

Правила для членов семей, воспитывающих детей с РАС

Правило 1. Никогда не теряйте надежду, верьте в победу. Если даже сейчас Вам очень тяжело, верьте, что в дальнейшем будет лучше.

Правило 2. Переживайте вместе с больным все его состояния, все тревоги. Вы должны научиться понимать его лучше, чем он сам себя понимает.

Правило 3. Старайтесь завоевать доверие и откровенность.

Правило 4. Внимательно анализируйте опыт своих удач и ошибок. Все время старайтесь искать новые подходы. Присматривайтесь к тому, как находят к ребенку подход друзья, знакомые.

Правило 5. Борясь за него, ищите союзников. Люди, готовые Вам помочь, есть везде, только надо их найти и объяснить им ситуацию. Не обижайтесь на тех, кто Вас не понимает и не хочет помочь, не отчаивайтесь.

Наиболее адекватно к коррекционным вмешательствам относятся родители аутичных дошкольников. У них еще достаточно сил и веры в возможности своих детей. Чем старше ребенок, тем, как правило, пассивнее родители. Очень часто меняется отношение к реабилитации, она начинает восприниматься как занятость. В этом случае родители ребенка, будучи довольны самим фактом того, что их ребенок “хоть куда-то ходит”, мало задумываются о том, какова эффективность этой “занятости”,

если рассматривать ее с точки зрения “долгосрочной перспективы”. Это нередко сопровождается тем, что советы специалистов, касающиеся организации жизни ребенка, выслушиваются, но не исполняются.

Часто следует и вовсе отказ от занятий, особенно, если ребенок так и остался глубоко аутичным. Между тем, те немногие родители, которые не оставляют усилий по развитию и адаптации ребенка, несмотря на сохраняющееся тяжелое состояние, как правило, добиваются успеха и продвижения ребенка вперед. Изменения возможны в любом возрасте, пусть небольшие, но очень значимые для дальнейших жизненных перспектив аутичного человека. Даже если он не научился читать, писать, правильно говорить, самостоятельно передвигаться по городу – это не значит, что его больше нечему учить.

Повышение уровня включенности в окружающий мир, которого почти всегда можно добиться упорным трудом, повлечет за собой лучшее понимание происходящего, развитие навыков самообслуживания, иногда речи. Такие скачки в развитии ребенка часто происходят и после 8-10 лет (вплоть до появления отсутствующей ранее речи). Те изменения, которые кажутся слишком незначительными для стороннего наблюдателя, могут играть огромную роль для аутичного человека и для его дальнейшего развития. Рассчитывать же на изменения, сидя дома, невозможно. А ведь родители не вечны и не всегда смогут обеспечить ребенку тот уровень жизни и обслуживания, к которому он привык. Когда-нибудь он останется один и сможет делать только то, чему успел научиться.

Аутизм ребенка можно воспринимать как “крест”, как наказание, а можно и как стимул к собственному развитию, необходимому для того, чтобы как можно лучше помочь ребенку на его нелегком жизненном пути. Помогая совершенствоваться ему, приходится совершенствоваться самому. Можно всю жизнь страдать, можно смириться и принять ситуацию как неизменную, можно не оставлять усилий. И этот выбор каждый родитель делает сам. Это не связано с состоянием ребенка, это зависит от того, каковы взрослые, в окружении которых он живет.

Еще одной причиной ухудшения состояния матери в процессе положительных изменений у аутичного ребенка является то, что при ослаблении аутичной защиты ухудшается поведение ребенка, усиливается беспокойство, связанное со снижением уровня аутичной защиты. Для того чтобы построить новые отношения с миром, в которых используются более конструктивные, чем аутичные, способы взаимодействия, ребенку нужно время. Тревога, вызванная новым состоянием, абсолютно оправданна. Мать аутичного ребенка, часто связанная с ним симбиотической связью, на вспышку его тревоги отвечает вспышкой своей тревоги.

Еще одну группу проблем, связанных с развитием аутичного ребенка, создают родители, жестко ориентированные на выполнение ребенком социальных норм. При положительной динамике неизбежно наступает момент повышения уровня деструкции (разрушение) в поведении, необходимость строить отношения с ребенком на другом, более высоком уровне осознания и взаимопонимания, а также важность объяснения ребенку условий успешного взаимодействия людей в социуме.

Повышение же уровня деструкции в поведении ребенка часть родителей воспринимает как ухудшение его состояния, а не как неизбежный кризис развития и ставят под сомнение ценность терапии для такого ребенка в целом.

Кроме того, рост беспокойства у матери и повышение вследствие этого ее собственных деструктивных тенденций может вызвать ухудшение обстановки в семье, на работе у членов семьи, повышение вероятности соматических заболеваний как ребенка, так и других членов его семьи. Таким образом, положительные тенденции в развитии аутичного ребенка, происходящие в процессе психотерапии, почти неизбежно вызывают ухудшение состояния микросоциального окружения, что, в свою очередь, вновь вызывает аутичную защиту у ребенка и делает крайне затруднительной терапию в целом.

Во-первых, это включение семьи в процесс терапии (групповая или индивидуальная работа с родителями).

У родителей глубоко аутичных детей младшего возраста часто встречается другая крайность – приписывание ребенку тех навыков и умений, которыми он на самом деле не обладает. И та, и другая позиции, разумеется, одинаково мешают эффективному развитию ребенка. В первом случае это неиспользование резервов, реально существующих, тех, которые в случае правильного использования продвигают ребенка дальше по пути овладения окружающим миром и собственной адаптации в нем. Во втором случае – это игнорирование более простого уровня задач, стоящих перед ребенком, желание перепрыгнуть, не освоив, несколько очень необходимых для полноценного развития ступеней. Изменение мотивации родителей – это появление или изменение запроса. Например, они приходят к нам с беспомощностью, а в процессе терапии возникает запрос на сотрудничество. Тревога родителей обычно связана с неопределенностью и со страхом перед будущим ребенка. Доверие родителей и снижение их тревожности открывают специалистам доступ к аутичному ребенку. Родители приносят в отношения с специалистом многие аспекты их отношений с собственными родителями, свои детские качества, свое восприятие себя как неуспешного ребенка и неуспешного родителя.

Когда родители в процессе реабилитации становятся способны воспринимать новое о своем ребенке, у них происходит изменение отношения к нему и его возможностям. Меняется взгляд на ребенка, при этом он и сам меняется. Родители начинают ценить его как личность. Способность родителя понимать меняется потому, что он становится более информированным, с одной стороны, и приобретает опыт – с другой. Изменение взгляда на ребенка, способность к сопереживанию его одиночества меняют картину нарушенных в раннем детстве отношений мать-ребенок.

Часто родители аутичных детей, опасаясь неудачи, отказываются от помещения ребенка в образовательное или дошкольное учреждение, в котором дети обладают большими интеллектуальными и социальными навыками, чем их ребенок. Таким образом, ему не дается даже возможность утвердиться на уровне, который находится в зоне его ближайшего развития. На самом же деле родителям достаточно быть готовыми к тому, что эксперимент может быть прерван в любой момент из-за проблем, с которыми, возможно, столкнется ребенок. Подобная ситуация должна восприниматься ими не как сокрушительное поражение, а как полезный ребенку опыт.

Аутичный ребенок при оценке ситуации очень зависим от эмоциональной оценки этой ситуации родителями. Если родители в состоянии не эмоционально оценивать ситуацию как неудачу, а рационально оценивать ее как опыт, то они, безусловно, смогут передать такое отношение ребенку. Если родители будут, говорить с ребенком о рациональной пользе, эмоционально все же переживая неуспех, то это лишь принесет вред ребенку. Не стоит вызывать вспышку негативных эмоций и потери веры в возможности ребенка.

Родители аутичного ребенка часто являются “жертвами массового сознания” при определении возрастных границ социализации, темпы которой у их детей значительно снижены, а возрастные границы – повышены. Такие родители пытаются втиснуть своих детей в эти границы, предъявляют им требования успешности и достижений, соответствующие их паспортному, а не биологическому возрасту. В результате ребенок не справляется с ними, что, в свою очередь, рождает у родителя ощущение безнадежности коррекции.

Обратной стороной этого процесса является представление аутичного ребенка о своей неуспешности и неадекватности в окружающем мире и, как следствие, резкое снижение мотивации развития. Возрастные границы окончания обучения и начала самостоятельной трудовой деятельности у аутичных людей логично было бы отнести, по нашему мнению, к 25-30 годам.

Семья, воспитывающая аутичного ребенка, представляет собой систему со сложившимися взаимоотношениями, в которой ребенок занимает свое определенное место. Склонность аутичного ребенка к созданию множественных стереотипов не может не влиять на систему взаимоотношений в семье и во многом заставляет семью создавать свои стереотипы реагирования на поведение ребенка, которые также могут воспроизводиться годами.

Избавиться от них родителям очень трудно. Для разрушения этих стереотипов необходимо участие в терапии членов ближайшего окружения ребенка, так как, даже находясь под наблюдением психотерапевтов, аутичный ребенок меняется не настолько быстро и значительно, чтобы своими изменениями подвинуть к изменениям семью.

Адекватную психологическую помощь семьям аутичных детей, могут оказывать специалисты, хорошо знакомые с аутизмом как патологией развития. Кроме того, как правило, большее доверие у родителей аутичных детей вызывают люди, хорошо знающие их ребенка.

– ребенок с аутизмом, как и всякий другой ребенок, индивидуальность, поэтому, используя общие рекомендации, нужно также учитывать специфические реакции ребенка, и на их основе, строить обучение. Описаны случаи, когда дети с аутизмом, вырастая, работали по профессии, лежащей в сфере их детских увлечений. Ребенок, увлеченный цифрами, в будущем может стать бухгалтером или налоговым инспектором;

- Режим - дети – аутисты болезненно воспринимают любые действия, выходящие за рамки привычных, поэтому старайтесь придерживаться привычных для ребенка процедур; – необходимо заниматься каждый день, это очень трудно, но только это может принести результаты. Начинать лучше с 5 минут и постепенно время занятий довести до 2-3 часов в день, конечно, с перерывами.

- Необходимо научить ребенка слову “стоп”. Дело в том, что эти дети, имея различные фобии, могут не замечать реальных опасностей: переходить улицу перед машиной, приближаться к горячим предметам. Если ребенок будет знать слово “стоп”, это может уберечь его от травм. Сделать это можно следующим образом: внезапно прекратить какое-то действие и твердо сказать “Стоп”, со временем он поймет, чего от него добиваются;

- Аутисты обычно любят смотреть телевизор, но их необходимо ограничивать в этом;

- Необходимо отвлекать его от бессмысленных, стереотипных движений. Это можно сделать с помощью танцев, прыжков на месте;

- Желательно как можно больше беседовать с ребенком. Даже если он остается безучастным, нужно помнить, что он нуждается в общении даже больше, чем обычные дети;

– большинство людей нуждаются в уединении и дети с аутизмом не исключение. Необходимо сделать ему какой-нибудь “тайный” уголок – место. Ребенок сможет оставаться наедине со своими мыслями, и ему никто не будет мешать;

- Необходимо постараться понять, чем вызваны его механические движения, и перевести их в продуктивное, созидательное русло;

- Дети с аутизмом обычно любят качели, поощряя это увлечение, можно добиться лучшего развития вестибулярного аппарата;

- Необходимо соблюдать осторожность в общении ребенка и домашних животных. Дело в том, что дети – аутисты могут быть немотивированно агрессивны по отношению к животным. Прежде чем завести домашнего любимца, можно подарить ребенку мягкую игрушку;

– Найдите хорошего врача – психиатра. Желательно обращаться к одному специалисту, зная особенности ребенка и динамику его развития, он сможет более точно корректировать терапию;

– Важно правильно подобрать медикаментозную терапию, ограничившись одним препаратом, таким, который действительно индивидуально подходит ребенку;

– Дети с аутизмом страдают скрытой пищевой аллергией. Найдя аллерген и исключив его из рациона, можно добиться значительного улучшения в поведении ребенка.

Хороший результат дает посещение с детьми различных центров и сообществ для детей с аутизмом. Именно там можно получить информацию о новых методиках лечения и коррекции поведения.

Крючкова А.В