their own child cause the emergence of severe stress in parents, devastating the moral and psychological reserves of adults. Therefore, special programs to support parents are necessary. Aim: to study the level of stress and its negative impact on the mental and physical health of parents of special children and to develop a program to support parents. Methodology and research methods. At the first stage of the study, express diagnostic data showed a low stress level in most respondents. However, during the second stage, a questionnaire revealed the presence of high

and medium stress levels, as well as their pathological impact on the psychosomatic state of the parents surveyed. At the third stage, we developed and tested a special program to support parents. Results and scientific novelty. The results obtained to a certain extent reflect the current state of the problem of parental stress in families of special children and contain data that allowed us to develop a program to support parents. Practical significance. A program and recommendations for organizing support for parents were developed, which can be used by teachers and specialists in the process of implementing inclusive education.

**Keywords:** children with special educational needs, family education, cooperation between school and family, parental support, psychosomatic condition, stress.

### References:

Akarachkova, E.S. (2020). Stress prichiny i posledstviya, lechenie i profilaktika. Klinicheskie rekomendazii [Stress: causes and consequences, treatment and prevention. Clinical recommendations]. St. Petersburg: Scythia-print; Moscow: Profmedpress. [in Russian].

Granovskaya, R.M., Bereznaya, I.Ya. (2020). Intuiziya i isskustvennyi intellekt [Intuition and artificial intelligence]. St. Petersburg: Humanitarian Center. [in Russian].

Dyachkova, E. S., Bayandina, T. V. (2021). Psihologicheskie osobennosti materei, vospityvaushih detei s OVZ i invalidnostiu [Psychological characteristics of mothers raising children with disabilities], Medical psychology in Russia, 13(3), str. 43-57. Available at: [https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2012\\_n3/55186](https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2012_n3/55186) (accessed: 01.12.2024). [in Russian].

Zakon Respubliki Kazakstan (2002). O sozialnoi i mediko-pedagogicheskoi korrekzionnoi podderzhke detei s ogranichennymi vozmozhnostjami [Law of the Republic of Kazakhstan: On social and medical-pedagogical correctional support for children with disabilities] (with amendments and additions as of 07.01.2023) [electronic resource] Available at: <https://adilet.zan.kz/> (accessed: 11.23.2023). [in Russian].

Kabdualieva, S.K., Zhubakova, S.S. (2021). Neobhodimost' soprovozhdeniya sem'i rebenka s osobymi potrebnyami [The need to accompany the family of a child with special educational needs], Norwegian Journal of Development of the International Science, 53(3), str. 31-35. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/neobhodimost-soprovozhdeniya-semi-rebenka-s-osobymi-obrazovatelnyimi-potrebnyami/viewer>. (accessed: 01.12.2024). [in Russian].

Kozachek, O.V., Banchenko, O.D. (2021). Psihologicheskie osobennosti materei, vospityvaushih detei s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya [Psychological characteristics of mothers raising children with disabilities], The facets of knowledge, (1), str. 86-93. Available at: <https://sciup.org/148311066>. (accessed: 28.10.2024). [in Russian].

Korotaeva, E.V., Adryunina, A.S., Chugaeva, I.G. (2023). Dialogicheskoe vzaimodeistvie sem'i i shkoly [Dialogical interaction between family and school: substantive aspect], Education and Science, 25 (3), str. 97-121. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2023-3-97-121>. [in Russian].

Makarov, A.O. (2015). Pedagogicheskie usloviya sozialno-pedagogicheskogo soprovozhdeniya semeinogo vospitaniya rebenka s OVZ [Pedagogical conditions of social and pedagogical support for the family upbringing of a child with disabilities], Pedagogical education in Russia, (4), str.102-108. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-usloviya-sotsialno-pedagogicheskogo-soprovozhdeniya-semejnogo-vospitaniya-rebenka-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami> (accessed: 10.27.2023). [in Russian].

Maltseva, A. A. (2020). Lichnostnye osobennosti roditelei, vospityvaushih detei s OVZ i invalidnost'u [Personal characteristics of parents raising disabled children], Nauka: complex problems, 2 (16), str. 59-64. <https://doi.org/10.12731/2658-4034-2020-6-7-16>. [in Russian].

Mezhdunarodnaya klassifikaziya Bolezni 11 peresmotra [International Classification of Diseases of the 11th revision]. Available at: <https://icd.who.int/ru> (accessed: 27.09.2023).

Hovhannisyan, N.A. (2022). Rol' sem'i v vospitanii detei s osobymi obrazovatelnyimi potrebnyami

[The role of the family in the upbringing of children with special educational needs], *Universum: psychology and education: electron. scientific Journal*, 11(101). Available at: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/14443>. (accessed: 27.09.2023). [in Russian].

Pakhomov, V.N., Malkhozova, A.B. (2022). Individual'no-psihologicheskie osobennosti roditelei, vospityvaushih detei s OVZ [Individual psychological characteristics of parents raising children with disabilities], in *Psychology of health and illness: clinical and psychological approach*. Kursk: Kursk State Medical University, s. 288-195. [in Russian].

Semenova, L.E., Bozhkova E.D. (2022). Koneva A.A. Lichnostnye resursy psihologicheskogo blagopoluchiya materei, vospityvaushih detei s ogranichennymi vosmozhnostyami zdoroviya i invalidnost'u [Personal resources for the psychological well-being of mothers raising children with disabilities and disabilities], *Bulletin of the Minin University*, 10(1), str. 5-10. <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2022-10-5>. [in Russian].

Stepanova, N.A., Leschenko, S.G., Khaidov, S.K. (2017). Psihologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie sem'i rebenka s ogranichennymi vosmozhnostyami zdoroviya: organizatsiya, sodержание, tehnologii [Psychological and Pedagogical Support of the Child's Family with Disabilities of Health: Organization, Content, Technology], *Modern problems of science and education*, (5), str. 254-254. Available at: <https://science-education.ru/en/article/view?id=26833>. (accessed: 27.09.2023). [in Russian].

Tokayev, K.K. (2019). Poslanie Glavy gosudarstva narodu Kazakstana [Message of the Head of State to the People of Kazakhstan] 2.09. 2019, Available at: <https://www.akorda.kz/ru/> (accessed: 23.11.2023). [in Russian].

Turmakhanova, S.A., Aldiyarov, A.D., Nurseitova, L.O. (2023). Vazhnost' okazaniya psihologicheskoi pomoshi sem'e detei s osobymi obrazovatel'nymi potrebnostyami [The importance of providing psychological assistance to a family of children with special educational needs], *Bulletin of Science*, 5 (62), str.158-166. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/vazhnost-okazaniya-psihologicheskoy-pomoschi-semie-detey-s-osobymi-obrazovatel'nymi-potrebnostyami/viewer>. (accessed: 02.12.2024). [in Russian].

Tsenteradze, S.L., Poluektov, M.G. (2018). Vliyanie narushenii sna na zdorov'e i vozmozhnosti ih korrekzii [The effect of sleep disorders on health and the possibility of their correction], (18), str.30-33. <https://doi.org/10.21518/2079-701X-2018-18-30-33>. [in Russian].

Shats, I.K. (2023). Psihologo-pedagogicheskie aspekty soprovozhdenie sem'i rebenka s ogranichennymi vosmozhnostyami zdoroviya [Psychological and pedagogical aspects of supporting the family of a child with disabilities], *Bulletin of the Leningrad State University named after A.S. Pushkin*, (2), str. 100-113. [https://doi.org/10.35231/18186653\\_2023\\_2\\_100](https://doi.org/10.35231/18186653_2023_2_100). [in Russian].

Shogenov, B.Yu., Kumakhova, D.B. (2020). Vliyanie stressa na cheloveka [The effect of stress on humans], *Economics and Society*, 1 (68), str. 917-929. Available at: <https://sciup.org/140247707>. (accessed: 29.11.2024). [in Russian].

Schreiner, K. A. Metodika dlya giagnostiki sostoyaniya stressa [Technique for diagnosing stress]. Available at: [https://cdk-detstvo.centerstart.ru/sites/cdk-detstvo.centerstart.ru/files/2022-12/metodika\\_dlya\\_diagnostiki\\_sostoyaniya\\_stressa.pdf](https://cdk-detstvo.centerstart.ru/sites/cdk-detstvo.centerstart.ru/files/2022-12/metodika_dlya_diagnostiki_sostoyaniya_stressa.pdf)

Dzhangeldinova, Z.B., Baymukhanova, M.E. (2015). Psychological and pedagogical support for parents raising children with childhood autism: methodological recommendations. Almaty: NNPCSP.

Jenaro, C. Flores, H., Guteres-Bermeho, B., Vega, V., Peres, K., Crus, M. (2020). Parental stress and family quality of life: Surveying family members of persons with intellectual disabilities. *International journal of environmental research and public health*, (23), p. 9007. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239007>.

Razenkova, Y.A., Yugova, O.V. (2023). Resource Approach in Psychological and Pedagogical Research and Practice of Helping the Family of a Child with Disabilities, *Journal of Pedagogical Innovations*, 4 (72), pp. 38-49. <https://doi.org/10.15293/1812-9463.2304.03>.

Savari, K., Naseri, M., Savari, Y. (2023). Evaluating the role of perceived stress, social support, and

resilience in predicting the quality of life among the parents of disabled children, *International Journal of Disability, Development and Education*, 70(5), pp. 644-658. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2021.1901862>

Scepanovic, M. (2017). Support to families of children with disabilities during early childhood, in *Early Childhood Intervention: For meeting sustainable development goals of the new millennium proceedings*. Belgrade, Serbia, s.297-304. <https://www.researchgate.net/publication/343267458>. (accessed: 25.11.2024).

Seisenova, A.D. (2018). Legal support for parents when including children with special educational needs in the educational process: methodological recommendations. *Almaty: NNPCSP*.

Selye, G. (1979). *Stress without distress*. Moscow: Progress.

Staunton, E., Kehoe, C., Sharkey, L. (2023). Families under pressure: Stress and quality of life in parents of children with an intellectual disability, *Irish journal of psychological medicine*, 40 (2), pp 192-199. <https://doi.org/10.1017/ipm.2020.4>.

Tien, L.P. et al. (2022). Stress and quality of life among fathers of special needs children in Klang Valley, *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, (13), pp.1010-1018. <https://doi.org/10.47750/pnr.2022.13.S06.135>.

Wang, H., Hu, X., Han, Z. R. (2020). Parental stress, involvement, and family quality of life in mothers and fathers of children with autism spectrum disorder in mainland China: A dyadic analysis, *Research in Developmental Disabilities*, (107), pp. 103791. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2020.103791>.

**Конфликт интересов.** Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

**Авторлар туралы мәлімет:**

**Жұбакова Сәуле Сайбулатовна** – хат-хабар авторы, педагогика ғылымдарының кандидаты, қауымдастырылған профессор, аға оқытушы, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, А. Янушкевича көшесі, 6, 010008 Астана, Қазақстан

**Гердт Нелли Викторовна** – Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, «Педагогика және психология» білім беру бағдарламасының магистры, А. Янушкевича көшесі, 6, 010008 Астана, Қазақстан.

**Сведения об авторах:**

**Жұбакова Сауле Сайбулатовна** – автор для корреспонденции, к.п.н., ассоциированный профессор, старший преподаватель, Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, ул. А. Янушкевича, 6, 010008, Астана, Казахстан

**Гердт Нелли Викторовна** – магистрант образовательной программы «Педагогика и психология», Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, ул. А. Янушкевича, 6, 010008, Астана, Казахстан

**Information about the authors:**

**Zhubakova Saule Saibulatovna** – corresponding author, Ph.D, Associate Professor, senior lecturer, Department of Pedagogy, L.N. Gumilyov Eurasian National University, Yanushkevich, 6, 010008, Astana, Kazakhstan

**Gerdt Nelli Viktorovna** – undergraduate student of the educational program «Pedagogy and Psychology», L.N. Gumilyov Eurasian National University, Yanushkevich, 6, 010008, Astana, Kazakhstan.