

**Источник:** Аутизм: методические рекомендации по психолого-педагогической коррекции. Сборник методических работ. Авторы: Барышевская М.К., Барышевский Н.В., Львова И.А., Морозова С.С., Морозова Т.И., Праведникова Н.И., Шарова Г.В. Редактор: к.б.н. С.А. Морозов. Художник: Н.В. Барышевский. Издательство «Сигнал», М., 2001 г.

## **Рекомендации по работе педагога-психолога с родителями ребенка с расстройством аутистического спектра**

Природа нарушений психического развития при расстройстве аутистического спектра (PAC) подразумевает комплексный подход к коррекции, одним из важнейших аспектов которой является работа с родителями. Необходимость такой работы вызвана рядом причин:

1. Родитель представляет интересы ребенка, несет за него ответственность и принимает решения по всем вопросам его жизни, в том числе связанным с обучением и воспитанием.
2. В своих выборах и поступках ребенок ориентирован, как правило, на родительскую оценку. От позиции родителя, его поведения по отношению к ребенку во многом зависит эффективность коррекционного процесса.
3. В связи с особенностями психики аутичного ребенка (в частности, со стереотипностью) необходима постоянная работа родителей по закреплению навыков и умений, приобретаемых ребенком в образовательных учреждениях, и переносу их в другие условия.
4. Родители обращаются к психологам за консультациями по своей инициативе.

Наиболее часто звучат следующие проблемы:

**а) Неудовлетворенность общением с ребенком.** Родители жалуются на отсутствие стремления к контакту, эмоциональной привязанности со стороны ребенка, на его безразличие и, как следствие, ощущение своей невостребованности, ненужности.

Поведение ребенка уже в младенческом возрасте не соответствует ожиданиям близких. Родительское поведение не встречает эмоционального отклика со стороны ребенка, не подкрепляется его ответным поведением в обычных формах (улыбка, гуление, комплекс оживления, принятие позы готовности при взятии на руки, взгляд в глаза, вербальное и невербальное обращение к родителю). Родитель при этом испытывает фрустрацию в контакте, растерянность, тревогу. Он начинает сомневаться не только в "нормальности" ребенка, но и в своей родительской состоятельности, которая обычно является важной составляющей образа Я, самооценки.

### **б) Изменение жизненных планов.**

На основе представлений о развитии ребенка, сравнения с другими детьми родитель (часто неосознанно) прогнозирует его достижения, рост его самостоятельности и возможностей, изменения собственной роли. Когда оказывается, что поведение ребенка не отвечает его ожиданиям, он тревожится, обращается к специалистам. Как правило, при этом взрослый надеется на быстрое излечение ребенка, возвращение его к нормальному состоянию и готов уделять больше времени и сил на занятия с ним. Он согласен на некоторый период жизни отдать приоритет своей родительской функции.

Открытие, что его ребенок не болен, а развивается особым образом, и для коррекции его развития понадобятся годы, а то и вся жизнь, становится поворотным моментом в жизни родителя. Он понимает, что, возможно, придется отказаться от реализации каких-то жизненных планов, связанных с определенными ценностями и потребностями. На эмоциональном уровне родитель реагирует на это открытие целой гаммой противоречивых чувств, иногда - депрессией.

### **в) Трудности управления ребенком.**

Как правило, наибольшую трудность для родителей представляет купирование самоагрессии и агрессии ребенка, а наибольшую остроту и актуальность имеют проблемы, связанные с управлением ребёнком на людях, когда риск получения негативной оценки со стороны социума обостряет самооценочные реакции взрослого.

Имея в виду, что основная цель работы психолога с родителями - *сотрудничество*

*родителей со специалистами в интересах ребенка*, можно выделить следующие задачи:

1. Выяснение и (в случае необходимости) коррекция *мотивации* обращения родителей к специалистам. Формирование и поддержка мотивации к активному и осознанному участию в помощи своему ребенку;

2. Помочь родителям в анализе и уточнении их *представлений* о развитии ребенка, о роли родителя, о необходимости их участия в психокоррекционном процессе и возможных формах такого участия;

3) Помочь родителям в изменении поведения на основе новых представлений, в формировании необходимых для этого навыков. Для реализации поставленных задач можно предложить несколько форм работы с родителями:

1. Беседа с родителями на первичном приеме.

2. Вводная консультация.

3. Обучение родителей ведению дневника наблюдений за ребенком.

4. Разработка домашних программ занятий с детьми и обучение родителей их проведению.

5. Тренинг навыков, необходимых для выполнения рекомендаций специалистов, работающих с ребенком.

6. Личностно-ориентированные психотерапевтические группы.

7. Индивидуальное и семейное консультирование.

Работа с родителями начдается в момент их обращения за помощью

### ***Беседа с родителями на первичном приеме***

Основной целью беседы с родителями на первичном приеме является сбор информации для подтверждения диагноза РАС.

Помимо достижения основной цели психолог решает ряд задач, направленных на мотивирование родителей к активному участию в коррекционной работе с ребенком и построение доверительных отношений с ними. Для этого специалист управляет ходом беседы, меняя ее форму, стиль, тональность, тему и осознанно предоставляя информацию в соответствии с реакциями родителем, их установками и представлениями.

Как правило, родители стараются получить информацию о состоянии своего ребенка, понять, что с ним происходит, как им к этому относиться, кто и как может помочь их сыну или дочери. В начале беседы следует выяснить запрос и ожидания родителей от приема и скорректировать их в соответствии с реальными возможностями консультации. Чаще всего родителей волнуют результаты диагностики и прогноз; иногда они полагают, что их ребенка должны сразу же взять на занятия в учреждение или организацию, куда они обратились, или дать какую-то чудесную рекомендацию, выполнение которой приведет к «выздоровлению».

Следующей задачей является выявление и коррекция представлений родителей об РАС. Многие считают РАС неким заболеванием, которое можно лечить медикаментозно, что не требует активного участия членов семьи, и спрашивают, «выздоровеет» ли ребенок, станет ли он «таким, как все», и, если станет, то когда.

Обсуждая вопрос о прогнозе, можно выявить отношение родителей к статусу ребенка и разъяснить им роль близких в коррекционном процессе. При этом целесообразно обсудить с родителями:

◆ что является для них критерием «нормальности» их ребенка, как они узнают, что он «выздоровел»;

◆ какой смысл имеет для них этот вопрос; зачем им так важно знать прогноз развития ребенка, что изменится в их отношении к ребенку, в их жизни в целом в зависимости от ответа.

Осознание родителями своих ролевых установок подготавливает почву для содержательного разговора о формах взаимодействия с ребенком, эффективной помощи ему.

В конце беседы с родителями обговаривается форма дальнейшего сотрудничества.

### ***Вводная консультация***

Рассмотрим основные этапы консультации - задачи каждого из них и некоторые приемы

их решения.

1. В начале беседы психолог предлагает родителю рассказать о наиболее актуальных проблемах ребенка. Это отвечает ожиданиям родителя, дает ему возможность высказать приготовленные жалобы. Рассказав о том, что его волнует, и убедившись, что его услышали и поняли, он будет лучше воспринимать слова психолога.

Такое начало консультации позволит установить доверительные отношения с родителем и понять, как он воспринимает своего ребенка, и какие достижения для него значимы.

2. На следующем этапе корректируется запрос родителя к психологу, его ожидания по поводу работы с ребенком.

Затем необходимо выбрать вместе с родителем одну из актуальных проблемных ситуаций его взаимодействия с ребенком и дальнейшие вопросы обсуждать на ее материале.

Это позволяет:

- ◆ использовать мотивацию родителя к изменению данной конкретной ситуации (и других «проблемных» ситуаций - с каждой успешно решенной ситуацией мотивация, как правило, возрастает);

- ◆ помочь ему точнее сформулировать проблему, определить ее фокус;

- ◆ обратить внимание родителя на различие между описанием и интерпретацией поведения, на произвольность интерпретаций;

- ◆ на этапе асимиляции полученной информации поставить конкретные задачи по опробованию новых форм поведения.

3. Психолог предлагает родителю описать поведение (свое и ребенка) в проблемной ситуации и отмечает соскальзывания на интерпретации и оценки.

Родители, говоря о проблемах ребенка, так или иначе определяют его эмоциональные реакции, иногда пользуясь для этого специальными терминами, как правило - неточно. Так, одна мама жаловалась, что ее сын «стал очень агрессивным, особенно в детском саду». Придя в группу к ребенку, психолог увидел мальчика, который стоял спиной к стене, втянув голову в плечи и описывая руками круги вокруг себя. Мимо него проносились игравшие в догонялки мальчишки, и он иногда задевал кого-то из них.

Часто родители неверно интерпретируют напряженный смех ребенка, считая, что «ему весело», «он радуется», и т.д.

Иногда взрослые, идентифицируясь с ребенком, приписывают ему свои эмоции. Например, одна мама со слезами на глазах жаловалась, что ее сына дразнят мальчишки во дворе, и ей, «конечно же, обидно». Психолог, беседовавший с мамой, к этому времени уже проработал с ребенком достаточно, чтобы знать, что тот еще не способен придать такого смысла действиям мальчишек. На вопрос, как она определила, что сыну обидно, мама ответила: «Ну как же, Вы бы видели... мне было так обидно за него». Обращая внимание родителя на его проекцию, можно показать, что для более точного восприятия ребенка необходимо учиться сознавать свои эмоции.

Своего поведения родители нередко вообще не могут вспомнить: они настолько захвачены эмоциями, что не отдают себе отчета в собственных действиях и мыслях.

Большинство родителей способны поставить под сомнение правильность *своих действий* (именно *правильность*, так как критерием для них является соответствие поведения некоторым правилам или моральным нормам) и испытывают чувство вины за «неправильные» или «некоторые» действия. Однако свои *эмоциональные реакции* они считают естественными, единственными возможными в данной ситуации. Часто в родительских рассказах звучит: «естественно, я рассердилась... понимаю, я должна была сдержаться... я потом чувствовала себя очень виноватой...».

4. Важно продемонстрировать родителю, как его эмоциональная реакция зависит от оценки, которую он выносит, сравнивая наблюдаемую ситуацию с тем, что по его представлениям, *должно* быть.

5. Затем можно предложить рассмотреть ее в другой «системе координат». Для этого можно попросить родителя нарисовать свой вариант идеальной (желаемой) ситуации.

Следует помочь родителю, исходя из выраженных им *желаний*, сформулировать *цели*, которые он хочет достичь в анализируемой ситуации, с учетом конкретных условий (реальных возможностей ребенка, самого родителя и т.п.). Затем можно рассмотреть поведение родителя, приняв за критерий его оценки *эффективность*, то есть соответствие этим целям (например, закреплению или редукции какой-то реакции ребенка).

Обычно родители хотят изменить «проблемное» поведение ребенка: оно дискредитирует их само по себе и, будучи (в их глазах) причиной их собственных «неблаговидных» действий. При этом большинство из них не принимает во внимание обратного влияния своих реакций на поведение ребенка в обсуждаемой ситуации и в дальнейшем. Родители не рассматривают поведение ребенка как направленное на взрослого, как акт коммуникации (за исключением прямого обращения), а свои действия - как ответ, удовлетворяющий или не удовлетворяющий ребенка, важно прояснить для родителя его роль в формировании привычных паттернов поведения и эмоционального реагирования ребенка.

Как правило, уже само изменение позиции родителя (он становится активным исследователем своего взаимодействия с ребенком) ведет к изменению его отношения к ситуации и эмоциональных реакций на нее. Важно обратить внимание родителя на то, как он реагирует *теперь*.

Опыт изменения своих эмоций становится для многих откровением, его переживание способствует формированию начальной мотивации к работе по осознанию и уточнению своих представлений о роли родителя и роли ребенка. Затем мы предлагаем рассказать о возможных формах и перспективах такой работы.

6. Кроме того, можно поискать вместе с родителем варианты эффективного поведения и предложить ему попробовать их, разыграв обсуждаемую ситуацию. При этом следует помнить, что основная задача этого этапа - формирование у родителя мотивации к обучению рефлексии и коррекции своего поведения во взаимодействии с ребенком, и не переносить акцент на решение конкретной «проблемной» ситуации. Важно объяснить родителю преимущества групповых форм такого обучения (получение поддержки группы, например).

7. Далее, мы предлагаем наметить пути реализации такой мотивации:

а) в контексте ее сосуществования с другими желаниями родителя, другими ролевыми предписаниями,

б) в конкретных условиях жизни данной семьи и возможностей ее сотрудничества с учреждением.

Можно расспросить мать и отца ребенка, был ли ребенок «запланированным», как они восприняли известие о беременности матери, что они чувствовали, какие планы строили, и какие изменения произошли в их жизни в связи с этим, а также - обсудить способы взаимодействия матери и отца с их родителями, в их детстве.

Кроме того, важно расспросить родителя о том, какие еще члены семьи проживают вместе с ними и ребенком, кто из родственников участвует в жизни ребенка и как (кто-то из родственников может помогать ребенку, матери или отцу и/или сам нуждаться и их помощи престарелые родители, например). Нелишне было бы получить информацию и о других людях, оказывающих значительное влияние на жизнь ребенка.

Нужно узнать, кто из родителей работает, какую часть дня занят на работе, каким его (их) интересам эта работа отвечает, кто обеспечивает семью, каков уровень материальною достатка (есть ли возможность нанять няню, например) и т.п.

Беседуя с родителем на эти темы, психолог помогает ему выявить ресурсы и определить реальную меру (реальные возможности) своего участия в помощи ребенку. К таким ресурсам относится и решение так называемых «личных» или «семейных проблем», что позволяет родителям общаться с ребенком чаще и с удовольствием.

8. Далее, психолог предлагает родителю возможные формы сотрудничества:

- ◆ ведение дневника наблюдений за ребенком;
- ◆ проведение домашних занятий с детьми по разработанным специалистами программам;
- ◆ тренинги навыков, необходимых для выполнения рекомендаций специалистов,

работающих с ребенком;

◆ личностно-ориентированные психотерапевтические группы; индивидуальное и семейное консультирование. Заканчивается консультация определением с родителем участие в тех или иных формах работы.

### ***Обучение родителей ведению дневника наблюдений за ребенком***

Такое обучение подразумевает:

◆ объяснение родителям, каким образом заполняются графы дневника;

К сожалению, единой формы дневника в настоящее время еще нет. Каждый специалист, работающий с ребенком, использует и предлагает родителю ту форму, которая ему удобна.

◆ тренинг необходимых навыков (например, описания поведения, оценки определенных его параметров по заданной шкале и т.п.). В связи с этим обучение проводится в несколько этапов, с привлечением специалистов, работающих с ребенком.

### ***Тренинги***

На наш взгляд, участие родителей в тренингах - необходимое условие эффективности их сотрудничества со специалистами. Использование такой формы работы позволяет решить несколько задач:

◆ создать у родителей установку на исследование и коррекцию *своего*, конкретного, взаимодействия с ребенком; родители часто запрашивают информацию об аутизме вообще и точные методические указания, как обращаться с аутичными детьми. Они уходят от конкретного, каждодневного общения с ребенком (которое болезненно для них, так как часто обнаруживает неэффективность привычных паттернов поведения, что воспринимается родителями как собственная несостоительность), перенося акцент на накопление знаний об аутизме, освоение методики. Это также попытка перенесения ответственности: родитель теперь будет отвечать за точное исполнение рекомендованной методики, а ответственность за достижения ребенка возлагается при этом на психолога (педагога);

◆ помочь родителям осознать и уточнить свои представления о собственной роли в развитии ребенка и возможностях помочь ему; освоение ориентировочной основы отрабатываемых на тренингах способов поведения безусловно, требует сформированности у родителей определенных представлений;

при разработке тренинговых программ тренер учитывает необходимость соответствующей работы;

◆ помочь родителям сформировать навыки, необходимые для выполнения рекомендаций специалистов (например, навыки наблюдения за поведением ребёнка, дозирования помощи и поощрения и т.п.); часто родители, консультируясь у специалистов, удовлетворяются *пониманием* их рекомендаций, считая проблему решенной с этого момента. У них не вызывает сомнений, что они смогут выполнить эти рекомендации. Когда им не удается достичь запланированного результата, они приходят в недоумении к психологу, который легко может убедиться, что родители выполняли рекомендации лишь формально правильно; у них не было соответствующих умений и навыков, чтобы воплотить сам смысл рекомендации, исходя из конкретных условий;

◆ закрепить мотивацию к активному участию в психокоррекционном процессе. Родители стимулируются к тому, чтобы на практике, в конкретном взаимодействии с ребенком и другими членами семьи, реализовывать новые представления и применять отработанные навыки. Результат такой работы ощутим для родителей: они успешно справляются с ситуациями, которые раньше воспринимались как проблемные. С каждым новым успехом растет вера в свои силы и психотехнику как средство разрешения «трудных» жизненных ситуаций.

Тренинги, проводимые в коррекционном учреждении, можно разделить на две группы по сферам применения отрабатываемых навыков.

К первой группе можно отнести тренинги «специальных» навыков, которые родитель будет применять, в основном, во взаимодействии с ребенком (например, осуществляя разработанные специалистами домашние программы): оценивание поведения ребенка по

оговоренным параметрам по заданной шкале, дозирование помощи и поощрения и т.п. Таким навыкам родители обучаются, в основном, индивидуально - специалистами, которые занимаются с ребенком и составляют домашние программы. Для отработки наиболее базовых из них (необходимых для проведения каждой программы, независимо от ее конкретного наполнения) можно собрать группу родителей. Преимущества групповой работы общеизвестны. Отметим лишь, что обратную связь от других родителей члены группы воспринимают точнее и с меньшим сопротивлением, чем отзывы специалистов.

К другой группе относятся тренинги более «общих», широкоприменимых навыков: рефлексии своего поведения и эмоционального реагирования, различия описания поведения и его интерпретаций и оценок, отслеживания невербальной коммуникации, разведения содержания коммуникации и позиции, с которой она осуществляется и т.п. Эти навыки родители начинают применять во взаимодействии со всеми членами семьи и другими людьми. Как показывает практика, они создают необходимую основу для формирования навыков «специальных» (так, чтобы научиться оценивать поведение ребенка по определенным параметрам, нужно прежде всего отличать реальное поведение ребенка от собственных интерпретаций, уметь точно описывать его). Отрабатывать их можно без участия детей, в непосредственном взаимодействии членов группы.

В начале работы тренинговой группы тренер выясняет ожидания и опасения участников, объясняет смысл предстоящей работы. На этом этапе большое место занимает работа по коррекции *представлений* родителей.

Собственно отработка навыка проводится по обычной схеме: выделение и описание требуемого навыка (задание его ориентировочной основы), демонстрация навыка ведущим, попытка одного из членов группы выполнить отрабатываемый навык, отчет родителя о выполнении, обратная связь от других членов группы и тренера, следующая попытка участника с учетом высказанных замечаний, его отчет, обратная связь и т.д.

После необходимого количества циклов упражнение выполняет следующий участник. В обязанности тренера входит задание ориентировочной основы отрабатываемого навыка, обеспечение содержательности и оптимального баланса позитивной и негативной обратной связи для каждого участника.

Некоторые упражнения можно проводить «по кругу»: члены группы выполняют поочередно по одной попытке, после каждого «круга» проводится обсуждение.

Необходимо уделить специальное внимание перенесению сформированных навыков в другие условия. Для этого можно использовать моделирование ситуаций и ролевой тренинг, домашние задания и видеотренинг.

Родители получают возможность в атмосфере групповой поддержки и предоставления обратной связи проанализировать привычные паттерны своего взаимодействия с ребенком и расширить репертуар таких паттернов. Среди результатов такой работы наиболее важным представляется обретение родителями большей свободы во взаимодействии как с членами семьи, так и с другими людьми, и, как следствие, снижение напряженности и тревоги в социальных ситуациях повышение родительской компетентности, самооценки в этой области и снятие депрессивного эмоционального фона, который наблюдается у многих родителей.

По материалам Н. И. ПРАВЕДНИКОВОЙ