



ФГБУ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ ЭКСПЕРТИЗЫ И РЕАБИЛИТАЦИИ ИМ. Г.А. АЛЬБРЕХТА
МИНИСТЕРСТВА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Актуальность вопроса профилактики эмоционального выгорания у родителей, воспитывающих детей-инвалидов

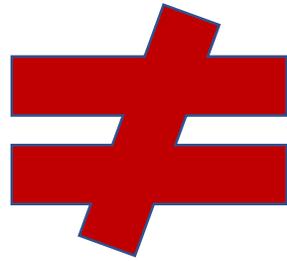
**Купцова Екатерина
Сергеевна,
Карасаева Л.А.**



Институт дополнительного профессионального образования

- По данным **ВОЗ** (всемирной организации здравоохранения), распространенность аутизма в странах США и Европы с начала XXI века выросла с **20,6** до **156,0%**.
- В Российской Федерации в **2020** году медианный показатель распространенности аутизма составил **180,0%** (Росстат: положение инвалидов, 2020).
- Количество детей-инвалидов с **расстройствами психологического развития в РФ увеличивается**, занимая **лидирующее место среди всех видов психических заболеваний** (Дымочка М.А., 2021; Веригина Н.Б., 2021; Шкурко М.А., 2021).
- **Более половины** детей данной группы становятся инвалидами **вследствие аутизма**, что свидетельствует о **недостаточной эффективности их реабилитации** (Морозов С.А., 2020; Малькова, С.В., 2021).

От *паттерна семьи* зависит *эффективность* реабилитации и абилитации ребенка-инвалида.



Купцова Е.С. 28 марта 2025г.

Изображения созданы Купцовой Е.С. совместно с нейросетью Яндекса

Зачастую выбор конкретной технологии при реализации программы реабилитации осуществляется на основе **субъективного опыта специалиста, без учета научного подхода**, что определяет **низкую эффективность реабилитационных мероприятий.**



Купцова Е.С. 28 марта 2025г.
Изображения созданы Купцовой Е.С. совместно с нейросетью Яндекса

(Чистякова Н.П., 2025)

У родителей, воспитывающих детей с РАС, в том числе и из-за нерешенных проблем в психоэмоциональном состоянии ребенка, ***возникает синдром эмоционального выгорания.***



Купцова Е.С. 28 марта 2025г.
Изображения созданы Купцовой Е.С. совместно с нейросетью Яндекса

*Эмоциональное выгорание у родителей,
воспитывающих детей с инвалидностью*



негативно влияет на здоровье самих родителей,
взаимодействие родителя и ребенка,
общее благополучие семьи



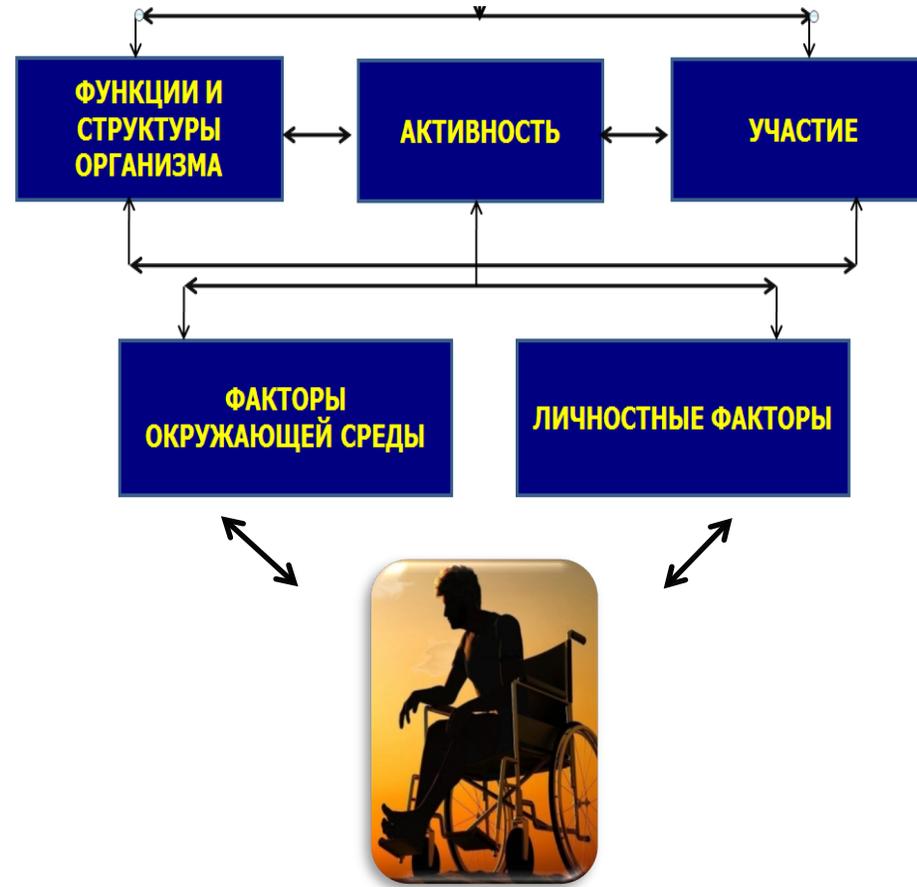
реабилитация и абилитация ребенка-инвалида
становится менее эффективной

Диагност ика и профилактика эмоционального выгорания у родителей воспитывающих детей-инвалидов – одна из важных задач психолога.



Купцова Е.С. 28 марта 2025г.
Изображения созданы Купцовой Е.С. совместно с нейросетью Яндекса

МЕЖДУНАРОДНАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ, ОГРАНИЧЕНИЯ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЗДОРОВЬЯ (ICF), (WHO, 2001)



МКФ определяет инвалидность как «зонтичный» термин для обозначения нарушений функций пациента, его ограничений в действиях и в участии в жизни социума

В международной классификации функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья к барьерам внешней среды относят

и

• макросреду

• микросреду





Синдром эмоционального выгорания характеризуется:

- Физическим и эмоциональным истощением.**
- Потерей мотивации и снижением энергии.**
- Снижением качества общения и ухода за ребёнком.**

Причины эмоционального выгорания:

- **Постоянная физическая и эмоциональная нагрузка.**
- **Социальная изоляция и недостаток поддержки.**
- **Стереотипы «сильного родителя» и табу на просьбу о помощи.**
- *Неуверенность в будущем ребёнка.*

Последствия эмоционального выгорания

- ***Физическое истощение*** → хронические болезни.
- ***Эмоциональная перегрузка*** → агрессия, тревожность.
- ***Социальная изоляция*** → потеря контакта с окружающими.
- ***Снижение качества ухода за ребёнком*** → снижение потенциала развития, реабилитационного и абилитационного потенциала семьи.

Роль общественного восприятия и стереотипов



- Родителей считают либо *героями*, либо *жертвами*.
- **Общество ожидает** полного самопожертвования.
- **Страх осуждения** мешает родителям обращаться за помощью.
- **Недостаток инклюзивной** среды усиливает социальную изоляцию.

Важность психоэмоционально й поддержки



Индивидуальная и семейная терапия → ПОМОЩЬ В СНИЖЕНИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТРЕССА.

Группы поддержки → ВОЗМОЖНОСТЬ ДЕЛИТЬСЯ ОПЫТОМ.

Практическая помощь → временная передышка для родителей.

Обучающие программы → развитие навыков ухода за

Купцова Е.С. 28 марта 2025г.

Изображения созданы Купцовой Е.С. совместно с нейросетью Яндекса.

СОБОЙ И РЕБЁНКОМ

Пути решения проблемы



Изображения созданы Купцовой Е.С. совместно с нейросетью Яндекса

- **Информационные кампании** → изменение общественного восприятия.
- **Создание доступных групп поддержки** → обмен опытом и ресурсами.
- **Развитие инклюзивной среды** → больше возможностей для родителей.
- **Формирование нового взгляда** → родители – обычные люди, нуждающиеся в поддержке.

Рекомендации для родителей



- Признавать важность собственного психоэмоционального состояния.
- Искать поддержку у специалистов и других родителей.
- Находить время для отдыха и восстановления.
- ***Не бояться обращаться за помощью.***

- Профилактика выгорания – **комплексная задача.**
- Родители должны получать не только поддержку для ребёнка, но и **помощь для себя.**
- Обществу необходимо **менять отношение** к таким семьям.
- Создание системной поддержки поможет **улучшить качество жизни родителей и детей.**



- В контексте **биопсихосоциальной модели** - микросреда представлена семьей ребенка-инвалида...
- **От паттерна семьи** зависит **эффективность** реабилитации и абилитации ребенка-инвалида.
- **Диагностика и профилактика эмоционального выгорания у родителей**, воспитывающих детей-инвалидов – одна из важных задач психолога.
- **Актуальность** вопросов **профилактики эмоционального выгорания родителей**, воспитывающих ребенка-инвалида, согласно МКФ – это **работа с внешними факторами с микро и макросредой**.
- Поэтому, **используя домены МКФ**, можно **объективно оценить эффективность психологической реабилитации**.



Благодарю за внимание!

Купцова Е.С. 28 марта 2025г.

Изображения созданы Купцовой Е.С. совместно с нейросетью Яндекса