

Психологическая помощь семьям, воспитывающим детей с расстройствами аутистического спектра

В последнее время наблюдается увеличение численности детей с расстройствами артистического спектра (РАС), среди которых наиболее часто встречается аутизм, осложненный интеллектуальным недоразвитием разной степени выраженности. Психологические особенности таких детей - снижение или отсутствие потребности в контактах с окружающим миром, стереотипность поведения, искажение процессов эмоционального реагирования.

Все семьи, воспитывающие детей с нарушениями развития сталкиваются с необходимостью прохождения определенных этапов функционирования семьи и каждый член семьи должен пройти этот этап, понять и принять свою роль на этом этапе:

1. Принятие диагноза ребенка и ситуации изменения жизни семьи.
2. Определение своей роли в процессе помощи ребенку и принятие на себя ответственности за исполнение этой роли.
3. Поддержание функциональности семьи за счет умения находить новые ресурсы, в том числе и эмоциональные.
4. Трансформация собственных ценностей и смыслов жизни.

Особенно сильно переживают матери детей с РАС, так как не получают необходимого отклика со стороны своего ребенка. Рост эмоциональной напряженности негативно сказывается на внутрисемейном климате, ведет к конфликтам в детско-родительских и супружеских отношениях. Матери склонны подавлять свои отрицательные эмоции, что нередко приводит к проявлению депрессивных и невротических состояний. Таким образом, семейная ситуация часто не оказывает на аутистического ребенка необходимого позитивного воздействия, а наоборот, усиливает защитные реакции, может стать причиной значительного регресса в психическом развитии.



Реальность воспитания ребенка с аутизмом (РАС) в России такова, что нет государственной системы помощи, нет специалистов и нормативно-правовых документов, регламентирующих эту помощь, а в существующей системе коррекционного образования катастрофически не хватает понимания сути нарушений и методик для психолого-педагогической помощи ребенку и его семье. Поэтому родителям приходится самостоятельно на свой страх и риск выстраивать личную систему коррекционной помощи для своего, отдельно

взятого, ребенка. При этом родители зачастую не обладают ни ресурсами (материальными, эмоциональными, временными и прочее), ни образованием, ни достаточным навыком для этого.

Работа специалистов с ребенком обязательно должна сочетаться с обучением родителей особому аффективному режиму его домашнего воспитания: постоянному эмоционально-смысловому комментарию впечатлений и действий ребенка и происходящего вокруг него, конкретным приемам налаживания с ним игрового и бытового взаимодействия, основанных на развитии разделенного переживания

Если говорить об оптимальной организации психолого-педагогической помощи, то ребенку с аутизмом необходимо:

- *на первом году жизни* - выявление самой угрозы формирования нарушений аутистического спектра и оказание специальной психологической помощи семье в развитии эмоционального контакта, налаживании взаимодействия с ребенком, что позволяет если и не избежать диагноза РАС, то, по крайней мере, значительно улучшить прогноз развития;

- *в период раннего возраста*, особенно в период постановки диагноза РАС, семье нужна психологическая поддержка, получение информации о специфике трудностей ребенка, обучение эффективным методам его воспитания и своевременное начало специальных занятий ребенка с психологом;

- *в дошкольном возрасте*, т.е. в период наиболее выраженных проявлений детского аутизма (заострения трудностей эмоционального контакта и поведенческих проблем, выявления искажения психического развития) семье по-прежнему необходима психологическая поддержка, а самому ребенку - индивидуальные занятия с психологом и, в случаях выраженной задержки развития, с логопедом и дефектологом, специально подготовленным к работе с такими детьми;

- *в старшем дошкольном возрасте* всем таким детям, помимо сохранения регулярных занятий с психологом, для подготовки к школе требуются индивидуальные занятия с педагогом, а также введение в детскую группу (в условиях специального сопровождения), расширяющую опыт социального взаимодействия;

- *на протяжении всего периода школьного обучения* и ребенок, и его семья продолжают нуждаться в специальном психолого-педагогическом сопровождении. При использовании всех возможностей интеграции ребенка в группу сверстников, ему необходима не только поддержка в освоении школьной программы, но и специальная помощь в развитии представлений об окружающем, социальной компетенции, в освоении навыков коммуникации и бытовой адаптации;

- *подростку с РАС* и его семье также необходима психологическая и педагогическая поддержка. Подростку требуется помощь в выработке навыков, обеспечивающих его самостоятельность в быту, ориентировку в ближнем и дальнем социальном окружении, навыков взаимодействия со сверстниками. Необходим также и поиск возможностей профессионального развития;

• во многих случаях *психолого-педагогическая поддержка требуется и взрослому человеку с проблемами аутистического спектра; его близкие также часто нуждаются в психологической помощи.*



Психологическое сопровождение семей воспитывающих детей с РАС ведется по следующим направлениям: психологическая диагностика, психологическое консультирование, психологическое просвещение, психологическая профилактика и психологическая коррекция. Помощь родителям должна быть направлена, в первую очередь, на создание доверительных отношений и оказание эмоциональной поддержки. Важно уделять внимание по формированию у родителей адекватного позитивного образа ребенка, уважительного отношения к его индивидуальным особенностям. Исходя из этого, вести работу по формированию единой системы требований. Матерей и отцов аутичных детей отличает противоречивая особенность- с одной стороны они хотят видеть развитие своего ребенка, с другой- избегают открытого обсуждения трудностей.

На этапе диагностирования для формирования доверительных отношений между психологом и родителями детей, следует проводить в форме индивидуальных консультаций. В процессе беседы педагог должен быть готов проявить заинтересованность развитием ребенка, готовностью помочь. Потребности в консультациях у родителей может возрасти по мере взросления ребенка.

Вопрос психологического просвещения родителей может быть решено с помощью различных способов: видеоуроков, фильмов, передач. Постепенно возможно включение родителей в групповые формы работы.

Постепенно возможно включение родителей в групповые формы работы, которые не связаны с необходимостью погружаться в собственные переживания, рассказывать о них другим людям, а направлены на получение родителями важной информации о процессе развития ребенка, его особенностях.

Решение профилактических задач обеспечивается систематичностью встреч с родителями для отслеживания динамики их эмоционального состояния,

а также использованием здоровьесберегающих технологий (например: арт-терапии). Отдельные арт-терапевтические приемы можно включать в процессе консультаций для вербализации (словесного определения) чувств и переживаний, снижения уровня психофизического напряжения.

Одной из важных задач включения родителей в групповые формы является эмоциональная поддержка, формирование чувства общности. В процессе работы в группе у родителей снижается острота переживаний, постепенно развивается навык решения проблемных ситуаций. Большое внимание необходимо уделять развитию рефлексии, то есть способности анализировать события и собственное отношение к ним.

Задача близких, которую не могут взять на себя специалисты, состоит в совместном с ребенком осмыслении круговорота повседневной домашней жизни. Выделяя в нем эмоционально значимые впечатления и опираясь на них, близкие могут поддерживать каждодневную активность.

Одним из основных средств насыщения бытового уклада моментами, объединяющими ребенка и взрослого, является эмоционально-смысловой комментарий. В полном объеме его могут осуществить только близкие люди, с пониманием и участием проговаривая сначала для ребенка, а потом, в идеале, вместе с ним все то, что каждодневно с ними происходит и день ото дня развивать осмысленное взаимодействие.