(cc) BY

Ермолаева Елена Владимировна
педагог-психолог
ГКУ ЦСПР «Роза ветров»
г. Москва

ВЛИЯНИЕ ВОСПИТАНИЯ РЕБЕНКА С АУТИЗМОМ НА СЕМЕЙНЫЕ ОТНОШЕНИЯ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ РОДИТЕЛЕЙ

Аннотация: *статья посвящена рассмотрению проблемы аутизма и важности помощи семьям, имеющим детей с аутизмом. Родители детей с аутизмом испытывают высокий уровень стресса и депрессии, что может привести к эмоциональному выгоранию. При этом общество должно полностью осознать важность этой проблемы и поддерживать семьи, в их борьбе за лучшее будущее своих детей. В итоге статьи отмечается, что использование услуг профессионального консультирования, обмен опытом с другими семьями и душевная поддержка могут помочь родителям справиться со стрессом и поддерживать эмоциональную стабильность.*

Ключевые слова*: аутизм, родительское воспитание, эмоциональное выгорание, стратегии воспитания, стресс, депрессия, профессиональное консультирование, душевная поддержка.*

Аутизм – это серьезное расстройство, которое связано с недостаточным развитием социальных интеракций и коммуникации. Согласно статистике ВОЗ, в настоящее время в мире более 70 миллионов людей страдают от аутизма. В США, например, этот диагноз ставится каждому 59-му ребенку. Число детей, больных аутизмом, в последние годы растет с ошеломляющей скоростью, однако наиболее вероятным объяснением этого феномена является улучшение методик диагностики и распространение информации о расстройстве.

В России нет официальной статистики по числу людей с аутизмом, однако оценки медиков и экспертов говорят о том, что это расстройство выявляется у каждого 100-го жителя России. В то же время, существует проблема отсутствия

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

количественной и качественной диагностики этой болезни, а также доступность профессиональной помощи.

Большинство людей с аутизмом не имеют сопутствующей умственной отсталости, но некоторые могут иметь задержку в развитии речи, обучении или других областях, что может вести к мисдиагностированию их состояния как умственной отсталости. Точная статистика относительно процента людей с аутизмом, которые функционируют на уровне умственной отсталости, зависит от того, какие критерии используются для определения умственной отсталости. В соответствии с DSM-5, примерно один из пяти человек с аутизмом имеет сопутствующую умственную отсталость на уровне легкой или средней. Также известно, что чем более значительное нарушение функционирования у человека с аутизмом, тем выше риск сопутствующей умственной отсталости.

Воспитание ребенка с аутизмом может быть очень трудным, и это может привести к эмоциональному выгоранию мамы ребенка. Эмоциональное выгорание, также известное как синдром профессионального выгорания, является серьезным психологическим состоянием, которое может привести к тревожности, депрессии и усталости.

Некоторые из причин, которые могут привести к эмоциональному выгоранию у мамы ребенка с аутизмом, включают в себя:

1) необходимость постоянной заботы: ребенок с аутизмом может требовать большого внимания и ухода со стороны родителей. Это может приводить к дополнительному физическому и эмоциональному напряжению для мамы;

2) недостаток поддержки: воспитание ребенка с аутизмом может быть одиночным занятием, и мама может не получать достаточной поддержки от близких людей и сообщества;

3) неудовлетворительные результаты: если мама не видит желаемых результатов в лечении своего ребенка или замечает замедление или отсутствие прогресса в его развитии, это может привести к разочарованию и усталости.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Семья, воспитывающая ребенка с аутизмом, может испытывать различные виды стресса, которые связаны с трудностями, связанными с этим расстройством. Некоторые из этих видов стресса включают в себя:

1) эмоциональный стресс: уход за ребенком с аутизмом может быть очень эмоциональным и требовать значительных усилий и нервных затрат. Родители могут испытывать чувства беспокойства, тревоги, страха, усталости и изнурения, поскольку они постоянно беспокоятся о здоровье и развитии ребенка;

2) финансовый стресс: лечение аутизма и уход за ребенком с этим расстройством могут быть финансово затратными. Семьи могут столкнуться с медицинскими расходами, расходами на специальное обучение и другие дополнительные затраты;

3) социальный стресс: семьи ребенка с аутизмом могут столкнуться с социальными трудностями, включая ограничения на доступность общественных мест, недостаток средств для поддержки, а также неадекватное отношение в обществе, которое может привести к ощущению изоляции и непонимания;

4) стресс, связанный с организацией ухода за ребенком: уход за ребенком с аутизмом может требовать постоянного внимания и вмешательства, что может отрицательно повлиять на качество жизни семьи и повлечь за собой дополнительные обязанности;

5) один из видов стресса, связанных с воспитанием ребенка, когда родителя не станет, – это страх за будущее ребенка. Родители могут беспокоиться о том, что после их смерти ребенку будет трудно адаптироваться и продолжить жить самостоятельно. Это может быть особенно тяжелым для родителей ребенка с аутизмом, которые часто нуждаются в постоянной заботе и поддержке.

Стресс, связанный со страхом за будущее ребенка, может привести к появлению психологических проблем у родителей, таких как депрессия, тревожность, страх и беспокойство. Одним из способов совладания со стрессом может быть разработка долгосрочного плана по уходу за ребенком после смерти родителя. Некоторые родители могут чувствовать себя изолированными и не способными общаться со своими близкими и друзьями. Родители могут обратиться за

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

юридической помощью, чтобы узнать, какие меры могут быть приняты для обеспечения прав и интересов ребенка. Также полезным может быть поиск онлайн-сообществ и групп поддержки, где родители могут поделиться своими эмоциями и опытом. Важно, чтобы родители общались со своими близкими и друзьями, которые могут помочь разрядить эмоциональное напряжение и оказать поддержку в трудные моменты.

В целом, семьи, воспитывающие ребенка с аутизмом, испытывают высокий уровень стресса, который требует дополнительной поддержки со стороны специалистов и ресурсов. Психологическая служба в ЦСПР (Центре социальной помощи и реабилитации) может оказывать широкий спектр помощи для таких семей. Это могут быть консультации для родителей и братьев/сестер ребенка с аутизмом по вопросам, связанным с воспитанием, обучением и уходом за ребенком. Психологи помогают родителям понимать особенности поведения и симптомы аутизма, а также делятся рекомендациями по развитию социальных и коммуникативных навыков ребенка.

Помимо консультаций, психологическая служба ЦСПР может предоставлять психологическую поддержку для семей, оказавшихся в трудной ситуации. Психологи способны помочь справиться с эмоциональным стрессом, который может возникнуть при заботе о ребенке, и поддержать семьи в принятии жизненных решений. Клуб Психологическая гостиная для родителей – это типичный пример групповой терапии, созданной для поддержки и помощи родителям таких детей. В таком клубе родители могут делиться своими опытами, ощущениями, задавать вопросы и получать информацию от экспертов, которые помогут им разобраться в сложностях воспитания ребенка с аутизмом. Психологическая гостиная – это место, где родители могут чувствовать себя в безопасной и поддерживающей среде, где им является понимание и сочувствие. Члены клуба могут участвовать в мини-лекциях, дискуссиях и различных тренингах с целью расширения своих знаний и навыков.

Преимущества таких клубов:

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

1) поддержка. В клубе родители могут общаться в ненавязчивой и открытой атмосфере, получать психологическую поддержку друг у друга, а также от фасилитаторов-экспертов;

2) информированность. Родители могут получать информацию о различных методиках и подходах к воспитанию ребенка с аутизмом, где они узнают о последних исследованиях, уникальных инструкциях и подходах;

3) взаимодействие со специалистами. Эксперты, приглашенные на заседания, предоставляют профессиональную помощь и важные рекомендации по разным темам, связанным с воспитанием ребенка с аутизмом;

4) приобретение новых навыков и знаний. Участники могут выполнять упражнения и освоить новые навыки, которые могут быть полезными для воспитания ребенка;

5) снятие изоляции. Клубы также помогают родителям воспитывающим детей с аутизмом чувствовать себя не такими изолированными от общества, как минимум внутри самого клуба.

Таким образом, клуб Психологическая гостиная для родителей являются замечательным местом для поддержки, обучения, развития и повышения уверенности родителей в их способностях воспитывать ребенка с аутизмом.

В целом, психологическая служба в ЦСПР предлагает разностороннюю помощь для семей с детьми аутистами, в том числе помощь при обучении и воспитании, эмоциональную и психологическую поддержку, а также увлекательные мероприятия, рассчитанные на потребности этой группы детей и их семей. К счастью, в настоящее время есть много программ и центров, которые предоставляют такую поддержку, в том числе Центры социальной помощи и реабилитации (ЦСПР).

Список литературы

1. Автушко М.А. Психолого-педагогическое сопровождение детей с аутизмом в условиях инклюзивной среды: опыт и проблемы / М.А. Автушко, Н.Е. Архипова, С.В. Московкина // Психологическая наука и образование. – 2016. – №3. – С. 51–57.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

2. Гаврилов О.В. Взаимодействие профессионалов и родителей детей с РАС в современном образовательном пространстве / О.В. Гаврилов, О.В. Шерфигина // Вестник Московского государственного областного университета. – 2016. – №1 (22). – С. 257–264.

3. Карпова Е.В. Основные подходы к обучению и воспитанию детей с аутизмом в инклюзивной среде / Е.В. Карпова, С.В. Морозова // Интеграционное образование. – 2019. – №23 (3). – С. 341–348.

4. Буракова И.А. Подготовка специалистов по работе с детьми с аутизмом: анализ программ высшего образования / И.А. Буракова, Н.Ю. Скрипник // Новые технологии в образовании. – 2017. – №3. – С. 133–138.

5. Штрих А.П. Аутизм и расстройства аутистического спектра: Национальный консенсус по диагностике, лечению и реабилитации / А.П. Штрих // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2018. – №118 (4–1). 5–12.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)