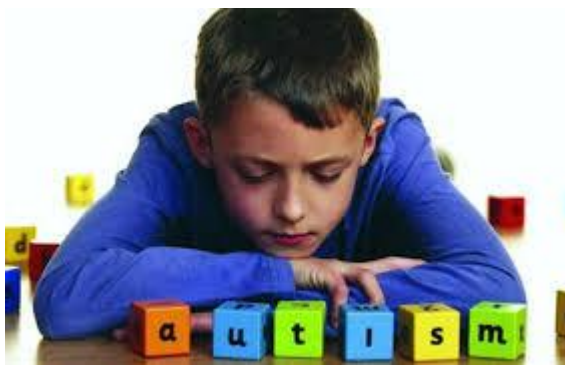




Психологические переживания родителей, связанные с особенностями развития ребенка с РАС

Семьи, воспитывающие детей с расстройствами аутистического спектра, зачастую оказываются замкнутыми в своей проблеме, им не хватает необходимых знаний о способах взаимодействия с ребенком, методах обучения, коррекции поведения детей. Оказавшись в трудной жизненной ситуации, родители переживают тяжелый стресс, появляются депрессии, гневливость, резкость в обращении с детьми, отчаяние. Нередко разрушаются дружеские контакты, и семья оказывается в изоляции. В подобных ситуациях и взрослые, и дети нуждаются в поддержке и помощи. Болезнь ребенка – катастрофическое событие для родителей, она вызывает в родительской паре потрясение, типичное для критических ситуаций. Хотя ребенок не умирает, происходит потеря воображаемого ребенка, его здорового образа, мечтаний, надежд, связанных с будущим его взрослением. Переживания родителей, имеющих ребенка с РАС, во многом похожи на переживания всех родителей, воспитывающих детей с особенностями развития, но при этом имеют свою специфику.



Аутизм – это общее расстройство развития, которое проявляется в возрасте до 3-х лет и характеризуется качественным нарушением социального взаимодействия и коммуникации, а также ограниченностью интересов и повторяющимся стереотипным поведением.

В первую очередь, родителям нужно помнить, что аутизм ребенка - это не их вина. Аутистом ребенок не может стать, это проблема развития головного мозга. Ни мать, ни отец не могут сделать ребенка аутистом, заставляя его вести себя так или иначе. Но в их силах начать коррекцию аутизма в самом раннем возрасте.

Для облегчения процесса адаптации к поставленному диагнозу, целесообразно предпринимать следующие шаги:

1. Важно позволить себе переживать и горевать. Но не отрицать диагноз ребенка.
2. Поговорить с родными. Обязательно обсудить с братьями и сестрами, если они есть, и объяснить, что такое аутизм. Им тоже трудно, и чем больше вы будете разговаривать друг с другом, тем легче вам будет понимать переживания друг друга. Хорошо, что теперь вы знаете, что именно с ребенком, потому что стало понятно, куда дальше двигаться.
3. Найти группу поддержки, возможность получать разнообразную информацию лучше зарегистрироваться в каком-то сообществе, например в группе [«Аутизм. Форум родителей и профессионалов»](#), и написать туда — многие поддержат и откликнутся.
4. Индивидуальная работа с психологом будет способствовать поиску, развитию и укреплению внутренних ресурсов родителя.

Родители и родственники детей с аутизмом должны многому научиться. Совмещать работу, личные планы и уход за ребенком нелегко; однако важно, чтобы все члены семьи чувствовали, что их уважают, поддерживают и ценят.

Реабилитация аутизма — это не спринт, а очень длинный марафон. Чтобы его успешно пройти, важно распределять силы и возможности. Не сразу понятно, какие проблемы надо решать в первую очередь. Главная задача родителя — не надорваться в процессе войны с аутизмом. Примите,

что вам нужна постоянная психологическая помощь, вы не робот и нуждаетесь в отдыхе, вы просто обязаны время от времени отвлекаться от проблем аутизма и заниматься чем-то, что не связано с ним. Для вас очень важно искать группы поддержки, уметь просить и получать помощь от родных и близких.

