Если в семье ребенок с расстройством аутического спектра.

Пока ребенок еще очень мал, даже замечающие «что-то не то» родители не придают этому значения, надеясь, что со временем малыш подрастет и всему научится, все будет делать, как и другие. Но время проходит, чуда не происходит, и то, что настораживало ранее, превращается в стойкий комплекс нарушений и трудностей. Критический период – 2-3 года.

Как правило, для родителей осознание того, что у ребенка особые познавательные потребности и ему, возможно, будет поставлен какой-либо психологический диагноз (разумеется, врачом-психиатром в медицинском учреждении) является настоящий потрясением, личным горем, приводит к растерянности, гневу, поиску виноватых. То, что для родителя – время изнурительно-тяжкой неопределенности, метание между отчаянием и надеждой, для ребенка – промедление с помощью.

Что же может сделать родитель, что бы помочь ребенку.

Шаг 1. Возможно самый сложный, наиболее оттягиваемый шаг в решении проблемы. Это посещение приема детского психиатра, и откровенный разговор с ним о трудностях, об особенностях малыша. Важно установить с врачом доверительные отношения, быть готовым к выполнению его рекомендаций.

Шаг 2. Принятие ситуации и избежание ошибок в стиле воспитания. Важно не превратиться для ребенка в «адвоката», завышая его достижения, выполняя все действия за ребенка, приписывая случайным действиям ребенка разумные и осознанные цели. На противоположном полюсе – родители-прокуроры. Они так расстроены и подавлены, сравнение ребенка с другими так удручает их, что они не видят даже тех успехов, которые есть.

Попадание в один из сценариев негативного стиля воспитания может происходить даже несколько раз на день. Сначала родитель в роли прокурора злится и раздражается на неуспехи и трудности ребенка, срывается на крик, а то и на физическую агрессию, потом, мучаясь чувством вины, выполняет все действия за ребенка, ограничивает его в активности.

Родителям необходимо понимать, что данный стиль поведения не характеризует именно их как плохих родителей, в основе такого поведения лежит большая тревожность за ребенка. Поэтому нет ничего зазорного в том, что бы сами родители получали психологическую помощь и поддержку.

В общении с ребенком с расстройством аутического спектра для адекватной оценки детских достижений и существующих трудностей рекомендуется, следующий прием.

Найдите вечером 5-10 минут что бы:

1) припомнить и перечислить все, чем ребенок вас сегодня порадовал, что ему удалось, что была хоть чуть-чуть лучше, чем было вчера, что удалось вам. Пусть это будут мелочи, не упускайте ничего.

2) после этого посмотреть, что осталось как обычно, как всегда, как вчера.

3) только потом посмотреть, стало ли что-то хуже и что именно.

И пожалуйста, проделайте эти три шага именно с таком порядке, как они перечислены. Так ваше сознание будет больше ориентировано на положительные изменения, чем на негативные стороны. Если найдете время записать – это совсем хорошо. Записи помогут оценить динамику изменения на больших временных участках.

Шаг 3. Осознание родителями самих себя, своих потребностей, избегания растворения в ребенке.

Проблемы ребенка не должны стать сигналом к изоляции родителей, свертыванию их собственной жизни. Важно не количество проведенных с ребенком часов, а коэффициент полезного действия. На время отвлечься, отдохнуть, получить новые впечатления, уделить внимание своей внешности – все это не означает измены ребенку и родительскому долгу.

Полный отказ родителей от себя сковывает ребенка, ограничивает круг явлений и событий, с которыми он может сталкиваться и находить себя в ней. Невозможно научить ребенка совладать с жизнью и радоваться жизни, если мы сами не находим себя в этой жизни и не умеем в ней радоваться.

Шаг за шагом.

Что такое чудо? Возможны ли чудеса? В воспитании ребенка с аутическим расстройством мы не можем ждать чуда, которое придет само и поставит все с головы на ноги. Единственное возможное чудо, то, что мы можем творить сами.

Помощь может быть по настоящему действенной, когда мы верим в ребенка, как бы он не был своеобразен, принимаем его таким, какой он есть, и делаем все зависящее от нас, чтобы способствовать его развитию. Для семьи это означает:

- обеспечивать эмоциональную поддержку;
- помогать воспринимать и понимать окружающий мир, находить в нем необходимый порядок и постоянство и благодаря этому получать радость от жизни;
- помогать осваивать и усваивать основные правила поведения и жизни с людьми, умения вступать в отношения, поддерживать и развивать их;
- учить использовать в практической жизни приобретаемые сведения и навыки;
- готовить к самостоятельной жизни в той мере, в какой это возможно для этого ребенка.

Живите вместе с ребенком, а не рядом с ним. Сотрудничайте, а не манипулируйте. За деревьями борьбы с нежелательными проявлениями не теряйте из виду лес потенциальных и резервных возможностей.

Больше информации, возможность найти не найденный ответ на более сложный вопрос можно получить, прочитав книгу Виктора Кагана «Аутята. Родителям об аутизме». Из серии «родителям о детях» из-во Питер.