

INTERNET-КОУЧИНГ В СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ

Т.Ю. Овсянникова

Государственное автономное учреждение Астраханской области
«Научно-практический центр реабилитации детей «Коррекция и развитие»

Россия, Астрахань

В статье показаны разнообразные возможности использования современных технологий в социально-психологическом сопровождении семей, воспитывающих детей с диагнозом аутизм.

Ключевые слова: Internet-коучинг, психологическое сопровождение, аутизм, сетевой воркшоп.

INTERNET-COACHING IN SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PARENTS RAISING CHILDREN WITH AUTISM

T. Y. Ovsyannikova

State Autonomous institution of the Astrakhan region "Scientific and practical center for rehabilitation of children "Correction and development"

Russia, Astrakhan

The article shows various possibilities of using modern technologies in the social and psychological support of families raising children diagnosed with autism.

Keyword: Internet-coaching, psychological support, autism, network workshop.

В современных условиях существует значительное количество детей с диагнозом аутизм. Несмотря на то, что данное заболевание выявлено и описано достаточно давно, все еще не существует универсального и эффективного набора методов, позволяющих успешно справляться с этой проблемой. Важную роль в реабилитации аутизма играют родители. Именно от родителей, от их систематических и целенаправленных усилий, психоэмоционального состояния, готовности принять ребенка нередко

зависит благоприятный прогноз развития такого ребенка. Поэтому представляется важным сделать акцент на психологическом состоянии родителей ребенка с аутизм и методах его стабилизации.

Постановка диагноза аутизм у ребенка, сложное течение лечения, длительная реабилитация зачастую является сильнейшим стрессом для родителей и активизирует различные психологические реакции. Нередко родители не осознают болезненного происхождения изменений в поведении ребенка, пытаются найти ему рациональное объяснение, не понимают необходимости обращения к специалисту. Это отодвигает сроки диагностики, квалифицированного медицинского, психологического, педагогического вмешательства и, как следствие, снижает эффективность реабилитации и коррекции [1, 2]. Диагноз аутизм оказывается для родителей психотравмирующим событием. Родители ребенка с диагнозом РАС, в особенности матери, испытывают фрустрацию, тягостные чувства горя, безнадежности, растерянности, вины перед ребенком и в тоже время стыда за него, ощущение не сбывшихся надежд. Возникают сложности внутри семьи: между родителями или между родителями и прародителями ребенка. В рамках системной семейной теории описывают возможные варианты дисфункциональной динамики, которые могут быть вызваны появлением особого ребенка в семье. В такой ситуации, как показывает практика своевременное оказание семье адекватной социально — психологической помощи существенным образом может способствовать повышению психологической адаптации и нормализации психоэмоционального состояния родителей и как следствие повлиять на перспективы дальнейшего психического развития ребенка [3].

Не стабильное психоэмоциональное состояние родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, негативно отражаются на развитии ребенка (родители используют неэффективные стили семейного воспитания, находятся в подавленном, депрессивном эмоциональном состоянии), что в свою очередь, тормозит процессы реабилитации, социально-психологической помощи, оказываемой ребенку с расстройствами аутистического спектра [5].

Осуществление своевременной социально — психологической помощи семьям позволяет через оптимизацию психоэмоционального состояния, внутрисемейной атмосферы, гармонизацию детско-родительских отношений решать проблемы дифференцированной и адресной помощи ребенку с аутизмом.

В научно-практическом центре реабилитации детей «Коррекция и развитие» с 2015 года с целью оказания социально-психологической помощи

родителям, воспитывающим детей с аутизмом, используются инновационные методы антистресс терапии, психологической разгрузки, проведение психологических мастерских и консультаций с использованием интернет технологий.

В рамках антистресс терапии для родителей используется аппаратно-программный реабилитационный комплекс «STRESSLESS», который является последней разработкой итальянских ученых, комплекс нового поколения, созданный в соответствии с последними достижениями в области нейрофизиологии, медицины и психологии.

Программно реабилитационный комплекс «STRESSLESS» с синергией нескольких компонентов (глубокий волновой массаж, гармоническая и акустическая вибрация, ультразвук, хромотерапия, генерация морского бриза) предлагает уникальную возможность расслабления и тела, и сознания.

В целях повышения психотерапевтического воздействия и более глубокого расслабления для родителей используется дополнительная аудиовизуальная стимуляция, которая включает уникальное программное обеспечение и оборудование из восьми программ: антистрессовая терапия, профилактика депрессивных проявлений, профилактика и преодоление проявлений тревожности, восстановление психофизических ресурсов, психофизическую мобилизацию.

Аудиовизуальная стимуляция в программах осуществляется в диапазонах сверхмедленных колебаний потенциалов мозга. Эти колебания потенциалов мозга связаны с так называемой «медленной управляющей системой», которая, модулируя более высокочастотные процессы, участвует в формировании длительных состояний эмоционального характера, утомления, уровня напряженности, уровня бодрствования и т.п. Использование аудиовизуальной низкочастотной стимуляции в сочетании с глубоким психофизическим расслаблением способствует стабилизации психоэмоционального состояния родителей.

Каждый сеанс антистресс терапии начинается с предварительной диагностики, которая осуществляется при помощи нейрогарнитуры, которая оборудована 4 сенсорными датчиками, они позволяют анализировать выраженность показателей стресса и составлять маршрут терапевтического воздействия.

В целях повышения адаптационного потенциала у родителей педагогами — психологами службы психолого-педагогической помощи «Научно-практический центр реабилитации детей «Коррекция и развитие» используется Audio-visualanti-stresstherapy, которая осуществляется на базе

аудио — визуального комплекса (АВК) разработанного компанией «Диснет» (Москва), которое является исключительно эффективным и безопасным инструментом релаксации, мобилизации и снятия стресса у родителей. Аудиовизуальный комплекс «Диснет» — это разработанные ведущими психологами уникальные сеансы аудиорелаксации, видеорелаксации, бинауральной стимуляции и цветотерапии.

Сеансы Audio-visualanti-stresstherapy проходят в индивидуальной и групповой форме (когда в сеансе принимают участие двое родителей или один родитель совместно с ребенком). Проведение групповых сеансов «родитель — ребенок» является уникальной возможностью для родителей которые в силу объективных причин не могут оставить ребенка одного пройти сеансы терапии. Совместные с ребенком сеансы Audio-visualanti-stresstherapy позволяют так же скорректировать при необходимости «детско-родительские» отношения. Индивидуальные занятия родители посещают во время занятий ребенка с психологом, что позволяет совместить реабилитацию ребенка с социально-психологической помощью родителям.

Audio-visualanti-stresstherapy предворяет обязательная компьютерная психодиагностика с использованием теста Люшера и методики САН, что позволяет определить актуальное психоэмоциональное состояние родителей и назначить терапию, а в последствии отследить динамику.

Одним из инновационных направлений социально — психологической помощи активно развивающимся на базе научно-практического центра реабилитации детей «Коррекция и развитие» является сетевой воркшоп. Workshop в переводе с английского этот термин означает "мастерская". Центральная идея сетевого воркшопа состоит в освоении какого-то навыка в воспитании, общении, развитии детей с особенными потребностями, получении знания путем взаимодействия родителей особых детей и специалиста — психолога средствами интернета.

Родители, благодаря специально организованной психологом атмосферы безопасности и доверия на занятиях становятся активным его участником, не боятся делиться своими взглядами. Участие в воркшопах позволяет родителям взглянуть на проблему под другим углом, получить критику или углубить знания. Перед воркшопом психологом совместно с участниками группы формулируется результат, который родители хотят получить по его завершении, и психолог направляет внимание группы именно на его достижение [6]. Это позволяет участникам извлечь максимальную пользу из мероприятия и решить требующиеся задачи.

Занятия могут организовываться как в виде очных мастерских, так и виде интернет конференций. Возможен смешанный вариант, когда часть родителей собирается в зале, а вторая часть принимает участие путем видеоконференции. Особенно это удобно для родителей из Астраханской области и других регионов или для родителей, которые в силу, каких-либо причин не могут оставить ребенка.

На базе научно-практического центра реабилитации детей «Коррекция и развитие» реализуется новая форма социально-психологической помощи родителям Internet — коучинг. Коучинг — это метод поиска оптимального решения в какой-либо ситуации с помощью вопросов, которые задает коуч (психолог-консультант) своему собеседнику-клиенту.

В условиях отсутствия возможности оставлять ребенка одного дома, в случаи проживания в Астраханской области или другом регионе, когда в семье растет ребенок с особыми потребностями, у родителей появляется возможность конфиденциально и оперативно получить от коуча (психолога — консультанта) по скайпу решения и ответы на свои вопросы и проблемы.

Основными целями Internet — коучинга является оказание социально-психологической помощи в понимании себя, своего партнера, ребенка, целей родительства, видения конечного результата воспитания, эмоционального и психического состояния, формирование установки на позитивное родительство.

Список литературы

1. Баенская Е. Р. Особенности раннего аффективного развития детей с аутизмом : Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.10. — М., 2000 — 148 с.
2. [Климаь Д. Г. Эмоциональная регуляция у детей с расстройствами аутистического спектра в 6-10 лет : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.04. — М., 2008. —255 с.](#)
3. Лебединская К.С. Ранний детский аутизм / Детский аутизм: хрестоматия/ Сост. Л.М. Шипицына. — СПб.: Международный университет семьи и ребенка им Р. Валленберга, 1997 . — 254 с.
4. Пожарская Е.Л., Овсяник О.А., Бережная М.С., Васякин Б.С. Социально-психологический тренинг как метод современных здоровьесберегающих психотехнологий // Современный ученый. 2017. № 3. С. 81-84.
5. Пробыллова, В. С. Особенности самосознания пятилетних детей с ранним детским аутизмом: диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.10 / Пробыллова В. С.;— Нижний Новгород, 2008. — 253 с.

6. Тайсаева С.Б., Зиналиева Н.К. Влияние телевидения на психическое развитие детей младшего школьного возраста. Гуманитарные исследования. 2014. № 1 (49). С. 90-97.