

ЕКАТЕРИНА КАРВАСАРСКАЯ

ОСОЗНАННЫЙ АУТИЗМ ИЛИ

МНЕ
НЕ ХВАТАЕТ
СВОБОДЫ



ГОМФЭНС

Екатерина Карвасарская

Осознанный аутизм,

или Мне не хватает свободы

«А зачем их выдергивать из своего мира, если им там хорошо? Зачем менять что-то? Они же любят одиночество. Им не нужны люди и общение. Они самодостаточны. Им нравится быть наедине с собой. Они такие, и это их выбор... Надо просто принять это и создать условия, в которых им комфортно быть такими ».(Из разговора)

— Извините меня, — очень серьезно говорил Глеб. — Извините заранее. Сейчас я задам вам вопрос, который, может быть, вас опечалит или обидит. Но у меня такая профессия, приходится задавать людям вопросы и всегда — о главном...

— Я вас слушаю, — сказал босой Командир и наклонил набок голову.

— Скажите, вам никогда не хотелось вернуться? Стать обыкновенными? Как все ребята...

Мальчик-командир с полминуты молчал. Вскинул лицо, посмотрел мимо Глеба.

— Какой смысл в таком вопросе! Все равно это невозможно.

— Я понимаю. И все-таки!

Командир проговорил коротко и сухо:

— Не знаю. Кто как. Я бы не хотел.

— А почему?

Он свел брови, потом усмехнулся:

— А зачем? Мы живем вечно, нет для нас ни расстояний, ни времени. Ничего не надо бояться. И свобода...

— Да, конечно... — пробормотал Глеб. И еще раз сказал: — Извините.

— Ничего, Стрелок. Вы спросили — я ответил.

Глеб кивнул ему, зашагал к костру и увидел Яра. Подошел. Неловко проговорил:

— Кажется, я все-таки обидел его...

— Нет, — сказал мальчик в оранжевой майке, — он не обиделся. Но он соврал.

— Соврал? — быстро спросил Глеб.

— Конечно. Всем хочется быть настоящими. Иногда так хочется, что просто слезы...
Владислав Крапивин «Голубятня на желтой поляне»

От издательства

Перед вами книга-поиск, книга-размышление, книга-проживание. Она написана в жанре дневниковых записей, из которых, как из мозаики, складывается целостная картина, отражающая представления автора о сущности аутизма, о способах работы с аутичными детьми и о многом-многом другом.

В ней органично переплетаются две линии: одна — про аутизм, его природу, специфику, про семьи аутичных детей, про отношения с близкими, про виды терапии и способы работы с аутистами и т. п.

Основная мысль автора заключается в том, что аутизм преодолим, из него можно выйти, хотя для этого и требуются титанические усилия и глубочайшие изменения прежде всего внутри семьи.

Для аутичного ребенка, так же как и для любого человека, важнее всего почувствовать свободу, ощутить возможность самостоятельно делать что-то, принимать решения и в конечном счете обрести способность ощущать себя, влиять на собственную жизнь, стать ее автором, а не объектом действий других. Для специалиста и любого близкого взрослого важнее всего научиться быть включенным и в то же время спонтанным и естественным, чувствовать и понимать состояние ребенка и быть готовым к долгой, серьезной работе, к глубоким осознанным изменениям.

Вторая линия — это рефлексия профессиональной позиции и мировоззрения самого автора, путь профессионального становления и обретения личностной зрелости.

Меня что-то в тех, с кем мы работаем, меняемся и мы сами. Процесс личностного роста автора, все более ясного и отчетливого понимания себя самого, своих возможностей и ограничений, который прослеживается по ходу чтения, необычайно интересен.

«Был период, когда я работала потому, что это „хорошо и правильно“, но по большому счету не очень понимала, что и зачем делаю, опираясь исключительно на интуицию и ощущения, — пишет автор. — Я сильно уставала, загружалась и занималась хоть чем-нибудь, а не чем-то конкретным и осознанным <...> Сложно было удерживать позитивный настрой как по отношению к себе, так и по отношению к работе, в частности к детям и родителям.

Сейчас же легко почти со всеми, и мне понятно, что конкретно я делаю, когда, почему; я могу объяснить любое свое действие. Но заниматься я буду по-разному, и объяснять по-разному, и у меня будут разные цели, средства, задачи и способы их реализации. И я надеюсь, что сейчас могу быть полезной практически для любой семьи и для любого ребенка.

Раньше так не было, и главную роль сыграли, на мой взгляд, мои собственные личностные изменения и глобальное осознание и принятие себя, своих чувств, ощущений и действий».

Вспоминаются слова Карла Рюля, экзистенциального терапевта: «В результате встречи с клиентом <женщиной-инвалидом. —

О. С.> я существенно продвинулся в работе со своим самым трудным случаем — с самим собой. По сути, терапия — это не столько успех в излечении пациента, сколько совместный рост. В этом случае различие между тем, что есть дефект, и тем, что есть терапевтическое средство, стирается, и дефект, немощь становится даром, а слабое обретает силу»[1].

Хотелось бы обратить внимание читателей еще на один момент. В названии книги

ключевыми являются два понятия: осознанность и свобода. Осознанность подразумевает наблюдение, рефлексию, подробный анализ происходящего, учет множества внешних и внутренних факторов. Свобода — спонтанность, естественность, непосредственность, отсутствие жесткой программы. Казалось бы, одно противоречит другому. Но это только на первый взгляд. «Интересно, что мы ощущаем себя наиболее спонтанными в тех сферах жизни, в которых у нас больше всего опыта и навыков. Как и в случае с талантливыми импровизаторами-музыкантами, хорошая импровизация в терапевтической беседе основана на дотошном, упорном внимании к развитию терапевтических навыков» (М. Уайт[2]). И это касается не только терапевтической работы. Маленький ребенок абсолютно свободен и непосредствен в общении, в восприятии мира. Со временем спонтанность утрачивается, действия становятся более продуманными, осторожными и стереотипными. И лишь осознав себя, обретя внутреннюю уверенность, мы вновь становимся открытыми непосредственным впечатлениям и естественными. Получается некое движение по спирали. От интуитивной непосредственности в действиях через большую внутреннюю работу мы при нормальном развитии событий вновь возвращаемся к спонтанности и свободе, но уже совсем на другом уровне. Таким образом, осознание и рефлексия — это путь к свободе и естественности.

Можно соглашаться или не соглашаться со взглядами автора на проблему аутизма, можно разделять или не разделять ее представления о методах работы с аутичными детьми, главное не это. Книга «включает», затрагивает, активизирует, заставляет задумываться. Она делает нас сопричастными происходящему и позволяет иначе взглянуть на проблему аутизма, на собственные личные и профессиональные проблемы и на жизнь в целом.

Мы уверены, что книга откроет новые возможности не только для родителей и близких аутичных детей, не только для тех, кто работает с ними, но и для всех думающих и чувствующих читателей.

Главный редактор Ольга Сафуанова

Предисловие

По мере расширения моих социальных и интеллектуальных горизонтов, в процессе общения с разными людьми, в том числе со специалистами, имеющими отношение к аутизму, росло желание поделиться своим видением и пониманием проблемы аутизма, которые, как я поняла, во многом отличаются от взглядов большинства, включая людей, непосредственно работающих с аутичными детьми.

Я стала записывать все, что приходило мне в голову и имело отношение к аутизму. Постоянно имея в кармане телефон, я «складывала» туда свои мысли, не давая им задерживаться в голове и потом забываться. Мысли, которые позже я перепечатывала, развивала и расширяла. Из этих живых записей и состоит вся книга.

Я разобрала аутизм, как механические часы, досконально изучила, как он работает, рассмотрела каждую деталь и ее назначение, а затем вновь собрала воедино, уже вооруженная знанием и пониманием — как внешним, так и внутренним. Надеюсь, что теперь я не просто знакома с аутизмом, а понимаю его.

Так получилось, что я читала очень мало специальной литературы как по аутизму, так и просто по психологии. Поэтому большинство изложенных идей, мыслей, взглядов основаны на собственном опыте, наблюдениях, ощущениях, переживаниях и проживании аутизма. Возможно, очень возможно, что многому из написанного здесь есть какие-то названия, давно придуманные, теоретически обоснованные и описанные в литературе.

Возможно, многое идеально вписывается в какую-нибудь концепцию, педагогический подходили психотерапевтическое направление работы. Однако я этого не знаю и не могу сказать, что сильно жалею.

Сразу оговорюсь, что:

1) Это не научная работа, и соответственно она не претендует на точность формулировок и примеров. Все они основаны на бытовых представлениях о происходящем, и так как мне важно привести пример, а не быть абсолютно точной, то я допускаю наличие погрешностей.

2) То, что здесь написано, подходит далеко не каждому специалисту, работающему с аутичными детьми, далеко не каждой семье и не каждому ребенку на конкретном жизненном отрезке его пути.

Что-то будет «ваше», возможно, и все, а что-то категорически нет, возможно, и все. Изложенное здесь ни в коем случае не является истиной. Это всего лишь один из взглядов, с которым можно согласиться или нет, взять на вооружение или отмести, над чем-то задуматься, что-то принять и понять — возможно, отличное от того, что написано мной. Может быть, прочитанное натолкнет на какую-то иную ценную мысль, идею, действие, мнение.

3) В книге использовано много примеров из практики, и я сознательно редко указываю возраст детей, так как развитие аутичного ребенка не соответствует каким-то возрастным нормам, а моя цель — показать, как бывает вообще и на что стоит обратить внимание.

4) Приводя примеры, я где-то чуть усиливаю свои и чужие слова, действия, поведение, а где-то, напротив, чуть смягчаю, однако это не играет определяющей роли, так как мне важно показать саму ситуацию, обратить на нее внимание. Иногда эти примеры снабжены какими-то наблюдениями, выводами, комментариями и предположениями, а иногда оставлены просто примерами.

5) Если вы осилите всю книгу, то наверняка обратите внимание на массу повторов и противоречий, встречающихся в ней. Дело в том, что каждый раз я смотрю немного по-другому, под другим углом, нахожу новые образы, примеры, объяснения и записываю их. В итоге какие-то из них становятся более удачными или более точными. Возможно, кому-то один пример, образ будет непонятен или неинтересен, зато другой подойдет, хотя в действительности они об одном и том же. Ну и кроме того, иногда я просто не помню, о чем уже писала, а о чем еще нет.

Что касается противоречий, то в чем-то за время написания книги я и правда поменяла свои позиции. Все изложенное основано на общении с разными людьми, детьми, родителями, на чтении, наблюдениях и просто жизни, в которой постоянно что-то происходит, что-то меняется и так или иначе влияет на нас и на наше восприятие действительности.

Также эта зачастую поверхностная противоречивость и амбивалентность, которую всегда можно объяснить, вообще свойственна аутичным людям и действительно может не исключаться одна другой.

6) Некоторые записи могут показаться незаконченными, нерасшифрованными до конца, но многие из них постепенно дополняются мной, и по прочтении всей книги большинство из них становятся понятными и выстраиваются в общую картину.

7) Все написанное было прожито и осмыслено «здесь и сейчас», и вполне возможно, что через какой-то период времени изменится для меня. Возможно, кардинально, но, опять-таки, «здесь и сейчас».

Кроме того, я полагаю, что все здесь написанное имеет отношение к людям вообще и не помешает в общении, понимании, взаимодействии, игре с самым обычным, стандартным, среднестатистическим ребенком, да и взрослым тоже.

Я прекрасно осознаю, что у этой книги будет много противников, так как обычно от подобного взгляда на проблемы аутизма закрываются, отключаются, считают необходимым оспаривать его и доказывать обратное. Но надеюсь и на то, что будут у нее и сторонники. Что кому-то она поможет разобраться в проблеме аутизма, принять этот взгляд или однозначно отвергнуть его и принять какой-то другой. Тем не менее хочется, чтобы прежде чем эмоционально реагировать на прочитанное, каждый из читателей подумал, стоит ли того эта реакция, оправданна ли она? То ли подразумевал автор, на что вы реагируете? Имеет ли написанное отношение именно к вам?

Также я понимаю, что здесь много спорных, незаконченных и неоднозначных мыслей. Я и сама, перечитывая свои записи и формулировки, уже не со всеми из них согласна, однако не хочу ничего менять, так как мне интересно проследить динамику своих мыслей, их изменение. Возможно, это будет интересно и кому-то еще.

И конечно, я не написала тут всего того, что думаю. Что-то не вспомнилось, что-то не получилось оформить в слова. Что-то еще не пришло в голову на момент написания книги. Мне кажется, что это отправная точка, от которой можно оттолкнуться, если написанное покажется близким.

Это в любом случае опыт как минимум для меня самой. Опыт формулировать, объяснять, делиться, отстаивать, понимать, видеть, слышать, выделять.

С уважением,

Екатерина Карвасарская

Начало

К вопросу о критике, о доверии — недоверии уровню профессионализма специалиста, работающего с ребенком.

М.: Я считаю, что специалист должен знать, с чем он работает.

Я: Я знаю, с чем работаю, но объяснить не могу. И я считаю, что не это главное. Главное — могу ли я оказать реальную помощь или нет, а не то, могу ли я объяснить, каким образом я ее оказываю и что из чего следует.

М.: Я предпочитаю, когда лечу зубы, работать с таким специалистом, который знает и может мне объяснить, что со мной, как это называется, от чего это, как надо лечить и почему именно так.

С этого разговора, пожалуй, и начались мои записи...

С этого знакомства в достаточно непростой для меня стрессовой жизненной ситуации и малоприятного общения, на которое я сама же и шла каждый раз, с регулярных споров и, как мне казалось, защиты своего мнения.

Полтора месяца еженедельных встреч, на которых мы постоянно возвращались к вопросам аутизма, хоть это и не было их непосредственной темой. На протяжении всего времени общения многие позиции, касающиеся аутизма, вызывали у меня недоумение, иногда изумление, сопротивление и несогласие вплоть до агрессии, не всегда конструктивной.

В этих разговорах я узнала много «интересного» об аутизме вообще и о личности аутиста в частности, вернее, о ее отсутствии. Узнала о проблемах, вернее, об их отсутствии. О том, кто и как работает с такими детьми и как это делать «правильно». О том, что «там хорошо, где нас нет». И все это вызывало у меня бурю эмоций, которые оставались со мной, не имея адекватного выхода.

На тот момент я еще с трудом, как мне кажется, говорила. С трудом могла выразить, сформулировать, отстоять и доступно изложить свои взгляды, мысли. Особенно в кругу незнакомых людей, в незнакомом месте, не на своей территории. И как правило, я предпочитала молчать. Молчать и слушать, смотреть, наблюдать, делать выводы. Только эти выводы редко обретали словесную, четко очерченную форму, все чаще оставаясь во мне на уровне чувств и ощущений.

Тем не менее этот опыт общения и, как я полагаю, состояние, в котором я на тот момент находилась, многому меня научили, на многом заострили мое внимание и привели к тому, что я стала писать. Вернее, не писать, а записывать. Из чувства протеста, от негодования и несогласия практически совсем, что слышала об аутистах и аутизме. В противовес чужому знанию, а также чтобы донести свой взгляд, вероятно, отличный от взглядов большинства.

Писать мне оказалось проще, чем говорить, — никто не перебивает и не сбивает с мысли. На тот момент это было особенно актуально, так как одновременно что-то отстаивать и справляться с эмоциями у меня еще не получалось. Я слишком включалась в эти обсуждения и слишком переживала.

Сейчас я намного спокойнее отношусь к непониманию, к неприятию и к мнению окружающих, зачастую отличному от моего. Кто захочет — поймет, примет. Кто — нет... ну значит — нет. Значит, у нас просто разные пути, разные взгляды и разные мнения.

Писать я стала спустя несколько месяцев после того разговора. Он был одним из факторов, запустивших механизм мыслемешания и попыток сформулировать и выделить свои мысли, итогом которых и стала эта книга.

Дребезги

«...— Яр. Там на берегу Юрика не было... Ну, среди тех, кто упал.

Яр закусил губу. Ему было стыдно за свою радость. Юрка сумел улететь, но боль тех, кто разбился, отчаяние их отцов и матерей от этого не стали меньше... Но Юрка улетел. Значит, он ветерок? На какой-то поляне, на площади Города, на морском берегу можно встретить его, прижать к себе хотя бы на минуту... А потом?

А потом он опять улетит — живой и не живой, настоящий и призрачный. И неизвестно, есть у тебя сын или есть только одна печаль по нему. Ты будешь стариться, и наконец тебя не станет, а он будет летать над Планетой вечно — всегда маленький, всегда одинокий. И не сможет доделать то, что начал делать отец. Он останется навсегда двенадцатилетним Юркой. Беззащитным. Ему не страшны ни время, ни боль, ни холод, ни огонь. Но кто защитит его от тоски?

Часть первая, которая планировалась быть единственной

Ноябрь 2007

«Я предпочитаю, когда лечу зубы, работать с таким специалистом, который знает и может мне объяснить, что со мной, как это называется, от чего это, как надо лечить и почему именно так».

Овладевая языком, мы начинаем не с правил грамматики и синтаксиса, не с того, какой глагол правильный, а какой нет, как их спрягать, склонять и прочее. Все эти правила усваиваются в процессе пользования речью, и только потом мы начинаем свои знания структурировать, давать им названия и пользоваться правилами. Так это происходит у ребенка.

Маленький ребенок умеет говорить — хорошо говорить, то есть он владеет речью. Но! Он не знает, что «слон» — это существительное, а «идти» — это глагол. Он ничего не знает о падежах, однако это не мешает ему использовать правильные падежные формы. Для него речь — это уже автоматизированный внутренний процесс.

Так и мне проще почувствовать, понять, узнать и запомнить в процессе наблюдения, слушания, непосредственного участия. В работе с аутистами, да и не только, я начинала учиться не с теории, а с практики, то есть погрузившись в «языковую среду аутиста», на уровень символов, чувств, эмоций, ощущений.

Впоследствии, если я захочу, я смогу структурировать свои знания и дать им названия, обозначения, но если я этого делать не буду, это не значит, что я не владею этими знаниями, навыками, умениями, речью, языком. Просто, на мой взгляд, построение теорий — не главное. * * *

«У аутистов нет личности, нет желаний», — одно из «замечательных», на мой взгляд, утверждений.

Человек стоит по пояс в воде, разве это значит, что у него нет ног? Мне всегда казалось, что это означает лишь то, что ног не видно, потому что они скрыты водой. И при некотором усилии, при желании можно их увидеть — или дождавшись, когда человек выйдет из воды сам, или вытащив его из воды, или нырнув под воду.

Не видно — не значит нет.

Отсутствие потребности в общении и желания общаться — этого нет, а вот неумение, отсутствие навыка общения и парализующий страх — да, это есть. * * *

Есть еще одно «замечательное» утверждение: аутисты ну совершенно ничего не чувствуют.

Различения и предъявления эмоций и чувств у аутистов нет не по причине их отсутствия как таковых, а потому, что они зашкаливают. Эмоции и чувства слишком сильные, невыносимые, и ребенок закрывается от них. Или же они настолько сильны, что их уже невозможно различить, предъявить и адекватно реагировать на них. * * *

Тоже с людьми и взаимоотношениями — они настолько значимы для аутиста (для него важен любой оттенок, которого «обычный» человек даже не заметит), что он выстраивает защиты, вследствие чего отношения для него теряют значимость. Другой вариант — полное отсутствие каких бы то ни было адекватных взаимоотношений: «Я псих, что с меня взять?» — в большинстве случаев, конечно, неосознанно. * * *

Существуют противоположные взгляды на проблемы аутичных детей. Одни придерживаются политики вмешательства, а другие — невмешательства. Одни видят необходимость в дополнительном включении ребенка в «чуждые» ему процесс, группу, игру, другие считают, что тем самым нанесут ему травму, и дают ему возможность быть наедине с собой.

Таким образом, две основные, полярные позиции, на которых строятся общение и взаимодействие с аутичным ребенком, — «консервация» и «провокация».

Консервация — сохранение и поддержание аутичной защиты (кокона, колпака, скафандра, внутри которого находится нервный, испуганный ребенок) и использование ее в качестве единственного способа борьбы с тревогой и страхами аутичного ребенка. При такой позиции ребенок-аутист воспринимается как «вещь в себе», и это «в себе» нужно тщательно охранять и оберегать от любых кажущихся разрушительными внешних воздействий, создавая для этого все условия, но тем самым приостанавливая развитие.

Провокация — побуждение ребенка выходить за пределы аутичной защиты, ограничивающей поступление сигналов из окружающего мира, с целью получения нового позитивного опыта переживания, реагирования, взаимодействия, игры и общения, а также для дальнейшего использования полученных навыков в жизни. В данном случае можно также говорить о ребенке как «вещи в себе», однако меняется цель, задача нашего взаимодействия с ним. Главное — создавать условия, при которых ребенок будет постоянно получать новый опыт из внешнего мира, и при необходимости помогать ему учиться обращаться с этим новым знанием. * * *

Вся наша жизнь — это набор стереотипов. Разница только в том, сколько их и насколько конструктивно они используются. Чтобы знать, как реагировать на тот или иной стереотип ребенка, необходимо понять истинные мотивы его возникновения.

Аутичный ребенок в силу своей отгороженности от реальности зачастую имеет довольно скудный набор навыков, и это является одной из причин того, что многие из них приобретают форму навязчивости, стереотипа — они являются элементарной занятостью. Они заполняют пустоту и скуку, которые часто присутствуют в жизни аутичного ребенка. Другая причина возникновения стереотипов — повышенная тревожность, свойственная аутичному ребенку. И в этом случае навязчивость выполняет функцию дополнительной защиты и является показателем усилившейся тревоги или напряжения в данный конкретный момент. Причиной может быть и какая-либо ситуация, эмоционально задевшая ребенка и закрепившая определенную реакцию на подобные стимулы, которая в дальнейшем возникает уже рефлекторно и не выполняет никакой конкретной функции. Ну и еще один вариант — это процесс усвоения новой информации, который зачастую проявляется в форме стереотипа. Ребенок смакует свое новое знание, понимание, умение и, сам того не замечая, превращает его в навязчивость.

Стоит отметить, что во всех случаях стереотипного поведения ребенок в той или иной мере и по разным причинам «выключен» из окружающей действительности и не получает

достаточного объема информации для полноценного развития — это первое. И второе: стереотипное поведение — это всегда показатель тревоги и попытки с ней справиться.

Тревога может быть разной: как базовой, тотальной, затопляющей сознание ребенка, так и привязанной к конкретной ситуации, действию.

Стереотипы могут быть двигательными — прыжки, взмахи руками, хлопки, хождение на цыпочках и пр.; речевыми — штампы, однообразные темы разговоров, повторение фраз, стихов, сказок, в некоторых случаях — при внешнем отсутствии потребности в обратной связи (внешнем — потому что обратная связь нужна, но давать ее надо не на внешнее проявление, которым является стереотип, а на внутреннюю причину его возникновения); поведенческими — некоторый консерватизм (навязчивость, ритуалы), который может проявляться в одежде, маршрутах, играх, интересах, общении и взаимодействии ребенка с окружающими в целом и отдельными людьми в частности, и пр.

Существуют разные

варианты реагирования на стереотип: ломка стереотипа, расширение стереотипа, переключение стереотипа, включение в стереотип, консервация стереотипа, адаптация стереотипа и пр. В целом все способы хороши, но пользоваться ими нужно умело и понимать, что только лишь модель действий не дает гарантии решения проблемы. Наиболее значимыми факторами в динамике изменений являются четкое понимание того, что нами делается и почему, внутренний настрой, уверенность в своих силах и силах ребенка, терпение, гибкость и ориентация на внутреннюю причину появления стереотипа.

А можно и ничего не делать из расчета, что перерастет, само рассосется, трансформируется, разовьется во что-то другое.

04.05.2008

Важно научиться не путать понятия «спокойный ребенок» и «аутичный ребенок». «Ребенок стал спокойнее» не равно «ребенок стал менее аутичным».

Ребенок может быть спокойным и не аутичным, то есть включенным, не погруженным в себя.

Ребенок может быть спокойным и аутичным, то есть не включенным в окружающее, «в себе», удобным.

Аутичный ребенок может быть спокойным и удобным, иногда даже удобнее «обычного», но он от этого не становится менее аутичным. И очень важно научиться видеть грань между спокойным ребенком и аутизированным.

08.05.2008

Наиболее часто встречающиеся модели общения, взаимодействия, обучения и воспитания аутичного ребенка:

«

отвержение-изоляция» — активно непринимая и отвергающая позиция по отношению к проблемному ребенку, стремление его изолировать;

«присутствие-нахождение» — ребенка не гонят, он имеет возможность быть рядом, но полностью предоставлен сам себе;

«уход-содержание-забота» — ребенок имеет возможность быть вместе с близкими, его любят, о нем заботятся, кормят, поят, содержат в чистоте;

«принятие» — ребенка принимают таким, какой он есть, подстраивая социум под его нужды;

«

занятость-развлечение» — наличие определенного набора мероприятий, скрашивающих жизнь ребенка, чтобы ему не было скучно и чтобы он был хоть чем-то занят;

«

обучение-научение» — то, чем часто заменяют лечение, то есть учат «проблему», не решая ее, прививая ребенку массу навыков поверх аутизма;

«терапия» — это лечение, в первую очередь ориентированное на решение непосредственно самой проблемы. * * *

Еще одна градация отношений к проблемному ребенку:

1) к ребенку относятся как к «обычному» — не замечая или не придавая значения существующим у него проблемам и требуя полноценного развития, несмотря на объективные сложности;

2) к ребенку относятся как к «особому» — принимая проблемного ребенка проблемным и полностью подстраивая социум под его потребности, обеспечивая ему уход и безопасность, не требуя от него развития и не накладывая на него никакой ответственности за себя;

3) к ребенку относятся как к «равному», постоянно тренируя и развивая его, исходя из существующих у него проблем. * * *

Решение многих аутичных проблем напоминает известную детскую игру «Али-Баба», в которой надо разбежаться и на большой скорости разбить шеренгу из держащихся за руки детей, уведя с собой одного из них. Но чтобы разбить шеренгу, надо действительно разогнаться, надо набрать приличную скорость, не бояться и верить в успех, ведь, испугавшись и затормозив у самой цепочки из рук, вы проигрываете и попадаете в руки противников. А не спеша идя по направлению к шеренге, вы заведомо обречены на провал, за исключением варианта, в котором участники сами расцепляют руки.

Так и с аутизмом — или мы его, или он нас. Самое главное — ничего не бояться. * * *

— Стоит ли говорить ребенку, что он аутист? В какой форме это делать? Как объяснить? Когда?

— Конечно, стоит, как диабетика или астматика. Ведь зачастую ребенок и сам видит свое отличие от других и испытывает специфические проблемы, связанные с аутичными чертами. Не понимая истинных причин возникающих сложностей, не в силах справиться с проблемами, он часто вторично аутизируется, усиливая симптоматику. Как только ребенок будет в состоянии понимать вас, надо начинать объяснять ему истоки его проблем и предлагать варианты их решения и профилактики их возникновения. * * *

Шкала отношения к особому ребенку (только позитивные варианты):

«хорошее отношение»;

«принятие» — включает в себя хорошее отношение; «интеграция» — включает в себя принятие и хорошее отношение;

«реабилитация» — включает в себя интеграцию, принятие и хорошее отношение;

«адаптация» — включает в себя реабилитацию, интеграцию, принятие и хорошее отношение.

12.05.2008

Планирование, проговаривание, заблаговременная подготовка ребенка к чему бы то ни было — задолго до начала действия — это то, что активно пропагандируется в отношении аутизма. Однако, поддерживая структуру, планируя заранее и предупреждая, а не реагируя непосредственно в момент появления нового, неожиданного, внепланового, мы лишаем ребенка и лишаемся сами возможности получить новый опыт, научиться новым способам реагирования, развить готовность к изменениям. Тем самым мы избавляем и себя, и ребенка от необходимости расти и развиваться.

Поэтому основная задача — научиться грамотно реагировать в момент стресса, а не предупредить его появление и даже возможность появления. Важно дать ребенку почувствовать уверенность и защиту, если она потребуется, в каждом конкретном действии в конкретный момент времени. А не лишать его возможности получения непосредственного живого опыта переживания, реагирования и самозащиты, даже если что-то будет противоречить ранее планируемому.

17.05.2008

«В этом мире им больше нечему учиться, теперь им пора жить в своем».

29.05.2008

«Черный» пиар или «белый» пиар мы используем в продвижении «товара», рекламу или антирекламу — непринципиально, так как и в том и в другом случае мы одинаково повышаем рейтинг и привлекаем внимание к продукту.

В ситуации со стереотипом у ребенка, и не только с ним, — то же самое. Чем больше разговоров вокруг, например, стереотипа, тем сильнее фиксация на нем. Неважно при этом, что именно говорится. Главное, что о нем говорят, — этого достаточно.

30.05.2008

Больше вопросов — меньше предложений и утверждений; больше наблюдений со стороны — меньше запретов; больше включения, присоединения и подключения к деятельности — меньше ведения и наведения. Наша задача не вести, а грамотно вестись, попутно внедряясь и обогащая процесс взаимодействия; больше свободы — меньше ограничений и требований; меньше тревоги и преждевременной тревоги — больше доверия и страховки от опасностей, а не полное исключение самостоятельного опыта.

Больше открытых вопросов — меньше закрытых. Больше терпения и выдержки — меньше несдержанности и мельтешения; больше простых и наводящих вопросов — меньше сложных; больше междометий, мимики и живых эмоций — меньше слов и излишних объяснений, оправданий, уговоров; больше наглядности — меньше абстрактных объяснений. * * *

Медленно, но верно.

Пусть ребенок делает медленно, но делает сам, это намного важнее скорости. Подсказывая, подгоняя, предлагая раньше, чем он сам среагирует, захочет, поймет, мы лишаем его возможности учиться быть самостоятельным, получать свой собственный опыт и отвечать за свой выбор и желания, возможности и доверять им. И тогда наше искреннее стремление помочь становится преградой в развитии ребенка.

Невозможно сразу уметь что-то новое и незнакомое делать хорошо, во всем нужна тренировка. * * *

Все продумать, постараться предусмотреть и контролировать. Да — удобнее, да — спокойнее, да — быстрее и проще, да — безопаснее, но — малоэффективно и тормозит, развитие ребенка.

Часто лучше остаться в стороне, быть наблюдателем и никак не участвовать в происходящем у ребенка процессе, потратив время на то, чтобы понять, что именно происходит, какую роль и почему нам лучше всего брать на себя в этом процессе.

Единственная ситуация, в которой необходимо наше вмешательство, — реальная угроза жизни или физическому здоровью кого-либо из участников (синяки, ссадины и прочие мелкие неприятности не в счет).

На ошибках, на синяках и ушибах учатся, а наша задача, пока дети учатся, быть спокойными и уверенными в том, что ребенку это обучение необходимо и доступно, — это раз. И два — вовремя реагировать на реальные опасности, физические и эмоциональные, и уметь оказать помощь и поддержку, вселить уверенность в успешном исходе любого начинания. Только не до синяка, а уже после («Поцарапался — ну, бывает, это скоро пройдет, все в порядке», — и продолжить занятие).

Можно уточнять, корректировать, поправлять, дополнять, но только после и никогда — до.

01.06.2008

Важно научиться фиксировать внимание на положительных изменениях, даже если кажется, что они незначительны. Отмечая только глобальные достижения, мы упускаем массу приятных мелочей и вместо позитивных эмоций получаем негативные. Нужно верить в то, что результат возможен, что любая мелочь, достигаемая семьей в целом и ребенком в частности, — это результат. Стараться любой эпизод рассматривать с самых разных точек зрения и

даже в самой негативной ситуации постараться найти выгоду и хорошее для себя, ребенка, семьи, аутизма.

Не бывает плоских ситуаций, бывают плоские взгляды на ситуации. Хорошее есть всегда, но его надо научиться видеть.

09.06.2008

Задача — видеть позитивное в любом взаимодействии с ребенком, во-первых, и развивающее, во-вторых. В первую очередь важно фиксироваться именно на этих двух пунктах.

Так иногда, вопреки своей стандартной реакции на стереотип ребенка — ломать и переключать, — я его поддерживаю и использую для развития. С кем-то мы можем в течение месяца играть в железную дорогу с поездами и, городом, человечками, которые могут быть большим и — маленькими, детьми — взрослыми, старшими — младшими, могут быть разных профессий, могут быть веселыми — грустными — злыми, сильными или слабыми. Параллельно мы изучаем такие понятия, как быстро — медленно, куда — откуда, с кем — кому и т. д. Поезда едут в город или в деревню, люди идут на работу или в гости, по одному или по двое, вместе или по отдельности, какой-то поезд едет первым, какой-то последним и т. д. С кем-то я так же в течение месяца могу играть в одно и то же лото, но каждый раз мы будем играть в него по-разному. Многие стереотипы можно использовать для тренировки правильного употребления родов, чисел, окончаний, местоимений. Можно развивать фантазию, воображение и абстрактное мышление, моторику, креативность, терпение, доверие и пр. и пр.

Даже в стереотипной игре в течение целого месяца можно каждый раз находить что-то положительное, используя стереотип в позитивном, развивающем русле.

10.06.2008

Важно стараться избегать в диалоге с ребенком слов «должен», «надо», и также важно давать возможность ребенку ответить самому, пусть и не всегда правильно, а не подсказывать ему вариант ответа, тем самым ставя точку в диалоге. Давая ответ сразу же, более того, ответ однозначный, такой, какой «должен быть», мы сами же выстраиваем и поддерживаем так любимые аутистам и стереотипы, планы, расписания: «должно быть так и никак иначе».

На этом, собственно, диалог и заканчивается, такое часто происходит и в обычных семьях с обычными детьми. Но диалог заканчивается не только потому, что ребенок не может, не хочет, но и потому, что его собеседник также не может, не понимает.

Желая помочь, подсказать, ускорить процесс, мы тем самым и вовсе исключаем возможность диалога как такового. По разным причинам, но каждый из участников не может ждать. Не важно, как объясняется себе это нетерпение: как помощь, как отсутствие времени или что-то еще. А ребенок не успевает услышать, увидеть, сообразить, понять, принять, поучаствовать в предложенном вами взаимодействии. В результате диалога нет — и страдают обе стороны.

В момент ожидания важно удерживать ребенка «включенным», не выпадать из реальности

самим и не давать выпадать ребенку.

Таким образом, если задается вопрос «почему», «зачем», «куда» и пр., необходимо дать возможность ребенку подумать и ответить самому, а не заканчивать за него. * * *

Прежде чем перебивать ребенка, переделывать то, что он делает, исправлять его, переключать, встревать, делать какие бы то ни было выводы о его словах или действиях, нужно постараться вникнуть, понять, услышать и увидеть, что, собственно, ребенок делает в данный момент и так ли это бессмысленно, несмотря на то, что на первый взгляд многое кажется бессмыслицей. А вот когда это станет понятно, тогда уже и надо думать, как себя вести и что стоит делать: сбивать или развивать. Как минимум необходимо дать ребенку почувствовать, что его поняли и услышали. * * *

Замкнутый круг.

Кто кого аутизирует? Аутичный ребенок семью или семья ребенка?

Думаю, что это взаимозависимый процесс. Аутичные особенности, пусть даже и незначительные, кого-либо из членов семьи усиливают сходные проблемы у другого и тем самым усугубляют состояние каждого в отдельности и семьи в целом. Если бы этих черт личности, аутичных черт, не было или не было бы предрасположенности к ним, то они бы и не проявились. Ребенок провоцирует, проявляет, усиливает те особенности родителей, которые и без того есть. И наоборот, родители, имеющие аутичные черты, усиливают их в ребенке.

Проявляя фотографию, невозможно проявить то, что мы не фотографировали. Но то, что есть на пленке, проявить можно по-разному.

Исходя из этого предположения, родители, так же как и ребенок, в стрессовой ситуации еще более аутизируются. Поэтому в терапии аутизма работать с семьей, с родителями, также важно, как и с ребенком. Не имеет значения, кто будет меняться, кто будет становиться более открытым, включенным, стрессоустойчивым, уверенным в себе и окружающих, более активным и агрессивным, кто нарастит броню, — эти изменения будут распространяться на все окружение, и меняться будут все и всё. Как минимум, изменится отношение к окружающему и окружающим, что уже немаловажно.

12.06.2008

— У нас не совсем аутизм, у нас только некоторые проявления, — говорят многие родители об особенностях своего ребенка.

Не могу понять и принять такую формулировку. Как можно быть немножко аутистом? Нет разницы, аутизм это или спектр аутизма, — внутренние проблемы одни и те же. И то и другое — аутизм, но разной степени выраженности.

Не имеет значения, насколько они выражены и заметны окружающим.

13.06.2008

Справившись с психологическими проблемами, проще справляться с соматическими, и наоборот. Не важно при этом, что с ребенком: аутизм, ДЦП, алалия, глухота, слепота, невроз, гиперактивность, ЗПР и пр., не важно, какая проблема основная, какая первичная, но, решая одну, мы автоматически упрощаем и решение другой. * * *

Я не врач, и мои сравнения зачастую интуитивны и могут быть не совсем верны. Не судите строго.

Аутизм — шизофрения

Аутизм — это психологическое состояние. Шизофрения — процесс распада на органическом уровне. При аутизме ничего не распадается, при аутизме просто парциально затормаживается развитие из-за закрытости и непроницаемости границ, усиливающихся из-за внешних или внутренних стрессов. Шизофрения поддается медикаментозному лечению, аутизм — нет, так как медикаменты не корректируют, а останавливают процесс распада, который есть при шизофрении и которого нет при аутизме. Шизофрения диагностируется после пяти лет на фоне распада уже сформировавшейся личности ребенка, аутизм — до трех лет, и при нем нет распада как такового.

Аутизм — умственная отсталость

Аутизм — это психологическое состояние. Умственная отсталость — органическое недоразвитие. При первичной умственной отсталости может проявляться и аутизм, но это не будет основной проблемой. При аутизме может проявляться умственное отставание, но оно не носит органического характера, а является следствием непроницаемости границ аутичного ребенка, в результате чего новая информация или не будет доходить до него, или будет, но очень и очень медленно. При снижении вторичных аутичных проявлений в случае умственной отсталости отставание не исчезнет. Если же снять первичные аутичные проявления, ребенок-аутист быстро нагонит сверстников, особенно если это происходит на ранних этапах развития (до трех лет), так как нет никаких органических препятствий к этому.

Аутизм — алалия

Аутизм — психологическое состояние. Алалия — органическое нарушение, так же, как и аутизм, поддающееся коррекции и компенсации, но идти надо несколько иным путем. Ребенок с алалией, но без аутизма, — на сто процентов включен во внешнюю среду, хотя, безусловно, как и любой другой человек, может иметь какие-либо психологические проблемы, без которых ему, конечно же, будет легче жить.

Аутизм на фоне алалии может носить вторичный характер, и тогда достаточно легкого психологического вмешательства. А может выступать на одном уровне с алалией, и тогда это сочетанное нарушение, и необходим комплексный подход в решении проблем ребенка сразу по двум направлениям.

Аутизм — невроз, в частности, невроз навязчивости, логоневроз, тики.

Невротичное поведение наиболее близко по клинической картине к аутизму, и основная разница заключается только лишь в глубине и проявленности проблемы при сходных внутренних психологических сложностях и истоках их возникновения. Важно помнить, что как невроз может перетечь в аутичные, то есть более тяжелые, черты, так и аутизм может трансформироваться в невроз, и поэтому психокоррекционные методы работы с неврозом и с аутизмом очень похожи.

Аутизм — синдром дефицита внимания (

СДВ)

Синдром дефицита внимания практически всегда сопутствует проявлению аутичных черт у ребенка и идет с ним бок о бок, так же как невротические проявления и гиперподвижность. И синдром дефицита внимания, и невроз имеют сходную с аутизмом клиническую и психологическую картину, имея те же особенности и проблемы, только в несколько сглаженной форме, и, следовательно, не так разрушительно действуют на психику ребенка. При этом на фоне синдрома дефицита внимания может как присутствовать гиперактивность, гипоактивность или же их сочетание, так и нет.

Аутизм — гиперактивность

Аутизм и гиперактивность (часто на фоне СДВ) — это две стороны одной медали, при внутреннем сходстве имеющие совершенно отличные друг от друга проявления, и никогда аутизм не будет сочетаться с гиперактивностью. Аутизм сочетается только с гиперподвижностью. И если при аутизме вся работа с ребенком будет построена на возбуждении, то при гиперактивности, наоборот, — на торможении. Если аутичного ребенка «выключает» пассивность, то гиперактивного — активность.

Аутизм — задержка психического развития

Задержка психического развития также часто присутствует у ребенка с аутизмом, но она не первична, а является всего лишь следствием аутичной отгороженности ребенка от окружающего мира и в первую очередь требует работы с психологом, а только после этого с дефектологом. Задержка психического развития без аутизма — это работа дефектолога, а психолога уже дополнительно.

Аутизм — задержка речевого развития

Задержка речевого развития очень часто сопутствует аутизму, но не подразумевает его наличие у ребенка. Важно определить причину отставания речи, и если она вторична по отношению к аутизму, то основные силы надо тратить на восстановление психологического состояния аутичного ребенка, которое автоматически повлечет за собой и динамику в речи. В случае же первичной речевой задержки основные усилия надо направить на работу с логопедами-дефектологами и решение неврологических проблем, которых при аутизме, как правило, нет.

Аутизм — слепота и аутизм — глухота

Очень часто аутичным детям свойственно не реагировать или недостаточно отчетливо реагировать на зрительные и слуховые раздражители, так как эти раздражители не проникают вглубь из-за жестких психологических границ. Важно установить с помощью аппаратуры, носит ли это органический характер или нет. И если «слепота» и «глухота» психологическая, — обратить на это внимание. Когда глухота и слепота сочетаются с аутизмом, необходим комплексный подход в реабилитации ребенка.

Аутизм — детский церебральный паралич (ДЦП)

Кажется, что это невозможно перепутать. И тем не менее даже ДЦП нужно правильно дифференцировать от аутизма — и соответственно правильно лечить. Очень часто аутичные дети напряжены и находятся в постоянном тоне, но тонус этот — психологический и не имеет под собой никаких органических нарушений. Очень важно установить причину повышенного тонуса и правильно ее устранять.

Аутизм — эпилепсия

Иногда по внешним признакам поведение аутичного ребенка очень похоже на эпилептические приступы: замирание, зависание, остановившийся взгляд. Поэтому необходимо сразу

установить причину этих замираний и исключить или подтвердить их органическую основу. Это делается с помощью аппаратуры.

Все это крайне необходимо очень четко разграничивать, не путать и не подменять одно другим, так как от этого зависит выбор русла работы, а соответственно и ее результат. * * *

— А мы сегодня без бутылочки! Она лежит на самом дне моей сумки, так, чтобы он не видел и не мог ее найти, чтобы не знал о ее существовании, — очень гордо сообщает мне Колина мама.

— Но вы-то о ней знаете... Это для кого бутылочка тогда получается? Получается, для вас и для вашего спокойствия, а вовсе не для спокойствия Коли.

— Ну а вдруг он попросит ее?

— Если бы ее не было совсем, то вы наверняка придумали бы, как выйти из ситуации. Ведь правда?

— Да, пожалуй. * * *

Дырку в стене можно завесить красивой картиной, чтобы ее не было видно, можно сверху наклеить обои, не трогая дырку, а можно сначала зацементировать ее, а потом уже клеить обои и вешать картину.

Так же и с проблемами — можно сделать вид, что их нет, приспособиться к ним и «повесить картину», «наклеить обои», надеть на себя маску благополучия. А можно их решить. Это, конечно, потребует больше времени и вложений, но зато не будет страшно, что кто-то снимет со стены картину или случайно ткнет своим длинным носом в то место, где дырка, и порвет красивые обои.

14.06.2008

Как бы много ребенок ни занимался, основная нагрузка по его развитию ложится на семью, на каждого из ее членов. Так как больше всего времени он проводит с семьей, именно у нее больше возможностей менять, продвигать или хотя бы поддерживать изменения. Иногда для этого необходимо кардинально измениться самой семье: выйти из депрессии и идти вперед или что-то еще.

Именно в семье при грамотно координированных действиях всех участников скрыт наибольший потенциал развития аутичного ребенка и снижения уровня аутизации всей семьи.

16.06.2008

Ребенку, чтобы самостоятельно развиваться и быть заинтересованным в этом развитии, необходимо почувствовать себя свободным. Свободным от своей тревоги и напряжения, свободным от неуверенности, свободным от условностей.

Чтобы ребенок был свободным, надо дать ему возможность почувствовать эту свободу.

Почувствовать в первую очередь через наиболее близких людей, — обычно это родители. То есть сначала надо научиться быть свободными им, а потом уже ребенку. * * *

Очень многие родители говорят: «Когда мне надоело, когда мы решили, что все, хватит, — проблема исчезла». Это относится к разным проблемам — питания, одевания, непереносимости нового и пр.

Как только исключается возможность выбора, возможность присутствия проблемы — и для себя, и для ребенка, — ребенок соглашается на предлагаемые ему условия. Важно помнить об этом. И верить, что твоя собственная уверенность, поведение, слова, мимика, жесты, голос, интонация и, пр., вера в себя, в ребенка и его возможности и доверие к себе, ребенку, своим действиям многого стоят.

18.06.2008

Важно научиться быстро менять цели в зависимости от того, как складывается ситуация, и находить выгоду для себя в любом ее течении.

Не получилось расслабиться вопреки ожиданиям, так как было много напрягающих факторов, — можно поставить цель вырабатывать устойчивость к напряжению. Важно из любой ситуации извлекать позитив. * * *

Поддерживая увлечения ребенка планами и расписаниями, мы тем самым заменяем живое, то есть себя и ребенка — неживым, то есть расписанием и планом.

И проблема здесь не в наличии расписания как такового, а в доверии. Если я пойду не налево, как собирался, а направо, то со мной ничего смертельного не случится, а в случае чего мне помогут.

Доверие к близкому на данный момент человеку — этот человек поможет; доверие к себе — я сам за себя постою; доверие к расписанию — расписание меня спасет.

Чему лучше доверять? Это уже выбор каждого.

Однако стоит помнить, что при помощи расписания как минимум:

- снимается ответственность с себя и с ребенка и перекладывается на внешнее;
- дается разрешение себе не быть включенным, не отслеживать реакции и состояние ребенка;
- имеется возможность не тратить силы на поддержание уровня доверия к себе, окружающему и окружающим у ребенка;
- ребенку разрешается (и поддерживается в нем) быть недоверяющим;
- сужается восприятие действительности рамками заранее составленных планов и расписаний. * * *

Восприятие и усвоение информации аутичным (да и любым) ребенком очень сильно зависят от способа ее подачи.

Я хорошо почувствовала разницу в способах обучения на собственном опыте в процессе общения с двумя разными преподавателями на курсах французского.

Вариант первый : каждое занятие строго расписано, домашнее задание, учебник, заучивание слов и фраз по теме вне ее непосредственного использования, устные ответы и чтение лишь в порядке очереди, инициатива только у преподавателя, любое отклонение от образца, даже при соблюдении заданной темы и изучаемых грамматических форм, категорически отвергаются, практически весь урок на русском языке — слабая интонационная и эмоциональная окраска занятий. При этом преподаватель искренне заинтересован в качественной подаче информации.

На этих занятиях было очень скучно, и удерживать себя включенной в процесс удавалось с трудом, так как процесса, собственно, и не было, а был механизм работы, и любые попытки оживить ситуацию воспринимались в штыки.

Вариант второй: живые и эмоциональные занятия, постоянное включение всех участников группы, ориентация на совместный процесс, практически полное отсутствие работы с учебником, вся проработка тем и грамматики идет в живом общении, насыщенном новыми идеями, поощрение любой инициативы учеников, общение внутри курса только на французском языке, и — «выкручивайся как хочешь».

Здесь, безусловно, тоже были свои сложности, правда, совсем другого рода. Но было интересно, живо, и, самое главное, была мотивация на работу. * * *

Необходимо понять внутреннюю причину любого внешнего явления, так как они могут быть очень разными. А следовательно, не разобравшись, мы можем долго биться, например, в финское консульство и искренне недоумевать и огорчаться, почему нам не дают там японскую визу.

Так, например, страх и тревожность зачастую могут проявляться как перевозбуждение, хохот, лень, агрессия, плач и другое. Важно понять истоки поведения и правильно на него реагировать, тогда и эффект от нашего вмешательства будет выше.

Ну, или не отчаиваться и действовать из спортивного интереса. Вдруг дадут-таки нужную визу именно там. Всякое бывает, в конце концов. * * *

Эхолалии также могут быть проявлением повышенной тревожности, но не всегда. Иногда это способ усвоения новой информации, оттачивание ее; однако всему есть пределы, и главное — понять, когда эта грань уже перейдена. То же и с другими стереотипиями. Важно понять, в чем причина их возникновения, тогда значительно проще справиться с ними, если будет желание это делать. Важно научиться понимать и четко отграничивать одно от другого в каждый конкретный момент. * * *

Постоянно вмешиваюсь в игру, действия, поведение ребенка, несмотря на его нежелание. Тем самым вызываю необходимость все время балансировать на грани негативного отрицания и необходимости быть включенным в окружающее и развиваться из-за вмешательства с моей стороны. Для одного ребенка — это игра в поезд под аккомпанемент моих вопросов с необходимостью отвечать на них (иначе я мешаю продолжению задуманного действия); для другого — это машинки, куда я постоянно сажаю человечков, которых он так же настойчиво выкидывает; для третьего — это горка, на которую он боится залезать, но мы раз за разом делаем это, преодолевая страх; щекотка, выдергивающая его из протрации; для четвертого — это постоянные вопросы, требующие развернутого ответа, и т. д.

С каждым разом такое вмешательство и разнообразие воспринимается ребенком все спокойнее. И чем больше будет таких ситуаций, тем больше ребенок будет переносить нового на всю свою жизнь и спокойнее воспринимать чужое вмешательство, видя в нем не только негатив, но и возможность расширить свой мир: способности, возможности, игры, желания, фантазию. * * *

Необходимо, чтобы вокруг что-то происходило, чтобы было, на что обращать внимание. Специально «включать» ребенка и тем самым возвращать его в реальность, так как сам он может ничего не видеть, даже если происходит очень много интересного. Или постоянно что-то делать с ребенком, чтобы что-то происходило с ним, внутри него. Или вовлекать ребенка в какие-то действия, создавать вокруг него активную среду, от которой можно подпитываться. Это может быть двигательная игра, может быть ролевая. Важно, чтобы, задумавшись над вопросом, он не уходил в аут и не забывал, над чем на самом деле он сейчас думает. Резкие, неожиданные переключения дают возможность не зависать и не уходить на автопилот в выполнении какого-либо задания, а также создают навык умения быстро переключаться и в принципе быть включенным. Со временем, если постоянно фиксировать присутствие ребенка в реальности, такая необходимость отпадет, поскольку у него закрепится и автоматизируется этот навык.

И делать это надо, несмотря на внешнее сопротивление всему новому и непривычному, присущее аутичному ребенку. * * *

На занятии ребенок упал, ударился, плачет. Волонтер, присутствовавший при этом, бросается к нему и начинает его успокаивать, уговаривать, утешать, жалеть. Я даю понять, что не надо этого делать в таком объеме.

Волонтер: Как понять, когда ему на самом деле больно, а когда он выдумывает?

Я: Больно ему в любом случае наверняка, но реагировать на это необходимо максимально спокойно и сдержанно. И это не равнодушие. Просто именно для такого ребенка лучше минимально реагировать, иначе он заводится еще сильнее и сам же от этого устает, выматывается, так как он с трудом переносит излишние эмоции, в силу повышенной чувствительности. Лучше прекратить сразу же и не изматывать ребенка переживаниями, а дать ему возможность продолжить играть и получать удовольствие. Мне намного обиднее то, что он час прорыдает, чем то, что ему не «сопереживают». Важно понять, что в данном случае является сопереживанием. * * *

— Мне кажется, что у меня не получается, потому что не хватает терпения, или мне становится его жалко, — комментарий многих родителей.

— Очень возможно, что так. Но надо научиться, несмотря на жалость, потому что это полезно для вашего ребенка. Это путь развития для него. Как в балетной школе, школе олимпийского резерва, как при ДЦП. Да — больно, да — сложно, да — долго, но зато научится, зато победит. И еще это умение самому нести ответственность за себя — для ребенка, и умение доверять ребенку — для родителей. * * *

Диабет — инсулин; вывих — вправление; сердце — операция и режим; аутизм —? * * *

Одно за другое цепляется и расширяется, растет как снежный ком. Сплетается в узор, в паутину. Это касается и позитивного, и негативного.

19.06.2008

Многие родители аутичных детей, многие семьи постоянно живут в депрессии, даже не подозревая об этом, так как не знают, что бывает по-другому, а такое состояние — состояние депрессии — для них норма.

Как однажды сказала мама аутичной девочки: «Я только сейчас поняла, что много лет

находилась в депрессии. Я это поняла только тогда, когда вышла из нее». * * *

Есть родители и дети, у которых излишне симбиотичные отношения, а есть, наоборот, семьи, где все по отдельности. Соответственно и работать с такими семьями надо по-разному, учитывая этот фактор. Где-то нужно рвать, а где-то создавать эту связь. Не так буквально, конечно. * * *

— Структурированная игровая терапия и неструктурированная — в чем разница и зачем они нужны, вместе и по отдельности? Зачем нужны группы с аутичными детьми, зачем с обычными?

Структурированная терапия основана на системе и правилах, которые необходимо соблюдать и использовать для развития.

Неструктурированная — основана на хаосе, на свободе, которой надо научиться пользоваться, развиваться в ней.

В идеале любому человеку необходимо в равной степени владеть как структурой, так и хаосом, уметь как подчиняться правилам, так и создавать их самостоятельно.

Группы с «обычными» детьми необходимы как стимул для развития, как образец для подражания.

Однородные группы, состоящие из аутичных детей, необходимы для ощущения равенства, для возможности быть успешными.

Однако стоит помнить, что, помещая аутичного ребенка на длительное время в аутичную среду, мы лишаем его возможности идти вперед. * * *

Цель терапии всегда одна — изменения. И наиболее успешна та терапия, в которой принимают участие все члены семьи. Когда изменяется не только «больной» ребенок, но и вся семья, и вся семейная система.

А вот задач терапии много — это и расслабление; и эмоциональная разрядка накапливающегося напряжения; и снижение уровня тревожности, преодоление существующих страхов; и стимуляция активности со стороны ребенка в общении (вербальном и невербальном, с детьми и малознакомыми взрослыми), развитие навыков взаимодействия, отстаивание своего мнения; и развитие умения при необходимости подстроиться под существующие правила, желания и потребности других участников группы; и включение ребенка в активную игровую деятельность с окружающими его детьми и взрослыми; и расширение привычных и безопасных для ребенка границ пространства общения и взаимодействия с окружающими, опосредованного игрой, рисунком (творчеством), речью; и стимуляция общения с детьми и взрослыми в активных двигательных и ролевых играх; и расширение способов общения и взаимодействия, которые дадут ребенку возможность получить и в дальнейшем закрепить и использовать новый опыт взаимодействия с людьми, от которого в силу повышенной тревожности они закрываются своим «аутизмом»; и повышение уровня доверия к окружающим ребенка людям (детям и взрослым), действиям, предметам; и возможность наблюдать за игрой других; и активизация игровой деятельности, речи и еще много-много другого.

Для максимально эффективного решения поставленных задач педагог-психолог должен активно вовлекать всех участников занятий, как детей, так и взрослых, в процесс терапии (игры, общение).

Основное внимание при любом виде деятельности надо уделять установлению и сохранению контакта, включенности ребенка в общение, взаимодействие, игру. В том числе

эмоционального и тактильного контакта, фиксировать взгляд (глаза в глаза). В случае проявления страхов или агрессии переключать их в двигательные или тактильные игры. С неговорящими или плохоговорящими детьми любые слоги и звуки заканчивать, превращая в слова, которые будут максимально эмоционально окрашены, ясно и четко произнесены. В общении использовать только простые предложения. Во время прогулок обращать внимание на окружающих людей и предметы, фиксируя и проговаривая любую деятельность простыми, четкими, эмоционально окрашенными предложениями, в которые ребенок будет «включен». Для эмоционального расслабления использовать любые двигательные и тактильные игры. Часто менять виды деятельности, не зацикливаться на однообразной занятости. При любом взаимодействии (игровом, обучающем) речь должна подкрепляться не только взглядом в глаза, но и тактильным контактом, минимальным расстоянием (можно обнять, взять за руки). * * *

Эмиграция, забывание языка, друзей семьи и полное погружение в атмосферу и традиции другой страны — чтобы понять и не чувствовать себя чужим. Позже, когда достаточно адаптировался, выучил язык, обзавелся друзьями и знакомыми, нарастил новые защиты — возвращаешься к своим корням.

Так же и с аутизмом — я в него эмигрировала, а теперь возвращаюсь, но уже с новыми знаниями, умениями, навыками. * * *

— У меня периодически возникает ощущение, что он придуривается. Я же знаю, что он уже может вести себя по-другому! — часто говорят родители.

Иногда от поведения аутичного ребенка действительно складывается такое впечатление. Здесь важно понимать: вполне возможно, это просто наиболее привычный для ребенка способ поведения. Умение вести себя по-другому уже есть, а привычка вести себя осталась еще прежняя и пока что срабатывает автоматически. * * *

На курсах французского языка:

— Вы понимаете, надо вывернуть свои мозги, надо мыслить, как французы, и тогда все встанет на свои места.

Вот и с аутизмом примерно так же. * * *

Аутичному ребенку всегда нужно предлагать набор вариантов, в том числе и нереальных, фантазийных, игровых, ироничных и юмористических, постоянно меняя их, чтобы не закреплялись стереотипы восприятия. Пусть он выбирает.

Необходимо, чтобы стереотипом стал поиск иного, нового пути решения, следования, развития ситуации, — надо все время показывать, что может быть по-разному. И проходить этот путь на первых порах вместе, потом рядом, а потом на почтительном расстоянии друг от друга. * * *

Чем более ребенок аутичен, чем больше он отгорожен, спрятан, тем менее для него существенно мнение окружающих. Так может показаться. Он просто зажмурился, закрыл уши руками и делает вид, что этого нет — ничего не слышит и ничего не видит.

Но дело не в нем, а в аутизме — он потому и прячется за него, что мнение окружающих, их оценка чрезмерно важны для него, важны до невыносимости.

По мере того как он растет, меняется, развивается и выходит из аутизма, становится видно, какое значение имеет мнение других, и именно тогда вылезает масса страхов, которые были погребены под многослойной аутичной стеной. Когда они становятся видны, их можно и нужно корректировать, иначе жить ребенку очень непросто. * * *

Родители могут сознательно стать терапевтами для своего ребенка. То есть постоянно переключаться на роль терапевта с роли, например, матери. И уже в роли терапевта думать о том, что делается и зачем, что каждое конкретное действие дает ребенку. Необходимости глобально внутренне меняться в этом варианте нет, надо только чередовать роли, закрепляя позитивные изменения, происходящие с ребенком.

Вариант со сменой ролей «терапевт — не терапевт», требующий постоянного осознания своих действий на первых этапах, для кого-то может стать элементом перехода к кардинальным внутриличностным изменениям и переносу изменений на всю жизнь, а не только на общение с ребенком. * * *

Практически все, что нас окружает, можно использовать в качестве развивающего пособия для аутичного ребенка. В том числе и то, что является стереотипом или способом аутизации ребенка. Главное в терапии и развитии — не

что мы используем, а

как мы это делаем.

Например, просмотр мультфильмов для многих детей — аутичное и стереотипизированное времяпрепровождение, особенно при недостаточном речевом развитии ребенка. В таком случае мультфильм, как правило, не столько смотрится и понимается, сколько чувствуется и ощущается, являясь просто набором зрительных и слуховых стимулов и реакциями на них, без понимания смысла сюжета. Часто понимается не весь сюжет, а лишь отдельные элементы, уже знакомые ребенку или понятные ему. Тогда мультфильм является просто фоном, способствующим «уходу в аут».

Однако любую деятельность можно развивать, необходимо лишь запастись терпением, стимулируя ребенка самостоятельно отвечать на вопросы и не давая преждевременных ответов за него, — а этот процесс занимает много сил и времени.

Пока ребенок не очень хорошо владеет речью, стоит отдавать предпочтение коротким мультфильмам с простыми сюжетами и использовать их как развивающее пособие. Сначала можно идти на поводу стереотипа и некоторое время использовать сюжет, который чем-то уже завоевал признание у ребенка. Можно смотреть мультфильм с паузами, разбирая каждое слово, действие, эмоции персонажей, проигрывая и прорисовывая. Если мультфильм длинный, можно дозировать разборы, но досмотреть надо до конца. После разбора — просмотр целиком и короткий пересказ, возможно, с вашей помощью.

Например, выбранный герой — Волк из «Ну, погоди!».

Спрашиваем: кто это, какой он, что делает, зачем, и т. д., — и тут же перечисляем, поясняем и объясняем, как вообще бывает. Изображаем, показываем, рисуем, совместно ищем (или стимулируем на поиск ребенка) аналогичные качества, действия, в чем-то или в ком-то другом. При любой подсказке со стороны необходимо давать ребенку максимальное количество альтернатив, чтобы была возможность и необходимость выбирать и принимать решение. Чтобы ребенок понимал, что все бывает очень и очень по-разному, и это нормально.

Иногда можно идти от обратного, через отрицание, намеренно делая ошибки, которые ребенок заметит.

— Он злой?

— Нет.

— Почему?

— А какой? Удивленный?

— Нет.

— Почему? А удивленный — это как? Покажи удивленного...

И т. д.

Все вопросы можно активно сдабривать любыми наглядными средствами. И самое главное, не важно, будет ли получен ответ на изначальный вопрос. Важно проговорить и проиграть максимальное количество альтернатив, максимально освободиться от условностей.

Чем-то это похоже на изучение иностранного языка. Ребенку же, если он на самом деле поймет, что там происходит, а не останется на уровне догадок и ощущений, будет намного интереснее смотреть мультфильм в следующий раз. Через какое-то время он научится делать это сам, понимая, на что надо обратить внимание. Позже процесс автоматизируется и такого пошагового осознания требоваться не будет. * * *

— Почему родителям аутичного ребенка не надо работать с чужими детьми-аутистами?

Есть как минимум два момента, которые следует иметь в виду:

1) лишние перегрузки, которые непременно возникают при работе и сказываются на собственном, достаточно чувствительном к ним, ребенке;

2) неуспешность в адаптации и реабилитации своего ребенка.

Если же родителям удалось адаптировать и социализировать своего ребенка, и у них есть силы и желание делиться своим опытом без ущерба себе и собственной семье, то тогда можно быть полезными для других в качестве специалиста, а не родителя такого же ребенка.

20.06.2008

Представьте себе, что аутичный ребенок — иностранец и не владеет нашим языком, но и мы тоже не владем его языком. Переводчика «здесь и сейчас» нет, словаря тоже нет, а объясниться надо именно сейчас, в данный момент. Как объясняться? Что делать? * * *

С Димой надо все время придумывать что-то новое или видоизменять старое, так как он мгновенно запоминает и стереотипизирует любую деятельность и пытается стоять на своем. Так, если мы один раз раскрашивали, то он обязательно принесет раскраски и в следующий раз. Но сначала раскраски, которыми мы пользовались, были простые, с широким цветным контуром, потом посложнее с образцом и наклейками, можно и дальше усложнять. Если складывали пазлы, то и в следующий раз он их доставал, и с ними мы тоже шли от простого к сложному. Сначала это был и пазлы из 4–10 деталей, мягкие, где часть деталей я сразу наклеивала на основу, потом можно было постепенно уменьшать количество наклеенных деталей или убирать их вовсе. Мы играли в буквы, в машинки, конструктор, клеили и вырезали, рисовали и кувыркались, но

всегда шли от простого к сложному.

Костя сидит и вкладывает деревянные вкладыши в доску с выемками. Для него это аутичное

занятие, не требующее включения, и дома он много времени проводит так. Казалось бы, развитие, а значит, надо поощрять. Но есть одно «но» — в любом увлечен и важно не перейти грань аутизма. И в данном случае она уже явно перейдена. Одним легким движением беру и сыпаю вместе детали с трех досок, и этого достаточно для того, чтобы ребенок включился в деятельность, а не действовал на автомате. Теперь ему необходимо найти не только подходящую форму, но еще и доску. Когда такой вариант игры с вкладышами не будет требовать включения, так как уже будет освоен, можно придумать что-то еще.

Илья в последнее время увлекся конструктором «Лего», много с ним играет и собирает его, пока что в основном вместе с мамой, и все должно в точности соответствовать образцу. Первое время я специально «теряла» какую-нибудь детальку и затем убеждала Илью поменять ее на такую же, но другого цвета. Другой вариант — намеренно меняла местами головы, руки, например, у роботов, сажала в машинку человека из другого набора, приделывала машине крылья, а человеку колеса и пр. Какие были скандалы, какие истерики первое время, ведь «все должно соответствовать образцу». Однако потом он научился получать удовольствие от такой путаницы и неправильностей, и мы уже вместе веселились, глядя на то, что получалось. * * *

— А мы-то с папой думали, что он у нас просто такой правильный и аккуратный, порядок любит. А оказывается, это был первый звоночек.

Такая «правильность» сама по себе — не всегда показатель аутичности. Настораживать должны любые перегибы, излишняя увлеченность, отсутствие альтернатив. * * *

Казалось бы, сколько можно играть в малышовые игры, условно говоря, в козу рогатую, ладушки, догонялки и тормошилки-щекоталки, и зачем так часто? Но у нас свои цели и задачи, для решения которых наличие таких тактильных игр, где слов мало или вовсе нет, но есть телесный, эмоциональный, визуальный контакт на уровне ребенка, — это важное условие. Они не исключают необходимости остального, а являются всего лишь частью комплекса, но частью необходимой. Такие игры поднимают тонус и эмоциональное состояние не только ребенка, но и взрослых, а это значимая деталь в преодолении аутизма как системного нарушения. * * *

Когда ребенок впадает в истерику, можно не обращать внимания, краем глаза наблюдая, чтобы ничего не случилось. Дать ребенку успокоиться без нашего вмешательства, но постоянно быть начеку, не отпускать ситуацию на произвол судьбы. Это возможность для него получить собственный опыт, справиться с собой и своим состоянием.

Но такой путь не всегда верен, это всего лишь вариант. Иногда нужно отвлекать, заигрывать, заговаривать зубы, иногда не трогать, иногда успокаивать, жалеть. Можно пробовать их менять: один не действует, подействует другой. Главное — понять, когда какой путь является наиболее конструктивным и развивающим. * * *

Даже если единственное, что будут делать с ребенком, проходя мимо него, — руками выпрямлять ему спину со словами «сядь ровно», — это уже немало. Потому как таким образом его выдергивают из внутренней реальности и включают во внешнюю. Но и здесь очень важно не переусердствовать и не превратить это действие в ритуал, в стереотип, который не будет требовать от ребенка включения, оставаясь просто фоном.

Такое, казалось бы, простое действие формирует навык включения и включенности, который потом может переноситься и на многое другое.

Любые изменения — это долгий и кропотливый труд, в котором необходимо задействовать максимальное количество участников. Ведь чем больше гребцов, гребущих в одном направлении, тем быстрее покажется берег. * * *

Частое явление, возникающее с ростом ребенка, — вторичная аутизация семьи. Когда отличия ребенка становятся заметными окружающим, семья, чтобы скрыть их, чтобы не испытывать отрицательных эмоций, закрывается и еще больше аутизируется. Хочется спросить: «Оно вам надо, аутизироваться теперь уже всей семьей из-за особенностей ребенка? Мало того, что уже есть?» От этого добровольного затворничества не станет лучше никому — ни семье, ни ребенку. А окружающим, как правило, все равно. * * *

Ожидание, что после обнаружения места, где с ребенком берутся заниматься, все проблемы будут решены, и притом в ближайшее время, — ошибочно. Оно приводит родителей к отчаянию: «Сначала верю всем, а потом никому». * * *

Как правило, желание начать медикаментозное лечение появляется при ухудшении поведения, появившихся агрессии, тревожности, участившихся скандалах и пр., — это то, что мы видим внешне и от чего хочется избавиться самим и избавить ребенка. Но это живые проблемы ребенка, ничем не прикрытые, которые в таком состоянии проще всего корректировать. Медикаментозное же лечение в целом и нейрорепетики, в частности, не лечат, а подавляют нерешенные проблемы в эмоционально-волевой сфере, которые и являются главной особенностью, мешающей аутичному ребенку.

Таблетки от аутизма пока нет... * * *

Один из ключевых моментов, провоцирующих лавинообразное появление аутичной симптоматики у детей, — отсутствие живого, естественного, свободного общения. И эта тенденция относится не к семье конкретно, а к миру в целом. Просто аутичные дети наиболее чувствительны к отсутствию жизни и излишне остро реагируют на это. * * *

Проблема питания для аутичного ребенка, как и многие другие проблемы, — это проблема доверия. Ребенок не верит себе и не верит окружающим и окружающему, жестко придерживаясь того набора в еде, в безопасности которого он уже успел удостовериться. * * *

Не надо бояться экспериментировать, выдумывать, переделывать и фантазировать, активно вовлекая в этот процесс ребенка и предлагая ему делать то же самое. Можно экспериментировать в играх, в заданиях, в питании, в поведении, в общении и т. д. Можно прорисовывать, проигрывать, иллюстрировать, превращать, делать все из всего и каждый раз немного по-разному, быть креативным и оригинальным, использовать любые средства, чтобы объяснить ребенку что-то новое, неизвестное, непонятное. Избегать штампов и стандартных решений, этого у ребенка и без нас достаточно.

Нужно стараться реагировать мгновенно, а не придумывать заранее, в чем будет заключаться занятие, ведь у ребенка могут быть совсем другие планы.

Это как прерванный сон. Вовсе не факт, что, заснув снова, мы увидим продолжение предыдущего, а если и увидим, то в нем может что-то измениться. То есть общую канву можно иметь заранее, а вот способы реализации придумывать на ходу. При этом важно стараться не оценивать ни ребенка, ни себя — все идет как идет, и хотя бы какая-то польза есть в любом случае. * * *

Одна из распространенных гипотез о причинах возникновения аутизма — неусваиваемость продуктов питания, которые содержат глютен и казеин.

Как усугубляющий аутичную симптоматику фактор — возможно, но как основная причина — нет, не соглашусь. * * *

Аутичный ребенок делает массу ошибок в простейших вещах, говорит невпопад, как правило, не по причине истинного непонимания, а из-за невозможности включиться, из-за повышенной

тревожности. Из-за того, что делает все, например, читает, на автомате. То есть читает не смысл, а буквы или слова, а это механическое чтение, не требующее присутствия.

Следовательно, сначала необходимо «включить» ребенка, понизить уровень тревожности, повысить уверенность и чувство защищенности, а уже потом чего-то хотеть от него, например, осмысленного чтения, которое скорее всего станет намного хуже с точки зрения техники, но лучше в отношении понимания прочитанного. * * *

Часто в семьях, воспитывающих «особого» ребенка, у родителей появляется излишняя требовательность и нормативность по отношению к остальным членам семьи, в том числе и к самим себе. Кажется, что аутичному ребенку нужна такая нормативность и правильность, псевдоуважение и ориентация на проблему. Но это не совсем верно, так как в первую очередь ему нужны живые, свободные, естественные, пусть и не всегда позитивные, реакции и люди, которые будут учитывать его особенности.

Зачастую у матери возникает некая коалиция с аутичным ребенком, и все остальные члены семьи идут «побоку», что не полезно ни аутисту, ни остальным членам семьи. Состояние аутичного ребенка напрямую зависит от «поля», в котором он живет, а этим полем является вся семья. Поэтому очень важно всем членам семьи сохранять равные отношения друг с другом, не подчиненные аутичному ребенку. Или же подчиненные, но в той же степени, что и всем остальным. * * *

— Илья, по тебе ползет таракан! — шутит Гриша. Это нормальный детский юмор.

Илья не понимает и начинает нервничать и злиться.

— Нет, не таракан! Не надо! — истерично кричит он и бросается на Гришу с кулаками — это его обычная реакция.

Я останавливаю его и начинаю объяснять шутку, а Гриша пугается и говорит:

— Не надо, не надо, он сейчас расстроится.

— Надо, — говорю я, — он же злится потому, что не понимает. Ему надо объяснить, чтобы в следующий раз он понимал, что это шутка, смеялся с нами и шутил сам.

После этого Гриша увлеченно помогает мне объяснить Илье эту ситуацию и придумывает другие, похожие шутки, а Илья, довольно быстро поняв, что к чему, и сам пытается придумать что-то подобное.

То же самое было во время нашей игры в «горячо-холодно», когда я объясняла Грише, почему и зачем ему надо поддаваться некоторое время, но продолжать игру, так как первая Гришина реакция — отказаться от той деятельности, которая вызывает у Ильи сопротивление.

— Чтобы Илье стало понятнее и потом он мог бы уже играть с нами без проблем. * * *

Не надо бояться обидеть аутичного ребенка, но и обижать его постоянно тоже не надо. Всего должно быть в меру, без излишка.

Обида, переживание обиды, — это такой же опыт, как и любой другой, и хорошо бы иметь его в своем арсенале. Но, обижая, надо уметь потом объяснить и успокоить ребенка. Разобрать по косточкам ситуацию: что, кто и почему сделал, как среагировал и на что именно. Пусть ребенок сам думает и предполагает, а мы можем только направлять его мысли открытыми вопросами. Не надо бояться быть несогласными с ребенком, иметь свою, отличную от его, точку зрения.

Аутичный ребенок, впрочем, как и любой другой, не «хрустальная ваза», но и не «мальчик

для битья».

Любые крайности во взаимоотношениях нежелательны, особенно при несформированной системе защиты. * * *

Важно доверять детям — они могут намного больше, чем мы думаем или чем нам может казаться. * * *

Для многих аутичных детей характерен сильный страх неуспешности, страх признать, что он чего-то не умеет, сказать «не знаю, не получается» — страх быть оцененным или осужденным за незнание и неумение. Часто именно здесь лежат истоки, казалось бы, неожиданных и неадекватных криков, слез, истерик, отказов от взаимодействия.

Вполне возможно, что в отношении среагировавшего таким образом ребенка осуждения и негатива нет, но он видел его по отношению к другим. И тогда ребенок боится, что его это тоже касается, и старается избежать любой ситуации, в которой он может быть оценен негативно. В некоторой степени это проявление мнительности, свойственной аутичным людям. * * *

Любому родителю необходимо оставлять время себе и на себя. Уделять все время ребенку, отказываясь от себя, от своих желаний, потребностей и интересов, — не самое лучшее решение. Ребенку больше нужна здоровая, довольная, счастливая, эмоционально стабильная, позитивно заряженная, свободная мать (и семья), чем гиперответственная, на последнем издыхании занимающаяся ребенком в ущерб себе и в конечном итоге ребенку. Для достижения максимального эффекта необходимо и то и другое, но без крайностей, без переборов и перегибов. * * *

Часто на здорового ребенка в семье, на брата-сестру, накладывается излишняя требовательность, ответственность, ожидается успешность за двоих.

Иногда, наоборот, «обычный» ребенок выпадает, и все его достижения меркнут на фоне достижений аутичного ребенка.

Но и «обычному» ребенку тоже важно быть хорошим, нужным, любимым, заметным. Ему тоже нужно быть равным.

Важно быть равными, и это касается всех членов семьи. * * *

Описывать и понимать одну картинку, как и мультфильм, можно очень и очень долго. Сначала на основе вопросов, как открытых, так и закрытых, например: «Это кто? А где волк? А что он делает? Кто зайца поймал? Куда потащил? Какого цвета волк? А заяц? А что еще серое? Какой он? Веселый? Грустный? А грустный — это какой, покажи, нарисуй? А веселый?» И так далее. Когда вопросы иссякнут, можно придумывать продолжение сюжета: «А что будет потом? Куда пойдет? Кого встретит? Что скажет? Или, наоборот, — что было до? Откуда пришел? Где рос? От кого убежал? Кого встречал? Что делал?» И так, цепляясь к каждому слову, плести паутину, повторяя, уточняя, помогая, вместе вспоминая, отвечая и фантазируя. Такой подробный разбор учит обращать внимание, видеть, замечать, понимать, выражать и переносить новый опыт на восприятие всего остального, что окружает ребенка в повседневной жизни.

Всегда можно найти, к чему «прицепиться», — можно описывать цвета, материал, действия, формы, людей и их состояния, эмоции, природу, погоду, качества, характеристики, понятия, взаимосвязи, причинно-следственные связи и пр. и пр. * * *

Любое возбуждение и перевозбуждение можно снимать через расслабление, как эмоциональное, психологическое, так и физическое, телесное. Медикаментозные же

препараты не снимают возбуждение, которое является следствием перенапряжения, а подавляют, загоняют его еще глубже, не давая выхода. * * *

У всех детей, да и у взрослых тоже, разное время адаптации, скорость переработки информации — это надо понимать и учитывать при общении. И давать ребенку возможность понять, услышать, ответить даже в том случае, когда он тормозит, но старается вникнуть, а наше терпение уже на исходе. * * *

Не надо ничего преодолевать, надо просто делать. Делать спокойно и постоянно. * * *

Начав изучать иностранный язык и услышав в толпе знакомое звучание, мы начинаем его выделять, даже ничего не понимая, но постепенно, если продолжать его изучение, можно научиться не только слышать, но и понимать. И при этом наверняка испытывать массу удовольствия от того, что что-то расслышали и поняли.

Так и в работе с аутичным ребенком, — все требует продолжения и подкрепления. На каком уровне остановишься в изучении «языка», на таком он и останется в сознании ребенка, только касается это практически любого знания и навыка, которое мы хотим ему привить. * * *

Стесняться дети начинают тогда, когда появляется собственное «я», когда оно начинает осознаваться, когда ребенок становится более социальным и менее аутичным. * * *

До тех пор, пока мы берем, всегда найдется то, что можно взять, и тот, кто даст это что-то. А брать или нет — это уже наш собственный выбор. И что именно брать: позитивное или негативное? И что отдавать? Что замечать, видеть и на чем акцентировать внимание?

Сидеть в аутичном болоте или нет — тоже выбор. Всегда можно все изменить. Можно изменить себя и отвечать за себя и свои изменения. А вслед за этими изменениями изменятся и окружающие. * * *

Невозможно предусмотреть всего, предвидеть все катаклизмы и спастись от них. Например, если, вытирая пыль, думать о всевозможных инфекциях и постоянно мыть руки, невозможно чувствовать себя расслабленно. В таких случаях человек обречен пребывать в постоянном напряжении из-за возможных опасностей. Единственное, что можно, — это изменить свое отношение к возможным катаклизмам, инфекциям и опасностям. * * *

Изменения и цена изменениям.

За изменения надо чем-то платить, как минимум — отказом отчего-то привычного, привычного для нас, для окружающих.

21.06.2008

Изменения и развитие ребенка зависят не от количества денег, вложенных в него. Можно многое сделать самостоятельно. Главное — понять, что именно необходимо делать, и принять правила игры. А деньги зачастую, наоборот, мешают, так как дают возможность не думать над выбором, а брать все, на что хватает средств, хотя далеко не всегда это идет на пользу аутичному ребенку. * * *

Одного только садика для ребенка-аутиста недостаточно. Даже если обещают к школе сдать его «под ключ». Я говорю о детях первой-второй группы (по классификации К. С. Лебединской и О. С. Никольской, это дети с достаточно глубокими аутичными проблемами).

Для детей с задержкой психического или речевого развития занятий, предлагаемых специализированным садом, и правда может быть достаточно, но для аутичного ребенка — маловероятно, только если ему сопутствует фортуна и попадают очень грамотные, продуманные, заинтересованные, доверяющие своей интуиции воспитатели, нянечки и прочие специалисты. * * *

Я сама очень сильно изменилась, и на смену многолетним пассивности, депрессии, страху, неуверенности пришли активность, инициативность, простота, мягкость и жесткость одновременно, открытость, спокойствие, уверенность в себе и в других, свобода, ответственность по отношению к себе и умение делегировать ответственность другим, четкость, заинтересованность в себе и в других, целеустремленность.

И эти новые для меня приобретения отразились на качестве всей моей жизни, и работы в том числе.

Возможно, количество опыта, практики и знаний наконец перешло в качество. А может, просто время пришло или возраст. А может, звезды так встали. А может, что-то совсем-совсем другое... * * *

До тех пор, пока я сама была под давлением, пока была пассивная, аутичная, депрессивная, никому не верящая, я ни на какую терапию не шла — не верила в то, что она мне поможет. Но как только изменился мой собственный фон, когда я стала доверчивее и увереннее, когда моя жизненная позиция стала более конструктивной — я пошла и получила пользу, мне было легко, интересно, я поверила в результат. И я его получила. * * *

Раньше для меня очень важна была оценка, вернее, присутствовал очень большой, парализующий страх негативной оценки. Сейчас хочется, чтобы ценили. Сейчас я уверена в том, что делаю, и имею свое мнение, которое могу обосновать и защитить. Я стала сама себя ценить и уважать, стала верить себе, в себя и в то, что делаю. * * *

Тогда — я существовала. То лучше, то хуже.

Сейчас — я живу. И всем от этого лучше. Всем.

Разница, скажу я, ощутимая. * * *

Про середину я вряд ли что-нибудь напишу, потому как нечего, там была пустота, лакуна, более десяти лет в никуда. Практически никаких воспоминаний. Яма. Пропась. Болото. Ничего не было, ничего не происходило, развитие практически отсутствовало. И сейчас во многих областях жизни и знаний я наверстываю упущенное, в чем-то с легкостью, а в чем-то с огромным трудом.

У аутиста так всегда. Почти с самого рождения. * * *

Под равенством в отношениях между членами семьи надо понимать не количество внимания, уделенного каждому, а качество этого внимания. Это по-настоящему важно. * * *

Отсутствие речи и ее нарушения при аутизме, как правило, вторичны.

Поэтому и работа логопеда-дефектолога на первых этапах также вторична. Позже для развития речи и ее усложнения логопед-дефектолог действительно нужен. Но в первую очередь необходима работа с аутизмом, а не с речью, — соответственно это работа психологов и психотерапевтов с психологическими проблемами семьи и ребенка.

Не обязательно быть семи пядей во лбу, чтобы работать с аутистами, но чтобы работать качественно, нужно понимать ребенка изнутри, понимать, что с ним и почему. * * *

Вероятность изменений повышается, если семья найдет в себе силы менять себя, несмотря на то, что к себе, к таким, какие есть, все уже привыкли и всех все устраивает и кажется, никаких проблем у членов семьи нет.

Важно, чтобы родители осознали, зачем и почему им важны собственные изменения. Понятно, что родители тоже живые люди и имеют свои особенности, симпатии и антипатии. Но в данной истории, истории с аутичным ребенком, это, к сожалению, может быть фактором, усугубляющим его аутичную симптоматику. Поэтому необходимо или работать над собой и своими, казалось бы, несущественными проблемами, которые в данном случае имеют огромное значение, или искать людей, которые имеют противоположные или просто отличные от внутрисемейных характеристики поведения, способы общения. Людей, которые готовы будут проводить время с ребенком и учить его, давать ему новые модели взаимодействия, возможность постоянно получать новый опыт и перерабатывать его.

Это как Конфликт между группами крови, но здесь можно все поменять: просто «такие родители», «такая семья» и «такой ребенок» несовместимы и дают «такой результат», а ребенку измениться намного сложнее одному — проще вместе, проще меняться вслед за близкими людьми, так как больше всего времени он проводит с ними. Даже если ребенок посещает садик и видит родителей от силы три часа в день, больше всего он зависит именно от них. * * *

Изменение отношения к работе и к аутизму началось, пожалуй, с того момента, когда я начала разбирать себя по косточкам, с осознания и принятия себя, своих проблем, особенностей, реакций, симпатий и антипатий. Сначала был в основном негатив: негативное отношение к себе, своему будущему и настоящему. А потом я научилась видеть хорошее и полюбила себя. А затем уже эти навыки перенеслись и на работу, и на аутизм, его восприятие и понимание, и на многое-многое другое. * * *

Возвращение к ранее изученному, к тому, что ребенок уже знает, всегда полезно, ведь на фоне изменений меняется и восприятие ребенка.

Это как книжка, которую читаешь несколько раз с перерывами и каждый раз находишь там что-то новое для себя.

Так и при повторении, изучении чего-то уже знакомого всегда попадется что-то новое, что-то, что было неинтересно раньше, незаметно или недоступно. Не надо бояться возвращаться, просто надо ставить правильные акценты и быть в поиске, и всегда найдется что-то еще. * * *

Несмотря на внешнее отторжение любого телесного контакта, часто присутствующее у аутичных детей, большинство из них испытывают огромный дефицит в нем и, наоборот, любят его и стремятся получить, когда доверяют человеку. * * *

— Ай, больно! — эмоционально скажем мы, и в следующий раз ребенок будет держаться на почтительном расстоянии от нас, чтобы случайно не задеть нас, так как слишком восприимчив и принимает все на свой счет.

Не всегда осознанно, аутичный ребенок всю ответственность за происходящее берет на себя, у него постоянно возникает чувство вины, а истоками, как правило, являются низкая самооценка и неуверенность в себе и других. Он все время извиняется, и если один раз просто слегка задел, то дальше будет начеку, настороже, не расслаблен, несвободен в общении.

Правда, с течением времени он привыкнет к этому состоянию, адаптируется, перестанет замечать и будет думать, что так и надо, что это нормально. И это — хорошо говорящий ребенок, большинство проблем которого на виду и легко поддается коррекции. А у ребенка «тяжелого» все те же чувства, те же эмоции, те же проблемы, только в десятикратном

размере, и справляться ему с ними сложнее и страшнее, и помочь ему сложнее, так как часто непонятно, чему именно надо помогать. * * *

Илья увидел игрушечную бочку и тут же прокомментировал:

— Это квас.

— А что это такое? — вступаю я.

Не дождавшись никакого ответа, отвечаю сама и прошу Илью повторить:

— Это такой напиток.

— Напиток, — повторяет Илья.

— А еще какие напитки ты знаешь? — Вижу, что он не понимает вопроса, и немного меняю формулировку. — Что еще можно пить?

— Чай.

— Отлично, чай. Чай — это напиток. А еще что можно пить? Какие, еще напитки ты знаешь?

И т. д.

Часто дети говорят что-то как бы в пустоту. Важно в этот момент обратить внимание на слова ребенка, включить их в контекст общения, не дав повиснуть в воздухе. Надо развивать и поддержать диалог. Это и развитие речи, и развитие понятий... Можно найти еще с десяток позитивных целей. И так в любой совместной деятельности с ребенком. * * *

Не секрет, что для того, чтобы хорошо работать, надо учиться и, к сожалению, учиться на чем-то или на ком-то. И мы тоже допускаем ошибки, и наши ошибки — это благополучие людей. * * *

Очень часто первая реакция аутичного, всего боящегося и неуверенного в себе ребенка — отказ от предлагаемой деятельности. Но при некоторой настойчивости с нашей стороны ребенок с удовольствием вступает в игру, общение, взаимодействие, так как у него появляется доверие к нам, к самому процессу и к себе в нем. И хотя со многими детьми во время игры приходится постоянно балансировать между доверием и недоверием, страхом и уверенностью, и любое неосторожное движение может привести к повторному отказу от взаимодействия, несмотря на это, оно возможно и доступно каждому — как ребенку, так и взрослому, с ним общающемуся. А умение продуктивно общаться и играть с ребенком — это просто тренировка, причем для обеих сторон. * * *

Задумывалось как книга об аутизме, но чем дальше, тем больше это превращается в дневник. Может, так и лучше. Потому что все взаимосвязано и переплетается в моей жизни.

22.06.2008

Видеть, смотреть и всматриваться, слышать, слушать и вслушиваться, наблюдать, отслеживать и следить, быть расслабленным, быть собранным и быть в постоянном напряжении — это не одно и то же.

Многие не ощущают разницы между этими состояниями, основное время пребывая в напряжении, всматриваясь и вслушиваясь в каждый шорох или же полностью выключаясь из

реальности. Но научиться видеть и слышать, не прилагая к этому массу усилий, тоже можно и доступно каждому, хоть и потребует тренировки, интенсива.

Это как с изучением иностранного языка — можно годами учить в школе, потом в институте, потом на курсах, совершенствуя и совершенствуя свои знания, можно на год съездить в языковую школу, можно продуктивно общаться с носителями, можно пройти интенсив. В каждом из вариантов у нас одна цель — изучить язык, вникнуть, понять, принять, овладеть и пользоваться, но разные способы, разная скорость, разная включенность в процесс изучения.

С аутичным ребенком можно медленно двигаться вперед, пребывая в постоянном напряжении из-за его особенностей и непонимания, идя вслепую и постепенно «изучая» ребенка и его аутизм, а можно интенсивно, по десять — двенадцать часов в день разговоров, понимания, осознания, общения, обучения — с ребенком и без него. И то и другое потребует от семьи напряжения, и в том и в другом случае семье придется измениться и научиться многому, чего она не умеет или что для нее сложно, но в одном случае — это напряжение на всю жизнь, а в другом — на ограниченный отрезок времени. * * *

Заняться ребенком вплотную — не значит сдать ребенка специалистам, пусть и самым лучшим, а значит — начать с себя и самим стать специалистами. * * *

То, что вбивалось в меня все годы, где-то, конечно, отложилось. Отложилось не в качестве реальных знаний, а в какой-то иной информации, в символически переработанной форме, как что-то знакомое, что-то слышанное ранее, но не более того. Поэтому из школы и института я не вынесла практически никаких научных, теоретических знаний и добираю их сейчас, когда уже намного более устойчива к внешним и внутренним влияниям и включена в окружающее и окружающих.

Так и с аутичным ребенком. Многие знания у него существуют фоном, где-то на задворках сознания, и для того чтобы начать ими пользоваться, надо проделать огромную работу над собой. * * *

Не надо пугаться, если ребенок отреагировал неадекватно, агрессивно, излишне нервно, испугавшись неожиданного. Наше внутреннее спокойствие, безмятежность и равновесие помогут ему справиться с любой сложностью.

Важно иметь позитивный эмоциональный фон и внутреннюю уверенность, что «неприятность эту мы переживем», ведь наше спокойствие передается ребенку, впрочем, так же как и беспокойство.

Для ребенка наши спокойствие и уверенность означают, что все в порядке и его неадекватная реакция была ложной, преждевременной тревогой, а следовательно, он довольно быстро успокаивается.

Исходя из вышесказанного, внедрять что-то новое для аутичного ребенка можно только в том случае, когда у нас есть уверенность в своих силах и в своей способности адекватно отреагировать на любое его поведение, в том числе и усиленную реакцию на неожиданное. Если нет уверенности в себе в этот момент, то лучше не браться и использовать более мягкие способы взаимодействия, так как своим страхом и своей неготовностью мы можем лишь усилить его негативизм по отношению ко всему новому.

Мы сами формируем реакции и восприятие ребенка своими реакциями и своим восприятием. Это касается любого ребенка, просто у аутичного все реакции усилены во много раз, так как он намного чувствительнее обычного, и состояние наиболее близкого в данный момент человека имеет для него определяющее значение. * * *

Ребенок усиливает любую нашу эмоцию. А какую — у нас есть возможность выбирать. * * *

Эмоции ребенка надо дозировать, так как он их с трудом усваивает, плохо переваривает из-за своей восприимчивости. А по мере привыкания их можно усиливать, вносить разнообразие в рацион его «эмоционального питания». Но делать это постепенно, постоянно отслеживая, не появилось ли «эмоциональных или поведенческих высыпаний». * * *

Возвращаться после фальстарта на беговую дорожку. Сначала с чьей-то помощью, а затем самостоятельно.

Многие аутичные дети, допустив ошибку или почувствовав непонимание один раз, побоятся браться за неудавшееся дело вновь и будут стараться отказаться от него всеми возможными способами. Поэтому очень важно минимально фиксироваться на неудачах ребенка и максимально — на успехах, искать что-то позитивное и в ошибках тоже, трансформируя их.

— Не получилось нарисовать круг, зато смотри, какое получилось зеленое облако, давай нарисуем еще желтый дождик и травку. Какого цвета будет трава? Синяя? Хорошо, давай синюю нарисуем. А еще что можно нарисовать?

Устойчивость к неудаче также можно развивать и через игру, в которой, например, надо ладонью поймать ладонь, в то время как другой будет уворачиваться. * * *

Аутичному ребенку, как и семье, главное — «завестись», а дальше уже во многом движение будет идти по инерции, и потребуются лишь грамотно управлять этим движением. * * *

Если аутичный ребенок заинтересовался, понял механизм, алгоритм, логику изучаемого предмета, действия, понятия, то он разберется в нем досконально, совершенствуя свое знание и понимание. Потому как быть успешным и заметным ему нравится, нравится, когда ценят и хвалят. И, несмотря на то что его потребность в успехе и позитивной оценке не всегда видна и признается им, люди, ее дающие, люди, заметившие и оценившие, очень значимы для него, хотя опять же это не всегда видно и не всегда осознается. * * *

Сначала необходимо задавать вопросы ребенку, а потом и он научится задавать их, когда поймет, что значит «задавать вопрос» и что значит «отвечать на вопрос». И чем больше времени будет потрачено на примеры, тем чаще и ребенок будет использовать вопрос в своем лексиконе. * * *

Играть можно с любым ребенком, с каждым по-разному. И даже с тем, с кем на первый взгляд играть невозможно. Но важно правильно расставить акценты и понять, что будет «игрой» для каждого конкретного ребенка в зависимости от его реального развития — эмоционального, социального, интеллектуального, физического. Если поставить для себя и для ребенка запредельные рамки, то действительно прогресса нет, просвета нет, изменений нет и ничего нет.

Надо реально оценивать возможности ребенка «здесь и сейчас» и, исходя из них, двигаться вперед, вглубь, вширь. Сначала надо научиться бегать, а уже потом играть в догонялки, а не расстраиваться, что неходячий ребенок не играет с нами в подвижные игры. * * *

Совершенно очевидно, что невозможно шагнуть с первого этажа сразу на пятый, а с пятого — на девятый.

Так и в жизни и в развитии человека, чтобы воспитать гармоничную личность, надо пройти все этапы развития, все периоды, пусть и в более позднем возрасте, даже если и в двадцать — тридцать лет, пусть и не по книжным канонам развития, главное — пройти. * * *

Шампанское — пробка. Рождение ребенка — сопротивление, выталкивание. Сначала усилие,

и только потом — расслабление.

Так же и в любых занятиях часто первое, что мы встречаем, — это сопротивление. И лишь через некоторое время, преодолев сложности, начинаем испытывать удовольствие от деятельности. * * *

Трудности в предъявлении и поддержании телесности, теплоты, близости, мягкости, дружелюбия, легкости в отношениях — частая проблема, с которой сталкиваются аутичные люди и которая в дальнейшем культивируется и рационализируется ими, если ее не решать, если с самого начала не помочь ребенку, а может, уже и взрослому человеку. Необходимо принять это как данность, как особенности человека, взглянуть чуть глубже и увидеть реально существующую потребность в близких отношениях и в то же время огромный страх перед ними и неуверенность. Страх проявить нежность, ласку и в то же время огромную потребность в них.

Нередко уже во взрослом возрасте, пробуя быть мягкими и ласковыми, они делают это настолько неуклюже, что, напротив, вызывают неприятие или смех, отчего закрываются еще больше, начинают сильнее защищаться от своего страха и неумения, все больше рационализируя и находя веские аргументы в пользу отсутствия близких отношений. Все больше культивируя жесткость, прямоту и неприятие телесности. Находя подобных себе партнеров, для которых это также осознанно сложно и с которыми они на равных или для которых это также культивированно не нужно, воспитанно не нужно.

Я не верю, что есть такие люди, которым не нужно, чтобы их любили. Я не верю, что есть такие люди, которые не хотят любить. А базу можно подвести подо все, было бы желание — только это всего лишь защита, так как никому не хочется быть ущемленным. * * *

— Синдром Каннера или синдром Аспергера — есть ли разница?

— По-моему, нет. Впрочем, это касается и остальных вариаций на тему аутизма. Говоря о разнице, я имею в виду не внешние проявления, а то, что происходит внутри у аутичного человека, — в глубине, где у всех работают одни и те же законы, и у неаутистов тоже. Разница заключается как раз в этой самой глубине.

— А как же Кай из «Снежной королевы»? Это же типичный аспергер.

— Но он не такой. Это внешнее, привнесенное. И как он был рад избавиться от этой холодности, от этого осколка в груди, который его замораживал. * * *

Часто ребенок, особенно тревожный или аутичный, жалуется на кого-то не для того, чтобы виновника наказали, а чтобы не наказали его самого. Это происходит из-за мнительности, которая присутствует у тревожного человека и огромного, зачастую неоправданного, чувства вины где надо и где не надо. Как правило, такое поведение ребенка получает негативную оценку: «Жаловаться нехорошо», и укрепляет в нем страх перед подобными ситуациями.

Важно реагировать в первую очередь на истинную причину поведения ребенка, так как, несмотря на то что негативную оценку получила именно жалоба, ребенок воспринимает себя виновником всей произошедшей ситуации и укрепляется в своем чувстве причастности и ответственности за все и за всех, вне зависимости от степени реального своего участия. * * *

Аутичный ребенок мнителен и плохо переносит любое напряжение, а потому в моменты излишне эмоциональных выяснений отношений или даже просто общения на повышенных тонах между кем-либо ему необязательно быть их участником, достаточно находиться неподалеку, чтобы у него возникло желание не участвовать в общении вовсе. Даже если выяснявшие отношения люди начинают общаться между собой дружелюбно, аутичный ребенок уже напрягся, уже отказался. У него уже возникло сопротивление общению, страх и

чувство вины и ответственности за происходящее. И чтобы преодолеть сопротивление, необходимо помочь ребенку расслабиться, снять напряжение и понять, что он непричастен к процессу выяснения отношений. * * *

Всегда важно принимать решение, выбирать что-то' одно, а не сидеть на двух стульях одновременно, испытывая постоянное напряжение. * * *

Иногда аутичный ребенок пытается устанавливать контакт довольно странными и неконструктивными способами, одним из которых является агрессия.

Агрессия часто вызывает бурю негодования и страх у окружающих. Важно не пугаться, понять, что лежит под агрессией, и помочь ребенку найти конструктивные способы решения задачи, например — установления контакта с кем-либо.

Часто агрессия появляется на выходе из аутизма — как неконструктивное, а иногда и деструктивное проявление активности и инициативности, которой ребенок пока еще не умеет пользоваться. В этот момент важно поддержать его, научить грамотно использовать появившиеся способности и ни в коем случае не подавить их. Ведь, подавив агрессию, мы давим и активность, и инициативность, возвращая его на прежний уровень аутизма. * * *

Аутисты редко делают то, что хотят сами. Обычно — то, что хотят другие. Им проще согласиться с мнением значимых людей, чем отстаивать свое. Это не значит, что они согласны с точкой зрения других или что у них нет своего мнения. Это значит лишь то, что у них нет силы воли и уверенности, чтобы отстоять собственное мнение. При малейшем давлении с другой стороны это становится для них почти невозможным из-за повышенной чувствительности и мнительности, ответственности за все.

Но способность быть собой и умение отстаивать себя можно и нужно тренировать, в том числе постоянно ставя ребенка перед необходимостью выбирать и самостоятельно принимать решения. * * *

Не следует понимать все приводимые примеры и рекомендации буквально. Всегда можно проявить фантазию и креативность по отношению к ним, изменить и оживить их, расширить или, наоборот, сузить. * * *

Необходимость защищать себя и отстаивать свои права и желания вызывает сильнейшее напряжение у аутичного ребенка. Он тратит очень много энергии не только на защиту как таковую, но и на саму мысль о необходимости защищаться. А частая реакция на большие психические энергозатраты — болезнь.

В тех же ситуациях, когда ребенок не защищается, он смиряется с невозможностью и неумением отстаивать себя и отказывается от своих желаний, отчего загружается еще больше, подавляя себя и тормозя собственное развитие, усиливая аутизм. * * *

Сначала у ребенка просто получается, ему просто нравится, а азарт и понимание, или желание понять, разложить по полочкам, правильно называть появляются потом. Это касается любой деятельности. * * *

Для кого-то аутизация — это срыв, яма. Кто-то помнит и осознает этот срыв, у кого-то он был в раннем детстве или остался незамеченным. А кто-то всегда так жил, и не одним поколением. Просто, вероятно, критическая масса назрела. Возможно, спровоцированная чем-то. То есть держались близко к краю, но не за гранью, и хватило маленького толчка, небольшого стресса, чтобы вылететь в «аут», чтобы оказаться в яме, в болоте аутизма. * * *

Один из вариантов введения нового в жизнь ребенка, наиболее мягкий, — это постепенное привыкание.

Когда новый предмет, действие, способ взаимодействия, который хочется внедрить в обиход, все время попадает на глаза, подкладывается, подсовывается.

Такой вариант требует намного большего времени для достижения конечной цели, но он также хорош. В идеале же надо владеть и жестким, и мягким способами, и уметь грамотно их сочетать. * * *

— Славочка, давай надевай ботиночки, — говорит мама, а Слава в это время сидит на стуле, не обращая внимания на ее слова: он увлечен чем-то своим. — Смотри внимательно. Где твои ботиночки? — продолжает уговаривать мама, стоя в метре от него, так как хочет добиться от него самостоятельности. — Возьми. Давай надевай на ножку. Расстегни застежку. Посмотри внимательно.

Славочка, мы торопимся. Давай одевайся, пойдем в садик, там тебя детки ждут, — не останавливается мама, таким же мерным голосом.

Стоит отметить, что Слава аутичный, малоговорящий мальчик, и такой словесный поток ему попросту не осилить. Итак, искренняя, действительно искренняя, настоящая, неподдельная заинтересованность мамы в развитии самостоятельности сына и поддержание мнимого диалога, который в действительности превратился в монолог, не имеют никакого развития. И это достаточно частая картина, которую я наблюдала в самых разных семьях с аутичными детьми.

Постоянный инструктаж, комментарии без подкрепления — это ошибка, которую допускают очень многие родители, так как им кажется, что если ребенок плохо говорит, то «с ним надо больше общаться» и «хорошая мать должна». «Не надо» и «не должна».

Лучше выражать свою мысль, просьбу одним-двумя словами, которые ребенок поймет, чем множеством слов, в которых потеряется основная мысль. Ведь часто подобное многословие является для ребенка просто звуковым фоном.

Важно не то, сколько общаться и говорить с ребенком, а то, как это делать. Лучше сказать три слова, на которые ребенок отреагирует, чем тридцать три, которые останутся без внимания. * * *

Ребенок стал неудобным, невозможным, все время чего-то хочет, куда-то тянет, куда-то бежит и лезет — в норме такой период наступает тогда, когда ребенок начинает ходить, и воспринимается естественным этапом развития. У аутичного ребенка такие этапы наступают при каждом следующем скачке в развитии и могут не соответствовать его физическому возрасту, а потому воспринимаются не столь благодушно, так как из «особого» — незаметного и привычного — ребенок вдруг превращается в «особого» — заметного и непривычного для семьи и окружающих.

— Такой большой и так себя ведет.

А это то, чего родители часто боятся, боятся привлечь внимание к «особости», боятся необходимости отстаивать, объяснять, реагировать, тем более тогда, когда сами еще не знают, как же реагировать на изменившееся поведение ребенка, и разными способами стараются убежать, избежать, спрятаться от стрессовой для себя ситуации, подавляя ребенка физически, эмоционально или медикаментозно.

В результате в социальном и эмоциональном развитии ребенок стоит на месте или движется очень медленно, но, при этом зачастую интеллектуальное развитие продолжается.

На момент первичного обращения к нам у Яна наблюдалась явно выраженная задержка речевого развития, недостаточное осознание себя как отдельной личности, отсутствие местоимений «я», «мне», отсутствие вопросов, просьб, обращений; сниженный психофизический тонус. Основное время занятий он предпочитал проводить лежа, если его специально не активизировали, тяжело шел на контакт, был симбиотичен, тревожен и плаксив, не мог постоять за себя, был очень пассивен, у него был ослаблен интерес к происходящему вокруг, отсутствовала инициатива по отношению к детям и взрослым как в игре, так и в речи.

Поэтому, когда Ян начал просить, например: «Покачайте меня», мы все были так довольны, что он просит и вообще хочет чего-то и говорит так правильно, и инициативу проявляет, наблюдает за происходящим, что очень долго велись на эту просьбу слишком воодушевленно, и, сами того не заметив, превратили ее в стереотип, который был уже скорее вреден, чем полезен. Теперь Ян постоянно просил покачать его, делая это все более и более виртуозно, усложняя и развивая свою просьбу, обращаясь с ней ко всем подряд.

Стереотип можно использовать, усложняя и развивая его (что мы и делали первое время), но во всем нужна мера.

Очень важно почувствовать грань между стереотипом, вновь возникшим, и продолжением развития нового навыка, не пропустить этот момент. * * *

Часто внутренняя речь аутичного ребенка намного более развита, связана, разнообразна и полна, чем внешняя. Вслух говорить ему значительно сложнее из-за массы отвлекающих факторов, которые мешают сосредоточиться и быстро сообразить, понять, сказать, составить предложение. * * *

«Онега» (наш летний лагерь) — условия, приближенные к реальной жизни, но все здесь усилено и усложнено.

Мы выезжаем в лагерь вместе с детьми каждый год. Некоторые едут с родителями, а некоторые с психологами. И как правило, со всеми происходят достаточно серьезные изменения, которые невозможно не заметить. У детей, которые едут с родителями, изменений меньше, но они закрепляются и остаются по возвращении. У детей, которые едут без родителей, изменений больше, но после возвращения домой в течение первого же месяца они исчезают. В чем же причина?

Дело в том, что аутизм — это системное нарушение, для максимально эффективной коррекции которого необходимо меняться всей семейной системе, а не одному, тем более самому слабому, ее элементу. Возвращаясь домой, ребенок попадает в ту же самую систему, из которой он уехал, и довольно быстро подстраивается под нее. А в ней он, как правило, — аутист. Именно поэтому те небольшие изменения, которые получают дети при совместной с родителями поездке, остаются, так как меняются они вместе, меняется их совместный способ взаимодействия.

При этом чем младше ребенок, тем проще учитывать появляющиеся у него особенности, тем проще перестроиться и измениться и семье, и ребенку, так как нет еще годами выработанной привычки аутичного поведения. Нет еще заостренней, давно сложившейся системы отношений внутри и вне семьи. И чем больше времени проходит в аутизме, чем дольше семья принимает аутизм, тем сложнее менять систему, сложнее всем членам семьи. Однако это возможно в любом возрасте, пусть и более трудоемко. * * *

Аутичным детям в большинстве своем свойственно огромное количество страхов. Однако некоторые вроде бы ничего не боятся, ничего не замечают, идут сквозь. Это видимость — просто им так страшно, что уже ничего не пугает и появляется бесстрашие. * * *

Высокий интеллект, присущий многим аутичным людям, позволяет рационализировать, находить объяснения и оправдания своим особенностям, страхам, своему отличию от других, а это — распространенные способы защиты. * * *

У аутичных детей часто сталкиваешься с непониманием. Мы его спрашиваем:

— Ты можешь подождать?

— Да, могу, — отвечает ребенок.

И в следующий раз, ориентируясь исключительно на интонацию, как на опору, и не задумываясь над смыслом фразы, например, на наш вопрос: «Ты хочешь сока?» он отвечает: «Да, могу».

Поэтому всегда важно отслеживать, насколько включен ребенок в то, что ему говорится, и насколько он понимает сказанную фразу. При необходимости переспрашивая, разъясняя, упрощая формулировки. * * *

— Ой! Катя пришла! — кричит Илья, увидев меня, и убегает в комнату, весело визжа «боюсь!», плюхается на кровать и прячет лицо руками в нетерпеливом ожидании, когда же я приду и буду с ним играть.

Он и правда думает, что такое состояние, такое настроение называется «боюсь».

— Чего же ты боишься, Илья? — спрашивает мама.

В данной ситуации нет смысла спрашивать «чего ты боишься?», так как он не боится ничего, только неправильно дифференцирует и называет свои эмоции и чувства, а следовательно, задача — помочь ему правильно идентифицировать состояние, а не выяснить, чего он боится, тем самым ошибочно ориентируя его.

— Это называется: я сейчас побегу прятаться от Екатерины Евгеньевны (Кати), а она будет меня искать, мне нравится такая игра, это очень весело.

Важно научиться понимать, что на самом деле хотел сказать ребенок, и объяснять ему именно это, и реагировать не на то, что у него получилось сказать, а на то, что он хотел сказать. * * *

Повышенная тревожность родителей и как следствие детей — часто неконструктивная, не по сути и не на месте.

А бывает и наоборот — когда вообще никакой тревоги нет, когда полнейший дефицит тревоги.

Оба варианта требуют коррекции. * * *

В жизни аутичного ребенка очень много рамок и ограничений, которые являются следствием повышенной и неконструктивной тревожности родителей. Он вынужден развиваться внутри этих рамок. Вернее, вынужден пробовать развиваться, несмотря на ограничения и правила и свои особенности, которые являются противопоказанием к ним. В результате ребенок живет в постоянном напряжении, стараясь все соблюсти и ничего не нарушить, стремясь вызвать положительные эмоции родителей и избежать отрицательных.

Слишком мало доступности и дозволенности для полноценного, разностороннего развития и саморазвития. Отсутствие свободы у детей, впрочем, как и у родителей, которые тоже не от хорошей жизни создали себе рамки, и необходимость постоянно жить с оглядкой усложняют процесс адаптации ребенка к миру. * * *

Нельзя выбрать за другого. Можно подтолкнуть к осознанию, к принятию решения, но только когда это будет истинный, внутренний выбор человека. А выбор поверхностный, внешний... Он остается чужим, сделанным под влиянием, в угоду, но не своим. Такой выбор ничего не значит, с него легко сбить. * * *

Все, что с нами происходит, — это наш выбор.

Как себя чувствовать, на что реагировать, где и когда брать ответственность, с кем общаться и прочее — всегда наш выбор. Выбор есть у каждого, и каждый может его сделать. И каждый выбор, поступок, вне зависимости от того, чем он вызван, тянет за собой целую цепочку следствий.

«Не существует единого для всех будущего. Их много, и каждый ваш поступок творит какое-нибудь из них». * * *

Что дает «интенсив», или «марафон» аутичному ребенку? Как минимум ребенок начинает быстрее понимать и реагировать даже на то, что вроде как знает, да не помнит и не использует в нужном месте в нужное время, а это уже немало. Кроме того, это ежедневная тренировка эмоционально-волевой сферы, игровых и речевых навыков, навыков взаимодействия и коммуникативных навыков, это ежедневное пребывание в режиме «включения».

А еще «марафон» — это поддержка, оказываемая специалистами и родителям тоже. Это заряжает семью энергией, которая позволяет затем самостоятельно двигаться вперед. * * *

Аутичный ребенок все воспринимает буквально, без оттенков, и переносит эту буквальность на все стороны жизни. И чем он более аутичный, тем сильнее перенос и тем буквально восприятие. Мама педантично любит чистоту — ребенок до истерики не переносит малейшего загрязнения и беспорядка. Папа выкидывает надкусанную шоколадку, потому что ребенок ее не хочет доедать, — ребенок тоже выкидывает все при любой неточности, несоответствии, испорченности. * * *

Больше всего пугает, тревожит, напрягает, раздражает то, что непонятно, следовательно, одна из задач во взаимодействии с аутичным ребенком — доступно объяснить ему любое непонятное для него действие, поступок, слово, предмет, свойство. * * *

Многие аутичные дети озвучивают свои желания через отрицательное утверждение.

— Нельзя конфету, — говорит Витя и с надеждой смотрит на маму.

В данной ситуации необходимо поправлять ребенка, несмотря на очевидность такого комментария, а потом уже решать, можно или нет съесть конфету.

— Можно мне конфету?

Или:

Все сидят на кухне и пьют чай, заходит Оля и, быстро стрельнув глазами, говорит:

— А я не буду чай пить, — при этом она явно хочет поучаствовать в общем чаепитии.

Так же, как и в предыдущем случае, необходимо поправлять:

— Можно я тоже чай буду пить?

Или превращать в диалог:

— А ты хочешь чаю?

— Да, хочу.

Но не всегда отрицание — показатель желания ребенка, важно понимать, что в действительности имеется в виду, и реагировать соответственно. * * *

Возможно, никому из родителей или специалистов, вплотную столкнувшихся с аутизмом, никогда не пришлось бы столько понять, прочувствовать, ощутить и осознать, если бы не... Но жизнь сложилась таким образом, и пусть это будет не «из-за», а «благодаря».

Как говорят, в мире нет ничего случайного, а значит, надо воспользоваться этой возможностью и извлечь максимум полезного для себя.

24.06.2008

При высоком уровне понимания и осознания себя и других нет негативных эмоций, по крайней мере их становится меньше, нет переваливания ответственности за происходящее с самим собой на других, нет осуждения и поиска виновников. * * *

Настойчивое нежелание что-то делать, когда очень просят, может быть как скрытым привлечением внимания, так и страхом, например, страхом оценки. * * *

Аутичный ребенок не любит пробовать новое не потому, что ему это не нравится, а потому, что ВДРУГ не понравится, потому что МОЖЕТ не понравиться. Этого вполне достаточно, чтобы отказываться от нового. Соответственно наша задача — убедить ребенка попробовать и, главное, распробовать новое. Потому как «чтобы любить или ненавидеть какой-нибудь предмет, надо его знать». И в конце концов, даже если ребенку не понравится — это не смертельно, ведь у каждого из нас есть какие-то предпочтения. В любом случае, вне зависимости от результата, сама необходимость попробовать — очень нужный любому ребенку, тем более аутичному, опыт. И чем обширнее он будет, тем проще и легче будет ему адаптироваться и вписываться в жизнь. * * *

В подростковом возрасте у части детей, которые так и не научились снимать напряжение, расслабляться и разряжаться, появляются судороги или выраженная эпилептичность. Таким способом ребенок сбрасывает накапливающееся, давящее на него напряжение. Еще один неконструктивный способ разрядки напряжения — это приступообразная агрессия и аффективные реакции. * * *

В тот момент, когда вокруг начинается происходить то, что непонятно ребенку, когда он не понимает того, о чем идет речь, он отключается, отвлекается, уходит в свои мысли. И даже понимая, что именно с ним происходит, и пытаюсь себя сконцентрировать, он редко достигает успеха. И это не вина, а беда. * * *

При пересказе, описании картинки на начальных этапах можно разделять информацию на кусочки, так как сразу все ребенку не запомнить, не понять и не пересказать. На первых этапах можно вместе с ним делать опорные записи или картинки-пиктограммы. Проигрывать и прорисовывать сюжет и описывать его только словосочетаниями, а не целыми предложениями. * * *

— Могут ли аутисты общаться? — Да.

— Могут ли аутисты общаться друг с другом? — Да.

— Могут ли они играть? — Да.

— Могут ли играть друг с другом? — Да.

— Нужно ли им это? — Да. * * *

— А зачем их выдергивать из своего мира? Зачем менять что-то? Они же любят одиночество, это их выбор... они такие, и надо дать им возможность быть такими, какие они есть, быть собой. Надо создать им условия, в которых им комфортно быть такими, — бытует такое мнение.

— А уверены ли вы, что именно это и есть для них «быть собой», что им самим это нравится, что им так комфортно? Я — нет. Категорически. * * *

На любой свой вопрос «почему»: почему он так делает? так говорит? так реагирует? — всегда можно обратиться к себе, примерить на себя это «почему».

А почему любой из нас мог бы сделать так же? В какой ситуации мы бы себя повели так, как ребенок? Что бы мы чувствовали в этот момент? В каком состоянии находились бы? И так далее.

Многое наверняка покажется знакомым, многое станет более близким и понятным. И соответственно намного понятнее будет, что с этим можно делать и как менять. * * *

— И что, теперь всегда так будет? Надо будет следить за каждым своим шагом? Думать над каждым словом и действием? — спрашивают многие родители.

— Нет, со временем и вы изменитесь, и тогда вам не надо будет следить за собой, чтобы не получать нежелательных реакций у ребенка. В то же время и ребенок нарастит мышцы и не будет так зависим от вашего поведения, ощущения, восприятия. Каждый немного изменится, а в результате проще станет всем, но, конечно, не сразу. * * *

Аутичные дети, как правило, редко болеют.

Одно из объяснений такой устойчивости к инфекциям — это их защищенность, как психологическая, так и физиологическая. Они живут под «колпаком», сквозь который с трудом проникают не только стимулы, позволяющие развиваться, но и болезни — это тотальная недифференцированная защита, защита от всего. И как только этот «колпак» становится более проницаемым и ребенок начинает получать информацию из внешнего мира, развиваться, лучше говорить, видеть, слышать, общаться, он начинает и чаще болеть.

Большая включенность во внешний мир требует поначалу довольно много сил от ребенка, и тогда те силы, которые раньше уходили на защиту организма, он начинает тратить на возможность быть включенным и, следовательно, начинает чаще болеть. * * *

Чем больше расстояние, и физическое, и эмоциональное, и психологическое, между ребенком и психологом (педагогом, родителем), тем меньших результатов можно достичь и тем сложнее их достичь. Хотя, как и везде, есть свои исключения. * * *

Во многих ситуациях аутичный человек не в состоянии остановиться, сказать «нет», «стоп», отстоять свое желание или нежелание что-либо делать по причине повышенной тревожности. А в чем-то, наоборот, — это тиран и деспот, постоянно отдающий команды и требующий их исполнения. Амбивалентность часто присуща аутичным людям.

У любого аутичного ребенка (да и взрослого тоже) сильно подавлена конструктивная активность, как внутренняя, так и внешняя. Это один из факторов, затрудняющих развитие. * * *

Часто излишняя забота о ребенке, искренняя со стороны семьи или педагогов воспринимается самим ребенком как нежелательный контроль. И реакция на нее — отказ от той деятельности, которая привлекла внимание заботящегося.

Таким образом, желая сделать лучше, мы, не ведая того, вызываем ухудшение. * * *

Когда ребенок уже перешел на новый уровень активности, родители часто пугаются любого зависания или возможного возврата в прошлое. Они пытаются форсировать события, чем вызывают у ребенка активную или пассивную негативную реакцию, поскольку родительский страх воспринимается как нежелательный контроль и давление. * * *

Очень полезны любые массажи (как тонизирующие, так и расслабляющие), телесная терапия, лечебная физкультура и прочие требующие телесного контакта процедуры. Необходимость в них очень высока по той причине, что у аутичного ребенка существует очень большой дефицит в ощущениях, даже в тех случаях, когда формально их много. Многие ощущения просто не поступают к нему, несмотря на то что ему их дают. Необходимо усиливать стимулы как в количественно-временном аспекте, так и в качественном.

25.06.2008

Психологи, как и все люди, не всегда и не со всеми работают одинаково, качественно. Когда-то лучше, когда-то хуже. Глупо было бы это отрицать. Иногда психологи тоже чего-то недопонимают и делают ошибки. И это зависит от множества факторов, подфакторов, и это нормально. * * *

Ответственность, которой мы наделяем ребенка, не всегда ему по силам. Давая заведомо невыполнимые поручения, мы огорчаем и ребенка, и себя. Ребенок перестает верить в себя, а мы перестаем верить в ребенка.

Необходимо соразмерять свои просьбы с реальными возможностями ребенка. Всему свое время. * * *

Отсутствие у аутистов сопереживания, парадоксальные реакции на чужую боль — все не так однозначно.

Иногда они, напротив, слишком переживают, а иногда за аутичной стеной, за защитой не замечают чужой боли, так как поглощены своими переживаниями. Иногда усиливают защиты из-за непереносимости и невозможности что-то сделать, а иногда начинают смеяться и веселиться, также из-за излишних переживаний. Иногда чужие страдания — слишком сильные, непереносимые эмоции для ребенка, а иногда — единственные, которые проникают сквозь аутичную защиту.

Всему есть доступные, простые объяснения, умея видеть которые, можно многое понять и изменить. * * *

Надо как минимум изменить отношение к ребенку и его поведению. Перестать относиться к нему как к непонятному, инопланетному существу и увидеть в нем просто человека со своими особенностями, проблемами, которые можно помочь понять и решить. * * *

Человек «ненормальный», «сумасшедший», «не от мира сего», «с головой не дружит», или человек, имеющий вполне определенные и понятно откуда берущиеся проблемы, следствием которых является его поведение. При изменении формулировки и отношения к проблеме сразу же иначе воспринимается и человек. И поверьте, у каждого «ненормального» есть простое и очень человеческое объяснение его «ненормальности». * * *

— Так, может, надо создать ему условия, в которых он не будет травмироваться?

— И да, и нет. Просто создания таких условий мало, ведь когда-то все равно возникнет необходимость «выйти в люди», а из-за отсутствия навыка это будет большой проблемой для ребенка. Создать комфортные условия, но развивающие, мобильные, которые будут его сопровождать везде, учитывать его слабые стороны, стимулируя именно их развитие, и меняться вслед за ребенком — вот это действительно необходимо.

Таковыми условиями может служить как грамотная, ступенчатая система помощи ребенку, так и грамотно подобранный сопровождающий или родитель, который меняется в соответствии с условиями, но при этом устойчив и стабилен, что и передает ребенку. * * *

Оглядываясь назад, практически все родители аутичных детей, которые более или менее адаптировались, дали хорошую динамику, могут сказать, что очень сильно изменились сами, изменилось их отношение к жизни, к себе, к ребенку, появились другие ценности и приоритеты. Но эти изменения происходили без осознания, которое пришло намного позже, и поэтому на них ушло намного больше времени, чем если бы они были осознанными, сознательными. * * *

Многим кажется, что, признав и озвучив свои особенности, проблемы, становишься слабее, незащищеннее, остаешься без кожи, а по-моему, наоборот. Признав и поняв, становишься сильнее, потому что можешь менять и, самое главное, знаешь, что именно надо менять, над чем работать. Становишься честнее к себе, к окружающим, снимаешь с себя маску беспроblemности, на создание которой тратится масса энергии, исчезает необходимость что-то скрывать и прятать от людей, прятать себя настоящего.

Честными могут быть только сильные духом. * * *

Детская игровая группа, продолжительность 60 минут, четыре аутичных ребенка трех-четырехлетнего возраста.

Артур — совсем не говорит, не играет и всего боится. Закрывает уши руками, а если они заняты, то плечами и манипулирует каким-нибудь предметом. Артур — самый сложный ребенок в этой группе и единственный из всех с настоящим «полевым» поведением.

Костя — только начинает говорить, но в основном он просто «звучит». Быстро устает и просится домой, довольно стереотипный и больше всего на свете любит прыгать на батуте, мерно взмахивая ручками. С трудом переносит вмешательство в свою деятельность и все время лезет куда-нибудь наверх.

Сереза — очень принципиальный мальчик, легко заводится и может долго-долго заходиться в крике. Тоже практически не говорит, но много «звучит». Тоже стереотипный и легко аутизирующийся. Может часами катать машинку, пристально вглядываясь в вертящиеся колеса. Тоже с трудом переносит вмешательство в свою деятельность.

Лиза — единственный в этой группе ребенок с речью, хоть и не очень развитой. Умеет играть в игры, и если ее не трогать, то может провести за ними весь час, изредка обращаясь за помощью. При совместных же играх очень быстро перевозбуждается. Так же, как остальные дети, много боится.

Забивали с Сережей палочки молотком. Первая его реакция на это предложение — сопротивление, связанное одновременно с нежеланием и привычкой заниматься чем-то другим, с неумением и страхом, что не получится, и плюс ко всему удары молоточка в первый момент, пока он к ним не привык, были для него слишком громкими. Поэтому начали мы это дело вместе.

Сережа сидел у меня на руках, и мы с ним вместе, рука в руке, забивали палочки. Освоив этот процесс совместно и поняв, что ничего страшного в нем нет, он уже без сопротивления забивал их моей рукой, и тогда я решила снизить долю своего участия и стала держать его только за кисть, чем в первый момент он был очень недоволен и пытался впихнуть молоточек обратно мне в руку, чтобы мы продолжили колотить им вместе. В свою очередь, я продолжала настаивать на своем и помогала ему забивать палочки, только держа его за кисть руки. В итоге он сам замечательно справился с этим процессом, понял, что надо делать, поверил, что может сделать это сам, получил от этого удовольствие и потом еще несколько раз проделал все совершенно самостоятельно и с интересом, несмотря на сопротивление, неуверенность и страх, возникшие в первый момент.

А Артур очень боится громких звуков, закрывает уши ладонями практически от любого шороха. Он боится всего нового и старого тоже, может часами слоняться по комнате или сидеть в углу с каким-нибудь предметом и манипулировать им, пугаясь любого звука или прикосновения.

На первом же занятии я попробовала покатать его на мяче. Мяч твердый и упругий и не так пугает ребенка, как резиновый гимнастический мяч, который прогибается и пружинит под весом ребенка. Как только Артур понял, что сейчас его куда-то поведут, сразу же начал усиленно сопротивляться, проявив недюжинную силу и изворотливость. Однако и здесь я настаивала на своем и, главное, была уверена в своих действиях. Поэтому через некоторое время мы все-таки дошли до мяча, несмотря на все страхи и ужасы предстоящего качания на нем. Мы дошли до него, покачались — сначала вместе, лежа всем корпусом, затем я только придерживала его спину, а позже лишь держа лаза руки, в то время как Артур наслаждался качанием. То же самое мы проделали и с горкой-домиком, в который надо залезть, что его безумно пугало поначалу, а потом еще и съехать с горки; и с трубой-тоннелем, через которую тоже надо было пролезть.

Любое новое действие, любое предложение вызывает у Артура сильнейшее напряжение, страх и сопротивление, но в дальнейшем, если ему помочь все это преодолеть, у него уже есть выбор между новыми освоенными играми, которые ему нравятся, и манипулированием игрушкой, сидя в углу.

Лиза немного говорит и играет, и если обходить ее стороной, стараясь не задевать, она может долго занимать себя, правда, довольно стереотипно, не претендуя на какое-то внимание. Однако если начинаешь ее активизировать и привлекать к совместной деятельности, она легко возбуждается, и при этом вылезают наружу все ее страхи, которых у нее, как и у других аутичных детей, достаточно. Она становится «неудобной», а это как раз то, что мне нужно. Начинает визжать, бегать, смеяться, разбрасывать игрушки, плевать, толкаться и кусаться, всеми возможными способами привлекая к себе внимание, ожидая какой-нибудь реакции или реагируя на вмешательство, которое подчас для нее ново, неожиданно или пугающе. Иными словами, она становится «живой», начинает замечать и, следовательно, сама становится заметной. А это именно то, чего, как, правило, очень боятся окружающие, называя «неадекватным» и «непредсказуемым» поведением. В такие моменты очень важно не бояться ребенка, не бояться его страхов и реакций на что-то пугающее, а понять его и адекватно отреагировать на «неадекватное» поведение, так как иначе никакого продуктивного взаимодействия не получится. * * *

В какой-то момент беру баночку с раствором и начинаю надувать мыльные пузыри, привлекая

этим процессом всех детей: Артура, Лизу, Сережу и Костю. Кто-то сразу же замечает меня с пузырями и радостно мчится их лопать, кто-то присматривается издали, боясь подойти, кто-то выдирает баночку у меня из рук, потому что тоже хочет надуть, кто-то просто созерцает разлетающиеся во все стороны пузыри. И в этот момент я, не прекращая своего занятия, начинаю перемещаться по игровому залу, по очереди подходя к каждому из детей и увлекая их за собой. Через некоторое время мы уже все в одной куче — я надуваю мыльные пузыри, а дети, толкая друг друга, радостно ловят их и лопают. Все довольны, все включены, реагируют на меня, на пузырики, друг на друга, следят за каждым моим действием, и каждый старается быть первым. Первым поймать, первым лопнуть. А если я вдруг останавливаюсь и выжидательно смотрю на них, они так же внимательно смотрят на меня, следя за каждым моим движением, чтобы успеть первым, — на ранних этапах именно это и называется совместной деятельностью и игрой. * * *

Сухой бассейн, наполненный шариками, — это то, что привлекает почти всех детей, хотя Артур и его боялся на первых этапах. В нем можно просто лежать, из него можно выкидывать шарики, а можно, наоборот, складывать их туда, в нем можно качаться, а еще, если залезть на лестницу от горки, в него можно прыгать, чем мы иногда и занимаемся.

Первой на лестницу забираюсь я, громко и ритмично считая и в то же время отслеживая включенность детей: «Раз, два, три!» — прыгаю в бассейн, устраивая салют из разноцветных шариков и вновь привлекая внимание детей. Кто-то радуется, кто-то пугается, а кто-то забирается на лестницу, чтобы также спрыгнуть. Через некоторое время все уже хотя бы по разу спрыгнули в шарики, кто-то самостоятельно, кого-то я держала за руки, с кем-то прыгала практически в обнимку. И опять мы все вместе, опять смотрим друг на друга и ждем следующего прыжка и душа из шариков, вместе считаем и вместе прыгаем — опять мы играем все вместе. * * *

Кто-то рассыпал конструктор, и он ярким пятном валяется на полу. В конце занятия Сережа его заметил и начал что-то строить, внимательно рассматривая каждую деталь — первый раз заметила его за этим занятием, раньше конструктор не вызывал у него интереса. * * *

В самом начале занятия Сережа нашел деревянный конструкторе винтиками и начал выстраивать красивую линию из разноцветных кубиков с отверстиями для винтиков. Но я, к большому его сожалению, и здесь не обошла его стороной, посчитав своим долгом вмешаться в этот процесс. Я стала закручивать в кубики винтики такого же цвета. И сколько я их закручивала, столько Сережа их выкручивал, так как в его планы входило всего лишь выстраивание линии. На каком-то этапе, поняв, что я не отстану, он отвлекся и пошел заниматься чем-то другим. А в самом конце занятия, уже практически перед уходом, он вернулся к этому конструктору и уже сам подбирал и закручивал винтики, подходящие по цвету к кубикам, не вспоминая о линиях. * * *

Я надувала воздушный шарик. Надувала, а потом сдувала, то оставляя его у себя в руках, то отпуская в свободный полет. И здесь все активизировались и начали внимательно следить за каждым моим действием, за траекторией полета шарика. Кто-то принимал активное участие в этой игре, кто-то просто наблюдал, но эмоционально, внимательно отслеживая каждый шаг.

Артур закрывает уши — боится. Я держу шарик одними губами, беру руки Артура в свои и медленно подвожу их к надувающемуся шарiku. Он, конечно же, сопротивляется, ему страшно, но и я сопротивляюсь и не поддаюсь его тревоге. Надув шарик, я выпускаю его из губ, и он сдувается прямо у нас в руках. Артуру нравится, и остальным детям, которые внимательно следили за мной и шариком, тоже нравится.

А Лиза бежит туда, куда улетел шарик, и просит надуть еще.

— Шарик, — говорит она, протягивая мне шарик и в ожидании глядя на меня.

— Надуй шарик, — поправляю я и начинаю его надувать, не всегда дожидаясь Лизиного исправления. — Что с ним делать? — спрашиваю я и смотрю на нее. — Отпустить? — И я рукой показываю как он полетит. — Или завязать? — показываю на узелок уже завязанного шарика.

— Полетел, — говорит Лиза и повторяет мое движение.

— Значит, отпустить, — говорю я и пускаю шарик.

Сережа с Костей тоже всегда готовы найти шарик и принести его мне, но они не такие быстрые, как Лиза, поэтому у них это не всегда получается. А иногда я и сама, весело улюлюкая, бегу за улетевшим шариком наперегонки с детьми, что им очень нравится.

И так какое-то время мы развлекаемся с шариками, иногда я насыпаю туда разноцветное конфетти, и оно летает по всему залу, еще больше изумляя и привлекая детей. Иногда я комментирую все, что делаю, иногда молчу. Иногда спускаюсь на уровень детей, вставая на колени, а иногда, наоборот, поднимаюсь повыше, и они задирают головы, чтобы следить за происходящим. Иногда я пускаю воздух из шарика прямо на них, а иногда — под потолок. И так далее. * * *

В любой игре, в любом взаимодействии с ребенком важно быть на равных: бежать с ним на горку, чтобы съехать оттуда, с азартом искать улетевший шарик, догонять и перегонять, ползать, пускать пузыри и спорить за право надувать их, прыгать, залезать в тоннель, а также многое-многое другое. И своим азартом, своей увлеченностью заражать и заряжать ребенка.

При этом не чувствовать себя сумасшедшим, а спокойно позволять себе дурачиться, быть глупым, более активным, развитым, эмоциональным и инициативным, но равным ребенку ребенком. Именно ребенком, а не взрослым.

Быть ребенком — это нормально, и в каждом из нас он есть. * * *

Костя прыгает на батуте, и я, сразу же реагируя на это, привожу к нему в компанию Сережу. Потом Артура и вместе с ним встаю на батут, сам он пока боится. Затем зову Лизу. И некоторое время, постоянно сталкиваясь и мешая друг другу, мы прыгаем.

И Косте помешали — это его любимое «аутичное» занятие — и сами попрыгали. * * *

А потом мы катались с горки. Зову Лизу.

— Лиза! Лиза! Пойдем с горки кататься! — кричу я и первая бегу на горку. Лиза меня догоняет и тоже забирается в домик с горкой, я ее дожидаюсь, мы вместе съезжаем. Съехав, я тут же бегу в сторону Кости, хватаю его за руку, и мы снова бежим на горку, теперь уже втроем, так как Лиза нас догоняет. Увидев и услышав шум и беготню, Сережа присоединяется к нам сам, и нас уже четверо. Кто-то впереди меня, кто-то позади. Первые ждут, а последних я ловлю и снова бегу, теперь уже по направлению к Артуру. Ему сложнее всего участвовать в таких играх, но и он не остался без внимания. Держа одной рукой Артура, а другой Сережу, я снова мчусь к горке. Все уже радостно возбуждены и карабкаются по лестнице, но в этот раз, съехав, я уже не поднимаюсь на горку, а залезаю в тоннель вместе с Артуром, остальные меня догоняют или ждут нас у выхода. * * *

У нас в зале есть две одинаковые детские качалки, которые при уборке мы ставим одна в другую, и сейчас они как раз соединены. У Сережи на глазах я их разъединила, и из одной качалки получились две совершенно одинаковые. Он очень долго смотрел на них, пытался понять, что же случилось, подходя то к одной, то к другой. Очень уж его это удивило и озадачило. * * *

Костя нашел в игрушках набор инструментов и среди них дрель на батарейках: если нажать кнопку, она начинает довольно громко жужжать. Но использует он ее не по назначению, а просто манипулирует ею. Я подошла и аккуратно нажала на кнопку. Первая его реакция — испуг. Но, несмотря на испуг, его это заинтересовало. Он осторожно включал ее и смотрел, потом просил меня и также внимательно наблюдал. Очень по чуть-чуть, все время останавливаясь или останавливая меня, он с интересом изучал это жужжание и в то же время преодолевал свой страх. * * *

Костя сегодня снял носки и ходил босиком. Носки мешают ему чувствовать, мешают ощущать. Это лишняя преграда, помимо и без того существующей аутичной защиты, которая тоже мешает ему почувствовать себя и окружающее. А я, воспользовавшись его голыми ногами, конечно же, не отказала себе, да и Косте тоже, в удовольствии хорошенечко потянуть и помять их от кончиков пальцев до самых пяток. * * *

В совместных детско-родительских занятиях важно соблюдать равноправие. Чтобы и ребенок, и родители были равнозначными и равноответственными в процессе терапии, игры, общения, взаимодействия. * * *

Находят не те, кто искал, а те, кто ищет вопреки всем сложностям. Находят те, у кого цель не искать, а найти, не учиться, а научиться, не говорить, а сказать, не смотреть, а увидеть, не понимать, а понять, не решать, а решить.

Кто-то, сталкиваясь с трудностями, уходит от них, чтобы не испытывать отрицательных эмоций, из страха перед новым и неизвестным. Уходит совсем, решив, что идти дальше невозможно или некуда, считая, что это неподходящая дорога, не его путь... Уходит в другое место, чтобы начать там все заново, еще раз пройти тот же путь, но по другой дороге, и снова уйти при первых же трудностях, если они будут. Каждым своим уходом отодвигая возможность учиться, развиваться, искать что-то новое для себя, раз оно так сложно и тяжело дается, отодвигая возможность идти вперед, а не вширь.

И такой бег по кругу продолжается до тех пор, пока человек не делает выбор, пока не останавливается на чем-то одном и не проходит хоть какой-то путь до конца.

Хотя, возможно, такие уходы что-то меняют. Вероятно, с каждым разом идти к преграде все легче, но тогда и дороги менять придется все чаще, так как «непроходимые дебри» будут появляться на пути намного быстрее. А возможно, повезет с людьми, обстоятельствами, местом, возможно, найдется кто-то или что-то, что поможет или заставит идти, не сворачивая.

Убежать — станет проще, но не станет лучше. Остаться — будет сложнее, но зато потом будет лучше. * * *

В каждом новом месте, в новом коллективе, при условии постоянного развития и коррекции проблемных для ребенка областей, он со временем начинает вести себя чуть более адекватно, чуть лучше. Это происходит как по причине реальных изменений в ребенке, так и из-за отсутствия уже сложившегося стереотипа общения, которые существовали в старом коллективе.

Ребенок новый для коллектива и коллектив новый для ребенка, и они выстраивают новые отношения. * * *

Мнительность.

Часто аутичные люди очень остро реагируют на любое мало-мальское замечание. Иногда явно, повергая нас в шок, а иногда оставляя реакцию внутри себя и подолгу переживая потом. То негативное, что говорится в воздух, иногда даже не говорится, а только думается,

воспринимается ребенком на свой счет, и, исходя из этого, уже строятся отношения с другими.

Важно не пугаться такой реакции, а объяснять и проговаривать человеку несущественность нашего замечания и неадекватность его реакции, не давая ему возможности остаться наедине со своими переживаниями, которые будут долго пережевываться. * * *

Жесткость и жестокость — разные понятия.

Жесткость — это наличие стержня, твердости и иногда строгости. А жестокость — это агрессия, безжалостность и беспощадность.

Я часто довольно жесткая в отношениях с детьми, впрочем, так же, как и мягкая. Но жестокая — никогда. * * *

Следует снизить трепетность по отношению к детям, тем более к аутичным. В отношениях с аутичным ребенком необходимо добавить немного уверенности и жесткости. * * *

Читающим, но плохо говорящим детям можно визуально подкреплять правильные формулировки и слова, так как воспринимать информацию только на слух аутичному ребенку очень сложно.

— Комтимент, — говорит Илья.

— Континент, — исправляю я, — ну-ка, повтори правильно.

— Ком-ти-мент, — вновь повторяет Илья, пристально глядя мне в глаза.

— Нет, — говорю я и пишу это слово на бумаге, — давай-ка прочитай тогда.

— Кон-ти-нент, — читает Илья и тут же повторяет уже без подсказки, — кон-ти-нент.

— А теперь давай быстро-быстро скажи, — предлагаю я и первая говорю, — континент.

— Континент, — быстро-быстро произносит Илья и начинает хохотать. И мы еще какое-то время играем, наперегонки повторяя это слово.

Можно вносить такое визуальное подкрепление и в игру или, например в рисование. Важно при этом не увлечься и не сделать это системой, которая переориентирует ребенка с живого эмоционального взаимодействия на знаковое и бездушное.

Играли с Ильей. Строили дорогу для машин, придумали и построили мост из конструктора, сделали пешеходный переход, и вдруг, когда игрушечный человек переходил через дорогу, Илья наехал на него машиной.

— Ай, ай-ай-ай, — кричу я, — ой как больно! Надо срочно в больницу!

Илья тут же подхватывает мою идею, а я начинаю его направлять, и мы делаем перерыв на строительство больницы. Илья находит окна и крышу, я нахожу кровать со столиком и ставлю внутрь. На стену приклеиваю табличку «Больница». В этот раз все получилось случайно, но мы стали использовать в сегодняшней игре такой элемент и подписывали еще много чего. Однако главное — не переусердствовать. * * *

Иногда, когда желаний ребенка не понимают, его совершенно запутывают, убеждая в истинности того, что сами поняли ошибочно. Он ведется и бездумно соглашается, выполняя то, что понял и в чем убедил его другой, но так и не осуществив своего истинного желания. После чего часто выдает какую-либо «неадекватную» и «непонятно откуда возникшую»

реакцию.

Нам может искренне казаться, что мы ответили на желание ребенка и он должен быть доволен. Однако истинный запрос остался неудовлетворенным, на это ребенок и реагирует «неадекватно», хотя в рамках своей ситуации он совершенно адекватен.

Важно научиться видеть ситуацию не только своими глазами, но и глазами ребенка, и тогда многое встанет на свои места. * * *

Орать, рыдать, плакать — это разные действия, у них совершенно разные истоки, разные причинно-следственные связи, разные цели.

Орать — это истерика, зачастую без слез, это позиция, принцип, настаивание на своем.

Рыдать — это стресс, это реакция на переутомление или перевозбуждение.

Плакать — это усталость. * * *

Есть мнение, что все аутичные дети, давшие быструю и хорошую динамику, неаутисты и никогда не были ими, так как избавиться от аутизма невозможно. У меня на этот счет другая точка зрения. Я считаю, что от аутизма избавиться можно и очень быстро, но избавиться от всех проблем сразу нельзя, и аутизм перетекает во что-то другое, что также требует решения.

И нет в аутизме никакой загадки. До тех пор, пока ребенок — это «загадка», ничего не получится сделать с этой неведомой зверушкой. Поэтому в интересах любого человека, общающегося с аутистом, — максимально ликвидировать пробелы в понимании поведения и состояния ребенка. * * *

Отсутствие структуры, стержня, волевой регуляции проявляется у аутичных людей как в личности, так и в теле. Им часто свойственны нарушения мелкой и крупной моторики, у них гнутся во все стороны пальцы, у них особая пластика и движения, обращающие на себя внимание еще издалека. А так как известно, что все в нашей жизни взаимосвязано, то можно пользоваться любыми физическими и телесными методиками, как расслабляющими, так и тонизирующими, и работать с психикой через тело.

26.06.2008

Помню одну свою фразу, сказанную лет пять назад во время занятия, на котором присутствовали студенты-волонтеры (сейчас уже ставшие специалистами), активно хотевшие помогать мне на том занятии.

— Это не он делает. Это вы делаете им, — сказала я по поводу их действий с ребенком.

Так вот, важно научиться не подменять эти понятия. И научить ребенка делать что бы то ни было самостоятельно, делать вместе с ним или рядом с ним. Но не заменять делание им иллюзией того, что он что-то делает. В такие моменты он как пластилин и никак не участвует в деятельности, а всего лишь позволяет использовать себя в качестве материала, давая нам возможность быть занятыми им. * * *

Естественное, непосредственное, раскованное — неестественное, искусственное поведение.

Приятнее, понятнее, проще, честнее, свободнее, легче общаться с живым, натуральным,

раскованным, естественным в своих реакциях человеком (без крайностей). Особенно остро это ощущается, если сам человек в общении естествен, так как любая неравность в общении, во взаимоотношениях вызывает напряжение. Неестественное поведение может проявляться как в напряженности, порывистости, так и в излишней плавности, изменении голоса или интонации, скованности или, наоборот, в развязности, натянутости и пр. * * *

— А зачем это все понимать, осознавать? Зачем различать, отличать, выделять, видеть? Зачем вообще писать то, что здесь написано?

— А зачем различать горькое и сладкое, теплое и холодное, громкое и тихое, приятное и неприятное? Зачем? А ни за чем. Этот навык просто есть. У кого-то он развит лучше, у кого-то хуже, а у кого-то и вовсе нарушены восприятия и различение, например при дальтонизме.

Так и с пониманием и осознанием — они ни за чем, они просто есть. Различать понятия, поступки, реакции, эмоции и пр. — ни за чем. Их можно различать, а можно не различать, делать это лучше или хуже. Этот навык помогает ориентироваться в окружающем нас пространстве. И он доступен всем. * * *

Жизнь аутиста — это жизнь в постоянном стрессе, тревоге и напряжении, которые, как правило, даже не дифференцируются им, так как нет опыта другого ощущения себя, а возможно, и других. Кажется, что у всех так, у всех одинаково, что все живут в постоянном напряжении и тревоге. Такое состояние считается обычным и нормальным и, как кажется многим, не требующим коррекции.

Понимание, что не у всех «так», ведет к снижению самооценки и неконструктивным вопросам — «за что мне это? почему мне? чем я хуже других?». Отчасти именно по этой причине у некоторых так «сносит башню» на выходе. Как во время блокады — многие умирали уже потом, когда была возможность есть, но люди неправильно пользовались появившимися возможностями.

К любым изменениям надо относиться с осторожностью и включать их в свою жизнь постепенно. * * *

Аутичные люди часто не различают, не чувствуют жару — холод. А такие внешние показатели, как мурашки или пот, ни о чем не говорят им. Это происходит из-за высокой психологической защиты, не пропускающей ощущения внутрь. Чувствуется и дифференцируется только очень сильный раздражитель, способный проникнуть сквозь существующую защиту.

Когда-то я тоже не очень чувствовала температуру. Вернее сказать, я привыкла ее не чувствовать. Сейчас, оглядываясь назад, я понимаю, что на эту отстраненность, на возможность не испытывать дискомфорт от холода приходилось тратить немало внутренней энергии в ущерб собственному развитию. Это было совершенно неконструктивное использование энергии.

Чтобы не чувствовать, необходимо постоянно держать себя под контролем, не отпуская ни на секунду, находясь в постоянном напряжении. Но на тот момент это было тотальное недифференцированное состояние. Мне не надо было специально контролировать себя. Я просто все время себя контролировала, все время пребывала в напряжении. И сейчас, в случае необходимости, я также могу настроить себя на любую температурную переносимость, но тем самым я забираю энергию от чего-то другого. * * *

Аутист — как до предела надутый воздушный шарик, как натянутая тетива, как сжатая до предела пружина. Попробуй пошевелись, если от любого неосторожного движения можно лопнуть. * * *

Как только у Вовы что-то не получается, он сразу же включает стереотипную тему про взрослого и настоящее.

— Это я как взрослый буду? — спрашивает Вова. Таким образом он проявляет свою тревогу.

— Подожди, Вова, при чем тут взрослый? Спокойно делай, и у тебя все получится, а мы тебя немного подождем, не бойся, — отвечаю я максимально спокойным голосом и соответствующим образом чувствуя себя, одновременно успокаивая его и объясняя ему его состояние.

Очень важно, чтобы внешнее поведение максимально соответствовало внутреннему состоянию, — это помогает ребенку сконцентрироваться на смысле. * * *

Одно и то же событие, известие или факт вызывают у каждого свои ассоциации, иногда абсолютно противоположные. * * *

Непереносимость и страх перед новым и неизвестным часто поверхностны и носят остаточный характер, то есть осталась привычка, а необходимости в ней уже нет. И несмотря на появившееся желание попробовать что-то, сделать что-то, чего раньше боялся, — по привычке отказываешься.

В таких случаях достаточно минимального толчка, поддержки со стороны, чтобы двинуться дальше. * * *

С одной стороны, те, кто имеет сходные с аутистами проблемы, но социален, более адаптирован — ближе к аутистам, и им проще их понять. С другой — а что они могут Дать, кроме понимания и принятия?

Ведь, помимо понимания и принятия, аутистам нужна осознанная помощь, им надо помогать понимать и принимать себя, меняться. Нужно очень хорошее, четкое осознание происходящего, себя и ребенка, и позитивный взгляд на будущее, на перспективы, на отношение к жизни вообще. Такому человеку проще принять аутиста, безусловно, но не менять, — это не одно и то же. * * *

Аутичный ребенок, как правило, и сам загружается от своей неуспешности, поскольку имеет низкую самооценку, и если при неудачах его не трогать, давая самому переживать неуспех, ему становится еще тяжелее, так как в этот момент в нем просыпается мнительность и самообвинение: «Я такой плохой, что никто даже внимания не обращает на меня».

Сконцентрированный на собственных неудачах, предоставленный себе в их переживании, он начинает отталкивать от себя людей и много теряет. Поэтому в сложных ситуациях необходимо быть максимально близко к ребенку, не давая ему возможности уйти в себя и переживать проблему самостоятельно. * * *

Лучше не сажать двух отстающих детей рядом, если они имеют схожие аутичные черты, так как это воспринимается ими как резервация и недоверие им и их возможностям, им некуда тянуться, они теряют стимул к развитию. А такая изоляция, даже и из благих целей, становится антистимулом, убивает желание учиться, даже если оно было изначально. * * *

Очень часто проблемы ребенка, пока они ярко выражены и списываются на его «особость», — не вызывают раздражения. Но когда ребенок становится лучше, эти же особенности на фоне общего улучшения состояния ребенка начинают безумно раздражать. Стал лучше — не значит «вышел в норму».

— Почему обычный ребенок что-то увидел, заинтересовался, разобрался, понял — и уже знает, сам знает, а с аутистом так нельзя? Почему? Почему его нужно ко всему подводить и втолковывать по тысяче раз? Он что, не хочет, что ли? Ему ничего не надо, не интересно, что ли? — спрашивают многие родители.

— Ну почему же? — отвечаю я. — Хочет. Очень хочет и очень надо. Хочет, но боится. И страх пересиливает желания, так как боится он намного сильнее, чем хочет. А теперь представьте, какой уровень напряжения и тревоги у него по жизни. И легко ли что-то усваивать в таком состоянии? Представьте себя в подобной ситуации, прочувствуйте ее, встаньте на его уровень, в его позицию. Много вы узнаете, сделаете в таком состоянии? Поэтому и работать надо в первую очередь с состоянием, тренировать переносимость и стрессоустойчивость, а только потом уже со знаниями и навыками, так как они всего лишь следствие. * * *

У специалиста выбора нет, для него аутичный ребенок — это работа, и ему надо добиться результата, поэтому он и добивается его.

Я часто говорю родителям:

— Станьте специалистом для своего ребенка — это доступно каждому. * * *

В некоторых случаях имеет смысл начинать обучение в школе постепенно. Не сразу сажать ребенка в класс, а корректировать ситуацию в зависимости от реальной обстановки и нагрузки, которая по силам ребенку на данный момент. Не создавать установку, что ребенок не в состоянии учиться в классе, но и не закрывать глаза на реальность. Верить, что может, но действовать по ситуации. * * *

В тот момент, когда ребенок начинает играть в более осознанные, развернутые игры, когда они становятся ему интересны, заметны и доступны, необходимо учить его играть в них правильно и совместно, то есть не самому по себе, а с партнером, и не важно, ребенок это будет или взрослый. * * *

Смех зачастую — такое же проявление тревожности и неуверенности в себе, как и многое другое, например, агрессия. Часто через смех, особенно в тех случаях, когда он неуместен, снимается напряжение. * * *

Решила добавить в уже известную Грише и Илье игру «прятки» новый элемент — считалку. Гриша быстро понял смысл считалки, а для Ильи это пока всего лишь механическое действие, привязанное к одной-единственной игре. Но он заинтересован и довольно быстро понял, что водит (ищет) тот, на ком закончились слова, хоть и не всегда согласен с результатом.

— Вышел месяц из тумана, — говорю я, ощутимо надавливая на каждого по очереди (это так называемая сенсорная поддержка). — Вынул ножик из кармана, — продолжаю я медленно считать. — Буду резать, буду бить — все равно тебе водить, — заканчиваю считалку.

И так еще много-много раз, перед каждой игрой. Считаю то я, то Гриша, то Илья, правда, с моей помощью, так как сразу им не запомнить. * * *

Илья не до конца понимает, что значит прятаться. Он не может тихо сидеть и ждать, пока его найдут, и сам выскакивает, начинает говорить, где он, или громко смеяться. Конечно, Гриша всегда может найти его сразу, поэтому приходится немного приостанавливать его и объяснять:

— Гриша, — шепчу я ему на ухо, — ты Илью сразу не находи, ладно? Подыгрывай Илье. Он

пока еще не понимает, как играть, и ему надо сначала научиться, понять, что его ищут в разных местах и не могут найти. Ты ходи по комнате и громко сообщай, где ты уже посмотрел и не нашел его.

Сейчас Грише не очень интересно, хотя когда он понимает, что делает, ему намного интереснее. Именно поэтому необходимо все объяснять детям, а не директивно указывать. *
* *

Когда у Ильи что-то не получается, он тут же начинает злиться и хватается за Гришу, начинает давить его и на него, таким образом снимая свое напряжение.

В таких случаях я вмешиваюсь минимально, так как моя задача — не оборвать, не прекратить неконструктивное поведение, а научить конструктивно общаться.

— Илья, не надо визжать и злиться, скажи спокойно, что случилось и что ты хочешь, — говорю я, слегка сдерживая его напор на Гришу, оказавшегося под ударом.

Естественно, важно, с какой эмоцией я говорю, что чувствую и думаю в этот момент, насколько четко выражаюсь. Самое важное — быть уверенным, не поддаваться панике, не бояться. Убить друг друга — не убьют, а от синяка или царапины ничего страшного не будет.

В то же время Грише надо научиться давать отпор, а не стойко переносить все тяготы и невзгоды, связанные с неудачами аутичного брата.

— Гриша, защищайся хоть как-нибудь, — подбадриваю я.

Примерно такую же ситуацию я наблюдала на групповом занятии, куда среди прочих ходили брат и сестра, Юля и Леша.

Лешу обидели, у Леши что-то не получилось, Леша упал, споткнулся, не успел что-то сделать или сделал неправильно — тут же он бежит в любой конец игрового зала, находит Юлю и дает ей по голове, таким образом разряжая на ней свою агрессию, злость, напряжение. И Юля все это терпит!

В таких случаях всегда необходимо вести работу с обоими участниками. С одной стороны — тренировать Лешу не напрягаться по несущественным поводам и использовать конструктивные способы разрядки, с другой — учить Юлю давать отпор. * * *

Важно стараться больше фиксировать внимание на том, что получилось, и не замечать того, что получилось плохо. Или как минимум не сравнивать.

И это касается не только озвученной ребенку оценки, но и внутреннего восприятия успехов ребенка. Важно научиться не «не говорить» об этом вслух, а на самом деле не оценивать.

— Вова, ты сделал? Вот мы с Екатериной Евгеньевной уже сделали. Мы молодцы! А ты что же? — говорит мама Вовы. Подобного рода комментарии и негативные сравнения с ее стороны не редкость.

Аутичный ребенок в подобной ситуации скорее откажется от деятельности, даже если не испытывал к ней негативного отношения.

— Если я уже и так плохой, уже хуже других, то какой смысл мне что-то делать, стараться? — Это типичная мысль для аутичного ребенка, только не всегда оформленная таким образом.

Прежде чем сравнивать, прежде чем развивать дух соперничества, необходимо понять, готов ли ребенок к нему, готов ли он постоять за себя, выдержать давление.

Сравнивать можно, но далеко не всегда, и при сравнении важно четко понимать, когда оно уместно не по логике вещей, а с учетом реально существующих психических характеристик ребенка, его устойчивости и выносливости. * * *

В определенный момент, обычно на динамике, на пике изменений, жизнь с аутичным ребенком — это жизнь на грани, жизнь между плюсом и минусом, когда необходимо постоянно взвешивать все и вся, балансировать и удерживать равновесие, не давая себе и ребенку опять уйти в «минус». * * *

Прививки, как и многое другое, могут явиться стрессом, провоцирующим развитие аутичной симптоматики. Но в данном случае аутизация — не следствие непереносимости или химического отравления компонентами вакцины, а следствие пониженной стрессоустойчивости ребенка. Хотя и не исключено, что именно прививка оказала губительное действие, но действует она не на психику, а на соматику. И тогда это сочетание отравления и низкой стрессоустойчивости.

Ребенок может быть и аутичным, и тугослышащим одновременно, но одно не является следствием другого. Есть масса аутичных детей, не сделавших ни одной прививки, и масса обычных детей, сделавших все прививки.

Соответственно единственный вывод, который напрашивается: необходимо тренировать ребенка на нервно-психическую переносимость и устойчивость к стрессам любого генеза, с одной стороны, и необходимо грамотно реагировать и адекватно эмоционально поддерживать ребенка в кризисных для него ситуациях — с другой. * * *

Невозможно любить кого-то, не любя себя. Невозможно верить кому-то и в кого-то, не веря себе и в себя. Еще сложнее убедить других верить тебе.

Не надо верить в ответ, из чувства вины, ответственности или благодарности.

Вера — она безусловна. Она или есть, или ее нет. Она не требует поощрения или подтверждения. Вера — в первую очередь — для себя, в себя и себе. * * *

Пока ребенок живет не своей жизнью, пока он от себя отказывается в чью-то пользу, у него не будет своей жизни — и соответственно не будет полноценного развития. * * *

Аутизм — это такая же зависимость, как и наркотическая, алкогольная или пищевая, как зависимость от человека или отношений: последствия у него такие же. Есть и ломки на выходе из него, и привыкание. Это зависимость и на физическом, и на психологическом уровнях. И чем дольше длится эта зависимость, тем больше требуется для ее удовлетворения, тем она жестче и тем сложнее с ней справиться, тем сильнее ломки и тем проще вновь к ней вернуться в любой стрессовой ситуации. * * *

При своевременной и грамотной реакции на стресс, как негативный, так и позитивный, можно получить огромную динамику. * * *

— Как ты себя обычно чувствуешь? — спрашивает психолог.

— Уставшим и опустошенным, — отвечает аутичный подросток. * * *

Я уже много раз отмечала, что выгоднее во всех отношениях для ребенка, для семьи, для бюджета, для своих нервов и самооценки разобраться, принять, понять, поменять и поменяться самим, поменяться семье, а не перебирать всех специалистов города, области, страны и мира в поисках правды и волшебных докторов, пусть и самых хороших. * * *

Не всегда, но часто, просто слепой веры мало. Нужно еще и понимание. В ситуации с аутизмом точно. Но слепая вера — это лучше, чем ничего. Без веры и без понимания растить

аутичного ребенка сложнее во всех отношениях. * * *

Аутизм в моей жизни никогда не был сознательным выбором, темой, привлекавшей мое внимание. Но раз уж так получилось, раз уж я оказалась по уши в нем, то надо было с этим что-то делать, как-то разобраться, что-то понять, как-то вылезти из него. С тех пор прошло уже более 15 лет, а понимание, такое четкое, пришло только сейчас. * * *

— А зачем что-то делать, зачем с ним заниматься, вкладываться в него? Все равно ничего не изменится, никакой перспективы нет, — говорят некоторые скептически настроенные родители и специалисты.

— Состояние ребенка напрямую зависит от вложенных в него усилий. И ваши усилия в любом случае меняют качество его жизни, как минимум «здесь и сейчас». Даже если в дальнейшем ребенок окажется на обеспечении государства. * * *

Интеграция аутичного ребенка подразумевает активное участие в этом процессе сопровождающих: воспитателей, учителей, родителей, психологов, детей.

Просто запустить аутиста в интегративную среду не значит дать ему «равные шансы» и возможности. Этого мало, это насмешка над аутичным ребенком и его особенностями, так как сам он не в состоянии воспользоваться этими шансами. Это все равно что дать неходячему ребенку велосипед и считать, что этого достаточно, чтобы он смог им воспользоваться.

У аутичного ребенка нет навыка общения и навыка интеграции, но есть страх, который он не в состоянии преодолеть самостоятельно, ему надо помогать. * * *

Чем младше ребенок, чем раньше заметить его проблемы, чем раньше начать их решать, тем больших результатов можно добиться.

Даже если позднее окажется, что проблемы не имеют отношения к аутизму, а заключаются в чем-то другом, — не суть, ребенок только выиграет, так как принятие, понимание, осознание, вера и уверенность нужны любому человеку. * * *

Чтобы изменить какую бы то ни было ситуацию, необходимо сначала ее увидеть, потом признать, затем понять и принять, и только после этого при необходимости и наличии желания начать разбираться с ней и менять ее. У кого-то на весь этот путь уходят доли секунд, у кого-то годы — все индивидуально. Но любой навык можно развивать, тренировать. И этот навык не исключение. * * *

Неосознанные тревога, ответственность и чувство вины, в большинстве случаев подавленные, сидящие где-то очень глубоко, всегда рядом с аутизмом или его чертами.

Повышенная тревога ведет к повышенному контролю, к большому количеству запретов и ограничений, самозапретов и самоограничений, так характерных для аутичных людей. * * *

Иногда по возвращении из нашего лагеря дети, которые ездят без родителей, становятся излишне активными или агрессивными, или неуправляемыми, что часто пугает и настораживает членов семьи. И здесь очень важно помнить и понимать, что 1) это же дети, живые дети, и они могут быть активными, невоспитанными и т. д.; 2) если обычному ребенку трех недель, которые длится смена в лагере, может быть достаточно для переработки и усвоения нового опыта и навыков, то аутичному мало. Приехав домой, он еще не до конца их усвоил и допереживает, доусваивает их уже на глазах у семьи, чем обычно вызывает дикое раздражение или тревогу у родителей. Кажется, что ребенок неуправляем, стал слишком громким или слишком тихим, что он стал или перестал чего-то хотеть, спрашивать, делать. И от этого семья устает. Устает, так как не привыкла видеть своих детей другими, не знает, как взаимодействовать с другим, непривычным ребенком. У семьи нет навыка общения со своим

«обновленным» ребенком. И как правило, приспособившись к нему новому, его незаметно подавляют из-за его неудобоваримости, «новости» и «необычности». Но ребенок — не обновленный компьютер, он не в состоянии ждать, пока к нему приспособятся, и поэтому в большинстве случаев становится таким, каким его привыкли видеть окружающие, то есть теряет все новое. * * *

В любой деятельности, особенно сложной, необходимо сначала научить ребенка простому действию и только потом расширять и усложнять навык, так как два действия сразу — это пока не его уровень.

Я не требую от детей, чтобы они здоровались со мной по всей форме, как зачастую хочется родителям. Пусть они сначала научатся просто спокойно и без страха заходить в игровую комнату, потом просто здороваться, заходя в нее, потом обращаться на вы, а уже потом можно усложнять это действие до «здравствуйте, Екатерина Евгеньевна» при входе в игровой зал. * * *

Частой реакцией аутичного ребенка на предложение изменить, например, привычный распорядок дня или маршрут, ввести что-то новое в одежде, игре, питании является истерика. В такой ситуации ребенку легче принять что-то новое, когда оно преподносится как данность, а не как предложение с последующими уговорами и убеждениями ребенка, что наше предложение лучше, чем его старый, привычный и уже безопасный для него стереотип. А именно так, и исключительно из благих намерений, чаще всего и реагируют родители, мотивируя это тем, что проговаривание на фоне истерики ведет к успокоению и принятию.

Проговаривание и правда может быть полезным, но не на фоне истерики, изматывания себя, результатом которого в конце концов тоже будет успокоение. Однако в глубине этого успокоения будет лежать подавленное, а не проработанное, чувство. * * *

Как среди специалистов, работающих с аутистами, так и среди родителей можно встретить тех, кто интуитивно чувствует, что, как и когда необходимо делать, без глубинного понимания и осознания происходящего. А можно — тех, кто понимает и осознает, но совершенно не чувствует ребенка и его особенностей, или тех, кто и понимает,

и чувствует ребенка. А можно встретить и тех, кто ничего не понимает и не чувствует, и тех, кто думает, что всемогущ, все понимает и идеально чувствует ребенка, не являясь таковым на самом деле.

Но любому заинтересовавшемуся, любому, кто захочет понять и помочь, доступно овладение этими навыками, так как они есть у всех нас, просто лежат на разной глубине. * * *

Без героина хорошо, очень хорошо, но с героином лучше, скажет практически любой наркозависимый. Без героина хорошо, но без него страшнее, а с ним — проще, он спасает от многих страхов и реалий окружающей действительности, от ответственности и самостоятельности.

Так и с аутизмом — без аутизма хорошо, но тяжело. Чтобы жить без аутизма, нужны длительная поддержка и помощь в адаптации. А с аутизмом проще, аутизм помогает спрятаться, избежать страхов, помогает не встречаться с действительностью, спасает от невыносимой и устрашающей ответственности, от свободы, с которой непонятно что делать, но аутизм выматывает. * * *

Снижение зависимости автоматически ведет к повышению самооценки и уверенности в себе и своих действиях. * * *

Когда аутичный человек чувствует дискомфорт, носящийся в воздухе, ощущает напряжение в атмосфере, он всеми возможными способами старается закрыться, уйти, не видеть, не

слышать, не чувствовать, но продолжает переживать из-за этого в одиночестве, наедине с собой, одновременно понимая свою непричастность и чувствуя себя виноватым ни за что, виноватым за возникшее напряжение, за невозможность остаться в этом напряжении, за невозможность убрать напряжение. * * *

Проблемы с речью, самообслуживанием, туалетом и пр. — это вторичные нарушения при аутизме. И чтобы решить их наиболее эффективно, чтобы не просто обучить ребенка, не адресировать, а заинтересовать его в собственном развитии, необходимо решать проблему изнутри. Решать в первую очередь проблему аутизма, которая ведет за собой и проблемы в развитии. * * *

Когда честен с собой и со всеми окружающими, не надо бояться быть уличенным во лжи и переживать из-за нее, тратя на это переживание драгоценную энергию. * * *

Аутичному ребенку необходимо показывать, и не раз, правильные формы игры и не ждать, что он сам их скопирует, повторит за кем-то другим. Позже он повторит. Возможно, не с нами, а с кем-то другим, но важно, чтобы он знал, что именно нужно повторять или предъясвлять, знал, как именно играть, например, в войну, в доктора, в прятки, или хотя бы азы игры, от которых он мог бы отталкиваться, играя с другими.

Именно так мы играем на занятиях с детьми и с родителями, но довольно длительное время я с аутичным ребенком составляю единое целое, мы один человек. Мы догоняем, ловим, прячемся, боремся на саблях с партнером по игре, кидаемся подушками, падаем и умираем, лечим и делаем многое другое.

28.06.2008

Для аутичных детей типичное поведение — ожидаемое другими поведение, часто они ведут себя так, как от них ждут. Соответствуют ожиданиям, как плохим, так и хорошим. Поэтому чем больше хорошего мы будем ждать, тем больше в итоге и получим хорошего. Но важно ждать не формально, не в качестве настройки «я жду хорошего», а искренне верить в возможность, доступность и реальность чего-то позитивного. Верить настолько, чтобы не задумываться об этом. * * *

Аффект, аффективное состояние у аутичного ребенка сродни судорогам, эпилептическому приступу. В этот момент основное, что мы можем сделать, — максимально обезопасить ребенка и окружающих, иногда применив и физическую силу, не бояться и не впадать в панику. И кроме того, необходимо научиться предугадывать начало аффекта, видеть его предвестники и заранее сводить их на нет, не дожидаясь возникновения реакции. Давать возможность ребенку отдохнуть, расслабиться, разрядиться и снять возникшее напряжение, итогом которого может стать аффект, не дожидаясь его.

— Мне кажется, что он в эти моменты ничего не понимает, не слышит меня, — говорят родители, столкнувшиеся с аффектом у ребенка.

— Да, но можно и нужно помочь ему справиться с ним. Необходимо фиксировать его физически, эмоционально, ментально. Сводя на нет его состояние ровным, спокойным, четким голосом и собственным состоянием, безапелляционным, не допускающим чего-то другого, кроме успокоения. Простыми, ясными, четкими фразами, словосочетаниями. * * *

Отсутствие середины и половинчатых решений проявляется у аутичного человека практически во всем. Во всем ему свойственны полюса противоположностей, ему нужно все

или ничего. Середина не дает аутичному ребенку уверенности, а крайности дают. Поэтому все проявляется очень ярко, настолько ярко, чтобы не оставалось сомнений в истинности.

Кроме того, аутичным людям свойственна амбивалентность, которая проявляется также во всем. Такой человек может обладать завышенной и заниженной самооценкой, быть уверенным и неуверенным, трусливым и бесстрашным, податливым и непримиримым одновременно. Но любое его проявление очень зависит от состояния, от уверенности, от комфорта «здесь и сейчас». * * *

Для аутичного ребенка типична нечувствительность к боли или повышенный болевой порог. Есть несколько объяснений этому феномену. Первое — они не показывают боли, терпят ее, так как не знают, что то, что они испытывают, называется «боль» и на нее надо как-то реагировать. Второе — у них и в самом деле намного более высокий порог чувствительности, так как сквозь их аутичную защиту проникают только очень яркие стимулы, очень сильная боль, которая субъективно ощущается и расценивается как ощущение боли. * * *

Аутичные дети — как зеркало, как отражатели — они всегда отражают нас, наше самочувствие, состояние, наше восприятие, отношение и всегда делают это идеально. Единственное отличие от нас — они не скрывают ничего, они прямолинейны, искренни и, отражая нас, наше внешнее и наше внутреннее, все многократно усиливают. Это способность, которую они развивают виртуозно, потому что для них это просто. Правда, развивают в ущерб другим способностям. * * *

Из подслушанного:

— А кто это у нас? — обращается Ира к Женечке, полуторагодовалой дочке своей подруги, неестественно слащавым голосом, не глядя на нее и продолжая разговаривать с ее мамой.
— А что это у нас? — продолжает она в том же духе.

Как можно так общаться с ребенком? Мне непонятно. Если нет желания общаться, так и не надо себя насиловать, не надо соблюдать рамки приличия. Ребенок, даже самый маленький, в состоянии почувствовать неестественность общения, и для него важно общение, несмотря на возраст.

Таки с аутичными детьми — вне зависимости от уровня развития необходимо быть естественными в общении. * * *

Да, аутичный ребенок «такой» и он «так» общается, «так» взаимодействует, но и его семья тоже «так» общается, поддерживает «такое» — аутичное общение. Семья соглашается с его правилами игры. Но в общении участвуют как минимум двое, и каждый может выбирать. В данном случае семья делает выбор в пользу искаженного, неконструктивного общения, предлагаемого ребенком. Но у нее есть все шансы изменить ситуацию.

29.06.2008

Аутизм — это очень жесткая зависимость от окружающих людей, от их эмоционального состояния. Это зависимость, усиливающаяся и закостеневающая с годами, если с ней не работать. Если с самого детства заниматься ею, натренировывать социальную и эмоциональную независимость и самостоятельность, то можно или свести ее на нет, или переключить ее на что-то другое. На что-то социально одобряемое и не мешающее жить. На что-то, что позволяло бы развиваться и двигаться вперед, не зависая на социально-эмоциональном состоянии других людей, как правило, наиболее значимых для

него. * * *

Многие в восприятии и оценке аутичного ребенка исходят из того, что у него все должно соответствовать возрастным нормам развития. Но у него-то по-другому. Поэтому и сравнивать его надо с ним же самим, а не с эталоном развития. * * *

Почему никому не приходит в голову удивляться, что ребенок, например, с ДЦП не ходит? Почему это не считается загадкой? Почему таких детей не называют инопланетянами? В чем глобальная разница с проблемами аутичными?

Для меня это загадка, так как разница заключается только лишь в плоскости нарушений, и все. Разница лишь в области, требующей максимальной тренировки, развития, реабилитации, изучения, и не более того. * * *

Заканчиваю занятие с Димой и его сестрой, в комнату заходит мама. Пока я рассказываю и показываю, чем мы тут занимались, и даю минимальные рекомендации, к нам подходит Дима, и я тут же беру его за руку и начинаю трясти ее, как веревочку, предлагая маме сделать то же самое, но с другой рукой. Тут же, заметив это, к нам прибегает Галя, младшая сестра, и присоединяется. Мы с двух сторон держим их за руки лицом друг к другу и болтаем ими. Практически всем детям нравится такая игра, и Дима с Галей не исключение.

— А зачем вы это делаете, Екатерина Евгеньевна? — задает вопрос мама.

— Затем, что Диме это нравится, как минимум. Он включен. Сестре такая игра тоже нравится, она совместная. Это стимулирует телесные ощущения, недостаток в которых испытывает практически любой аутичный ребенок. Это простое занятие, и оно вас сближает на физическом и эмоциональном уровнях. * * *

Дима помнит все, чем мы с ним занимались в последний раз, и прибегает с этим. Если мы собирали пазл, то он принесет пазл. Если собирали буквы — значит, буквы. Если рисовали, то настойчиво будет предлагать мне рисование. Если вырезали или клеили, то соответственно принесет мне ножницы и клей и т. д.

С одной стороны — это ярко выраженное проявление стереотипизации любого освоенного действия. Но с другой — это еще и удовольствие, потому что в его жизни появилось что-то новое и интересное, что-то, чего он сам пока еще не умеет и не может придумать, но он хочет пользоваться навыками, хочет уметь. В данном случае проблема, связанная со стереотипами, с тем, что делать с ними и как их развивать, пресекать, во что трансформировать, — это уже моя забота.

А держится он за них так сильно потому, что любому человеку, и аутичному в том числе, приятнее уметь и мочь хоть что-то, чем ничего, вопреки распространенному мнению, что аутистам ничего не надо и они ничего не хотят. * * *

Работа с аутичным ребенком, его развитие — это как уровни в игре. Чтобы пройти каждый конкретный уровень, надо собрать все необходимые ключи, набрать определенное количество баллов, собрать призы, дополнительные жизни, эликсиры и прочие полезные штуки. Если же не удастся перейти на следующий уровень, значит, что-то неправильно сделали, не взяли все необходимые ключи и надо возвращаться, проходить уровень заново или искать потерянные, недобранные ключи.

Следовательно, основная задача в работе с аутичным ребенком заключается в том, чтобы найти подход, найти выход из лабиринта, собрать все ключи, встречающиеся на пути, так как они еще могут понадобиться, ничего не забыть и не потерять и перейти на следующий уровень со всеми накоплениями, не бросая их, не оставляя в прошлом. Перейти на следующий уровень, чтобы начать идти заново, продолжить путь на новом уровне,

продвигаясь к очередному.

Позиция «мы не прошли этот уровень по той или иной причине» гораздо более эффективна в вопросах решения проблемы аутизма, чем позиция «это ребенок „не такой“». Если ответственность возлагать на себя, а не на особенности ребенка, то выход возможен. * * *

Для полноценного, обогащающего аутичного ребенка общения, развития необходимы азарт, заинтересованность и наблюдательность — эти факторы являются одними из ключевых. * * *

Если что-то не понимается или недопонимается в словах или действиях ребенка, не надо спешить придумывать что-то свое, понятное нам, но не ребенку. Не надо спешить кивать, говорить что-то либо не замечать его слов или действий. Надо потратить время на то, чтобы вникнуть, так как всегда есть причина любому звуку, не говоря о слове.

В ситуации, когда мы не в состоянии понять ребенка, лучше отключиться от него совсем, чем давать двойственные ответы и реакции. * * *

Маленький ребенок априори тревожный, он впервые сталкивается с пока еще страшным и непонятным ему миром, каждый день узнавая, усваивая и начиная использовать что-то новое. Наша задача, задача всех взрослых заключается в том, чтобы не только создавать ребенку физический комфорт, но и убедить его в безопасности существования как такового, чтобы заинтересовать его миром во всех его проявлениях.

Женечка, самая обычная маленькая девочка, осваивающая окружающий мир, впервые увидела черепаху. Первая ее реакция — испуг, она сразу же побежала к маме, спряталась за ней. Пришлось потратить некоторое время на то, чтобы убедить ее не бояться, подойти к черепахе, потрогать и поддержать ее. И сделали они это сначала вместе с мамой, а затем Женя и сама с удовольствием общалась с черепахой. Она уже не боялась ее, с маминой помощью приняла ее в свою картину мира.

Так или почти так происходит со всем новым и непонятным в жизни любого ребенка. Иногда на виду у нас, иногда вместе с нами, иногда самостоятельно — ребенок натренировывает способность усваивать новое, не бояться, экспериментировать, получать новый опыт и пр.

У аутичного же ребенка этот этап, этот уровень не пройден и тащится за ним невыносимым грузом, следовательно, его необходимо пройти. Помочь ему в прохождении этого этапа, как и младенцу, может близкий человек. Важно не смотреть на физический возраст, на дисгармоничное развитие, а тренировать его слабые стороны, тем более накладывающие такой отпечаток на все его развитие. * * *

Если специалист добивается успехов в работе с ребенком, если ребенок развивается, значит, изменения ему доступны. Это достаточно веский аргумент, чтобы и семье научиться самостоятельно добиваться результатов в работе, в развитии и в жизни с аутичным ребенком. Никаких особых способностей или знаний для этого не требуется. Основное, что необходимо, — понимание, что ребенку доступны изменения, но ему для этого нужна грамотная поддержка. * * *

Аутичный ребенок — это человек, привыкший отвечать за все. И если кого-то необходимо учить более ответственно относиться к чему бы то ни было, то аутичного человека надо учить безответственности. И как это тяжело дается им — отпустить, не отвечать, быть безответственным, свободным, независимым, доверять другим, а не только себе. * * *

Возможность поделиться своими проблемами, возникающими при переходе на новый уровень, со специалистами, знакомыми, друзьями, родственниками которые «в теме» и поддерживают желание измениться, значительно упрощает их решение. В кризисных ситуациях, когда хочется вновь отказаться от себя, пойти по привычной, знакомой дорожке,

они часто помогают. * * *

Я уверена, что нет ни одного аутичного ребенка, которого нельзя вывести в норму. Правда, количество усилий, потраченных на достижение поставленной цели, может быть очень разным.

30.06.2008

Любая свобода, любая независимость, любая самостоятельность для человека — это еще и огромная ответственность. Но к этой ответственности готовы далеко не все те, кто пользуется свободой, независимостью и самостоятельностью. * * *

Дети вопреки существующему мифу не жестоки, они всего лишь усиливают то, что видят у взрослых.

Перенять можно не только плохое, но и хорошее, но для этого нужно видеть хорошее — как минимум. Важно, чтобы статус «хороший» был социально одобряем в обществе и более ценен, чем статус «плохой», что в нынешней действительности приравнивается к «крутой», «всемогущий». * * *

Переходный этап на новый уровень может пройти быстро, но бурно, или же проходить неощутимо, но очень нудно и долго.

При каждом таком переходе, при положительной динамике в развитии ребенка семья сталкивается с его деструктивным поведением, появляющимся в результате его возросшей активности, с которой пока он не умеет обращаться.

Понятно, что зачастую беспредел, сопровождающий прохождение этого этапа, очень сильно напрягает, злит, нервирует, что временами страшно за себя, за детей, за вещи. Но опять же, если понимать, что есть что, то можно быть помощниками в этом процессе, а не жертвами, как это бывает обычно. Не понимая происходящего с ребенком, мы, сами того не ведая, становимся помехой в развитии и успешном прохождении каждого следующего уровня. Хотя иногда этот период легко проживается интуитивно, без понимания, но это бывает достаточно редко в терапии аутизма.

В большинстве случаев ребенок вынужден двигаться ползком, перебежками, незаметно для семьи, иногда сдвигая позиции и возвращаясь назад, находясь в постоянном напряжении, что его будут ругать или оценивать, что увидят, заметят, начнут напрягаться, переживать, давать советы, «помогать», желая ускорить процесс, возлагать излишнюю ответственность. Это все значительно замедляет прохождение этапа и, следовательно, переход на следующий уровень, закрепление на нем и дальнейшее развитие. Самое лучшее, что можно сделать в этот момент, — доверять ребенку и его возможностям, максимально спокойно реагировать на происходящее, не напрягаться и минимально вмешиваться. * * *

Важно оставлять время и себе, и ребенку на свободное развитие, без постоянных разъездов с одной терапии на другую, с одного занятия на другое, от одного специалиста к другому, что часто бывает в погоне за результатом и в страхе что-то упустить. На постоянные разъезды тратится масса энергии, которую можно расходовать более конструктивно. А взять все в любом случае не получится. * * *

Многие аутичные дети искажают свою речь интонационно, говорят неестественным голосом. Тянут слова или, напротив, говорят очень быстро, пищат, шипят, говорят сквозь зубы,

вставляют буквы в слова, прицокивают и прочее, несмотря на умение говорить правильно, спонтанно и совершенно естественно. Причина таких изменений, как правило, кроется в напряжении или неуверенности, которые испытывает ребенок. Но многим такое поведение ребенка кажется неприемлемым и намеренным и соответственно оно обрывается на корню, без проработки, заталкивается внутрь словами: «Прекрати, не надо так говорить», — без объяснения причин. Более продуктивный путь в данном случае — просить говорить ребенка нормально, основное внимание акцентируя на том, что ему это доступно, он это умеет, тем самым снимая с него напряжение и тревогу.

— Говори, пожалуйста, нормально, ты это умеешь.

Иногда можно проговаривать что-либо вместе.

— Давай вместе, — говорю я и начинаю первая, делая это максимально живо, раскованно и эмоционально окрашенно, иногда даже слегка утрируя. Тем самым я провоцирую ребенка на совместное повторение в комфортной для него обстановке и под своей защитой.

Важно попытаться узнать истинную причину напряжения, результатом которого становится изменение голоса. А затем устранить ее или доступным ребенку способом объяснить неоправданность его реакции.

Еще один путь выхода из этой ситуации — перевод в игру или в шутку. Изменения голоса — это неуверенность, напряжение, стресс, часто непонятные нам, но всегда имеющие свои причины. Следовательно, задача — снять, «заиграть», «зашутить» стресс. Тем самым дать понять ребенку его неактуальность и неоправданность напряжения, дать возможность в игре или в шутке разрядиться.

Ну и еще один путь — это расслабление. * * *

Иногда необходимо ограничить поток информации, поступающей к аутичному ребенку, по причине его повышенной восприимчивости к происходящему, особенно на ранних этапах развития, когда он еще не в состоянии фильтровать и впитывает в себя все.

В современном мире очень много провокаций для ребенка с повышенной чувствительностью, в частности для аутиста, из-за высокого ритма жизни, того темпа, который создает технический прогресс.

Раньше аутистов было намного меньше. А те, кто имел предпосылки к аутизму, были лучше адаптированы, так как жизнь в семьях и в мире в целом была более спокойной, размеренной, предсказуемой, и они не перегружались. Обладая тем же набором факторов риска для развития аутизма, такие дети имели возможность приспосабливаться к окружающему, не спеша и не соревнуясь в своей развитости и успешности с другими, а постепенно овладевая миром и наращивая внутреннюю эмоциональную устойчивость в намного более комфортном для себя ритме. * * *

Аутичный ребенок многие проблемы не в состоянии схватить сразу, очень часто для понимания и овладения чем-то новым ему нужен перевод на доступный его пониманию язык, после чего, как правило, он успешно справляется с заданием любой сложности. Главная задача — донести до ребенка суть вопроса, то, от чего он будет отталкиваться в его понимании. * * *

Существует много внешних факторов, которые усложняют и без того непростую жизнь аутичного ребенка. Например, погода, здоровье, пробки на дорогах во время пути на занятия и прочее. Их тоже стоит учитывать, пытаясь понять состояние ребенка «здесь и сейчас».

Наш страх, тревожность и неуверенность в общении и взаимодействии с ребенком накладываются на его страх и неуверенность. Начав общение и получив в ответ напряжение или испуг со стороны ребенка, мы также пугаемся и напрягаемся. Дальше ребенок пугается нашей реакции, и мы, как снежный ком, взаимно усиливаем травмирующую ситуацию. Каждый пугается и напрягается в ответ на испуг и напряжение другого.

Но разница между взрослым и ребенком заключается в том, что ребенок этого не понимает и не осознает, а у нас такая возможность есть, и, следовательно, изменить ситуацию проще именно нам. * * *

Если взрослый и ребенок будут бояться друг друга, то, конечно, это очень тяжело. Тяжело для взрослого и для ребенка, тяжело для восприятия и осознания окружающей действительности и полноценного развития.

— А если он под машину бежит, что, тоже не бояться? — спросят многие.

— Одно дело бояться, что он руки не помоеет или упадет и коленку поцарапает, и искренне переживать из-за этого, спасти ребенка от несуществующей угрозы, нагнетать тревогу, тратить на эти переживания массу энергии, — это неконструктивный страх, разрушающий и вас, и ребенка. А другое дело — бояться, что он руку вырывает из вашей руки при переходе через оживленную трассу, — это конструктивный страх. Речь идет о том, чтобы избавиться от неконструктивной и деструктивной тревоги, а не от тревоги вообще. Тревога выполняет сигнальную функцию в психике человека, но не надо все время взывать о помощи, чтобы не получилось, как в истории про мальчика и волков. * * *

В очередной раз играем в прятки с Гришей и Ильей.

— Закройте ему уши, и пусть он глаза закроет, — говорит Гриша.

— Кому ему? — тут же спрашиваю я.

— Ну, Илье, — отвечает Гриша.

— Гриша, ну так и скажи ему сам.

За шесть лет совместной жизни Гриша уже привык к тому, что с Ильей не надо разговаривать по разным причинам, что Илья не слышит и не услышит, не видит и не увидит, хотя в действительности все это ему доступно, просто надо для этого потратить чуть больше сил. Поэтому одна из задач совместной терапии с братьями-сестрами или с родителями — выстраивание конструктивных взаимоотношений друг с другом, даже в тех ситуациях, когда им кажется это невозможным как в силу привычки, так и в силу субъективного видения возможностей аутичного ребенка. Необходимо учить «правильному», развивающему общению, общению, за которое несут ответственность обе стороны — и аутичный ребенок, и другие члены семьи. * * *

Играли в «горячо-холодно».

— Нет! Нет, я буду! Нееее! Машины! — визжит Илья, который уже собрал набор машинок, продумал их очередность на прятанье, уже построил план, в который мы с Гришей начали злостно вмешиваться.

— Нет, Илья. Гриша хочет тоже играть. И Гриша хочет прятать другую игрушку, — объясняю я.

— Илья, мы прячем по очереди, — уже наученный мной давать отпор истерикам брата вступает Гриша в наш диалог.

Еще какое-то время мы потратили на взаимные препирания: Илья визжит, а я мерно объясняю ему, что мы будем играть по общим правилам, а не только по его, почему мы будем так играть и как именно. В конце концов он соглашается, и мы играем по очереди, хоть Илье и сложно, — ему все время хочется играть по своим правилам. Поэтому часто приходится его поддавливать и напоминать о нашей договоренности, вновь озвучивая ее, вновь возвращаясь к объяснениям.

— Илья, ты помнишь о чем мы договаривались? — очень спокойно спрашиваю я, немного фиксируя его физически и глядя ему в глаза. — Мы договаривались о том, — говорю я в тот момент, когда понимаю, что он включился и меня слушает, — что будем по очереди прятать разные игрушки. Ты прячешь машинки, а Гриша прячет то, что Гриша сам захочет. — Говорю я, выдерживая некоторые паузы между предложениями. И так каждый раз. Это значительно облегчает для Ильи необходимость соблюдать очередность. * * *

У Павлика при рождении были проблемы со здоровьем, представлявшие высокий риск для жизни. Они вызывали у родственников массу тревог и переживаний и повлекли за собой возникновение вторичных аутичных черт, которые удалось легко свести к нулю. Это получилось, так как тревожность у матери была не базовая, не затапливающая, а привязанная к определенной ситуации соматической болезни ребенка. Простого объяснения что к чему в развитии по аутичному сценарию, оказалось достаточно этой семье для того, чтобы изменить свое отношение к ребенку и занять способствующую развитию позицию. * * *

Проблемы со сном часто сопутствуют проблемам аутичным. Ребенок спит мало или плохо, либо не спит вовсе.

Этому есть разные объяснения.

Первое — высокий уровень напряжения и включенности или тревоги, мешающий уснуть, а в случае, когда уснуть все же удалось, сон может быть прерывистым, поверхностным, не расслабляющим. Во время такого сна ребенок не отдыхает. Соответственно в этом случае задача — снять напряжение, дать возможность расслабиться перед сном и отпустить напряжение.

Второе — это перевозбуждение или переутомление, как на фоне перегрузок, так и недогрузок. Как из-за постоянной занятости и усталости от нее, так и от незанятости и усталости уже от нее. В этом случае необходимо грамотно распределять время ребенка, его занятия и отдых и контролировать его состояние, не допуская ни перевозбуждения, ни переутомления, ни перегрузок, ни недогрузок.

02.07.2008

Любой психотропный препарат для аутичного ребенка — это то же самое, что наркотик для наркомана, то есть препарат, приводящий в состояние одурманенное и не всегда адекватное. * * *

Думая о ребенке, рассказывая о нем, важно стараться говорить не о том, чего у него нет и что в нем не так, а о том, что у него есть, что так и чего удалось достичь.

Наличие семейной предрасположенности к развитию ребенка по аутистическому типу личности — это нехорошо и не плохо, это просто так есть. Возможно, особенности родителей и семейные традиции в воспитании действительно являются главной причиной, провоцирующей или поддерживающей развитие у ребенка аутизма. Непонятно почему, но большинство боится признавать даже саму возможность такой взаимосвязи, боится считать ее причиной особенностей у ребенка. Хотя, понимая, в чем причина, и исправляя ее, можно добиться намного больших результатов, чем пытаюсь обойти ее стороной, оставшись не причастными к проблемам, возникшим у ребенка в такой степени. * * *

Сегодня на занятии из всей группы была только одна Карина, зато на нее получилось целых трое взрослых, которые на протяжении всего часа уделяли внимание только ей.

Целый час, без отдыха, без возможности выключиться или даже отвлечься мы приставали к ней с постоянными вопросами. Мы задавали их то быстро, то медленно, то громко, то тихо, то на бегу, то сидя на месте, то во время езды на лошадке с колесами и прочее. Мы все время менялись местами и вопросами, мы все время по-новому формулировали, дополняли и расширяли свои предложения, не давая ей возможности привыкнуть к ним, перейти на автоматизм и не задумываться над ними.

— Карина, кто там сидит? — спрашиваю я и показываю на моего помощника Сашу, который в это время также привлекает ее внимание к себе. Поскольку она пока его не знает, я ей помогаю: — Там Саша. Кто там сидит? — снова повторяю я вопрос.

Саша, — говорит Карина, и мы бежим по направлению к нему.

— А там кто? — спрашиваю я, показывая уже на Киру, вторую мою помощницу. — Там Кира, — помогаю я Карине сориентироваться.

— Кира, — и мы бежим к ней.

— А где Саша? — спрашиваю я у Карины. Она в задумчивости, и я помогаю ей, показывая на него. — Вон он, видишь? Вон там сидит. Где Саша? — вновь спрашиваю я, и на этот раз Карина сама справляется с ответом, сразу же получая от меня следующий вопрос. — Кто там сидит? — показываю я на Сашу. — Саша, — отвечает Карина, и мы опять бежим к нему.

Еще некоторое время мы продолжаем эту игру, а немного погодя Карина находит лошадь и садится на нее, а мы становимся по трем углам и уже по очереди спрашиваем у нее, куда она сейчас поедет, к кому, как, на чем и так далее, и, получив ответы на вопросы, которые даются ей не так уж просто, отправляем ее к выбранному ею человеку, который ее ловит и отправляет к следующему. Потом то же самое мы проделываем с шариками из сухого бассейна, называя их по цвету, катая, ловя, бросая их друг другу, постоянно озвучивая свои действия и прося Карину делать то же самое. Потом мы догоняем друг друга, убегаем, ловим, держим, все время провоцируя Карину быть главной, самой выбирать, что и как мы будем делать, хоть и в рамках, определенных правилами игры, и помогаем ей быть ведущей. Довольно часто мне приходилось объединяться с ней и помогать, чтобы не дать ей возможности пойти на поводу у кого-то, а самой принимать решения.

Когда занятие закончилось и Карина ушла, Кира с Сашей задали мне вопрос:

— А что будет после такого занятия, она, наверное, спать будет как убитая?

— Вряд ли, скорее наоборот, так как подобное занятие не столько выматывает ребенка,

сколько активизирует. И скорее всего эффект после такого занятия будет заключаться в том, что некоторое время Карина будет более активной, инициативной, разговорчивой, но менее удобной и покладистой в общении и взаимодействии с окружающими. * * *

Проблема аутичного ребенка не в том, что он не знает или не понимает чего-то, не в том, что ему это недоступно интеллектуально, а в том, что ему не включиться. Ему сложно самостоятельно удерживать внимание и не отвлекаться на посторонние мысли, слова, действия. Кроме того, он пугается любой неудачи и отказывается от самой возможности понять. В основе — проблемы внимания и недостаточной мотивации, плохая оценка последствий своего поведения, зависимостей, взаимосвязей и непонимание необходимости знать и понимать что-либо, потому как редко кто заинтересовывает ребенка знаниями. Обычно знания подаются как обязательство — без объяснения причин и следствий доступным ребенку языком. Поэтому и мотивация низкая.

В такой ситуации наиболее успешным становится путь максимального присоединения к ребенку — и физического, и эмоционального, когда взрослый становится с ним одним целым, отделяясь от него по мере усвоения информации.

Когда ребенку удастся себя включить и зафиксировать, когда ему кто-то помогает включиться, поддерживает его в этом процессе, и ему удастся что-то понять, услышать, узнать, он очень рад и доволен собой. Он сияет от гордости за себя, как начищенный самовар. Не всегда эта гордость видна внешне, но почти всегда она есть внутри ребенка, возможно, где-то очень-очень глубоко, так что и сам ребенок чувствует только ее отголоски. Но такое знание, умение, чувство для ребенка очень и очень важно, хоть и тяжело ему дается и часто требует помощи со стороны. * * *

Чем дольше ребенок существует в аутичном формате, тем ему сложнее адаптироваться, развиваться и меняться, потому что у него формируется навык выключенности и не формируется навык включенности. Вместо развития и закрепления навыка присутствия у ребенка формируется навык отсутствия, и формируется он идеально и очень качественно. Ребенок достигает в этом большого прогресса. * * *

Практически все описанное на этих страницах — только средство. Самое главное — это желание понять то, что здесь написано, и осуществить понятое. А средство может только помочь осуществить желание с разной степенью успешности. При этом важно, чтобы желание было выше всех остальных чувств, выше страха, выше неуверенности, выше недоверия. * * *

Аутичный ребенок «выключается» при малейшей трудности или непонимании, особенно в тех ситуациях, когда он не уверен или ему некомфортно.

Его очень легко сбить с деятельности. Любая неосторожная реакция с нашей стороны, взгляд, жест, реплика могут вызвать у него тревогу. И так как, сбившись один раз, он мгновенно теряет уверенность в правильности выполнения задания в целом, он начинает пугаться или вообще отказывается что-либо делать. * * *

Состояние аутичного ребенка чем-то напоминает состояние человека с плохим зрением и без очков, без какой-либо коррекции, только его нарушения относятся к эмоционально-волевой сфере. Это состояние полной расфокусировки мышц, когда опознаются только очень яркие стимулы. И соответственно необходимо эти ослабленные мышцы тренировать, научиться фокусировать взгляд, так же как этому учится младенец.

И по аналогии со зрением любая терапия аутизма — это временно надетые очки, позволяющие увидеть, услышать, почувствовать. Любая терапия — это тренажер. * * *

Со временем ко многим особенностям ребенка привыкаешь и перестаешь замечать,

выделять их. Поэтому для семьи полезно чаще бывать на людях, чтобы иметь обратную связь от окружения, вспоминать об особенностях, которые незаметны внутри семьи, но заметны со стороны.

То же самое можно сказать и о терапии — иногда необходимо на время делать перерывы в работе с одним и тем же специалистом, так как вырабатывается стереотип общения и многие проблемы остаются незамеченными. А после перерыва возможен переход на следующий уровень взаимодействия. * * *

Часто в стрессовых ситуациях аутичный человек не прорабатывает и не решает проблему, а утопает в мыслях и уговорах себя самого. Вместо того чтобы включиться, он думает о том, что надо включиться. Вместо того чтобы не бояться, думает о том, что надо перестать бояться. Вместо того чтобы думать, думает о том, что надо думать.

На эти уговоры и убеждения тратится масса энергии. * * *

В комфортном, субъективно безопасном для себя состоянии аутичный ребенок способен на многое. Но состояние и настроение — это случай, а, как известно, любой случай можно сделать закономерностью. * * *

Иногда усилия, потраченные ребенком на решение сложной задачи, несоизмеримо выше, чем удовлетворение, полученное от ее решения. Поэтому не всегда ребенок в состоянии радоваться успеху, и нужно относиться к этому с пониманием. * * *

И все-таки аутизм — это соотношение личностных предпосылок, имеющих у ребенка, и особенностей семьи, хотя многие и не согласны с этим. Плюс к этому значительную роль в возникновении аутичной реакции играет темп современной жизни, губительный для чувствительного ребенка. * * *

Идеальным комплексом психолого-педагогической поддержки для аутичного ребенка будет грамотное сочетание индивидуальной и групповой работы и в терапии, и в общении, и в обучении.

04.07.2008

Костя выходит с занятия, садится на стул в коридоре, тут же мама достает сок, на ходу спрашивая, хочет ли он его, и, не дожидаясь никакой реакции, не оставляя на нее времени, дает ему коробочку. Сразу же дает, в тот же момент, когда задает вопрос.

— Вы предвосхищаете его желания. Сразу даете ему сок. Хотя он в состоянии ответить на вопрос. «Ты будешь сок?» — спрашиваете вы и сразу же даете ему в руки коробочку. Кивнуть головой он может, хоть и не сразу. Или же не надо задавать вопрос, просто сразу давать сок, а раз уж спрашиваете, дождитесь хоть какой-то реакции. Иначе вы обесцениваете как свои слова, так и способность ребенка их понять. * * *

Отсутствие инициативы не равно отсутствию желания, хоть и принято так считать. У аутичного ребенка есть желания, но ему сложно проявлять инициативу для их осуществления, так как есть масса страхов и тотальная неуверенность в себе. Но как только уровень тревожности снижается, а уверенность повышается, сразу появляется и инициатива. * * *

У Кости очень хорошая мама, правда. Но очень уж мягкая. Очень мягкая для такого вот Кости, он расплывается и расплзается в этой мягкости, в то время как ему не хватает структуры,

четкости, яркости, громкости для быстрого развития. * * *

Аутичным людям часто свойственны также нарушения в ощущении запахов: они перестают их ощущать при погружении в аутичное состояние, состояние вакуума и невосприятости окружающей действительности. Ощущения возвращаются при выходе из этого состояния, причем иногда в обостренной форме. Выйдя из темной комнаты, человек пугается света и привыкает к нему постепенно; так же, выйдя из аутичного вакуума, можно испугаться запаха, да и не только запаха.

05.07.2008

Важно не создавать ложную мотивацию, стимулирующую ребенка к деятельности, а заинтересовать самой деятельностью и возможностью быть успешным в ней. У ребенка не должно быть ожидания, что, справившись с задачей, он, например, получит конфету, пять минут мультфильма или покупку долгожданной игрушки, так как подобные стимулы усложняют концентрацию. Ребенок концентрируется не на задании, а на поощрении, и ему сложнее включиться и понять правила. * * *

Снова играли в «горячо-холодно» с Гришей и с Ильей, который пока все еще не понимает правил этой игры в полном объеме. Он понимает только элементы игры, не связанные между собой. Поэтому мы идем с ним в ее освоении поступенчато, с каждым разом добавляя следующий элемент к уже освоенным, тем самым продвигаясь чуть дальше. Так, когда наступает очередь Ильи прятать предмет и Гришина очередь искать его по подсказкам Ильи, мне приходится постоянно удерживать Илью от того, чтобы он не шел-бежал сам искать то, что только что спрятал, с радостными визгами: «Нашел! Нашел!» И помогать-направлять его в подсказках для Гриши. Тем самым давая ему понять, что предмет, который он прячет, необходимо найти Грише, а не самому Илье. * * *

Аутичный человек и сам понимает, когда не прав, хоть и не всегда признает, и от осознания своей ошибки он загружается и выключается, тем самым усиливая негативный компонент внешней ситуации своим внутренним состоянием — эдакая самоагрессия. * * *

В том случае, если до школы решить проблему аутизма не удалось, ребенку проще учиться индивидуально.

Но необходимо постепенно менять способ обучения и не консервировать ребенка в его проблемах, а помогать ему решать их. * * *

«Онегу» — лагерь, в который мы ездим каждое лето, можно сравнить с погружением в языковую среду, когда человек едет, например, в Англию учить английский язык. Только там мы учим другой язык — язык эмоций, чувств, мимики, жестов, ощущений, первичный, глубинный, невербальный язык. И по возвращении домой эти навыки теряются, если ими не пользоваться, не тренировать их. Если в окружении нет людей, говорящих с ребенком на одном языке и готовых общаться на нем. * * *

Одна из причин возникновения стереотипов у ребенка заключается в том, что он постоянно воспроизводит то, что понимает, а понимает и умеет не так много. Но зато то, что понял, запоминает накрепко и повторяет постоянно, доводя до стереотипа, от которого ему сложно отказаться даже в тех случаях, когда необходимости в нем уже нет. * * *

Возвращаясь к диалогу, в ответ на который возникли эти записи (см. «Начало»), мне хочется возразить или просто прокомментировать.

— Мне не обязательно, чтобы специалист был в состоянии объяснить всю подноготную осуществляемых им действий. Но мне важно доверять специалисту, видеть результаты его работы, доверять им, а не количеству пройденных стажировок и полученных дипломов, не способностям специалиста объяснять, не его теоретической подкованности, которая зачастую не имеет никакого отношения к практическим навыкам. * * *

— Способны ли аутисты страдать?

— ?!

Вопрос поразил мое воображение.

— Да, способны.

— Они только и делают, что страдают, — отреагировала на этот вопрос одна моя коллега. * * *

Для того чтобы научиться ходить по канату или по бордюру, стоять на мяче или ездить на велосипеде, требуется включенность в процесс. Этому необходимо учиться. И пока ребенок учится, родителям в этом приходится тоже участвовать. Приходится учить ребенка, помогать ему, и это требует от родителей включенности в процесс до тех пор, пока навык не автоматизируется.

Так же и с любыми занятиями с аутичными детьми. Практически все они требуют участия взрослых, особенно на первых этапах. И чем чаще тренировки, тем дольше и легче удерживать уровень включенности, тем легче идти дальше. * * *

Способов включить аутичного ребенка в действительность — масса. Их можно чередовать, использовать в зависимости от конкретной ситуации и не заикливаться на одном, однажды сработавшем. Не обязательно включать ребенка ради какого-то запланированного действия. Включения ради включенности, ради отсутствия выключенности вполне достаточно для тренировки этого навыка. * * *

Ребенку, склонному к аутичным реакциям, слишком много поступающей извне информации, он не справляется с ее переработкой. А следовательно, во всем необходимо наращивать обороты постепенно, и ребенок всему научится. Просто нужно научить его правильно использовать и обрабатывать информацию.

Чтобы научиться правильно пользоваться чем-либо, необходимо сначала или забыть, или максимально сократить использование неправильного способа.

Аутичный ребенок пытается понять все и сразу, у него нет середины, он не справляется с этим потоком и, как следствие, обрастает массой комплексов, думает (или ощущает себя таким), что не может и не умеет, что он не такой, тупой, дурной и пр. А его проблема заключается просто в том, что он использует неконструктивный способ обработки информации. Ребенок думает, что если он увидел что-то, то надо понять все и сразу. Ему кажется, что все так делают, и он хочет быть как все, но в большинстве случаев терпит поражение. Или же успешно развивается в одной-двух областях, становясь в них на уровень одаренности, в ущерб остальным, более насущным и социально значимым. * * *

Общепринятый взгляд на аутизм слишком поверхностный. Почему-то мало кто пытается заглянуть хотя бы чуточку глубже. А там картина несколько иная.

Сверху вода — ничего особенного. А если нырнуть? Подводный мир очень богат и разнообразен. Иногда чудесный, восхитительный, удивительный. Иногда пугающий, устрашающий. Иногда странный и необычный. Но главное, он есть, и там всего очень много.

До этого и надо постараться добраться. * * *

Аутисты четвертой группы (по классификации О. С. Никольской, К. С. Лебединской, это наиболее «легкие» дети, с повышенной тревожностью, ранимостью, утомляемостью и сложностями в общении, похожими на обычную стеснительность) раньше других начинают осознавать свои проблемы, что затрудняет их путь к адаптации и социализации. Так как, осознавая, они обрастают вторичными комплексами, мешающими полноценному развитию. * * *

Аутичный ребенок — как заслон от стрессов для всей семьи. Как губка. Он позволяет семье не чувствовать внешних стрессов, потому что впитывает их сам или предупреждает их возникновение. Он берет их на себя и становится единственным и самым главным стрессом, позволяющим семье не фиксироваться на остальных опасностях реального мира, полностью концентрируясь на ребенке.

Часто, когда состояние ребенка улучшается — ухудшается состояние родителей или ближайшего окружения. Когда ребенок начинает меняться и находит в себе силы сопротивляться, отстаивая свое право на свободу и независимость, он перестает быть добровольным заслоном, берущим все напряжение и тревогу на себя, перестает брать на себя привычный груз семейного аутизма, позволяя остальным членам семьи относительно спокойно развиваться. Соответственно эта нагрузка начинает заново перераспределяться между всеми членами семьи, на некоторое время вызывая ухудшения в их состоянии.

Этого не происходит в тех семьях, где в терапии участвуют все или хоть кто-то, кроме аутичного ребенка, в котором заключается весь семейный дискомфорт, где нагрузка распределяется. Где нет четко выделенного идентифицированного пациента в лице «больного» ребенка и все на равных в сложившейся ситуации или пытаются такими быть. * * *

Ребенок рождается в стрессе. Любой. Но обычный ребенок учится противостоять стрессу, отказываясь от него и получая поддержку от семьи. А аутичный научается все брать на себя, избавляется от стресса путем вбирания его в себя. И со временем научается делать это виртуозно. Ему не дают особого выбора. Хотя все это и очень относительно. Этот стресс в силу незнания или непонимания никто не помогает адекватно переработать — значит, приходится самостоятельно придумывать способы борьбы с ним, как правило, неадекватные, то есть — всё в себе. * * *

В ответ мы всегда получаем то, что даем. Чем делимся, то и имеем. Иногда отдача усиливается в ответ, иногда сглаживается, но основной ее характер, основная линия всегда задается нами самими.

Если мы не получаем ничего, значит, в реальности ничего и не отдали. Если мы не получаем того, чего ожидали, значит, мы и отдали что-то не то, что нам кажется. * * *

Был в моей работе с аутичными детьми этап, когда я говорила, что аутизм — это не мое, потому что эта работа никогда не была моим сознательным выбором. И отчасти это так и до сих пор. И я медленно, но верно планирую отказаться от него или путем устранения проблемы, или путем ухода из нее. Однако «здесь и сейчас» аутизм по-прежнему присутствует в моей жизни, но я несколько изменила свое отношение к нему.

Для меня аутизм и работа в этой сфере всегда были подавляющими и угнетающими меня и мое собственное социальное и эмоциональное развитие. На этапе осознания всего этого, колоссальной усталости, накопившейся за годы существующего давления и серьезных проблем личного характера, повергших меня в острое стрессовое состояние, я думала, что единственный и самый простой выход — это выход вон, что я и пропагандировала. И довольно активно. Я собиралась уйти из ситуации, поскольку нет ситуации — нет проблемы.

Сейчас я немного по-другому мыслю, да и вот так уйти я не смогла бы, по разным причинам. Сейчас я для себя выбрала другой путь: нет проблемы — нет ситуации.

Я изменилась, сильно изменилась. Я изменила свое отношение к проблеме и пониманию проблемы. И получила результат. Работать стало легче, лучше, эффективнее. И аутизм не вызывает такого отторжения, негатива и истощения. Он перестал на меня давить. Но только тогда, когда я перестала под ним давиться.

Все дело в том, что раньше я пыталась работать в болоте. А сейчас на время работы я вытаскиваю ребенка на свой уровень и работаю по полной, работаю включенно, не тратя времени и сил на борьбу с болотом. Я трачу силы только на то, чтобы не дать ребенку утонуть, и удерживаю его на или над поверхностью. Я не погружаюсь сама в глубину. Но чтобы научиться этому, мне пришлось досконально изучить это болото и эту глубину. Понять ее. Уйти из нее.

Помогать, будучи на поверхности или над поверхностью, мне вполне по силам. И это для меня эмоционально легко, понятно и интересно. А быть в глубине всегда, да еще и работать там, да еще и без защиты — это действительно не мое, это мне сложно и это неэффективно.

Поддерживать проще и лучше тогда, когда знаешь и понимаешь, но не тогда, когда погружаешься на ту же глубину.

Когда мы с ребенком вдвоем в глубине, мы давим друг друга еще сильнее. Хватаясь друг за друга, тонем еще глубже. Но это неконструктивный путь, так как в этом случае проигрывают обе стороны. * * *

В свое время вместо адаптации к изменившимся жизненным обстоятельствам, вместо того чтобы отращивать клыки для защиты, я стала отращивать жабры, чтобы сбежать, постепенно утрачивая способность жить на поверхности и меняя ее на подводное царство. И я их отрастила и умела видеть то, что находится под водой, не умея жить на суше. Я до сих пор еще не вернула себе это умение в полной мере. * * *

С аутичным ребенком необходимо быть не столько жестче, сколько четче. * * *

Я прекрасно понимаю, что рекомендации, которые я даю, сложно осуществить, что измениться не так-то просто. Но глобальные изменения — это залог успеха.

Изменись сам, и изменятся рядом стоящие. Иногда, в тех случаях, когда принять, понять, расслабиться и начать действовать более продуктивным способом не получается, что-то надо делать, менять через силу. * * *

Любому человеку важно иметь возможность быть более чем успешным, просто успешным, быть на грани, почти у цели, быть неуспешным — и уметь с этими состояниями быть, уметь с ними обращаться. Этому тоже надо учиться; и для этого необходима чужая помощь. * * *

«Всегда найдутся люди, которые причинят тебе боль. Нужно продолжать верить людям, просто быть чуть осторожнее».

06.07.2008

Переходя на каждый следующий, новый для себя уровень, я что-то приобретаю или теряю. В том числе и друзей, соратников, сподвижников, коллег и даже близких. Или они изменяются, или меняется круг общения, на смену старому приходит новый, который соответствует мне

измененной. Кого-то я нахожу, кто-то находит меня. Периодически возвращается кто-то из тех, кто был до моего падения в аутизм, с кем-то у меня отношения хорошие вне зависимости от моих изменений, с кем-то плохие, а с кем-то и вовсе никакие. Кого-то я сознательно тяну за собой и своими изменениями, кого-то нет. Кого-то я пытаюсь тянуть... Но не всегда все получается так, как хочется. Иногда в жизни бывает все совсем иначе, чем придумано мной. *
* *

Даже когда ребенок или кто-то другой делает что-то не по правилам, надо воспринимать это спокойно, без напряжения, что все «так» делают, а они «не так». Как могут, так и делают, главное — удовольствие получать от себя и от деятельности.

Так, на одном из психологических тренингов я без конца оценивала себя и свое отличие от других, свое неумение на фоне остальных и напрягалась от этого, загружалась и как следствие не могла делать даже то, что обычно могу безо всяких проблем. А на другом тренинге я выполняла задания Частично и без напряжения, не укоряя себя в этом, и потом на автопилоте делала даже то, что обычно не делаю ни при каких условиях.

Главное, какую пластинку включить — «я делаю» или «я не делаю», «я могу» или «я не могу». Но при любом решении уже не корить себя и спокойно следовать по выбранному пути.

07.07.2008

Не паниковать — это важное условие в любой терапии. * * *

Получая подсказку или ответ на вопрос, аутичный ребенок часто перестает думать совсем и просто повторяет услышанное. Иногда бездумно, даже не понимая смысла того, что именно говорит, — просто повторяет сказанное другими. * * *

Аутичному ребенку часто сложно начать и закончить. Ему трудно вступить в диалог, присоединиться к кому-то, вклиниться в беседу на правах ее равноправного участника. При этом думать-то по обсуждаемой теме он может много и эмоционально. Проблема в том, что ему не озвучить себя, не начать, не успеть за скоростью участников беседы, а не в том, что сказать нечего.

08.07.2008

Часто я использую любое проявление ритма и ритмичности в работе. Я могу отбивать что-то ногами, руками, пальцами, палками, ложками, губами, глазами. Могу что-то ритмично проговаривать. Я делаю это громко, тихо, плавно, резко, четко. Могу стучать по столу, по мячу, по барабану, по полу, по животу. Могу стучать одной рукой или двумя. Я могу привлекать к этому ребенка, а могу и не привлекать. Ритм является неотъемлемой частью моей работы. * * *

Чем больше людей (специалистов, волонтеров, родителей) одновременно участвуют в терапии, например, в индивидуальной, тем выше результат.

С одной стороны, ребенок имеет возможность получить опыт общения и взаимодействия с разными людьми одновременно. Иногда позитивный, иногда негативный, иногда нейтральный, но самое главное, что это опыт. С другой стороны, устают даже самые хорошие

терапевты, а так всегда есть поддержка и замена. Да и усталости меньше, так как это совместная работа, в процессе которой заряжаешься друг от друга тем, что есть, а следовательно, и возможности удерживать ребенка во включенном состоянии больше. Ведь чем больше усталости и выключенности, тем труднее удержаться на плаву и терапевту, и ребенку. * * *

Важно научиться говорить не ради того, чтобы говорить, а ради того, чтобы быть услышанным. Для этого необходимо научиться видеть, слышать, понимать, замечать и проверять, слышит ли нас ребенок непосредственно в тот момент, когда мы что-то ему говорим. И если нет, предпринимать какие-то шаги для изменения ситуации, не рассчитывая на то, что «ну хоть что-то да услышит», иначе обесценивается сама речь и ее смысловая нагрузка. * * *

Почему-то никого не удивляет и не напрягает тот факт, что маленькому ребенку необходимо дозировать впечатления. Почему же понять это в ситуации с аутичным ребенком так сложно?

Возможно, одна из причин, которая путает все карты, — психофизическое развитие. Маленький ребенок легко утомляется и засыпает, это саморегулирующийся процесс, связанный с психофизиологией. Ребенок трех-пяти лет, аутичный он или нет, уже относительно развит в физическом отношении и намного более вынослив. Но в отношении психики может быть по-разному, и это надо учитывать и отслеживать, не дожидаясь реакции организма. Психофизическое и физическое развитие не всегда идут нога в ногу. * * *

Аутичному ребенку сложно включаться заново, и поэтому любое задание лучше делать сразу, без перерывов.

Иногда лучше задержаться и закончить начатое, несмотря на усталость, чем сделать паузу и потом очень много времени потратить на то, чтобы вновь включиться в процесс. Естественно, это актуально только в том случае, когда ребенок, даже уставший, включен в процесс. Если ребенок уставший и уже выключенный, то, конечно, стоит остановиться. * * *

Если бы в свое время был человек, который меня грамотно контролировал, поправлял, направлял, исправлял, помогал, поддерживал, активизировал, инициировал и провоцировал, мне было бы намного проще начинать, продолжать, участвовать в общении и деятельности. Сейчас это уже не столь актуально, я научилась этому сама, но потратила на это намного больше времени, чем могла бы.

Аутичному ребенку необходима грамотная, не подавляющая поддержка, помогающая развиваться. Постепенно необходимость в участии и посреди и как будет снижаться, не влияя на качество, так как появятся независимые, самостоятельные отношения и большая уверенность в себе и в том, что окружающие не убьют даже за оплошности. * * *

Сидим с Ильей, играем. Он пытается присоединить прицеп к игрушечному джипу, но у него никак не получается, так как игрушка новая и крепление тугое.

— Блин! — другой, не своей обычной аутичной интонацией, говорит Илья. Возникает такое ощущение, что слово вылетело неожиданно для него самого, потому что он даже остановился на мгновение, замер. Вероятно, в качестве внутренней речи оно уже некоторое время существовало, но впервые озвучено, да и то случайно и неожиданно для него самого. И потому совершенно естественно. Он к нему не готовился долго и мучительно, не привыкал, не изучал, не овладевал им, а спонтанно выдал. То есть он готовился там, внутри, привыкая к нему, но пока не собирался им пользоваться, так как недостаточно уверенно себя чувствовал. А когда это случайность, когда подумать не успел, то оно и звучит обыденно, и внимания не привлекает. И никакого аутичного подтекста не несет. * * *

Бабушка первый раз привела на занятие Кристину, симбиотично привязанную к ней, и теперь

напряженно сидит под дверью, прислушиваясь к каждому шороху, всхлипу, слову. Подхожу к ней, говорю:

— Вы лучше погуляйте пока, она же чувствует ваше напряжение.

— Нет. Я буду тут сидеть, — отвечает Кристинина бабушка.

— Ну, вы тогда поймите, что этим в данный момент вы делаете ей хуже. Ей и без ваших нервов тяжело там сейчас, а с ними вдвойне тяжело. Она же все чувствует, все улавливает.

Если хочется сидеть, то надо или успокоиться и сидеть без напряжения, или подождать, когда ребенок адаптируется к новому месту, к новым людям и за счет собственного спокойствия не будет реагировать на ваше беспокойство. Иначе это изматывает и ребенка, и ожидающих его родственников. * * *

Чем больше свободы, тем тяжелее с ней справиться.

Даже лежа под одеялом, человек, тяготящийся свободой, оставляет себе минимум места. Так комфортнее, спокойнее.

Страх свободы и неумение ею пользоваться — одна из проблем аутичного человека. И многие интуитивно ограничивают себя. А кто-то, кто слишком зажат, лишен свободы и чувствует себя некомфортно от этого внешнего и внутреннего давления, наоборот, будет раскрываться, — хотя бы таким образом пытаюсь отстоять себе немного пространства.

Свободой, как и ее отсутствием, надо уметь пользоваться. И в каком-то случае необходимо учиться быть свободным и чувствовать себя при этом комфортно, а в каком-то — наоборот. * * *

Аутичному ребенку часто присущ страх свободы, самостоятельности, независимости и ответственности. Именно поэтому ему непонятно, что делать и как себя вести, когда он оказывается в больших пространствах. Именно поэтому непонятно и неуютно, когда есть выбор и необходимо его делать. И этому нужно учить. * * *

Они не терпят монотонности и тем не менее много времени вынуждены в ней быть, существовать в ней, так как монотонная занятость — это хоть что-то, а по-другому они пока не умеют. Они могут погружаться в монотонность, но не от большой любви к ней, а от безысходности, так как это лучше, чем ничего. Со временем соглашаются практически на все, лишь бы не ничего.

Они легко превращаются из гипоактивных детей в гиперактивных и гипервозбудимых — это как две стороны одной медали. * * *

Аутизм — это не болезнь.

09.07.2008

Очень сильные эмоции — это то, что просачивается сквозь аутичную оболочку, сквозь защиту, выстроенную аутичным ребенком от пугающего внешнего мира. Для ребенка-аутиста острая, яркая эмоция — это та сила, которую он может ощутить. Поэтому часто он вызывает ее вновь и вновь, так как чувствовать и ощущать ему хочется не меньше, чем любому другому.

По этой же причине и высокая температура, и скорость, и постоянные занятия, постоянная нагрузка, быстрота и смена деятельности, отсутствие монотонности в жизни дают эффект, так как в эти моменты они себя чувствуют, ощущают, они получают намного больше, чем в своем «обычном» состоянии. Не имеет значения — как, главное, что хоть как-то. Детям аутичным это важно как никому, поскольку у них дефицит ощущений, эмоций, чувств, как для слепого — зрение, а для глухого — слух. И они к этим возможностям чувствовать, ощущать сами стремятся. Особенно когда понимают, что к чему и как этих ощущений можно добиться. Пусть и не всегда эти стремления приобретают внешне конструктивные формы. * * *

— Что же, вы хотите сказать, что вот так он ничему не учится? — спрашивает бабушка Дани.
— Но вот я месяца полтора у него перед носом машину из конструктора собирала, и было ощущение, что он ничего не видит. А он как-то раз взял и принес мне детали, чтобы я ее собрала. А вы говорите...

— Да. Но при пассивном наблюдении у него на овладение новой деятельностью уходит полтора месяца, а если сначала включить его, дать ему возможность наблюдать активно и включенно, то ему одного-двух раз будет достаточно. Аутисты, конечно, развиваются всю жизнь, но и они не живут триста лет. * * *

Классические методы психотерапии не всегда хороши в работе с аутистом. Так, например, проговаривание и проигрывание проблемы: у аутиста зачастую этот метод, наоборот, фиксирует, подкрепляет, закрепляет, подпитывает и стереотипизирует ситуацию или существующий страх, а не решает проблему. * * *

Часто ребенок не боится не потому, что не страшно. А потому, что не знает, что это может быть или должно быть страшно и опасно. * * *

Часть страхов нужно сознательно, но очень грамотно актуализировать и проявлять. Не держать кота в мешке, бомбу замедленного действия, а взорвать уже где-то на полигоне и дальше с последствиями бороться. Потому как вероятность, что «само рассосется», очень мала, а давление от нерешенной проблемы очень высоко и мешает полноценному развитию.

10.07.2008

— Ходит на высоте по краю и как будто специально нервирует. И что, вы хотите сказать, что он не понимает, что это опасно, что он не боится? — спрашивает Данина бабушка.

— Он вас нервирует, но не потому, что осознает опасность, а потому, что чувствует вашу эмоцию и пытается ее вызвать. Что у него и получается. Потребность в эмоциях и в ощущениях есть, дефицит в них есть, способ получить их есть — почему не пользоваться им? Он в этот момент не включен в действительность и, по большому счету, не видит, где он, не ощущает опасности. Он настроен на волну ваших эмоций и своих ощущений, удовлетворяет свою потребность в них таким вот неконструктивным способом. Вам же в такой ситуации необходимо или заранее включить его и показать опасность, или сознательно усилить эту опасность, чтобы она стала заметной для ребенка, или вместе с ребенком найти другие способы, помогающие ему восполнить реально существующий дефицит ощущений, возникающий из-за аутичной преграды, которая не всегда заметна со стороны, но всегда существует и не пропускает ощущения внутрь. * * *

Если ребенок не справился с заданием, с которым в норме справляются за пять минут, это еще не значит, что он с ним не может справиться вообще. Возможно, ему требуется больше времени. Ему надо сначала успокоиться, сконцентрироваться и только потом уже понять и

начать выполнять задание. Обычно этот момент во взаимоотношениях с аутичным ребенком не учитывается. Да, у обычных детей все не так сложно и на настройку уходят мгновения. В норме это процессы одновременные, аутичный же человек идет к этому постепенно. Кроме того, удерживать себя во включенном состоянии аутичному ребенку без поддержки сложно. При этом в комфортных для себя условиях аутичный ребенок может справляться с заданием намного быстрее, чем обычный.

И это необходимо объяснять как преподавателям, учителям, воспитателям, родителям, так и самим детям, чтобы сохранить их самооценку: «Да, мне просто нужно больше времени, но не потому, что я дурак».

Как человеку с диабетом, эпилепсией, астмой надо знать, что, когда, почему и отчего происходит и как с этим бороться, как предотвращать, аутисту надо знать и понимать свои проблемы и способы их преодоления. * * *

В процессе роста ребенка, в процессе терапии и целенаправленной работы уровень проблем и подход к ним могут меняться. Результат во многом зависит от каждой конкретной ситуации, от партнеров по общению и обучению, от атмосферы и уверенности ребенка, от отношения партнера (родителя, педагога, терапевта) к существующей у ребенка проблеме. Это касается как аутизма в целом, так и его частных проявлений. * * *

Необходимо стараться оценивать любую ситуацию и ее эффективность не после того, как она случилась, а до того. Чтобы иметь возможность при необходимости ее подкорректировать, сгладить, а в некоторых случаях и избежать, хотя такой вариант и нежелателен, так как важно научиться справляться с любой ситуацией и позитивно выходить из трудностей, а не избегать их. Но учиться справляться надо на тех ситуациях, которые посильны и ребенку, и его помощникам, постепенно усложняя их.

Это как уровни в компьютерной игре: новичок, любитель, профессионал и т. д. * * *

Для аутичного ребенка важна обратная связь, которая на первых этапах должна быть ярко выраженной, так как она подтверждает правильность или неправильность его слов, действий и дает возможность спокойно, уверенно продолжать начатое, не тратя силы и нервы на мысли о правильности своих действий, которые возникают все время из-за глобальной неуверенности в себе. Именно по этой причине аутичному ребенку с таким трудом дается все новое. В этом случае наша уверенность передается ребенку, но он должен ее видеть, слышать, чувствовать и ощущать. Такая наша позиция не нужна там, где ребенок уверен, поскольку то, в чем он уверен, он, как правило, знает досконально.

11.07.2008

Даня очень напряженный и зажатый. Постоянно. У него лицо все время напряжено. Все мускулы. Ему сложно расслабиться. Для него расслабление — это довольно большая проблема, препятствующая возникновению речи, так как он явно «речевой» ребенок, хоть и молчаливый в свои четыре с половиной года. И таких детей достаточно много среди аутичных.

— Ему необходимо больше двигаться, — говорю я его родителям, — активнее, расслабленнее, раскрепощеннее.

— Но он и так много двигается, он очень активный, — возражают мама с бабушкой.

— Да, но эта его подвижность стереотипна и аутична, она как в аквариуме, как в скафандре. И

такая активность не помогает снять напряжение, а, наоборот, усиливает его. Увеличивает количество внутреннего напряжения, которое так и не получило выхода, и соответственно продолжает циркулировать внутри ребенка с огромной скоростью, не имея возможности выйти. Один из немногих вариантов выхода в такой ситуации — аффективные состояния, зачастую агрессивные, приступообразные, к которым прибегает ребенок, самостоятельно пытаясь избавиться от напряжения.

12.07.2008

— Мы сегодня очень долго к вам шли, ему надо было все облизать, до всего дотронуться, на все посмотреть. Такое ощущение, что он сегодня впервые в жизни увидел это все.

— Вполне возможно. Почему нет? * * *

— Но вот он же все время чем-то занят, он включенный, играете нами, — говорит мне студент-психолог Саша в процессе занятия.

— Да, но потому, что мы его постоянно чем-то занимаем, что-то придумываем, играем с ним.

Вскоре была возможность убедиться в этом. В какой-то момент я стала объяснять что-то Саше по ходу занятия, Даня тут же выключился и включил программу «аутизм» с выпадением из реальности и двигательными аутостимуляциями. Отсюда вывод: чем больше внимания мы уделим ребенку, тем меньше аутичных проявлений у него будет. И тем больше закрепится неаутичных форм поведения даже на элементарном, физическом уровне. * * *

В работе важно иметь конкретную цель, пусть и самую незначительную, самую маленькую.

Например, в работе с Кристиной, которая с трудом остается одна на занятиях и, если ей дать волю, весь час проведет у двери с истерикой и слезами, у меня цель заниматься, а не слушать визг. У меня цель не успокаивать ее, а успокоить. Не попробовать поиграть с ней, а поиграть. Важно понять, в какой степени тяжело ребенку объективно и в какой степени это позиция и привычка вести себя так. У Кристины во многом, хоть и не во всем, — это позиция, нежелание. И тогда выигрывает тот, кто настойчивее. Родителям, как правило, становится жалко ребенка, и это нормально. Но если понимать, что, исходя из этой позиции, мы значительно уменьшаем шансы на адаптацию ребенка, то, возможно, проще будет изменить и свое отношение к проблеме и ее восприятию. * * *

После очередного занятия студент Саша делится своими наблюдениями:

— Кристина выбрасывает все игрушки, которые ставят перед ней, отворачивает все игрушки от себя. Ей настолько тяжело видеть лица, что даже игрушки она отворачивает.

Такое суждение ошибочно. Оно было бы верным, если бы речь шла о невротике, а не о тяжело аутичной девочке. Она отворачивает от себя игрушки не потому, что не может их лица видеть, а потому, что просто не может, не может, и все. То есть проблема лежит несколько глубже. И если опираться на поверхностные суждения, то успеха в решении проблемы аутизма не достичь, поскольку объяснение неверно изначально. И решается не та задача. Может, и хорошо, и правильно, но не та. Поэтому и результата нет, или он совсем не тот. * * *

Проще делать так, как привычнее, как спокойнее и быстрее для себя. Проще, но далеко не всегда лучше.

Лучше несколько раз побороть себя и ребенка, чем всю жизнь идти на поводу

неконструктивного поведения как ребенка, так и своего собственного. И чем позже принимается такое решение, чем дольше убеждать себя в его необходимости, тем больше сил, времени и энергии потребуется в дальнейшем, чтобы сдвинуть что-то с одной точки. Потому что с годами неконструктивное поведение вырастает в семейную систему отношений и становится с ней одним целым, а любые изменения воспринимаются как угроза существованию всей системы, чему она и сопротивляется. И это сопротивление преодолеть становится очень сложно.

Это как уборка, которую можно делать раз в день, раз в неделю, раз в месяц, раз в год. Но и времени и сил в каждом случае на нее уходит разное количество. * * *

Некоторые слова звучат одинаково, а пишутся по-разному, и значение у них совершенно разное, как, например, во французских словах: amande (миндаль) и amende (штраф), которые на слух совершенно идентичны, но имеют разное значение, которое определяется по контексту. То же и с поведением. Важно понимать реальную причину «неадекватного» поведения и реагировать в зависимости от нее.

13.07.2008

Сегодня Вова был совсем другой, он намного проще говорил, формулировал, фантазировал в ответ на мои вопросы, вопреки его обычной реакции: «Не знаю». Практически не было вопросов, которые ставили бы его в тупик и на которых он бы зависал. Он был намного активнее, инициативнее и мягче в общении, но в то же время находился на грани. Он был готов устроить истерику прямо на занятии — и устроил бы, если бы я вовремя не среагировала, чего никогда не бывало, хоть в жизни, по рассказам мамы, это не редкость. Он был намного менее зажат, но при этом намного более уязвим, что и явилось причиной такого пограничного состояния. Все это вместе я расценила однозначно как позитивную динамику. А поздно вечером мне пришло sms от мамы Вовы: «Екатерина Евгеньевна, можно вам позвонить сейчас?» Возвращаясь домой после занятий, Вова устроил сильнейшую истерику прямо в вагоне электрички, а по приезде домой выдал приступ ложного крупа.

К сожалению, динамика невозможна без активности, часто деструктивной. Но к этой деструктивной активности (например, к истерике) необходимо быть готовыми. Следует научиться видеть ее предвестники, замечать ее раньше, чем она проявится в полной мере, и сводить ее на нет, реагируя на предвестники, а не на деструкцию в полной мере. В случае же если не удалось грамотно и вовремя ее купировать, не пугаться и понимать, что это процесс изменений, и по-другому, к сожалению, сложно. * * *

В подростковом возрасте ребенок может как резко улучшиться, так и резко ухудшиться. Это очень важный и сложный период, требующий максимальной включенности в ребенка. Подростковый возраст у аутичного ребенка не обязательно соответствует календарному и, как правило, затянут. * * *

Стать включенным в ребенка можно. Но при этом важно остаться включенным и в окружающую действительность. Чем более высокая включенность, тем больше всего заряженного, как позитивно, так иногда и негативно, начинает происходить вокруг. Так как эта включенность начинает распространяться на все и на всех. Как только мы начинаем видеть четче и ярче, так и мир нам начинает предъявлять эту яркость, подсовывает ее на каждом углу. * * *

В современной действительности очень много мишуры, очень много наносного и пластикового. * * *

Хороший духовник не тот, кто все время говорит о религии, соблюдает каноны и акцентирует внимание на вере. По-настоящему верующий или верящий не тот, кто ходит в церковь и носит крест под рубашкой. По-настоящему верующий и верящий — это тот, кто верит и без атрибутов веры. Тот — кто просто верит.

Важно не ИМЕТЬ, важно БЫТЬ.

Не иметь атрибуты профессионализма, такие как речь, язык, дипломы, аттестаты, статус, положение в обществе и прочее, а быть профессионалом.

Да, впрочем, и в жизни все то же самое — важно не иметь атрибуты, например, успешности и счастья в жизни, а быть успешным и счастливым. Для каждого успешность и счастье — это что-то свое, никем и нигде не прописанное.

14.07.2008

Последнюю неделю на интенсиве по французскому я решила постараться быть включенной. Без поддержки со стороны, безо всяких сторонних поощрений. Как я устала за эту неделю! Кто бы знал! А представьте, каково ребенку? Особенно когда ему не очень понятен либо смысл, либо суть требуемого от него. Насколько просто ему быть включенным, удерживать себя включенным, особенно без поддержки? Трудно. Отсюда и срывы, и внешние ухудшения поведения, связанные с элементарной усталостью, перенапряжением, реакцией на выросшую нагрузку.

При этом стоит учесть, что я относительно адаптированный и в некоторой степени социализированный человек. Просто не привыкший быть включенным вне работы. * * *

Как только появится возможность вести себя привычным образом, то есть быть выключенным, ребенок до последнего будет пытаться этой возможностью пользоваться. Особенно если он не знает, не умеет, боится, ни разу не пробовал, у него не получилось сделать что-то с первой попытки. Он будет тратить массу энергии на отказ от деятельности. Важно научиться перенаправлять эту энергию на что-то другое, не соответствующее первоначальному замыслу, но не отпускать ее на самотек, не давать ей работать вхолостую, неконструктивно. * * *

Ориентация на процесс в занятиях и общении, а не на результат. На определенном этапе важно не иметь результат, а быть в процессе. Результат в данном случае — это возможность самого процесса и сам процесс. То, что удалось этот процесс получить. Не красивый-прекрасивый цветочек из пластилина, а то, что удалось вообще полепить. * * *

Просто погрузив аутичного ребенка в теоретическую терапевтическую среду, можно долго ждать результата. Если же активно вовлекать его в деятельность, в терапевтические отношения, сложные и пугающие, но необходимые для полноценного развития, результатов можно добиться довольно быстро. Хотя многое зависит оттого, что считать результатом. Обычным ребенком он не станет, а лучше чем был, в чем-то, не во всем сразу, конечно, станет однозначно. Адекватная оценка изменений и возможностей для изменений очень важна и для семьи, и для ребенка, и для результатов.

Это, безусловно, сложнее, это требует от родителей, педагогов, терапевтов намного большей включенности, но и результат другой. И отдача есть — серьезный аргумент в пользу активного включения в процесс изменений максимального количества участников. Это то, что может вдохновлять и ребенка, и его близких на дальнейшую продуктивную, позитивную

совместную работу. * * *

Кто-то поднимает три килограмма, а кто-то — десять. Это разные весовые категории. Аутичный ребенок «весит» десять, поэтому необходимо искать тех, кто специализируется на большом весе. И самим тренироваться удерживать его. * * *

Большинство новейших приспособлений создано для безопасности физической, но в то же время это очень большая психологическая опасность. Например, детское автомобильное кресло. Ребенок в машине сидит в кресле, или ребенок на руках кого-то, или сидит самостоятельно. Ребенок предоставлен сам себе физически, психологически — или ребенок с нами. Быстрый темп жизни ставит условия, с которыми мы соглашаемся или нет. Надо и рулить, и ребенка везти, но это свободный выбор каждого из нас.

То же можно сказать и про памперсы, стиральные машины, магнитофоны, аудиосказки, механические качели и игрушки, микроволновки, компьютеры, Интернет и пр. Это расслабляет человека, исключает необходимость быть включенным в жизнь, в себя, в ребенка. Все автоматизировано и лишено человечности. Человечество выключается медленно, но верно. Это, конечно, только один из факторов, но и он тоже серьезный. * * *

Чем больше фиксировать ребенка на себе, тем меньше он фиксируется на других. Чем больше брать на себя, тем меньше на себя берут другие, так как нет необходимости что-то брать — уже все взято.

В данном случае рекомендую все темы типа «кто же, если не я» и «если я не сделаю, то никто не сделает» отбросить в сторону. Это решение принимает каждый сам для себя. Другие просто соглашаются с нашим выбором. И чтобы изменить ситуацию, просто перестать делать — мало, так как все уже привыкли к такому способу взаимодействия и будут ожидать и неосознанно провоцировать на него. Это право — не считать себя обязанным — теперь придется отстоять. А для того чтобы отстоять его, надо доверять окружающим, верить, что и без постоянного контроля можно существовать. А для этого необходимо обладать изрядным терпением и критичностью.

Часто это именно наша собственная гиперответственность, тревожность и нетерпеливость, которая гасит всех остальных, а не недостаток ее у других. Хотя со стороны, конечно, кажется, что «я герой» и «постоянно пашу на всех», так как «всем остальным все равно». * * *

Важно заранее обдумывать, так ли необходимо наше вмешательство в каждой конкретной ситуации. Иногда невмешательство намного полезнее любого вмешательства. Вмешиваясь и делая «за», мы не даем возможности попробовать научиться, получить свой опыт и сделать свои ошибки и свои выводы. Хоть и из благих намерений, но таким образом мы делаем хуже. * * *

И еще очень важно: совместная деятельность с ребенком не должна быть из чувства долга или ответственности, любое взаимодействие должно быть интересно обеим сторонам. Общение, терапия, игра без интереса со стороны партнера — это работа вхолостую, бесполезная трата энергии. При этом мотивация может быть какая угодно.

Необходима искренняя заинтересованность. Увлечешься можно всем, дело за желанием и за пониманием реальной необходимости.

Искренность важна в общении с любыми людьми, а уж с аутичными тем более, так как они это очень чутко улавливают. Умение чувствовать — это их компенсация и самая главная защита от возможных опасностей. В первую очередь им важно то, что чувствуется и ощущается, а не то, что делается и говорится. Важно не что, а как. * * *

Я могу накричать, могу проявить агрессию в ответ или быть достаточно жесткой во

взаимодействии. Но при этом я должна быть уверена в своих силах и силах ребенка. Я должна быть уверена, что он такое действие, такое поведение с моей стороны в принципе в состоянии вынести. Я должна быть уверена, что пусть и не сразу, но он в состоянии оценить и получить позитивный опыт от таких переживаний, ощущения себя в них и выхода из них. Я должна быть уверена, что в состоянии адекватно отреагировать на его реакцию, не усилив ее, а смягчив. * * *

Беспокоясь по каждому поводу, преувеличивая опасности, мы проецируем на детей собственные опасения и неудачи. Такой родительский эгоизм ущемляет естественные потребности детей, прежде всего в самостоятельности. Неадекватные запреты тормозят развитие ребенка, не помогают, а мешают ему научиться самостоятельно осваивать окружающий мир.

Аутичному ребенку, чтобы вырваться, надо больше свободы, чем обычному. То есть когда кажется, что все, дальше уже ждать нечего, надо попробовать отмерить еще столько же и проверить, что получится. Ему, чтобы раскататься, нужно больше времени, и этого часто не учитывают. * * *

Обозначить поле деятельности и не вмешиваться в детали. Это утверждение актуально как в общении с обычным ребенком, так и с аутичным.

Наша задача — направлять и страховать. Учить тому, как вести себя в потенциально рискованных ситуациях. И самим осваивать искусство доверия. По-настоящему серьезных опасностей не так уж и много. * * *

У каждого своя правда. Правд много, и каждая имеет под собой основание. Но многое зависит от того, какой правде верить. Согласно какой правде выстраивать свои отношения с окружающим миром. Согласно какой правде жить. * * *

Противоположность истине не заблуждение, а противоположная истина. * * *

Важно научиться не только брать, не только давать, но и обмениваться. Обмениваться мыслями, эмоциями, чувствами, словами, ощущениями, вещами и пр. Обмен — это и есть процесс взаимного общения и обогащения, двухстороннего. * * *

Как-то раз рассматривали с Ильей книжку. Илья перелистывает страницы, а я постоянно встречаю с вопросами по сюжету иллюстраций. На одной из картинок были нарисованы волк и пруд, а в пруду прорубь.

— Волк, — это был единственный комментарий Ильи по сюжету.

— А это что? — спрашиваю я и показываю на прорубь, в то время как Илья уже собирается листать дальше. — Это что? — снова спрашиваю я, уже предполагая, что он не знает ответа на вопрос. Преодолев его сопротивление и желание продолжить листание страниц, я сама отвечаю. — Это называется прорубь. Это такая дырка во льду, — пытаюсь я как-то объяснить ее происхождение. Для наглядности я беру два листа бумаги и привлекаю Илью к своим действиям. — Смотри, — говорю я ему, беря первый лист, — это озеро. Какого оно цвета?

— Синего, — отвечает Илья.

— Ну, давай сюда синий карандаш тогда. — Илья достает его, и я продолжаю: — Давай раскрашивать. Отлично! — хвалю я его, когда озеро готово. — А это, — говорю я, накладывая сверху второй лист, — это лед. Это замерзшая вода.

— Нет! — начинает сопротивляться Илья, еще не поняв, к чему я клоню, и наблюдая за исчезновением только что нарисованного им озера. — Нет, не лед!

— Смотри, — продолжаю я, несмотря на его негодование. — Сейчас я сделаю тут дырку. Что получилось?

— Не знаю.

— Получилась прорубь. Сверху лед, — говорю я, дотрагиваясь до верхнего листа. — А снизу вода, — показываю я на нижний лист. — Как в книжке. — И еще несколько раз мы проделываем это вместе, сравниваем с картинкой и озвучиваем.

Тут уже, поняв мою идею, Илья бросается к ящику с игрушками и находит там волка, который, конечно же, падает в прорубь, и зайца, который, конечно же, убегает. А дальше, воспользовавшись ситуацией, я заодно спрашиваю, какие еще звери живут на севере, там, где холодно. Илья приносит мне зверей, и они по очереди падают в прорубь и выбираются из нее.

Позже, на одном из занятий, когда книжка вновь попала в поле нашего зрения, он тут же побежал за бумагой и хотел сделать то же самое и тем же способом.

Важно в этот момент не поддаться и тем самым не спровоцировать возникновение стереотипа, а быстро среагировать и сделать то же самое, но другим способом. Мы сделали прорубь из валяющегося рядом прозрачного колпака. Все были довольны. * * *

Аффект — это продукт накапливающегося напряжения, с которым ребенок не умеет справляться равномерно. Аффект сродни судорогам. Его невозможно остановить, но его возможно предупредить. Можно научиться вовремя видеть его предвестники. Можно учить ребенка и учиться вместе с ребенком сбрасывать напряжение и расслабляться, не дожидаясь, пока оно накопится. Если же аффективная реакция уже пошла, то единственное, что можно сделать, — это создать максимально безопасные условия для ребенка и для окружающих на момент его прохождения, иногда для этого требуется и физическая сила.

Резко обрывая как позитивное, так и негативное возбуждение, мы рискуем получить аффективную реакцию ребенка. Поэтому важна плавность — постепенное снижение возбуждения. * * *

В работе с аутистами, вероятно, наиболее успешны люди, чувствующие малышей и умеющие работать с ними, но при этом не боящиеся «больших малышей» и больших сложностей.

15.07.2008

Счастлирое рабство — это, конечно, хорошо, но свобода все-таки лучше.

Аутизм — это рабство. * * *

Аутичному ребенку необходимо постоянно подкреплять любую информацию наглядными действиями, давая ему возможность прочувствовать и ощутить ее, и при этом задействовать максимальное количество анализаторов: зрение, слух, обоняние, тактильные ощущения. * * *

Бездумно повторять текст, слова, песню, сказку, рекламу и пр. — это все равно что выучить текст, звуки понравившейся зарубежной композиции или рекламы без понимания смысла. Так у аутичного ребенка с русским, казалось бы, родным языком. Поэтому надо все время переспрашивать, что ребенок понял, и при необходимости пояснять, объяснять, разъяснять, показывать и называть, таким образом переводя информацию с русского на русский, но доступный ребенку. * * *

Ребенок часто не знает, что обозначает набор слов, произносимых им, но чем-то они его цепляют. Возможно, своей ритмичностью, своей мелодикой. * * *

Многим аутичным детям на определенном этапе развития свойственно использование цитат при общении вместо своей речи. Важно на этом этапе не застрять, важно правильно себя вести во время его прохождения.

Так, например, прощаясь с гостями, вне зависимости от их возраста, ребенок может сказать: «До скорых встреч, девочки и мальчики», полностью скопировав интонацию этой фразы, которой заканчивается передача «Спокойной ночи, малыши». И возможно, происхождение фразы будет понятно только членам семьи, однако на это необходимо обращать внимание. В этом случае воздействие на разум, например: «Посмотри, разве это девочки и мальчики? Это же тетя Наташа. Надо сказать: „До свидания, тетя Наташа“», — неэффективны. Наиболее эффективной реакцией является подключение, переориентация и развитие, а не объяснение. И тогда диалог может быть примерно таким:

— До скорых встреч, девочки и мальчики! — скажет ребенок абсолютно в тему происходящего, но чужими словами.

— Пока-пока, тетя Наташа! — и начинаем махать рукой. — Приходи к нам еще! — говорим мы таким образом, чтобы привлечь внимание ребенка. Тут важна и интонация, и эмоциональная окраска. Важно, чтобы ребенок заметил наши слова и действия.

Подключение в данном случае — это то, что мы поняли слова ребенка, а переориентация (или перевод) — это то, что придали им правильную формулировку, развитие — то, что продолжили мысль, добавив что-то новое.

И так имеет смысл делать каждый раз, когда у ребенка появляется очевидное цитирование (книг, мультфильмов, передач, компьютерных игр, людей), ведь в большинстве случаев оно появляется из-за дефицита собственных слов и формулировок, дефицита включенности, из-за невозможности заметить эти слова и их разнообразие в окружающем мире и включить в собственную речь. Кроме того, очень важный момент — это то, что каждый раз необходимо немного видоизменять свои слова, называть одно и то же по сути действие разными словами и тем самым обогащать словарь ребенка. * * *

Человеку горки едет сам, или его столкнули, и он поэтому едет? Человек прикладывает какие-то усилия для перемещения себя во времени и пространстве или нет? Когда человек находится в пути, внешне это выглядит одинаково, а вот что испытывают эти люди внутри в тот момент, когда едут?

Внутренние изменения никогда не происходят мгновенно. Но эффект от них всегда долговременный и развивающий, совершенствующий, потому что он проработанный, а не поверхностный, как часто бывает при медикаментозной коррекции аутизма. Медикаментозное лечение консервирует, заглушает симптоматику, но не решает проблемы.

Набор таблеток всегда можно поменять на грамотно подобранный набор специалистов. И на то, и на другое надо тратить деньги, силы, время, но работа со специалистами потребует большей включенности и участия в процессе изменений. Внешние результаты, возможно, будут выглядеть одинаково, но не внутренние. При внутренних изменениях всегда есть куда двигаться, а под медикаментозным давлением двигаться некуда, так как изменения лишь внешние. * * *

Анализ и наблюдение — очень важные моменты в понимании и осознании аутизма. Это то, чему надо научиться, на что не надо жалеть времени. * * *

Бороться за свое существование особого желания нет ни у кого. Какая разница, как

существовать... Борьба имеет смысл только за свою жизнь, потому что это интересно. Следовательно, наша задача — показать ребенку жизнь, дать ему ее почувствовать и ощутить ее в полном объеме, замотивировать его на жизнь. * * *

Что появилось раньше — курица или яйцо? Одно без другого существовать не может, это взаимозависимые вещи. Бесплезный разговор.

Так и с аутизмом и его чертами в семье. Примерно того же плана дискуссия, на мой взгляд. Все вопросы на тему, кто кого аутизировал: семья ребенка или ребенок семью, — на мой взгляд, абсолютно пусты. И самое главное, никоим образом не помогают решать реально существующие проблемы.

Если в родне нет, например, китайцев, то китаец в семье и не родится, как бы ни стараться. С аутизмом или его отдельными чертами то же самое. Аутизм не может появиться с потолка, без реальных предпосылок к его появлению. Но он может развиваться или нет. Более того, произойти это может в любом возрасте.

16.07.2008

Мне для того, чтобы смочь то, что я сейчас могу в работе, надо было стать намного включеннее, и это отразилось на всех сторонах моей жизни. * * *

То же, что о телесных ощущениях, можно сказать и о звуках: иногда громкость — это только лишь фон для ребенка, а чтобы услышать, ему нужны резкость, неожиданность и отсутствие монотонности. Если же ребенок действительно включен и слушает не фон, а суть, то необходимости в таких фокусах нет. * * *

Неестественность в общении и поведении, в голосе и интонациях, в играх и движениях, в пластике и мимике — на нее надо реагировать естественностью и просить ее же от собеседника. В том числе и собственным примером давая понять, что естественность не мешает жить. Что за что цепляется, то и получается.

Что такое неестественность, и почему она возникает?

Неестественность — это внутреннее напряжение, это несвобода. И возникает неестественность, как правило, в тех ситуациях, когда человек по тем или иным причинам чувствует себя неуверенно. Более того, такая неуверенность может быть и неосознанной, субъективно воспринимаясь человеком как нормальное и уверенное состояние. Но со стороны видно совсем другое.

Можно ли, тренируясь, жить исключительно на опыте неестественном, научиться быть свободным и естественным, быть самим собой? * * *

Среди игрушек в зале Сережа нашел человечка из киндер-сюрприза, схватил в кулак и собирался с ним ходить так, иногда поглядывая на него. Если нажать на человечка, у него меняется выражение лица, что я и решила продемонстрировать Сереже.

Первая его реакция в тот момент, когда я протянула руку к игрушке со словами: «Смотри, Сережа, что может человечек делать», — конечно же, ор и визг. Он искренне думал, что я хочу помешать ему и отнять игрушку, и всячески сопротивлялся любому вмешательству. В такие моменты важно не испугаться реакции ребенка, а, понимая ее истоки, осуществить задуманное с учетом особенностей ребенка. С учетом его страха и недоверия к любому вмешательству и любому новому. Когда он понял, что может делать эта игрушка, то с

удовольствием рассматривал ее и изучал, как она действует. Но понял, увидел и расширил возможности взаимодействия с игрушкой только потому, что, несмотря на его протесты, я показала ему то, что намеревалась. * * *

Аутизм — это в некоторой степени состояние, приближенное к нирване, к йоге. Это погруженность в себя и сосредоточенность на внутреннем состоянии без учета внешнего. Только причины ухода разные. Для аутистов это способ защиты от внешнего мира, к которому они не сумели адаптироваться. Это состояние глубокой внутренней сосредоточенности, на которое на первых порах тратится масса энергии, а потом оно уже входит в привычку. * * *

Кому-то из детей необходима большая свобода, а кому-то нужны хоть какие-то границы. * * *

И Артур, и Кристина закрывают уши руками, но по разным причинам, несмотря на внешнюю схожесть. Артур очень аутичный, он всего боится, и это один из его способов защиты. Кристина намного более включена, но она пуглива, боится громких и резких звуков, но это не является тотальной защитой, это ситуативная реакция.

И в том, и в другом случаях я буду действовать примерно одинаково. Каждый раз я терпел и во убираю их руки от ушей, вкладывая их ладони в свои, и защищаю собой. Я отвлекаю и увлекаю их чем-то на фоне пугающего их шума, звука, действия, мира, в то же время поддерживая их своим состоянием. Тем самым я тренирую и вырабатываю устойчивость и уверенность. * * *

Сережа выключен всегда, на внешние раздражители не реагирует, постоянно пребывая в прострации. Наблюдение за такими детьми — это как просмотр эпизода из фильма без звука. Такой ребенок стопроцентно включен, но включен внутрь себя. Его нужно фиксировать на любых внешних факторах, структурировать и развивать его включенность вовне. * * *

Принесли сегодня на занятие с Костей огромное зеркало. И бегали туда-сюда, вновь отрабатывая имена и навык включенности на протяжении всего часа.

Я все время рядом с Костей, а помощник Саша в домике.

— Где Саша? — спрашиваю я Костю и сама же ему показываю его. — Вон он, — говорю я, в то время как Саша начинает привлекать к себе внимание и звать Костю.

Как только он его замечает, мы со страшной скоростью бежим к нему. То есть я бегу, а Костя бежит со мной, потому что я держу его за руку.

— Смотри, Костя! Вон там Саша! — говорю я и поднимаю свои и Костины руки к Саше, который стоит на вершине горки-домика. — Кто там?

— Аса (Саша), — говорит Костя.

— Точно, молодец! — хвалю его я, и мы убегаем от Саши к зеркалу, которое стоит на противоположной стороне зала.

— А это кто? — показываю я на Костино отражение. — Костя, — говорю я, как только он ловит себя в зеркале. — А это ручки, — говорю я и начинаю тянуть его вверх за руки, до тех пор, пока он не отрывается от пола, чем привожу его в неопишуемый восторг. — Кто это? — вновь показываю я на отражение.

— Ля (Я), — говорит Костя, а я прикладываю свои и его руки к его груди и вместе с ним повторяю: — Я.

— А это кто? — спрашиваю я и показываю на себя. — Катя, — отвечаю я, поймав его взгляд на себе.

— Тяка (Катя), — повторяет Костя.

— А там кто? — вновь спрашиваю я про Сашу, который машет нам с высоты горки. — Саша, — громко и четко произношу я, а Костя уже готов бежать к нему. Я освобождаю свою руку от руки Кости и убегаю вперед, Костя меня догоняет. — Кто там? — снова спрашиваю я про Сашу. Костя фиксирует свой взгляд на Саше, и тот тут же начинает поднимать его за руки вверх, по ходу раскачивая в разные стороны. Еще какое-то время мы вот так бегали, я спрашивала, показывала, отвечала, Костя тоже пробовал что-то сказать. Постепенно я снижала степень своего участия в этих пробежках, пробегая сначала за руку, потом впереди Кости, потом позади, а потом уже он мог сам бегать от меня к Саше и обратно, получая свою дозу вопросов, ответов и ощущений. Потом я стала менять местонахождение зеркала, сбивая Костю с уже накатанного пути, не требующего сильной включенности. Потом мы все втроем стояли у зеркала, без конца повторяя, кто есть кто, строя рожи, показывая ручки, ножки, голову, пупок и другие части тела. Мы то надували щеки, то закрывали Косте глаза или уши. То тянули его за руки в разные стороны, то качали, неожиданно для него отпуская то руку, то ногу в свободный полет, снабжая все наши действия эмоциональной, яркой, четкой, точечной озвучкой. Но самое главное, у него не было возможности выключиться. Впрочем, и у нас с Сашей такой возможности тоже не было.

Когда занятие закончилось, у Саши возник вопрос:

— Видит ли он, и вообще аутисты, отражение в зеркале? Ведь часто складывается ощущение, что они смотрят сквозь.

Видит себя ребенок или нет, зависит от степени его присутствия «здесь и сейчас». Аутичный ребенок, так же как и любой из нас, может пребывать в прострации и в этот момент ничего не замечать. Наша задача заключается именно в том, чтобы не давать ему зависать, в том, чтобы оживлять его. * * *

Детей с богатой, но аутичной речью я все время прерываю. Цепляюсь к их аутичному монологу, придираясь к чему-то не всегда существенному. Но тем самым я возвращаю их на поверхность, не давая уйти в дебри аутизма. Выдергивая какое-то слово или фразу из контекста аутичного монолога, я всеми силами провоцирую развитие нового, еще незнакомого ребенку сюжета. Лучше пусть ребенок говорит меньше, но по делу. А иначе это только иллюзия владения речью. * * *

Боязнь громких звуков в большинстве случаев возникает не потому, что громко, а потому, что резко и неожиданно.

Представьте себе, что вы задумались о чем-то, выпали из реальности, и вдруг неожиданно раздается звонок телефона... Любой обычный человек тоже наверняка вздрогнет от неожиданности. Просто у аутичного ребенка эта реакция проявляется ярче и острее. Любые громкие или неожиданные звуки выдергивают его из тихого и безмятежного аутичного существования. И они полезны, если правильно на них реагировать и пользоваться ими для тренировки устойчивости к внешним, тревожащим и пугающим стимулам, к которым аутичный ребенок не адаптирован. * * *

Отсутствие неожиданностей и работа в «безопасном» режиме хороши для консервации аутизма у ребенка, для закрепления аутичных черт.

Как можно больше неожиданностей! Они позволяют ребенку быть постоянно включенным, а это именно то, что ему необходимо для развития, так как вынуждает его быть на страже своей «безопасности». Со временем постоянное присутствие неожиданностей станет не так актуально для него, но к этому моменту он и удерживать себя включенным вовне сможет намного дольше, тогда можно будет играть на чем-то другом.

В противоаутичной терапии неожиданности и «неустойчивость» необходимы. Другое дело, что сопровождающий ребенка человек должен уметь грамотно реагировать и перенаправлять в позитивное, развивающее русло негативные и неадекватные реакции ребенка на незапланированные, а следовательно, тревожащие действия. * * *

В работе с более «тяжелыми» детьми основная нагрузка в развитии включенности падает на тело. Это включение ребенка во внешнюю реальность на телесном уровне. В работе с более легкими детьми, помимо тела, можно использовать также речь и игру. Иногда необходимо включение сразу на нескольких уровнях. Например, ребенок может не услышать громкий звук, но услышит его, если специально зафиксировать внимание на нем. Важно фиксировать и фокусировать ребенка на всем, что только может прийти в голову. * * *

Состояние выключенности из окружающей действительности сродни состоянию зависимости. Только алкоголику или наркоману для этого нужно что-то химическое, а аутисту — нет. * * *

Важность и излишняя важность — это разные понятия.

Когда придается излишняя важность какому-то событию, состоянию, действию, словам, очень легко допустить ошибку из-за перенапряжения. А потом самому же больше всех мучиться от этого.

Как только что-то приобретает окраску излишнего, необходимо сразу же снижать обороты, чтобы не врезаться и не покалечиться психологически.

Снижая субъективную важность процесса, мы автоматически снижаем и тревогу, и напряжение. * * *

Реабилитация аутичного ребенка, как и управление автомобилем, первое время требует очень высокой концентрации и вдумчивости. Реабилитация — это грамотное управление. Можно представить себе, что ребенок — это автомобиль, а мы водители. Или ребенок — ученик, а мы в роли инструктора, или ребенок — пассажир, а мы водители. * * *

Состояние аутичного ребенка чем-то напоминает состояние, когда заложены уши и нос, и для того, чтобы услышать, увидеть, почувствовать, надо усилить раздражитель. Но у аутиста это не тотально, а избирательно, так как проблема не органическая, а психологическая. И в зависимости от настроения-состояния он может быть включен или выключен в большей или меньшей степени. Степень отрешенности может быть разной, иногда ближе к поверхности, иногда дальше от нее.

Когда я простужена, у меня закладывает уши... Очень, скажу я, это непросто, каждый раз такая дезориентация, я перестаю соображать совершенно, тяжело концентрировать внимание, видеть, слышать, сужено пространство, половина информации остается незамеченной, половина с трудом проходит... А если представить, что аутичный ребенок в таком состоянии практически всегда за редким исключением? * * *

Живем мы что-то без азарта,

Однообразно, как в строю.

Не бойтесь бросить все на карту

И жизнь переломить свою.

Какими были мы на старте?

Теперь не то, исчезла прыть.

Играйте на рискованной карте,

Пытайтесь жизнь переломить.

Пусть в голове мелькает проседь.

Не поздно выбрать новый путь.

Не бойтесь все на карту бросить

И прожитое зачеркнуть.

Из дома выйдя в непогоду,

Взбодрите дух, пришпорьте плоть.

Не бойтесь тасовать колоду,

Пытайтесь жизнь перебороть.

В мираж и в дым, в химеры верьте.

Пожитки незачем тащить.

Ведь не уехать дальше смерти.

Стремитесь жизнь перекроить.

Печалиться не надо вовсе,

Когда вам нечем карту крыть.

Вы бросить жизнь на кон не бойтесь,

Не проиграв — не победить!

Стремитесь жизнь перекроить!

Не бойтесь жизнь переломить!

Э. Рязанов

По большому счету, мало кто готов действительно что-то делать, кардинально менять, впрягаться в изменения. Именно в изменения, а не в развитие и в поддержание. Чтобы изменилось, чтобы кто-то сделал, чтобы ребенок вылечился, — да, хотят, искренне хотят практически все. Но прикладывать к этому усилия, в частности эмоциональные усилия, к которым не готовы и в которые не верят, берется меньшинство. Полностью изменить свою жизнь готовы единицы.

Потому что это сложно, страшно, непонятно и неизвестно. И потому что не хочется брать ответственность на себя.

Большинство семей выбирает путь обучения и развития, а не путь изменений и личностного роста как для себя, так и для ребенка, потому что этот путь понятный. Большинство детей и родителей действительно загружены занятиями, постоянно перемещаясь с одного конца города на другой, и действительно устают от этого. Они не сидят сложа руки, ожидая у моря погоды, а максимально насыщают разнообразными занятиями-кружками ребенка. Также верно, что при этом они создают все условия для комфортного существования ребенка-аутиста и абсолютно искренни в этом.

Но меньшинство готово менять и меняться изнутри, оживить ребенка, вывернув себя и его наизнанку, потому что меньшинство верит в то, что это возможно, что это нужно, что это может помочь.

Большинство готово к внешним изменениям, к обучению поверх аутизма, к изменениям поверх аутизма, но не к изменениям вообще, не к внутренним, намного более непонятным и травматичным. Большинство готово научиться и научить ребенка уметь, но меньшинство готово научиться и научить ребенка быть.

16.07.2008

Вот. На этом я, пожалуй, закончу добавлять. И начну расширять и пояснять. Потому что писать так можно до бесконечности, похоже...

Теперь можно глубоко вздохнуть, расслабиться, выключить голову и на время забыть все то, что вы только что прочитали.

P. S. Это была первая попытка закончить вести записи, которая с треском провалилась. Тем не менее я ее выделила в отдельную часть, как в дальнейшем поступила и со следующими своими неудачными попытками.

Окончательно же закончила я вести эти записи не тогда, когда решала, что все — хватит, а тогда, когда мне уже и в самом деле хватило. Когда у меня уже не было желания записывать приходящие в голову мысли. Когда этих мыслей, постоянно вертящихся в голове, стало намного меньше, когда они перестали меня цеплять и когда я перестала их удерживать в голове, как делала это раньше, и, вероятно, когда я высказалась в достаточной мере.

Перестала записывать тогда, когда освободила голову.

Часть вторая, которая появилась из-за неудачной попытки закончить часть первую

17.07.2008

Безусловно, есть сходные методы в терапии аутизма, но нет двух совершенно одинаковых. Везде и во всем есть своя индивидуальность, свои оттенки и нюансы.

И тем не менее во всем мире большинство людей, успешно работающих с аутистами, приходят примерно к одному и тому же. Просто идут разными путями, по-разному акценты расставляют. И главное, можно сколько угодно описывать методы, однако если не прочувствовать, не ощутить на себе проблему аутизма, то и успех в работе будет минимален.
* * *

Надо уметь говорить и чувствовать правду, действовать правдиво, доверять себе и делать так, как чувствуется, а не как надо и как правильно. Даже самая страшная правда лучше лжи, другое дело, что подавать ее надо умеючи. А вот этому как раз надо учиться.

Подлинно честные люди — это те, кто сознает свои недостатки и открыто признается в них. Не надо обольщать себя неправдой. Это вредно. Если не всегда можно говорить правду, из этого не следует, что нужно лгать. Я не всегда могу сказать то, что чувствую и думаю, но это не значит, что я должен говорить то, чего не чувствую и не думаю. Мы часто не говорим правды, чтобы самим не услышать ее. * * *

Отсутствие границ или одни сплошные границы — и то и другое повод задуматься. * * *

Уже неоднократно мы сталкивались с такими случаями, когда поверхностно, первично мы помогли, и родителям ребенка кажется, что можно больше не ходить в терапию. А потом случается что-то, например, обострение, срыв, и они возвращаются. И мы снова начинаем с самого начала.

Мораль такова, что поддерживающая терапия необходима постоянно на протяжении достаточно длительного периода. Возможно, будет меняться количество занятий и их частота. Но чтобы не возникало неразрешимых стрессовых ситуаций, необходимо постоянно контролировать эмоционально-волевое состояние ребенка. Часто родители не в состоянии делать это самостоятельно, и необходимость в поддержке — им самим или их детям — остается. * * *

Если дом находится в аварийном состоянии, вне зависимости от причин, будь то ветхость или ошибки проектирования, мы можем по-разному оказать ему помощь.

Вариант первый: мы разламываем все, что есть, докапываемся до фундамента и строим снова с учетом негативного опыта. Это, наверное, в итоге быстрее приведет к результату. Но в то же время — это масштабнее и разрушительнее, особенно поначалу. Это более болезненно, создает больше шума и пр.

Вариант второй: сначала мы делаем косметический ремонт, а потом постепенно перестраиваем отдельные детали, модифицируем по кусочкам. Это занимает больше

времени, так как не все заметно, не все бросается в глаза, что-то еще может протянуть какое-то время и т. д., и приводит к намного большему количеству нестыковок на тот момент, когда уже надо будет что-то менять и переделывать, подгонять — это нуднее.

Делать начисто или переделывать? Писать заново или замазывать и писать поверх? * * *

Часто улучшение состояния ребенка ведет к ухудшению состояния родителя (-ей) или других членов семьи. Это происходит по принципу сообщающихся сосудов.

В таком случае уравновесить состояние членов семьи можно разными путями:

1) вернуть ребенка в то состояние, в котором он был, вновь улучшив свое состояние путем ухудшения состояния ребенка;

2) измениться самим, поддержав изменения и улучшения в состоянии ребенка. При этом важно не переусердствовать — необходимо стараться быть наравне или чуть впереди ребенка, во всяком случае, во время позитивной динамики.

18.07.2008

Иногда я на разные лады, с разной высотой голоса и интонацией говорю ребенку одно и то же, показываю и проигрываю, для того чтобы под определенным словом, понятием или действием у него откладывалось не единственное когда-то услышанное в конкретной ситуации звучание, а разные, и чтобы разнообразие использования одной и той же вещи было максимальным.

Так, например, большая игрушечная пожарная машина с выдвижной лестницей, которая есть у нас в игровом зале, может быть и машиной, и эскалатором, по которому едут люди, и горкой для шариков (игрушек, машинок), и средством для сбивания кеглей, и машиной, на которой я могу катать детей, и т. д. При этом важно отслеживать, чтобы ребенок был включен в это время в процесс. Когда вы кормите маленького ребенка, а он не хочет, вы говорите: «А кто это там полетел, а? Птичка!» — и в это время незаметно суете ему очередную ложку пюре, которую он незаметно для себя пережевывает. Так и тут: включить — не значит заставить или открыть зажатый рот руками и впихнуть в него ложку, а значит, в игровой форме, делая что-то, что включает ребенка, параллельно отрабатывать какой-то навык, слово, действие. * * *

Никогда не поверю, что аутистам не нравится ощущать всю полноту жизни. Никогда не поверю, что они закрываются от людей, потому что те им не нужны. Никогда не поверю, что они любят одиночество.

Что им страшно и сложно, и поэтому они закрываются — верю. Что им в одиночестве спокойнее и безопаснее — верю. Что над ними все небо заволкло тучами, что они в тумане и им из-за этого не видно и не слышно — в это верю. Что они пугаются неожиданностей — верю. Но в этом нет ничего удивительного — если очень долго жить в темноте, то свет слепит, и к нему привыкнуть надо.

Выйдя на свет из подземелья, надо прикрыть глаза рукой. Иногда необходимо держаться за чью-то руку и принимать чью-то помощь, постепенно научаясь обходиться без нее. А можно решить, что это сложно и невозможно, и всегда ходить в темных очках, но тогда при свете жить так и не получится научиться — только с темными очками в светлом мире. * * *

Организм аутичного ребенка очень часто не дышит. На это влияют и физиологические

особенности, например, сниженное кровообращение, и психологические — закрытость, тотальная защита от восприятия всего внешнего, затрудняющая любые ощущения, и дыхание в том числе.

Поэтому ребенку, чтобы почувствовать, надо больше. Больше воды, больше воздуха, больше ощущений. Для этих ощущений хороши и вентиляторы, и вода — не хватает свежести и легкости, всепроникающего и продувающего насквозь воздуха и такого же легкого, всепроникающего и продувающего общения. Необходима и гипервентиляция легких.

У таких детей, как правило, и высокое давление, как внутреннее, так и внешнее. И надо учитывать эти факторы. Давление и органическое, и психологическое. Если действовать по всем направлениям, тогда и эффект будет сильнее. * * *

Жизнь в сумраке — это даже хуже, чем во мраке. Потому что это ни то ни се.

Вот аутизм — это сумрак. Это ни то ни се. Аутизм — это ничто. * * *

Аутизм — как диатез. Все время в коросте. Только это не органического характера, а психологического. Это что-то, что мешает полноценному проникновению ощущений и чувств к нервным окончаниям. * * *

Монотонные физические нагрузки не приносят пользы аутичному человеку, а лишь способствуют его аутизации. Разнообразные, активные, неожиданные, быстрые физические нагрузки, наоборот, полезны.

Монотонность выматывает. Монотонность — враг аутиста.

Умеренные прогулки — по-хорошему расслабляют.

Активность и разнообразие — включают, хотя и выматывают тоже.

Исключение монотонности не исключает необходимости спокойных игр, спокойного времяпрепровождения, отдыха, потребности или необходимости иногда полежать, посидеть на руках в обнимку с кем-то. Просто во всем нужна мера. * * *

Важно не

что, а

как и

кто будет играть, общаться, заниматься с ребенком.

Делать это может любой. Кому-то, правда, будет просто научиться, а кому-то сложно. Но научиться может каждый. По-разному, акцентируя внимание на разных аспектах, используя разные инструменты общения, идя разными путями, но к достижению одной и той же цели. * * *

У меня здесь все вперемешку. Но практически каждый аутист, да и не только аутист, проходит все эти этапы, уровни. Правда, не всегда это осознано как самим ребенком, так и его окружением, а иногда и специалистами, работающими с ним. * * *

Аутичным людям свойственен очень высокий уровень контроля. Иногда их система контроля не выдерживает и замыкается или дает сбой, и тогда вылетают пробки. А когда пробки вылетают, тогда уже нет ничего. Контролировать нечего.

Не надо перенапрягать систему, в том числе и нервную, но и освещать квартиру одним

светильником тоже не надо. * * *

Я часто провоцирую, иногда достаточно жестко. Но делаю я это только тогда, когда уверена в своих силах. Иначе не стоит даже начинать, так как будет только хуже.

На провокациях можно вытащить естественные реакции. Ребенок сам этого не заметил и сделал, проскочил. Как бобовое зернышко. А назад, в аутизм, я уже стараюсь не пускать, максимальное время удерживая его настоящего и естественного. Так как я хочу не маску перекрасить, а лицо показать, да еще и убедить, что это лицо хорошее. * * *

Высокая чувствительность у аутистов развивается как гиперкомпенсация. В ущерб развитию всего остального. * * *

Существуют разные пути получения информации. Проглотил и терпеливо переварил, несмотря на то что это яд, или выплюнул, ил и отложил в сторону как неопознанный объект. Аутичному человеку наиболее свойственен первый вариант — то есть проглотить и переварить, вне зависимости от пользы или вреда. И в большинстве случаев информация, от которой в норме человек ограждает себя, у аутистов оседает на дне сознания тяжким грузом и мешает полноценному развитию.

21.07.2008

Езда на велосипеде

Чтобы ехать на велосипеде, необходимо постоянно удерживать равновесие и крутить педали. Чтобы въехать в гору, необходимо собрать все свои силы, но зато потом можно будет с ветерком съехать с горы и расслабиться. Хотя и в этот момент необходимо быть бдительным, чтобы никуда не врезаться.

Компьютер — заставка

Если к компьютеру долго не подходить, то на каком-то этапе на экране появляется заставка. Это может быть какая-то строчка, постоянно возвращающаяся, спокойная, умиротворяющая, гипнотизирующая, или пузырьки, бабочки, меняющиеся фигуры, строящийся лабиринт и прочее. Может и вовсе быть просто темный, погасший на время неиспользования монитор. Но стоит только пошевелить мышкой или нажать клавишу на клавиатуре, как компьютер оживает, и вместо заставки появляется рабочий стол.

Грязное окно — чистое окно

Много ли можно увидеть через окно автомобиля, да и не только автомобиля, если его давно не мыли, если оно все в грязи? А если в снежную или дождливую погоду не пользоваться «дворниками», легко ли будет двигаться?

Так и с аутизмом: чтобы двигаться вперед, не зависать, чтобы видеть, — необходимо постоянно удерживать равновесие и концентрировать внимание, необходимо постоянно оживлять его, убирая все лишнее и мешающее полноценному движению и развитию ребенка. * * *

Гипервентиляция кожи и всего тела — это то, что необходимо любому аутичному ребенку, так как большинство детей из-за своей закрытости к внешнему, в том числе и к ощущениям, испытывают огромный дефицит в них.

Чтобы сквозь преграду почувствовать и ощутить, узнать о существовании ощущений и восполнить их дефицит, необходимо получать их в усиленном виде. Почувствовав и узнав ощущения, ребенок уже в намного меньшей степени выстраивает защиты по отношению к ним. И постепенно можно уменьшать свое давление, так как ребенок будет чувствовать и ощущать себя уже без приложения силы.

23.07.2008

Аутисту, как и любому маленькому ребенку, нравится быть включенным, быть снаружи намного больше, чем внутри. Ему нравится быть в центре. Он быстро устает, его это выматывает, он много чего боится, но ему это нравится. Просто ему сложно. И надо его поддержать, помочь ему научиться быть здесь, а не там.

Аутизм — это изначально нарушенный способ адаптации. Адаптация, которая в норме направлена на внешнее, у ребенка, ставшего аутистом, направлена внутрь. И дальше уже ребенок развивается, исходя из этого. Но всегда есть возможность вернуться и пройти этот путь заново, несмотря на соблазн остаться в уже знакомом и привычном, но неконструктивном поле аутичного ребенка. * * *

Чем больше на ребенке одежек, как в прямом, так и в переносном смысле, тем сложнее ему что-то понять, почувствовать, ощутить, увидеть, услышать, сделать и т. д. Аутичная защита ребенка, как лишняя одежда, — дополнительная преграда для восприятия. В любом восприятии задействована масса органов чувств, и доступ к ним должен быть максимально открыт. * * *

Многие аутичные страхи — воды, животных, громких звуков и т. д. — это лишь внешняя привязка, реальным же является страх включения.

То есть ребенок боится, например, громких звуков, потому что они его включают, и в этот момент он видит и слышит намного больше, чем в аутичном коконе, и от неожиданности — пугается. Этот звук выдергивает его из аутичного, привычного и безопасного состояния. И так как обращаться с этим состоянием он пока не умеет и никто его не учит, поскольку в большинстве случаев ни он, ни другие не понимают истинных причин испуга, то потом ребенок часто привязывает страх не к включенности как таковой, а к громкому звуку, который был всего лишь «включателем». Таким образом, страх громкого звука, воды, собак и пр., как правило, поверхностен. Это внешнее проявление страха быть снаружи.

Так же и с телесными ощущениями. Телесные ощущения — неожиданные, резкие, яркие, четкие — это включение, к которому аутичный ребенок не готов, от которого защитился аутизмом и которое необходимо тренировать. Он уже привык быть выключенным, привык не чувствовать и нашел безопасное для себя состояние и положение. Равновесие, при котором нельзя шевелиться и шевелить.

11.08.2008

Из «онежского»:

— Писать! — истерично говорит Вова, трясая меня за руку и глядя куда-то в сторону.

В данный момент, как и в большинстве случаев, истеричные нотки в его голосе ничего общего с истерикой не имеют, это просто привычка, способ говорить. Но эта его манера является частой причиной придинок к нему окружающих и неправильной трактовки его состояния и поведения, а соответственно и реакций на них, которые в ответ провоцируют Вову уже на настоящую истерику.

— Что писать? — спрашиваю я.

— Писать хочу! — так же истерично отвечает Вова.

— Говори правильно, так разговаривают только трехлетние дети, — спокойным голосом, глядя на Вову, говорю я, полностью уверенная в своих действиях, — и не надо меня трясти.
— Тему поведения трехлетних детей мы с ним до этого разговора уже обсуждали, поэтому он знает, что я вкладываю в эту формулировку.

— А как правильно? — спрашивает он.

— Я пошел в туалет, — предлагаю я ему один из вариантов.

— Я пошел в туалет! — повторяет Вова все так же истерично и глядя, например, на стол.

— Это ты кому говоришь? Столу? — продолжаю приставать я.

— Нет, нет! Это я тебе говорю! — истерично кричит он и опять трясет меня за плечо.

— Если ты со мной говоришь, то смотри, пожалуйста, на меня, — не оставляю я свою тему.

— Я пошел в туалет. — Держится за меня и пристально смотрит в глаза, хоть и не додерживает до конца, но уже хорошо.

— Молодец, а теперь все то же самое, но не надо меня держать, — говорю я с улыбкой.

— Екатерина Евгеньевна, я пошел в туалет, — наконец-то справившись со всеми условиями одновременно и добавив от себя «Екатерину Евгеньевну», говорит он.

— Иди, конечно, — говорю я, и довольный Вова мчится к домику на краю базы.

Можно было, конечно, сразу же сказать: «Иди», но тогда у него никогда не будет ни потребности в нормальной речи, ни мотивации к ней, ни понимания ее необходимости по жизни, ни привычки говорить развернуто. Так как всегда есть переводчики или «и так понятно». Всем все понятно. * * *

Другой вариант развития того же диалога...

— Писать хочу! — говорит Вова.

— Понятно, — отвечаю я.

— Екатерина Евгеньевна, я писать хочу! — опять говорит Вова и начинает трясти меня, ожидая от меня команды «Иди». Это частая проблема аутичных детей. Тотальная неуверенность в себе. Он не уверен даже в том, что может в туалет сходить без специального разрешения. Где находится туалет, он, конечно же, знает и ходит туда сам.

— Я тебя поняла, Вова, — опять отвечаю я, стараясь не выражать ни словами, ни жестами, ни мимикой свое согласие. Моя задача в данном случае — дать возможность ему самому принять решение и пойти, куда он хочет.

— Екатерина Евгеньевна, можно мне в туалет?! — снова пробует он.

— Нет, — тут же реагирую я.

— Нет, Екатерина Евгеньевна?! Я же писать хочу! — кричит Вова.

— Я уже поняла, Вова. Но что же я могу сделать? Я же не могу писать за тебя.

— Можно мне писать? — уже начиная переминаясь, опять пытается Вова получить утвердительный ответ и принять его как команду к действию.

— Не знаю, Вова. Делай что хочешь, — продолжаю я снимать с себя ответственность за принятие такого решения. Так как, на мой взгляд, лучше пусть описается, но сам, чем я приму за него решение.

Еще немного попереминавшись с ноги на ногу, Вова начинает осторожно двигаться к двери, с опаской поглядывая на меня: вдруг не разрешу выйти? Такой страх у него есть постоянно, и дело не во мне конкретно, иначе у него не было бы таких сложностей с принятием решений.

— Я писать пошел! — говорит Вова и, осторожно пятясь, выходит на крыльцо, в то время как я старательно смотрю в другую сторону, что довольно сложно, так как мне безумно интересно посмотреть на него сейчас. Выйдя на крыльцо, что было для него самым трудным, так как это был непосредственно момент принятия решения, и поняв, что никто его не останавливает, не ругает, не зовет обратно, он уже вприпрыжку мчится к туалету.

И так мы беседовали на самые разные темы. С каждым следующим разом на диалоги уходило все меньше времени, проходили они спокойнее и, естественно, немного менялись. Потом было достаточно сказать ему: «Говори правильно», — и он сразу же сам «включал» взгляд, интонацию, построение фразы и пр. Позже хватало уже просто взгляда, и он уже понимал, что именно не так, и исправлялся. Ну и, понятное дело, с каждым разом необходимость его поправлять становилась все меньше, и к концу смены в 90 % случаев он сам говорил правильно сразу же. * * *

Еще один пример диалога, которых в день было великое множество.

— Это! — Вова довольно смотрит на сок и показывает на него, ни к кому конкретно не обращаясь.

Я делаю вид, что ничего не слышу или не понимаю, что он говорит, кому и чего хочет.

— Екатерина Евгеньевна! — кричит Вова.

— Что?! — копируя его интонацию, кричу я ему в ответ.

— Екатерина Евгеньевна, можно мне это?! — смотрит на сок.

— Что «это»? — изумленно спрашиваю я.

— Сок! — говорит Вова.

— Что «сок»? — продолжаю я изумляться.

— Можно мне сок? — подходит ко мне и начинает дергать за руку, заглядывая в глаза.

— Нет, — говорю я и вздыхаю, — неправильно.

Так как мы неоднократно обсуждали эту «правильность-неправильность», то я допускаю такую формулировку.

— А как правильно? Екатерина Евгеньевна, можно мне сок?! — пробует он снова.

— Нет, Вова, все равно неправильно, — говорю я и демонстративно вздыхаю.

— А как правильно?! Екатерина Евгеньевна, можно мне сок?! — вновь повторяет он и уже начинает заводиться.

— Что «можно мне сок»? Можно мне сок вылить? Съесть? Выкинуть? — Со стороны может показаться, что это несколько цинично и бесчеловечно, однако прогресс не приходит так запросто, к сожалению.

— Нет, — тут же реагирует он.

— А что?

— Можно мне сок пить? — говорит он соку.

— Можно я налью себе сок? — исправляю я Вову и пока не обращаю внимания на то, кому он говорит.

— Екатерина Евгеньевна, можно себе я сок налью? — следующая попытка.

— Можно я налью себе сок? — опять исправляю я.

— Екатерина Евгеньевна, можно я налью себе сок? — говорит Вова, теребя мою руку, уже полностью растворившись в соке.

— Ты кому это говоришь? Соку? — начинаю я следующую тему и про себя думаю — бедный ребенок, всего лишь хотел попить сок, а превратилось вот во что, и так постоянно. Ужас. Иногда чувствую себя извергом.

— Нет! Тебе!

— Если мне, то говори со мной, а не с соком, пожалуйста.

...ну и т. д. по предыдущему образцу.

Часто у родителей возникает резонный вопрос: «А зачем требовать таких сложных формулировок, ведь можно остановиться и на „можно мне сок?“». Да, безусловно, можно, и когда я знаю, что ребенку доступен сложный язык, знаю, что ребенок Легко его употребит при необходимости, я так не усложняю. В ситуации же плохой речи — это просто тренировка говорить длинно и максимально полно. Это выработка привычки пользоваться сложной речью. * * *

Вова любит носить перед глазами какой-нибудь прямой предмет. Так же как некоторые дети могут часами завороченно смотреть на крутящиеся колеса, трести веревочку, вертеть предмет перед глазами и, раскачиваться и пр. Но на данный момент для Вовы потребность носить предмет перед глазами — это привычка, уже не выполняющая никакой охранительной функции. Поэтому одной из задач для меня на эту смену в Онежском лагере было снизить или свести к нулю эту привычку. Для этого подходят разные способы: останавливать, отвлекать, взывать к разуму — можно использовать все варианты в зависимости от ситуации и не решать проблему одним однажды выбранным путем. Не превращать решение проблемы в такой же стереотип, как и сама проблема.

В середине смены мне было достаточно просто говорить «Убери руки от лица» каждый раз, как я это видела. Но это надо было делать постоянно, и потому в какой-то момент я придумала что-то вроде наказания, чтобы у него появилась своя мотивация к устранению этой привычки (в его случае это даже не стереотип, а банальная привычка). Сначала я его просто отправляла на его кровать, и он там сидел: «Раз ты не умеешь обходиться без этой

ерунды», — но это, прямо скажем, была не самая удачная идея, так как он не очень понимал сути этого сидения и боялся, колотясь в истерике, что так и будет сидеть всегда. Хотя определенную пользу и это принесло, но сработало просто на страхе наказания. Поэтому этот вариант я довольно быстро отменяла. Заметив, что он часто читает какую-нибудь простую книжку, читает бездумно — слова, а не текст — и с кучей ошибок, которые он истерично не давал исправлять, я решила совместить приятное с полезным и убить сразу нескольких зайцев. Каждый раз, когда я его замечала с палкой (карандашом, травинкой, пальцем) перед глазами, мы шли читать книжку. Я отвлекалась от других занятий, садилась рядом с ним, и начиналось. Читали мы практически так же, как и вели вышеприведенные диалоги, и иногда местами я докапывалась до сути и добивалась правильности чтения.

А к концу смены я уже и не видела ни разу никаких палок-пальцев. Он стал намного внимательнее читать. И это было ему интересно. После каждого четверостишия, на прочтение которого у нас уходило поначалу очень много времени, я читала его же, что Вова очень нравилось. И все были в итоге довольны. * * *

Вова в числе прочего заиклен на прогнозах погоды и дома смотрит все передачи, посвященные погоде. Это вроде полезное увлечение, и поэтому поощряется и поддерживается родителями, но вот тут на первое место выходит степень увлеченности и ее проявление. Вова буквально воспринимает любую информацию, услышанную в передаче, и начинает ожидать худшего. Например, бури, грозы, урагана. Он искренне переживает из-за этого, изводя себя и окружающих.

В таких случаях необходимо исключать такое увлечение, такую заикленность. Во всяком случае, до тех пор, пока сам Вова не научится адекватно реагировать на получаемую информацию или же его окружение не научится помогать ему адекватно, без ущерба для психики, перерабатывать эту информацию.

Психика — важнее образованности. * * *

— Зачем ты не пошла в поход с нами? — спрашивает у меня Вова. Он путает «зачем» и «почему».

— Неправильно, — реагирую я уже не в первый раз, совершенно сознательно не давая ему правильный ответ.

Надо останавливать и дожидаться его самостоятельного ответа каждый раз. Как правило, он начинает думать и исправляется. Лучше не жалеть на это времени сейчас, или потом можно потерять еще больше. Если не знает или не отвечает, то я его снова стимулирую на ответ: «Как ты думаешь? Подумай».

— Почему? — интересуется он, так как из наших бесконечных разговоров помнит, что это где-то рядом.

— ? — У меня ярко выраженное вопросительное выражение лица. — Что почему? — и дальше наше общение строится по образцу всех предыдущих диалогов.

В результате Вова приходит к формулировке:

— Екатерина Евгеньевна, а ты почему не ходила в поход с нами? — и говорит он это спокойно, глядя на меня или мне в глаза, стоя от меня на почтительном расстоянии, а не теребя меня за руку. * * *

У меня часто складывается впечатление, что заикленности Вовы — календари, прогноз погоды, необходимость всегда быть первым, быть как «все», все делать только по-настоящему и только как взрослые, — это не настоящие увлечения, не настоящие

заикленности. Есть в них некоторая надуманность. Такое ощущение, что он играет в «заикленность», что это фишки, которые он придумал однажды, а семья неосознанно поддержала их. И теперь он заставляет себя играть по этим правилам, далеко не всегда искренне того желая. Такое же ощущение у меня и от «страхов» Вовы. Они какие-то придуманные, наигранные.

Уж слишком легко он от них отказывался. Приведу только два примера.

Первые несколько дней в лагере я не очень пристаю к детям, давая им возможность адаптироваться. Но на определенном этапе я начинаю постоянно вклиниваться в их жизнь. Так и с Вовой. Он практически никогда ничем не занят, потому что он «взрослый». Он не качается на качелях, не ездит с горки, не играет в песочнице, не занимается зарядкой со всеми, не рисует и не собирает конструктор. Он только ходит из стороны в сторону и мается бездельем.

— Вова, почему ты не качаешься на качелях? — спрашиваю я.

— Потому что я взрослый, это только дети катаются, — незамедлительно последовал ответ, — я не буду в лагере кататься на качелях.

При этом очевидно, что он бы с удовольствием покачался на них.

— Вова, — говорю я ему, так как мне уже надоело его бесцельное шатание по базе, — выбирай, что ты будешь делать: качаться на качелях, играть в песочнице со всеми детьми или кататься с горки?

— Нет, я не буду. Я взрослый. Я только настоящее делаю.

— А качаться — это не настоящее?

— Нет. Это только дети качаются.

— А что такое настоящее? — интересуюсь я.

— Это дома строить, — тут же отвечает Вова.

— Понятно. А все-таки придется выбрать, чем ты будешь заниматься. Выбирай, — говорю я и вновь предлагаю ему варианты, — или я сама выберу.

— Нет. Я взрослый, — безапелляционно бросает Вова.

— Я тоже взрослая, и сейчас мы идем на качели, — принимаю я решение за него и беру его за руку, начиная движение в сторону качелей.

— Нет! — упирается Вова и пытается вырваться. Но я уже приняла решение и не собираюсь отступать, реально оценивая свои возможности.

— Идем, идем, — говорю я, толкая его к цели. Через некоторое время, несмотря на его сопротивление и бурю негодования, мы таки доходим до качелей, и я его усаживаю на них, так как сам он садиться отказывается. Потом я его раскачала и отпустила. После этого ему в голову больше не приходило отказываться от такого развлечения, любимого практически всеми детьми. И этот вопрос больше не поднимался.

Таким же путем я шла и со многими другими надуманными им самим запретами, стереотипами, и в том числе страхами, которые также в 90 % случаев придуманы кем-то или им самим и поддерживаемы окружающими. В большинстве случаев его реакция возникает не потому, что ему по-настоящему страшно, а потому, что так надо.

Например, где-то, кто-то, когда-то сказал, что буря — это страшно и опасно и ее надо бояться, эта тема была поддержана, развита, и теперь он боится, вернее, делает то, что, как ему кажется, надо делать. Уж очень легко он соглашается не бояться.

Ночью, когда все дети уже спали, резко испортилась погода, начался дождь и завыл ветер за окном. Зная реакцию Вовы на такую погоду, я лежу в кровати и жду, когда он проснется. Через некоторое время так и произошло.

— Ой, там буря! Это страшно! — начинает заводиться Вова, и я, уже во всеоружии, подхожу к нему.

— Вова, ты видишь, чтобы кто-то еще боялся?

— Нет, — по-прежнему с дрожью в голосе говорит он.

— Кто-нибудь еще плачет? — спрашиваю я.

— Нет, — говорит он, оглядевшись по сторонам.

— Все спят, и никто не боится, потому что здесь нет ничего страшного. Спи! — Все, инцидент исчерпан. Этих слов было вполне достаточно. Вова ложится и засыпает до утра, несмотря на продолжающуюся грозу и завывания ветра. А я возвращаюсь к себе и также спокойно засыпаю.

Если бы это был реальный страх, то минутного разговора было бы недостаточно, и мне бы пришлось провести с ним еще полночи.

На протяжении всей смены, которая длилась три недели, я и мои помощники одну за другой снимали эти наслойки, которые держал и его в постоянном напряжении и так мешали ему быть собой. Мешали ему быть свободным.

И результаты этой работы стали очень заметными по последним нескольким дням в лагере. Периодически он становился тихим, ласковым ребенком, таким, каким я его никогда не видела за два года знакомства. Жмущимся ко взрослым, очень хотящим, чтобы с ним поговорили перед сном и старающимся все рассказать, правильно сформулировать хорошим таким голосом, настоящим таким. В эти моменты становилось чуточку грустно, по-хорошему грустно, когда вдруг появлялся хороший маленький, теплый ребенок, и по-плохому грустно из-за осознания реальных потребностей Вовы, которые по разным причинам не удовлетворяются по жизни. * * *

— Сегодня я опять буду готовить ужин! — истерично говорит Вова.

— Нет, — тут же реагирую я на интонацию.

— Нет, буду!

Как только я слышу эту истеричную нотку, как сразу же реагирую запретом. Мне не жалко разрешить ему участвовать в приготовлении ужина, но я не хочу ажиотажа и стереотипности с его стороны в этом процессе.

— Нет, ужин ты готовить не будешь, придумай-ка себе другое занятие. Все время заниматься одним и тем же не надо, а ужин ты уже готовил вчера.

В тех ситуациях, когда он спокойно говорит или спрашивает, будет ли и сегодня готовить ужин, — можно согласиться с его желанием.

Вообще с ним иногда полезно поговорить о том, что можно делать, чем можно заниматься, во

что и с кем можно играть. В таких разговорах важно не отвечать за него, а добиваться ответов, какими бы они ни были. Можно их записывать и составлять список, каждый раз добавляя в него что-то новое и адекватное, и отслеживать, чтобы он и вправду занимался тем, что он сам или с чьей-то помощью придумал. * * *

Вова, как и многие аутичные дети, постоянно находится в напряжении. Но у него в отличие от большинства это напряжение на поверхности, оно не спрятано где-то в глубине, а проявляется уже на уровне тела. У него постоянно очень высокий тонус, он не умеет быть расслабленным, как физически, так и психологически. Поэтому ему необходимы постоянная разрядка и расслабление, в том числе и телесное, мышечное. Для этого подойдет и специальный массаж, и любые телесные игры, позволяющие расслабиться. * * *

— Что делать с тем, что он постоянно просит есть? — вспомнила я вопрос, который часто задает мама Вовы, наблюдая за ним во время обеда.

— Еда для Вовы — это, помимо прочего, и форма занятости. Чем больше он занят, тем меньше у него потребность постоянно есть. Еда для него — это гарантированный процесс, занятость. Чем дольше и больше он ест, тем дольше он занят. А фраза «Я голодный» возникает у него в основном от скуки и от неумения себя занять.

Хотя есть и другой момент — искренняя уверенность, что для того, чтобы стать взрослым, настоящим строителем, надо много есть. И тогда достаточно просто объяснить ему, что для того, чтобы стать строителем, только есть недостаточно. Более того, это меньше всего способствует достижению цели. А для начала, если он хочет стать строителем, надо научиться общаться, говорить правильно, хорошо играть сначала в детские, а потом уже во взрослые игры и пр.

Важно понимать истинные причины поведения ребенка, только тогда можно быстро изменить что-то. * * *

Часто стереотипы аутичных детей ошибочно воспринимаются как проявление индивидуальности и потому не корректируются, а, напротив, поощряются и закрепляются. Тем самым усиливается аутичная симптоматика в целом. Важно научиться не путать действительную индивидуальность и аутичные фишки. * * *

С ребенком должно быть интересно!

Очень редко, к сожалению, вижу родителей, которые с удовольствием проводят время со своими детьми, испытывают неподдельную радость от свободного общения и совместного времяпрепровождения. * * *

Все еще лежат в своих постелях, а у Киры с Вовой утренняя пробежка. Рома свешивается со своей кровати и наблюдает за происходящим.

— Рома, побежишь с нами? — спрашивает Кира.

— Побежишь, — эхололично повторяет Рома, не особенно вдумываясь в смысл Кириного предложения.

— Ну, слезай, одевайся, — говорит она ему.

Слезает.

— Не хочешь одеваться, — жалобно говорит Рома.

— Ну, одевайся, — говорит Кира, не расслышав его слов.

— Не хочешь писать, ну не надо, — пробует он по-другому сформулировать свое желание остаться дома.

— Ну и не надо, раз не хочешь, — говорит Кира, которая еще не поняла Роминых попыток объясниться. — Надевай кроссовки.

— Не хочешь кроссовки надевать! — заводится Рома.

— Не хочешь?

— Хочешь, — тут же эхолалит Рома.

— Ну так надевай.

— Не хочешь писать, — вновь пытается Рома отказаться от пробежки, прибегая к единственному доступному для него объяснению Кириных попыток одеть его.

— Что? — опять не расслышала она.

— Хочешь, — тут же реагирует смешавшийся Рома.

— Уже хочешь, ну сейчас сходишь.

— Не хочешь на улицу гулять, — находит он еще одно объяснение неожиданному подъему.

— Не хочешь гулять? — уточняет Кира.

— Хочешь.

— Ну, сейчас пойдешь.

Вышел, сходил в туалет. По мере разговора он все больше и больше заводится, так с самого начала пытался объяснить, как мог, что он никуда идти не хочет и бежать никуда не хочет. Да и не понял он, что такое абстрактное «побежишь с нами».

Надо понять, что хочет сказать ребенок, и помочь ему объясниться. Иначе он путается, нервничает и злится. Появляются агрессия и негативизм из-за непонимания ситуации самим ребенком, из-за того, что взрослый не понимает попытки ребенка объяснить, из-за неумения объясниться, из-за того, что в результате он делает то, чего совершенно не хочет.

— А что ты хочешь?

— Стоять (стоит).

В этот момент я не выдерживаю и выхожу на улицу на помощь Роме.

— Рома, пойдешь домой? — спрашиваю я его. Неуверенно поглядывая на Киру, он бежит в дом. Я его обнимаю и спрашиваю:

— Что будешь делать?

— Не будешь! — испуганно кричит он.

— Рома, что ты хочешь делать? — вновь спрашиваю я, заходя в комнату.

— Не хочешь.

— Рома?

— Спать! — наконец-то отвечает он.

— Ну вот и славно. Забирайся на кровать, если спать. И довольный Рома остался дома, в кровати, из которой он на самом деле и не собирался никуда вылезать.

Не всегда то, что говорит аутичный ребенок, особенно склонный к эхολалиям, стоит воспринимать буквально. Лучше пять раз задать вопрос и получить истинный ответ, чем принимать за его настоящее желание мгновенно возникшую эхολалию. * * *

— А соосисок неееет, неееету сосисок... — затягивает Рома, лежа в кровати.

Через некоторое время он опять аутично тянет:

— А соосисок неееет....

— Нет, Рома, сосисок нет. Есть каша, — вклиниваюсь я.

— Нет сосисок, — вновь повторяет Рома.

— Нет, — подтверждаю я. — Есть каша, — опять повторяю я это неприятное известие.

— Каша есть, — повторяет за мной Рома.

На этом эхολалия временно заканчивается, так как Рома совершенно не был готов к тому, что я начну вклиниваться в нее. Если его не трогать, то одну и ту же фразу, пришедшую ему в голову, он может повторять, возвращаясь к ней периодически, и час, и два.

Через некоторое время он опять затягивает:

— А соосисок неееет....

— А что есть? — снова вклиниваюсь я, теперь уже с вопросом.

Молчит.

— Каша, — говорю я так, чтобы Рома меня слышал.

Через некоторое время он вновь начинает:

— А соосисок неееет...

— А что есть? — в очередной раз спрашиваю я.

— Каша, — уже сам отвечает Рома и вновь замолкает.

Даже эхολалии можно использовать для развития. Просто надо постоянно помнить об этом и вклиниваться в них. * * *

Часто вместо того, чтобы сказать ребенку «Нет, нельзя» или «Да, надо», его начинают уговаривать, тем самым оставляя ему возможность думать, что существуют какие-то другие варианты, другие решения. Естественно, ребенок давит на эти «другие варианты» и «другие решения». И, как правило, выигрывает в этой игре.

14.08.2008

Чем больше слов-паразитов, междометий, лишней информации вокруг основной просьбы, адресованной ребенку, тем сложнее ему услышать, понять, выделить в ней главное и адекватно на нее среагировать. * * *

Первое, что делает Ян, входя к нам в домик, — бьет всех, кто появляется в поле его зрения. Но бьет не по-настоящему, не агрессивно, хоть иногда и больно. Обычная реакция жителей домика на это:

— Ян, ты что?! Совсем, что ли?! Сейчас я тоже как дам тебе!

Но он этого не понимает до конца и продолжает. Если игнорировать эти удары, то он усилит их частоту и будет приставать до тех пор, пока не получит хоть какой-то реакции.

Бить для него — самый простой способ привлечения внимания, с одной стороны, и практически сиюминутная возможность получить какие-то ощущения в ответ — с другой. Поэтому, говоря ему: «Ты что?! Прекрати сейчас же!» и пр., — мы транслируем буквально следующее: «Ты что?! Прекрати сейчас же, не надо общаться, не надо проявлять инициативу! Не надо привлекать к себе внимание! Это очень плохо! Лучше всего сиди тихо и будь безынициативным и пассивным аутистом».

В действительности же наиболее адекватной реакцией в таком случае является перенаправление его инициативы и активности в конструктивное русло. Можно начать играть в догонялки, в мяч. Можно покачать за руки и за ноги, растянуть его в разные стороны, подраться подушками и поиграть в другие активные игры, дающие ему возможность общаться, а также ощущать себя и других на телесном уровне.

15.08.2008

На усвоение каждого из этапов развития аутичному ребенку требуется больше времени. На прохождение одного из них могут уходить годы, особенно если ребенок проходит их самостоятельно, без помощи и поддержки окружающих, в первую очередь семьи.

Когда прохождение какого-либо этапа не соответствует возрасту, он протекает намного тяжелее и для ребенка, и для окружающих. Внешне ребенок выглядит большим, а потому окружающим заметно несоответствие возраста и поведения, что кажется большинству странным и неадекватным, хоть и не является таковым. Просто «ребенок» именно сейчас дорос до перехода на следующий уровень. Чем дольше тянется каждый из этапов, тем тяжелее ребенку и семье пройти его до конца и перейти к следующему. * * *

— Будешь пугать... — аутично, ни к кому не обращаясь, затягивает Рома, периодически заводя глаза в угол и вытягивая перед ними пальцы.

— Кого? — спрашиваю я.

— Не будешь!

— Рома, кого пугать будешь?

— Не хочешь!

— Хочешь, — настаиваю я на своем вопросе, — кого пугать?

— Не знаешь, не говори! — уже начинает заводиться он.

— Говори-говори. Рома, кого пугать будешь?

— Не скажешь...

— Да скажи уж... кого пугать-то будешь?

— Не смог ответить, — пытается Рома любыми способами уйти от необходимости отвечать.

Через пять минут уговоров...

— Игоря! — И видно, что придумал он этот ответ только что. Но ведь придумал же! А это самое главное.

— Молодец, Рома! Хорошо ответил!

Если вот так вот вклиниваться в эхоталии постоянно, оживлять их и превращать в диалог, не давая повиснуть в пустоте, то и ребенку, и его собеседнику станет намного проще поддерживать диалог. Кроме того, если делать это регулярно, то у ребенка исчезнет необходимость в эхоталиях, потому как он уже будет уверенно владеть другими, более конструктивными способами взаимодействия, в которых он и сам заинтересован.

18.08.2008

— Но ему же комфортно в этом состоянии, в этом-то и вся проблема, — всплыла у меня фраза из разговора с одним психологом, не занимающимся проблемой аутизма вплотную.

— Ребенку в этом состоянии некомфортно, вопреки расхожему мнению. То есть комфортно, но ровно в той степени, в какой комфортно человеку с вывихом руки, например. Человеку, у которого нет возможности этот вывих вправить, и он нашел удобное положение, в котором минимально чувствуется боль, и всячески оберегает руку. Но я более чем уверена, что со вправленным вывихом ему бы жилось куда веселее. Задача специалистов и родителей — стать «психотравматологами» для ребенка. * * *

Эффект снежного кома может быть как в негативном, так и в позитивном.

Так, например, наша тревожность, наложенная на тревожность ребенка, усиливается его тревожностью, и тем самым дальше усиливает тревожность ребенка и далее, доходя до абсурда, — это негативный вариант.

Позитивный — мы начинаем заниматься собой и ребенком. Сначала со скрипом, но продолжаем, несмотря ни на что. Чем дольше заниматься, тем проще получать результат и тем легче находиться в процессе его получения. Тем меньше усилий надо прикладывать для этого обеим сторонам. И в дальнейшем эти результаты, возможность такого процесса отразится и на многом другом в развитии ребенка.

22.08.2008

Часто наблюдаю у родителей аутичных детей «дистанционное» общение с ребенком. Приведу самый яркий пример.

На первичный прием пришла мама со своей четырехлетней дочкой, у которой на фоне достаточно тяжелого органического заболевания проявляются и аутичные черты. Девочка очень сложная, говорящая одно-два слова, не играющая, без самообслуживания и т. д. На каком-то этапе нашей беседы мама говорит:

— Я вот придумала свою методику в общении с Маришкой. Хотите, я вам покажу?

— Давайте, — говорю я.

Она отходит от Марины, которая в это время, полностью погруженная в себя, манипулирует погремушками, на другой конец зала, берет в руку колокольчик и начинает громко-громко кричать:

— Маринка! Маринка! — в то же время хлопает в ладоши и всячески привлекает внимание Марины, которая сидит, помимо всего прочего, к ней спиной. — Маринка! — не останавливается мама.

И на каком-то этапе она, Маринка, даже повела ухом в сторону ее голоса.

— Вот, — говорит довольная и запыхавшаяся мама, возвращаясь к нам, — видите, она в последнее время стала обращать на меня внимание, самую капельку. Как вы считаете, это хороший метод? — спрашивает она у меня.

Первый же вопрос, который у меня возник:

— А вы пробовали делать то же самое, но рядом с ней?

— Нет, а вы думаете, так лучше?

— Ну вот, смотрите, — говорю я и сажусь на пол напротив Маришки, — вот так, когда она вас видит, когда она вас чувствует, ей же будет намного проще и интереснее. Вы будете ей заметны.

Я беру Маришку за обе ручки и начинаю быстро-быстро, ритмично трясти их, то опуская вниз, то поднимая вверх, массируя и вытягивая каждый пальчик. Марина тут же среагировала, посмотрела на меня и заулыбалась.

— Хм... — удивляется мама, которая и сама не ожидала, что Марина так среагирует.

— Нужно больше общаться с ней на максимально близком расстоянии, понимаете? — говорю я. — Нужно ее больше тискать, играть с ней, возиться, бегать, прыгать, делать что-то с ней вместе, а не издалека. Хоть пол мыть, хоть пылесосить и картошку резать — без отрыва от домашнего производства.

Мама начинает потихоньку сползать к нам на пол, хоть ей это и сложно, так как она достаточно грузная и с большим позвоночником, и пробует проделать то же самое.

А вечером она позвонила, возбужденно-радостная, и рассказала:

— Я сегодня весь оставшийся день делала, как вы сказали. На сколько сил хватило. И она впервые за полтора года сказала мне «мама»!

24.08.2008

Аутист развивается всегда. Разница заключается лишь в том, с какой скоростью и в каком направлении. * * *

— Зато они свободны... — достаточно частый взгляд на аутизм.

— Ну да, свободны... Только вот вся свобода ограничивается размером воздушного шарика, «клетки аутизма», внутри которой находится ребенок. Хорошенькая свобода, ничего не скажешь... * * *

Человек не в состоянии меняться так же быстро, как техника, — это, возможно, одна из причин прогрессирующего в последние годы среди человечества в целом аутизма.

Человек не приспособился к свободе, которая появилась с ростом технического прогресса. Он лишился необходимости жить, двигаться, ощущать, развиваться — все делает техника. Утратил способность как брать, так и давать, способность к полноценному, живому, эмоциональному общению — она заменяется его суррогатом. Человек постоянно живет в перегруженном информационном поле, защитой от которого становится частичный уход, фоновое восприятие жизни и неусваиваемость информации. Он утратил способность быть включенным — очень много соблазнов довериться автоматике, которая не требует эмоционального вовлечения, а кроме того, невозможно переработать всю информацию, и, следовательно, человек либо отказывается от ее усвоения, либо усваивает поверхностно, не включаясь. И многое-многое другое.

Все это, вместе взятое, не может не влиять на детей.

25.08.2008

Разница между так называемым Аспергеровским аутизмом и Каннеровским заключается только лишь в том, что «Аспергеры» могут объяснить и рационализировать свои особенности — это их защита. «Каннеры» же как пластилин — они мягкие и пластичные, какими бы сложными ни были. А «Аспергеры» — они твердые и ригидные, как пластик.

Но внутри — внутри они одинаковые, и проблемы у них одинаковые, и причины возникших проблем одинаковые. Разный только лишь способ адаптации к ним.

29.08.2008

Не всегда, но часто матери тех детей, которые в будущем могут проявить выраженную аутичную симптоматику, тревожно-напряженные, пассивные и депрессивные. И если мать не в состоянии изменить свое состояние, то будущее ребенка зависит только от него самого. А точнее, от его стрессоустойчивости.

Дети со средней и высокой стрессоустойчивостью умеют выделять хорошее настроение матери и в этот момент получать позитив и удовольствие от взаимного общения, а в остальные моменты жизни не париться и относительно спокойно развиваться и идти вперед.

Дети с низкой или пониженной стрессоустойчивостью лишь заражаются от этого состояния, «уходят в аут» и пребывают в депрессии постоянно, что в раннем детском возрасте ведет к выраженному аутизму. Аутизация — это для них один из немногих способов вызвать у

матери какие-то реакции и попытки что-то сделать, как-то изменить и оживить окружающее ребенка пространство, а следовательно, и свое состояние. Кроме того, аутизация в данном случае — это способ защититься от материнской депрессии.

Постоянно сталкиваясь с депрессией, ребенок, даже если он активный и инициативный, но с низкой стрессоустойчивостью, начинает гасить свою энергию. От этого он впадает в депрессию еще более сильную и выраженную, чем та, на которую он наскочил. * * *

Эффективность «Онеги» заключается, с одной стороны, в стимулирующей среде, где вокруг постоянно что-то происходит и из которой невозможно выйти. С другой стороны, в том, что, находясь на «Онеге», постоянно сталкиваешься с необходимостью слушать и слышать, подстраиваться и учитывать, а также многое другое. И эти требования распространяются на всех живущих в лагере: на аутичных детей и их родителей, на детей и подростков без аутизма, на сотрудников и волонтеров. Именно за счет этой общности и достигается результат.

30.08.2008

— Будь позмоциональнее! — Раньше я часто слышала в свой адрес эти слова, да и сейчас бывает, хотя и значительно реже.

Очень сложно быть эмоциональным, постоянно ощущая давление, некий психологический пресс. Сложно быть снаружи, показывать свои эмоции. Я закрываюсь, оставляя все эмоции внутри. Эмоциональная я тогда, когда мне комфортно, когда я свободна от давления как внутреннего, собственного, так и внешнего, которое усиливается внутренним и наоборот.

Так и аутичным детям и их родителям часто приписывают безэмоциональность. Но внешнее отсутствие эмоций не равно отсутствию эмоций как таковых. Другое дело, что необходимо учить и учиться быть открытыми, независимыми от постороннего давления и свободными от собственного внутреннего давления.

08.09.2008

Если идти только по четко очерченной, однажды придуманной и опробованной схеме, никогда не стать профессионалом высочайшего уровня. Нужно обладать легкостью, свободой мысли и действия, уметь пробовать и экспериментировать — только тогда результаты будут действительно хорошими. * * *

После лагеря посоветовала маме Вовы:

— Многие его аутичные приколки, в том числе увлечения календарями и прогнозом погоды, надо попросту пресекать, а взамен постоянно предлагать что-то новое, заинтересовывать его. Ведь на данный момент эти увлечения не проявление аутизма у Вовы, а сильный тормоз в его развитии. Они не выполняют никакой охранительной функции, разве что являются привычной формой занятости для него. Это фишки, которые он однажды придумал, а вы неосознанно поддерживали. И теперь он заставляет себя играть в них, иногда сам того не желая. Играет по привычке и от незанятости, от неумения придумать и занять себя чем-то новым самостоятельно.

— Но я не могу исключить календари и прогноз погоды, так как ему это нравится и они играют огромную роль в нашей жизни.

— Не можете исключить, так как это сохранение аутичных стереотипов и проявлений аутизма играет огромную роль в вашей жизни? Ну тогда я предлагаю сделать все-таки выбор, и если он в пользу сохранения аутичных фишек, то следует перестать тратить свое и чужое время, силы и деньги на терапию и на борьбу с аутизмом, не путать лишний раз ребенка — потому что эта работа на 90 % вхолостую без поддержки семьи. * * *

— Мне кажется, что он наговорится/наиграется в «это» и сам перестанет, перерастет. Разве нет? — Это частый взгляд на аутичные зацикленности в играх и разговорах как среди родителей, так и среди специалистов.

— Возможно, и так, но наигрывается аутичный ребенок может очень долго, иногда годами — в ущерб всему остальному развитию. И чем дольше он будет наигрывается, тем сложнее потом ему будет начать играть во что-то другое. Кроме того, в это время информации из внешнего мира в него будет просачиваться минимум.

Получается, что вместо того, чтобы широко открыть дверь, мы оставляем ему только щель в расчете на то, что через нее можно получить такое же количество информации извне, которое все получают через открытую нараспашку дверь. * * *

— Но ведь все великие были немного безумными! — еще одно частое высказывание в адрес аутичных людей, в том числе и от родителей, которые чаще говорят об этом с элементом гордости.

— Ну так вперед! Растите великого, безумного аутиста. Только зачем тогда бороться с его аутизмом? Зачем преодолевать его? * * *

Хлопанье дверями, верчение колес или пальцев перед глазами, выстраивание линий, пазлы, рисование в воздухе букв или линий метрополитена, хлопанье в ладоши и мычание, а также многое другое — при определенном исполнении эти действия вызывают гипнотическое действие, помогают ребенку погрузиться в себя и отключиться. Следовательно, дети, использующие такие методы, не выключены, как принято считать, иначе им не приходилось бы прибегать к дополнительным способам выключения. А если так, то выключение происходит как реакция на что-то, что вызывает желание выключиться. Это желание может быть спровоцировано как невыносимостью эмоций, так и скукой, непониманием, нежеланием и многим другим.

Задача — понять истинную причину желания выключиться, а затем воздействовать непосредственно на нее, а не на ее проявления. * * *

Можно дать взятку, можно пожаловаться в РОНО, и ребенок будет продолжать посещать выбранный родителями детский сад или школу. Но это будет ради галочки. Это подходит в том случае, если нужно, чтобы стояла жирная галка: «мой ребенок, как и все, ходит в школу в соответствии с паспортным возрастом». Если нужно, чтобы ребенок усваивал программу и учился, то тут взятками, угрозами и жалобами не поможешь. Если основная задача — максимально адаптировать ребенка, то необходимо научиться не гнаться за статусом, а ориентироваться на реальные возможности ребенка. Необходимо искать людей, которым будет доступно и интересно обучение и развитие конкретного ребенка с конкретными особенностями. С которым у них будет своеобразный резонанс.

09.09.2008

Аутизм, как рак, — это жесткая психосоматика.

Описанные примеры самоизлечения от рака, даже на последней стадии, как правило, в своей основе несут глобальные изменения в жизни человека — психологические, эмоциональные, духовные, смену окружения, отношения к жизни и проблемам и т. д.

Во всех остальных случаях лечение раковых больных, так же как и лечение аутизма, — это очень тяжелый, длительный, дорогостоящий и, к сожалению, часто малорезультативный труд. * * *

— Что такое свобода?

— Это когда человек в состоянии желать и самостоятельно управлять своими желаниями, действиями, поступками, мыслями. * * *

Собаки, дельфины, лошади и пр. сами по себе ничего аутисту не дадут. Важно то, под какой аккомпанемент они подаются.

То же самое можно сказать и о людях. Просто поместить ребенка в потенциально полезное поле или общение и рассчитывать, что оно поможет, — наивно. Для достижения результатов необходимо учитывать множество факторов: и то, что происходит внутри общения, и то, что происходит снаружи, и то, что происходит до общения, после него и непосредственно в момент общения, необходимо постоянно оказывать поддержку. * * *

Детеныш напрямую зависит от матери — это закон природы.

Поэтому до тех пор, пока мать не приведет себя в порядок в достаточной степени, ребенок будет страдать.

10.09.2008

Свобода в любом случае имеет границы, но количество и качество этих границ имеют огромное значение для жизни и развития человека. * * *

На данный момент считаю, что наиболее эффективный путь в работе с аутичными детьми — это совместная работа с родителями. Именно родители имеют максимальное количество возможностей для адаптации своего ребенка, но часто просто не понимают, как это делать. Не понимают, на что необходимо обратить внимание, а что следует временно опустить.

Задача совместной детско-родительской терапии — создание конструктивной развивающей и поддерживающей модели взаимодействия между родителем и ребенком с учетом существующих у него особенностей. И в конечном счете возможность применить эти навыки в быту самостоятельно, без поддержки терапевта.

14.09.2008

— Он у нас такой самодостаточный, совсем не требует внимания, — рассказывает мама про своего годовалого сына, у которого подозревают аутизм.

Мы продолжаем беседу, и через некоторое время эта фраза поясняется:

— Он может и два часа стоять у кровати с одеялом во рту и качаться, и три часа...

На какое-то время я теряю дар речи...

— Хорошенькая самодостаточность!.. А если его отвлекать, если занимать чем-то?

— Ну, я пять минут отвлекаю, и тогда он не качается, играет со мной. А потом я уйду, и он опять начинает качаться....

— Вывод напрашивается сам собой: значит, надо занимать и развлекать его столько времени, чтобы ему некогда было качаться. * * *

Частой реакцией ребенка на введение регулярных терапевтических занятий является агрессия, о чем я всегда предупреждаю родителей при первой же нашей встрече.

Агрессия — это собственная активность ребенка и инициативность, которая постоянно стимулируется на наших занятиях. Активность, пока не нашедшая конструктивного выхода и поддержки. И задача партнера — конструктивно реагировать на нее, развивать и трансформировать, а не подавлять. Агрессией, хоть она и неприятна для окружающих, непонятна и кажется немотивированной, аутичный ребенок словно выбивает «пробку», подавляющую его активность и включенность. В этом случае агрессия является показателем динамики. И очень важно правильно реагировать на нее.

15.09.2008

Абстрактное или метафорическое описание, сравнения, загадки часто вызывают массу проблем у ребенка. Для того чтобы донести до него их смысл, необходимо прорисовывать и проигрывать в максимально различных вариациях каждый отдельный элемент до тех пор, пока каждый элемент не будет понятен ребенку, и только после этого переходить к следующему пункту. И делать так до тех пор, пока ребенок не поймет логику восприятия абстрактного. После этого проблема исчезнет. * * *

Есть специалисты из разных областей, у которых хорошо получается работать с аутистами. Но они не работают с аутизмом. То есть ребенок на этих занятиях приобретает навыки, становится более умеющим, обученным, но не менее аутичным.

Ребенок может начать лучше говорить, писать, читать, считать, плясать, рисовать, играть в шахматы или на фортепиано, но никакого отношения к уменьшению аутизма эти навыки не имеют. Аутизм и количество навыков — это разные вещи. Ребенок будет просто хорошо умеющим что-то делать аутистом. При этом не факт, что он сможет свободно пользоваться имеющимися навыками в социуме.

16.09.2008

У большинства аутичных детей есть внутриличностный запрет на проявление эмоций. На удержание эмоций тратится вся энергия, и по этой причине копится напряжение. Когда происходит выброс напряжения, разрядка на физическом и, главное, на эмоциональном

уровне, — энергия освобождается, и некоторое время ребенок в состоянии быть активным, включенным и развивается. По мере накопления напряжения эти возможности все снижаются, и так до следующего выброса.

Далеко не всегда негативная или подавленная энергия имеет выход. Иногда, накапливаясь, она не выплескивается, давая разрядку, а остается и становится привычным уровнем подавленности. И чем дольше человек не умеет или не имеет возможности разрядиться, тем сложнее ему это сделать, тем больше времени потребуется для того, чтобы выплеснуть накопленное напряжение, и тем более разрушительными могут быть последствия.

17.09.2008

При индивидуальной работе с ребенком им приобретаются какие-то навыки, а затем в группе идет отработка этих навыков в микросоциуме, в первую очередь с себе подобными. С постепенным переносом и отработкой этих навыков во все более сложных для ребенка ситуациях и группах. * * *

Включенность у аутиста — как фонарик-жужжалка. Пока нажимаешь на него — он светит. Перестаешь нажимать, и он постепенно угасает. * * *

При аутизме важна в первую очередь терапия. Обучение при аутизме — вторично.

Чтобы дать ребенку возможность получать навыки, не прибегая к помощи логопеда, дефектолога, педагога, надо решать проблему аутизма, а не проблему отсутствующих навыков у ребенка-аутиста, которая является вторичной по отношению к проблемам аутизма. Ребенок-аутист — не тупой, а нервный.

Обучить аутиста навыкам, обучить говорить, читать, писать, считать, играть можно.

Научить аутиста быть не аутистом, быть свободным — нельзя. Можно только дать ему возможность выйти из аутизма, ощутить и почувствовать свободу и уверенность в себе и других.

18.09.2008

Чем менее аутичным становится ребенок, тем больше особых способностей он теряет, тем более полнезависимым он становится, тем менее зависим он от матери. Он уже не отзеркаливает и не усиливает эмоции и чувства другого, а имеет свои — независимые. Тем больше экстрасенсорных способностей он теряет, потому что эти навыки, за редким исключением, уступают место развитию социальных навыков.

19.09.2008

— Простите, но то, что вы сейчас говорите, вы говорите про меня, а я же не аутист! — сказала мне одна мама на консультации.

— Не сравнивайте время, в котором росли вы, и время в которое вынужден жить ваш ребенок. Когда вы росли, не было столько отвлекающих факторов. Ребенку с теми же данными, с такими же предпосылками, которые могут привести к выраженной, затрудняющей адаптацию и социализацию аутизации, было намного проще влиться в жизнь. С одной стороны, на государственном уровне существовала поддерживающая структура, которая кому-то мешала, а детям с аутичными чертами, напротив, помогала. С другой стороны, не было такой свободы, такого количества выборов, не было информационных перегрузок. Дети успевали усваивать получаемую информацию. Не было гонки за развитием. * * *

Часто бывает, что мнение об одном и том же ребенке у разных специалистов радикально различается. Например, в одном месте могут говорить, что ребенок очень общительный и разговорчивый, в другом — наоборот. Почему это происходит?

Ребенок устает и может быть общительным или там, или тут. А хорошо бы ему удерживать этот уровень везде в равной степени. Следовательно, надо постараться создать такие условия, при которых это будет возможно.

Другой вариант, например, в детском саду: ребенка «консервируют», поскольку там невозможно его все время активизировать и по объективным причинам — надо соблюдать безопасность и график детского учреждения; и по субъективным — так как проблема аутизма воспринимается воспитателями совершенно иначе. Если исходить из этой позиции, то в консервной банке ребенок и должен чувствовать себя «условно нормально», а вне ее — соответственно нет. Вне консервной банки, без специальных консервантов продукт быстро портится.

Третий вариант — у специалистов, возможно, разные критерии оценки способностей ребенка. Возможно, в понятие «общительный» и «разговорчивый» мы вкладываем совершенно разное наполнение. Возможно, он везде ведет себя одинаково, но мы по-разному оцениваем это поведение.

Ну и, кроме того, существует и человеческий фактор, и ребенок действительно может вести себя совершенно по-разному с разными людьми. * * *

— Алеша ходил на занятия ИЗО вместе со своими обычными сверстниками, — рассказывает мама, — но не справлялся с заданием и был выведен на индивидуальные занятия.

Все дело в том, что когда педагог дает задание, например: «Дети, рисуем птичку», — Алеша в отличие от остальных не в состоянии ее нарисовать, ему на ней не сконцентрироваться. Для него существует слишком много отвлекающих факторов, как внешних, так и внутренних, которые для обычного ребенка не являются существенными, а для аутичного значимы. Кто-то пошевелился, за дверью послышались шаги, кто-то что-то спросил, кому-то сделали замечание, кого-то похвалили и т. п., если говорить о внешних отвлекающих факторах. Страх оценки, боязнь не успеть вовремя или быть наказанным, желание быть лучше всех и сделать все идеально, чтобы не к чему было придраться, и прочее — факторы внутренние. Это не значит, что такого ребенка надо отстранить от занятий. Это значит, что эти его особенности надо учитывать, и тогда можно добиться огромных успехов как в развитии, так и в социализации. * * *

— Работаешь с начинающим художником, потом его картину покупает какой-нибудь сумасшедший коллекционер, и он уже считает себя звездой, переставая развиваться.

Даже если ученик способный, то, отучившись, например, три года из десяти лет обучения, он все равно не станет профессионалом. И путь его может пойти дальше как угодно.

Сказанное относится и к семьям, которые по прошествии некоторого времени прерывают терапию, получив минимальные изменения и думая, что этого вполне достаточно. Это можно

отнести и к начинающим специалистам, которые, проработав непродолжительное время, считают себя профессионалами, способными работать самостоятельно, и допускают серьезные промахи, сохраняя уверенность в своей правоте, пытаюсь убедить в ней окружающих и отказываясь от поддержки. * * *

Часто на фоне положительной динамики у ребенка актуализируются разнообразные страхи. Они становятся видимыми как для окружающих, так и для самого ребенка, который половину страхов до этого не испытывал, — они были задавлены аутизмом, не ощущались, не дифференцировались им.

Очень важно в этот момент не испугаться изменений в поведении, связанных с возрастом открытой, проявленной тревожности, помочь ребенку справиться, адекватно переработать страхи и вынести для себя положительный опыт борьбы со стрессом.

21.09.2008

Аутизм на фоне педагогической запущенности и педагогическая запущенность на фоне аутизма — это совершенно разные вещи. И соответственно требуют совершенно разной расстановки акцентов в терапии. * * *

Ребенок не ест определенные продукты или ест только определенные продукты — это частая проблема, с которой сталкиваются родители. Понятно, когда эта непереносимость органическая, но когда она исключительно психологическая, то поддержание ее — это закрепление симптомов аутизма. До тех пор, пока мы играем по этим правилам, будет так. Это удобнее, проще, привычнее, спокойнее, понятнее, объяснимее.

Любой человек может что-то не есть и что-то не любить. Важна степень выраженности проблематики, а не ее наличие.

«Я поняла, что когда не придаю значения проблемам питания у сына, то он сметает все. Но если я помню о его избирательности, то его практически невозможно накормить».

«Мы сегодня вернулись с детьми после занятий, и я была такая замотанная, что как-то выпустила из головы, что Роман не ест гречку в принципе, а уж тем более вилок, и положила ее всем троим детям. И отвлеклась на что-то. А когда повернулась, то тарелки у всех троих были пусты. Что удивительно, и у Романа тоже!», «Вообще-то я недавно поняла, что на самом деле он может есть все, что угодно», — это высказывания родителей, имеющих колоссальные проблемы с питанием своих аутичных детей.

Ну и из собственного опыта: в лагере дети, которые живут там без родителей, на третий-четвертый день начинают есть практически все или же значительно расширяют свой рацион. Все дело в том, что там нет возможности подстраиваться под привычки каждого ребенка, и в результате они вынуждены подстраиваться сами. * * *

Сегодня зашла со своей давней подругой в кафе с расслабляющей атмосферой, музыкой, ароматом. И интересно, что меня такая атмосфера совершенно выключает из реальности, а ее, наоборот, включает. При этом она мегаактивная, а я — мегапассивная. Вот она разница: аутичного, пассивного человека расслабляющая атмосфера выключает, а активного, в некоторой степени гиперактивного, наоборот, — включает.

22.09.2008

Голова аутичного человека практически все время занята, не свободна от мыслей. Заранее продумываются все шаги, все варианты развития событий, общения, и не остается места спонтанности, естественности и свободе. От постоянного прокручивания мыслей накапливается и усталость, а реальные действия часто не совершаются.

Аутичный человек не оставляет места реальности, он большую часть времени живет в воображении, воображаемых встречах, диалогах, реакциях, эмоциях и т. д. При этом воображаемое с реальностью совпадает редко, так как слишком уж все продумано. Или же реальность полностью заменяется воображаемым.

23.09.2008

Поощрение стереотипом для аутиста — это то же самое, что бутылка водки для алкоголика или доза героина для наркомана.

В последнее время Илья жестко зациклен на Чебурашке. Дома уже куча игрушечных Чебурашек, книжки, диски, постельное белье с его изображением и прочее. Илья рисует Чебурашку, пишет о нем и т. д. В играх с трудом удается избежать присутствия Чебурашки. А в освободившееся время он тут же возвращается к нему.

— Наташа придет и принесет яйцо «Чебурашка», — говорит Илья в ожидании ее прихода. Он не ждет занятий, не ждет человека и связанных с ними ощущений, — он ждет игрушку.

После занятия педагог каждый раз дарит ему шоколадное яйцо с героями мультфильма про Чебурашку в качестве поощрения за хорошую работу. Тем самым фиксирует его не на занятиях, не на себе, не на результате, а на игрушке, которую он получит в конце занятия. При этом снижается результативность занятий, снижается степень включенности и эмоциональной вовлеченности, так как подсудно ребенок ждет окончания занятия и заветной игрушки. Он не усваивает и половины материала, так как включен не в него, а в его окончание и в ожидание. А усвоение материала на фоне ожидания — это двойная нагрузка для ребенка.

Поощрение стереотипом — это заведомое обесценивание и своей работы, и работы ребенка, сознательное поощрение «ухода» ребенка. * * *

Качественная работа с аутичным ребенком, основанная только на интуиции, энергетически очень сильно выматывает.

Качественная работа с аутичным ребенком, основанная на глубинном понимании сути проблемы, — это во многом механизм, поэтому нагрузка на психику при такой работе в разы снижается. В результате остаются силы и на что-то еще помимо аутизма. * * *

Чем более несвободный, неживой, зарегулированный, «правильный» человек, тем сложнее с ним общаться, тем более ребенку, тем более аутичному.

24.09.2008

Ни о чем не думать тоже надо уметь. Не думать или пребывать в мире фантазий — это разные вещи. Не думать — отдых, фантазии — нагрузка. Фантазии или фантазийные переживания — это включенность во внутреннее. * * *

Невозможно заполнить сосуд, который уже заполнен. Его надо сначала освободить.

Поэтому часто в работе я сначала разрушаю неконструктивное поведение и только потом начинаю строить что-то.

26.09.2008

Рома до двух лет был очень развит и значительно опережал в развитии своих сестер-близняшек. «Он не пошел, а сразу побежал. Он не начинал говорить, а сразу заговорил и к двум годам знал уже очень много чего, например, марки всех машин», — рассказывает бабушка. Но он захлебнулся в развитии, не справился с ним. В четыре с половиной года, когда мы с ним познакомились, он говорил уже очень мало, у него было много эхололий и стереотипий, присутствовали также и аутостимуляции. У него появился и по сей день есть очень большой страх ошибиться. Он очень боится критики, и поэтому чаще всего вообще отказывается от чего бы то ни было, уходя в мир аутизма. Ему надо или все, как это было до трех лет, или ничего — как стало потом. Поэтому одна из задач терапии с ним — учить его брать и усваивать понемногу, постепенно. Важно дать ему почувствовать, что это нормально. Еще одна задача — снизить страх ошибки и негативной оценки. * * *

Стереотип как зависимость.

Перестать курить и перестать вертеть руками перед лицом — это во многом сходные процессы, так как и то и другое — привычка, иногда не несущая уже никакой функции, не имеющая никакой подоплеки, кроме физической, двигательной зависимости. Чтобы избавиться от нее, ее нужно забыть. А чтобы забыть, надо пользоваться ею как можно реже. Сначала необходимо контролировать себя, сознательно ограничивая. А потом уже сформируется другая привычка, привычка — не курить, не вертеть руками перед лицом. * * *

Удивительное ощущение — свободная голова и выключенность из внутреннего, отсутствие постоянного прокручивания мыслей, планов, реакций, возможностей, жизни заранее. Намного большая раскрепощенность. Это не столько включенность во внешнее, сколько выключенность из внутреннего. Это, пожалуй, было мной давно забыто. Даже сейчас, когда я пишу это, чувствую себя немного иначе. Я не погружаюсь в эти записи так, как это бывало раньше. Оказывается, и думать можно, оставаясь включенным во внешнее, хоть иногда и приходится прикладывать к этому усилия, например, глубоко дышать, тем самым вентилируя и голову тоже. * * *

Включенность в себя, расслабленность и выключенность — внешне хоть и очень похожие состояния, но на самом деле разные.

Включенность в себя — это погруженность в себя, мешающая восприятию реальности, создающая заслон для нее. Это постоянный процесс мышлемешания, напряженность, работа сознания. Это постоянный контроль. Это не отдых, как многим кажется со стороны. И именно включенность в себя свойственна аутичным людям — как взрослым, так и детям.

Расслабленность — это отдых, беззаботность, спокойствие, не мешающие общению, мыслям. Можно общаться, думать, делать, но быть включенным и в то же время расслабленным.

Выключенность — это отсутствие мыслей. Это пустота. Это в большинстве своем тоже отдых.

Одна из задач при работе с аутичными людьми — привить навык включенности в окружающее. Научить переключаться с одного состояния на другое, расслабляться и разряжаться, не зависая в себе. * * *

Включение в себя у аутичного ребенка — это, как правило, не осознанный отказ от внешнего, а бессознательный уход в наиболее безопасное для него состояние.

В начале терапии, направленной на изменения уровня этой включенности ребенка, возникает неосознанная включенность во внешнее. То есть она уже появилась, но пока еще минимальная, с трудом дифференцируемая. Ребенку еще сложно ее понимать и удерживать, он быстро устает и возвращается в привычное — «в себя». Через некоторое время включенность уже начинает осознаваться и дифференцироваться, но дается с трудом, притягивая к себе знакомую погруженность в себя. Позже, при постоянной тренировке, появляется навык удержания себя в осознанно включенном во внешнее состоянии, хоть это по-прежнему нелегко дается. А со временем такие осознанные включение и удержание заменяются уже неосознанным включением во внешнее, от которого, правда, все равно устаешь. Ну и в конце концов включение превращается в неосознанное и спокойное, не требующее специальных усилий состояние. Во включение, которое легко переносится и становится привычным для ребенка. * * *

Думаю, что большинство семей рано или поздно приходит ко всему, о чем здесь написано, самостоятельно. Но важно, когда это происходит. Когда у ребенка двух-трехлетний стаж погруженности в аутизм или когда он составляет уже лет двадцать-тридцать. Тут каждый год на счету.

В два-три года в большинстве случаев можно быстро улучшить состояние ребенка, если понятно, что именно, кому, как и в каком объеме необходимо делать.

В двадцать-тридцать, даже если уже понятно, что именно надо делать, изменить ситуацию во много раз сложнее.

28.09.2008

На занятиях мы не решаем проблему, мы помогаем ее увидеть, понять, принять, осознать и дать возможность семье решить ее самостоятельно. * * *

На первых этапах работы с собственным напряжением часто приходится осознанно расслаблять себя, прикладывая усилия к этому каждый раз, когда оно появляется. Если регулярно заниматься расслаблением, то на каком-то этапе из осознанного, специально отслеживаемого оно превращается в неосознанное. Просто все чаще начинаешь себя ловить на мысли, что совершенно спокойно и расслабленно себя чувствуешь. Это и есть неосознанное расслабление, к которому надо стремиться. * * *

Аутизм, на мой взгляд, — это надуманное заболевание. До тех пор, пока в него верят и считаются с ним, он есть. До тех пор пока смиряются с его неизлечимостью и отсутствием перспектив, он есть. Когда верят во что-то другое, есть что-то другое. Так как исходя из того, во что мы верим, мы и чувствуем и ведем себя: или поддерживаем аутичную часть личности и развиваем ее, или поддерживаем здоровую часть и развиваем ее, или не делаем ничего пожившись на судьбу. * * *

На первичном приеме мама спрашивает:

— А в чем заключаются ваши занятия, что вы там делаете?

— Мы играем. У нас нет никакой системы или планов. Мы играем в то, что получается. В этом хаотичном, спонтанно возникающем процессе получаем новый опыт и отработываем навыки взаимодействия, общения, реагирования и поведения, навыки выхода из незапланированных ситуаций. Все это происходит при поддержке психологов, которые помогают ребенку в сложных для него ситуациях найти наиболее конструктивный и положительный способ выхода из них. * * *

Часто мне задают и такой вопрос:

— А по каким методикам вы работаете? У вас есть какие-то наработки, схема?

— Схема работы, конечно, есть. Но все дело в том, что она не внешняя, а внутренняя. Потому и сложно объяснить, что в ней к чему. Она построена на понимании проблемы аутизма изнутри и на ощущениях, возникающих в каждый конкретный момент взаимодействия с ребенком. Со временем я постараюсь расписать ее. * * *

Важно отслеживать состояние ребенка и составлять расписание занятий, исходя из его реальных возможностей. Иногда надо что-то добавлять, иногда — убирать. Расписание должно быть гибким, а занятия — приносить пользу, а не вред. * * *

С моими собственными внутренними изменениями, с повышением уверенности в себе и в том, что я делаю, во мне появилась жесткость в решениях, и в терапии в том числе, которой раньше я себе позволить не могла.

Все чаще я стала отказываться от занятий с детьми, даже если они продуктивные, в тех случаях, когда не чувствую поддержки в терапии со стороны семьи. Или когда, несмотря на вербальную поддержку, мы с семьей идем совершенно разными курсами влечения и понимания аутизма. Мне достаточно тяжело принимать такие решения и грустно расставаться с детьми, но тем не менее все чаще я прибегаю к ним.

Возможно, я просто устала бороться с ветряными мельницами и больше не могу или не хочу тратить силы на то, чтобы не падать вниз, в то время когда можно тратить силы на то, чтобы идти наверх. Я не хочу и не могу больше никого никуда тащить, вытаскивать, заставлять. Те, кто идет со мной, пусть идут, но уговаривать идти вслед за мной и моими изменениями у меня больше нет ни сил, ни желания.

Еще несколько лет назад я бы ни за что не могла себе позволить такое. Я бы занималась, продолжала бы выкладываться полностью, я бы уставала и билась головой о стену, даже понимая, что это работа вхолостую, просто потому, что мне «неудобно отказать», неудобно обидеть ребенка и родителей, неудобно сказать то, что я думаю, вслух.

29.09.2008

Одна из задач в терапии с аутичным ребенком — научить его структурироваться не за счет внешнего — расписаний, часов, планов и пр., которыми их любят снабжать, — а за счет внутреннего. За счет собственных ресурсов, собственной уверенности и умения справляться с любой возникшей ситуацией, даже если она отличается от планируемой. За счет доверия к себе и другим, за счет собственной активности и инициативности и возможности ими пользоваться в случае необходимости. * * *

Совмещая при работе с аутичным ребенком два противоположных подхода — консервативный и провокационный, — мы, по сути, не делаем ничего. Топчемся на одном месте. Одновременно говорим «иди сюда» и «стой на месте». Это все равно что пить одновременно закрепляющее и слабительное.

Необходимо выбрать какой-то один путь и не мучить ребенка и себя. * * *

Заниматься и работать — это разное. В том числе и заниматься с психологом — это не всегда терапия, иногда это просто занятость, развитие. В этом случае занятие с психологом можно приравнять к посещению развивающего кружка. Кто-то ходит на английский и рисование, а кто-то к психологу — это примерно одного порядка занятость. Прекрасно понимаю, что есть ситуации, в которых и мои занятия — это просто занятость, а не терапия. *
* *

Укрепление нервной системы аутичного ребенка и устойчивости эмоционально-волевой сферы похоже на рост дерева.

Дерево надо сначала посадить, потом его нужно поливать, ухаживать за ним. Через некоторое время ему понадобятся распорки или растяжки, помогающие еще не окрепшему стволу не прогибаться, а потом уже он будет и сам в достаточной степени устойчив.

Так и с нервной системой, и с эмоциональной устойчивостью ребенка — сначала необходима будет специальная помощь, а потом, со временем, когда система будет уже достаточно крепкой, необходимость в ней отпадет.

30.09.2008

О каких-то вещах нужно просто напоминать детям постоянно, потому что зачастую они и сами не замечают, как съезжают или зависают, но при этом легко принимают нашу помощь, тут же возвращаясь в нормальное состояние.

И у Ильи, и у Стасика есть несколько интонаций в речи. Среди них как абсолютно нормальные и живые, так и аутичные. Когда Илья говорит аутично, он слегка тянет слова и произносит их немного в нос, а Стасик пищит. Но и тому, и другому достаточно просто напоминать: «Говори нормально» — и они практически сразу же отключаются от аутичного зависания, которое отражается и на многом другом, мешая ребенку полноценно развиваться.

Вова носит перед глазами предмет, а Рома вертит руки перед глазами. Но и тому, и другому тоже достаточно простого напоминания, чтобы они перестали. * * *

Не завидовать чужому прошлому, не завидовать чужому будущему, а жить своим настоящим и, по возможности, получать от этого удовольствие.

Меньше думать о том, как было, или о том, как будет или может быть. Это ненужная заикленность, лишаящая настоящего. * * *

Рождение ребенка — стресс не только для самого ребенка, но и для семьи. Поэтому, возможно, для людей, имеющих предпосылки к аутизму, это событие является одним из запусковых развитие аутизма механизмом.

Беременность, рождение, уход, развитие, воспитание оказались слишком большой нагрузкой как для матери, так и для отца. Возможно, до этого стресса родители были относительно адаптированы, но оказались недостаточно стрессоустойчивы. И в дальнейшем это,

естественно, бессознательно, транслируется ребенку и часто приводит к его выраженной аутизации, которая потом уже может усиливаться и от внешних травмирующих факторов.

В данном случае просто искреннего желания иметь ребенка недостаточно. И просто искренне любить ребенка иногда тоже недостаточно.

Необходимо тратить силы не только на восстановление, адаптацию и реабилитацию ребенка, но и на себя. Тогда, возможно, часть существующих проблем уйдет незаметно.

— Почему же тогда первый, второй, другие дети не аутисты, если родители те же самые? — часто возникает у родителей вопрос.

— Возможно, дело в том, что рождение первого ребенка, который стал аутистом, — это стресс для семьи, а ко второму, не аутисту, она уже достаточно натренирована, и родители воспринимают все намного проще и спокойнее. Возможно, рождение первого ребенка, не аутиста, это еще посильная психологическая нагрузка, с которой в состоянии справиться родители, а рождение второго, ставшего аутистом, — уже непосильная нагрузка. Возможно, в промежутке между рождением детей произошло что-то, что подломило психическое и психологическое благополучие семьи, возможно... Возможно еще много других вариантов. Кроме того, конечно, немаловажную роль играют внутренние предпосылки к развитию аутизма у самого ребенка и внешние внесемейные обстоятельства. * * *

Проблема, которую я наблюдала уже не раз, — подавление активности и самостоятельности аутичного ребенка старшими, а иногда и младшими, более активными и сообразительными братьями и сестрами с небольшой разницей в возрасте. Как правило, это любящие, заботливые, искренние дети, но этой заботой и опекой они лишают аутичного брата или сестру возможности получать собственный опыт, полностью заменяя его собой.

01.10.2008

Очень часто особенности аутичных детей пытаются искоренять или сглаживать, путем жесткой дрессировки: «Стой!», «Иди!», «Плюнь!», «Дай!», «Нельзя!», «Сядь!», полностью исключая эмоциональный компонент в общении и взаимодействии с ребенком. Все время хочется сказать на это:

— Дрессировать ребенка не надо — он не собачка. * * *

— Мы все делали, как вы сказали.

— Да. Но есть одна тонкость. Просто формальное выполнение рекомендации типа гулять на площадке, отдать в садик и на развивающие занятия — этого, как правило, недостаточно. В этом всем нужно еще и живо участвовать, помогая ребенку влиться в контекст существующих отношений.

Во многих семьях можно отметить так называемое дидактическое общение, общение ради обучения. Это общение, в котором очень много формального и поверхностного, много внешней правильности, дидактики и развития на фоне неправильного и неглубокого понимания происходящего внутри ребенка, на фоне малого количества живого общения. Это прямой путь в «умный аутизм», в «обученный аутизм». Это попытка затмить поведенческие и психологические особенности ребенка интеллектуальным развитием. Это ориентация только на внешнее проявление проблемы.

Очень много стало двух-трехлетних малышей, которые производят впечатление детей с синдромом дефицита внимания. Но совершенно очевидно, что практически любой из них легко может превратиться в аутиста. * * *

— Быть посредником в общении с детьми? — переспрашивает меня Мишина мама. — А я так и делаю.

— Как?

— Я говорю: Миша, иди с мальчиком поиграй. Он идет, но очень быстро уходит от него или не доходит, потому что не понимает, что нужно делать. Или потому, что у него не получается что-то.

— Но это же не посредничество. Это инструктаж, управление. Для аутичного ребенка инструктаж и управление не являются помощью в решении его реальных проблем. * * *

Увеличение доли включенности ребенка в окружающее — достаточно большая нагрузка для него. Особенно первое время. Он начинает намного больше видеть, слышать, чувствовать, а следовательно, намного больше уставать. Усталость проявляется в переутомлении или перевозбуждении, и тогда резко портится поведение ребенка. Он начинает безобразно вести себя, капризничать, драться, перестает слушаться, иногда начинает всего бояться и сам же вторично устает от себя такого, от себя изменившегося. При этом в большинстве случаев на фоне ухудшившегося поведения ребенок начинает явно прогрессировать в речевом, психическом, эмоциональном и социальном развитии.

Очень важно не спутать положительную динамику с действительным ухудшением и правильно отреагировать на изменения, поддерживая ребенка и понимая, что ему и самому тяжело. * * *

Динамика и ее удержание при аутизме — как скалолазание. Снизу колышек вытащили, закрепили выше и залезли. Но если этот колышек вытащить из-под обеих ног, то человек свалится вниз. С каждым шагом высота становится все больше, и вниз смотреть все страшнее. И падать будет все больнее и больнее, обиднее и обиднее. Потому что придется проходить весь путь заново.

На каждом следующем уровне необходима опора, помогающая на нем удерживаться, дающая возможность отдохнуть, чтобы идти дальше. * * *

Держу в руках шарик, и вдруг Маша начинает петь какую-то песенку и внимательно смотрит на руку с шариком.

— Это она просит, чтобы ей шарик надули, — сразу же поясняет мама.

— Спасибо, понятно. И тем не менее старайтесь не выступать постоянно в роли переводчика своего ребенка, — говорю я в ответ.

— А иначе она устроит истерику. Ей же надо, чтобы сразу же все было, как она хочет. И еще она очень расстраивается, когда ее не понимают.

— Я не всегда и не все понимаю из того, что и почему она говорит или делает, ну так и другие тоже. А на занятиях у нее как раз есть возможность в максимально комфортной и безопасной атмосфере тренироваться, в том числе и адекватно относиться к непониманию. В другом месте вы бы уже давно ушли, например, с площадки, так и не дав ей возможности до конца

получить и переработать опыт переживания чего-то, с чем она не согласна, который так же необходим ей, как любой другой. * * *

— Мне с трудом даются занятия с ним, — говорит мама Артема (и многие другие родители),
— они меня выматывают. Я от них очень сильно устаю.

— Вероятно, это происходит потому, что вы пытаетесь его развивать. А не надо развивать. То есть надо, но не интеллект. Прежде чем развивать интеллектуальные и бытовые навыки, необходимо развить навык включенности. И устаете, и руки опускаются от того, что вы сразу пытаетесь выполнять непосильную задачу, которую, естественно, не решаете.

Это как отмывать со стекла грязь, которая находится на обратной стороне. Усилий тратится масса, а результата ноль, и появляется усталость, раздражение, теряется уверенность в правильности своих действий. * * *

— Записала на видео «машина, би-би», он посмотрел, встал к зеркалу и повторил. А за мной не повторяет, — рассказывает Пашина мама.

— У видео нет чувств, эмоций, переживаний — это плюс. Но повторение с видео — это развитие механической, не своей, не живой речи. Не спонтанной и естественной. За такую речь ребенок не несет никакой ответственности. И это минус.

Обучаясь говорить через механическое приспособление, менее аутичным ребенок не станет. Устойчивость, толерантность к чужим чувствам и эмоциям, которые являются главной помехой в овладении речью, у него не появятся. Появится всего лишь навык говорения, и не факт, что он сможет им пользоваться как инструментом для общения. * * *

Подбрасывание предметов, рисование в воздухе, хлопанье дверями, раскачивание, кружение, один и тот же вопрос, задаваемый по сто раз, мычание, смех и пр. — это снятие напряжения, которое может возникнуть как от положительных эмоций, так и от отрицательных или от их недостатка.

Кроме того, это еще и стимуляция — искусственно созданное ребенком мышечное напряжение, при помощи которого он себя чувствует и ощущает, хотя бы в некоторых местах, это замена ощущениям и попытка восполнить недостаток в них. Когда на консультациях я объясняю этот момент, всегда очень хочется предложить родителям попробовать осуществить любое из этих действий самим, самозабвенно, полностью включаясь в процесс, чтобы понять и почувствовать, что получает от этого ребенок.

Однако это неконструктивные, аутичные способы стимуляции, придуманные самим ребенком. Задача — перенаправить их в конструктивное, в позитивное русло. Помочь ребенку расслабиться, разрядиться или дать себя ощутить на мышечном уровне какими-то другими способами. Следовательно, можно и нужно заменять их физической, двигательной, интеллектуальной или социальной активностью, не дожидаясь инициативы от ребенка, а предлагая ему возможные варианты достижения необходимого уровня ощущений другими способами.

Раз ребенок что-то стимулирует, значит, ему чего-то не хватает. Поэтому относиться к аутостимуляции просто как к одному из проявлений аутичного поведения, принимая ребенка таким, какой он есть, и оставляя его наедине с собой, — это неуважение к его реальным потребностям, которые он как умеет проявляет и которые сам пока удовлетворить по-другому не в состоянии.

Обычный ребенок устал и подходит к маме, начинает ласкаться и обниматься, получая необходимые ощущения. Аутичный ребенок в такой момент начинает, например, открывать и закрывать двери, потому что не умеет подходить и просить о помощи. Но это не значит, что

она ему не нужна.

03.10.2008

Аутизм в целом и стереотипы в частности — это как кольцо на пальце или часы, которые носили в течение двух, пяти, десяти лет, а потом сняли. Какое будет ощущение без них? Их будет не хватать, они будут продолжать чувствоваться и пр. Но если кольцо так и не появится на своем прежнем месте, то через какое-то время к его отсутствию привыкаешь, а потом и вовсе перестаешь чувствовать его. Так и со стереотипами. Осталось лишь исключить их.

Чтобы кости после перелома правильно срослись, руку фиксируют и максимально обездвиживают. Чтобы аутичный стереотип исчез, необходимо ограничить возможность его «неправильного» проявления. * * *

Задержка речи при гиперактивности связана с тем, что ребенок просто не успевает за своей активностью. Не успевает говорить, не успевает развивать и усложнять речь.

Задержка речи при аутизме связана с тем, что ребенок не в состоянии говорить из-за повышенного уровня тревоги и давления. Ему не справиться с внешним и внутренним давлением, и все силы уходят на противостояние ему или на подчинение, и тогда это практически полное отсутствие речи. * * *

Да, безусловно, у многих аутичных детей присутствует задержка психоречевого или интеллектуального развития. Но в большинстве случаев она вторична и может полностью или частично исчезнуть при выходе из аутизма, особенно если это происходит в раннем возрасте, когда еще легко нагнать упущенное. * * *

Поверхностность, поверхностное общение, взаимодействие и понимание — бич аутизма. * * *

Гиперактивные дети общаются так, что их начинают избегать и у них возникают проблемы с общением и социализацией. А аутисты сами избегают всех из-за неумения, страха, повышенной чувствительности и мнительности — проблема с общением та же. И те, и другие не умеют общаться и имеют проблемы с общением, но приходят к этому разными путями. * * *

— Необходимо включиться в ребенка на 200 процентов. — Говорю я родителям на консультации, — и тогда вы увидите огромную разницу в его поведении уже через месяц.

— Да, конечно, — как правило, отвечают родители. — Но вы же понимаете, что это невозможно. Что иногда нужно заниматься бытовыми делами, кроме того, есть и другие члены семьи. Невозможно полностью посвятить себя только одному ребенку...

Включиться в ребенка — не значит все время держать его за руку и отслеживать каждый его шаг, не давая ему никакой свободы. Но все время видеть его, знать, что с ним, правильно понимать его и его реакции и давать адекватную развивающую ответную реакцию, инициировать его активность и поддерживать любые его инициативы — это тоже требует включения, и это можно осуществлять и при наличии других членов семьи, бытовых нужд и ежедневной работы до позднего вечера.

Включение в ребенка в течение хотя бы трех недель доступно, и это я знаю на собственном онежском опыте, где ко всему прикладывается еще и отсутствие городского комфорта (нет воды из-под крана, туалета, душа, нет столовой, нет мультфильмов для ребенка и Интернета для взрослых, нет отдельной комнаты для себя и игровой для ребенка и пр.), и постоянное

присутствие в доме вместо одного аутичного ребенка шестерых, трое из которых имеют ярко выраженные аутичные черты, а на территории базы их еще в пять раз больше — концентрированный аутизм. И тоже приходится готовить, мыть посуду, ходить за водой на колодец и заниматься прочими бытовыми делами — все это на фоне постоянной включенности в «своих» детей и их развитие, которая приводит к стойкой положительной динамике. И этому в состоянии научиться каждый.

Меня к этому вынудила ситуация жизни, в которую я попала волей судеб. У меня был выбор либо противостоять аутизму и всему научиться, понять, осознать, либо поддаться аутизму, ничему не учась, считая это своей судьбой, а изменение ситуации невозможным по каким-то причинам или недоступным для меня лично.

Так же и у любого человека есть выбор. * * *

— А вот скажите, нужно ли отвлекать его от катания машинок? — спрашивает мама Артема (как и многие другие мамы). Артем может подолгу катать машинки завороченно глядя на крутящиеся колеса.

— На мой взгляд, да — надо, хоть и не всегда. Или не всегда надо делать это сразу. Это касается тех случаев, когда вы чувствуете, что не в состоянии справиться с напряжением, которое возникло у ребенка, сразу же или другими способами.

— Просто многие специалисты, с которыми мы занимаемся, придерживаются другой точки зрения и говорят, что таким образом он отдыхает и надо дать ему такую возможность. Иногда он катает машинку и двадцать, и сорок минут подряд.

Стимуляции, а такое катание — это именно аутоstimуляция, не расслабляют и не разряжают ребенка, это не отдых для него. Стимуляция — тоже нагрузка, попытка подавить возникающее напряжение, а не избавиться от него. Аутичное катание машинки для ребенка — это то же, что для нас, например, нервное качание ногой или постукивание пальцами по столу, расхаживание по комнате взад-вперед или катание хлебных шариков — менее нервными мы от этого не становимся, но немного подавляем свою тревогу. А аутичный ребенок просто пока не знает других способов снизить напряжение, кроме как задавить его, или не умеет ими пользоваться. Следовательно, наша задача — показать их ему и научить ими пользоваться. На удержание возникающего напряжения внутри уходит очень много энергии. Той самой энергии, которой ребенку в результате не хватает на развитие внешней концентрации и социализации. Вся энергия, которой у аутичного ребенка немало, тратится не на то. * * *

Гиперактивному ребенку, как и аутичному, проще всего воспринимать информацию «на ощупь», пробуя ее и усваивая в ограниченных дозах. Ему необходимо постоянное мышечное подкрепление и предварительное включение.

04.10.2008

— Если благодаря препаратам он может воспринимать информацию и приобретать навыки, то я считаю, что это продуктивный метод и им надо пользоваться.

— А что будет, если убрать препарат? Сможет ли ребенок предъявлять эти знания, умения и навыки? Вряд ли. Поэтому основное — не знания, а тренировка психики, чтобы эти знания самостоятельно поддерживать и предъявлять их за счет собственных ресурсов. * * *

Аутичный ребенок — как медуза, как пластилин. Именно пластилин, а не глина, например. Потому что, застывая, он становится устойчивее, а не более хрупким, как глина.

09.10.2008

В отличие от принятой точки зрения, что аутисту необходимы планы и расписания, так как они поддерживают постоянство и уверенность ребенка в завтрашнем дне, я считаю, что таких внешних способов поддержания постоянства не нужно. Наоборот, аутичному ребенку надо как можно больше непостоянства по жизни, так как оно тренирует его нервно-психическую устойчивость к внешним и внутренним изменениям. Постоянство нужно ребенку в душе, как в своей, так и в душе близких ему людей, не в том плане, что внутри все ровно и ранжировано, а в том, что есть внутренняя уверенность: что бы ни случилось, все хорошо или будет хорошо.

Подчиняя жизнь ребенка планам, мы, по сути, сажаем его в инвалидную коляску, без которой он в состоянии обходиться, если будет постоянно тренироваться, разрабатывать свои слабые стороны. Будет падать, спотыкаться, но подниматься и идти дальше с учетом полученного опыта, который при необходимости ему помогут позитивно перерабатывать. * * *

Всегда следует разбираться, конструктивна или нет тревога, которую мы испытываем.

Когда я впервые летела на самолете, то довольно долго сидела и напряженно думала, изучая инструкцию для пассажиров, сколько шансов у меня будет спастись, если он упадет, — это было совершенно неконструктивно, так как эти мысли ничего не меняли, лишь ухудшали мое настроение и состояние. Когда я это поняла, мне стало намного проще расслабиться, поскольку решение лететь было уже принято, я уже летела и мои мысли не могли изменить ситуацию. Поэтому дальше я летела, уже не возвращаясь к мыслям о вероятности спасения. Как будет, так и будет, и это хорошо. А в следующий раз, наворачивая круги над аэродромом на самолете, которому в течение сорока минут не давали разрешения на посадку (да так и не дали), я спала и в ус не дула, а приземлившись в другой аэропорту, в другом городе и, более того, в другой стране, получила массу удовольствия от такого приключения, а не нервотрепку и огорчения.

10.10.2008

На первичном приеме, пока мы разговаривали с родителями, Миша бегал по залу и играл во все, что попадалось ему на глаза. Минут через сорок он начал швырять игрушки и вести себя, как покажется некоторым, неадекватно и агрессивно.

— Ну-ка прекрати сейчас же! — прикрикивает папа.

— Ну вот, видите? Он все время себя так ведет! Что с этим делать? — обращается ко мне с вопросом встревоженная мама.

— А вы не думаете, что это может быть банальной усталостью? Вы во сколько сегодня проснулись? Сколько ехали к нам? И сколько времени он тут один играл, в то время пока мы беседуем? И заметьте, что играл совершенно адекватно и самостоятельно, — делюсь я своими предположениями и наблюдениями.

— Да, возможно, — говорит мама.

— Мишенька, иди-ка сюда, — зовет его папа, а когда тот пришел, то посадил его на руки и обнял, а через некоторое время он уже снова стал «нормальным». Не «агрессивным» и не «неадекватным».

Отсюда очень важные выводы:

Реагировать надо не на внешнее проявление, например, неадекватное поведение, а на внутреннюю причину.

Любую «неадекватность» в поведении ребенка легко можно предупредить, особенно если знать о склонности ребенка к таким «неадекватным» реакциям.

11.10.2008

О проблеме не надо думать. Ее надо или решать или же не забивать себе голову мыслями о ней. Лучше совершать ошибки по ходу ее решения, чем вообще не шевелиться и не совершать ошибок, оставаясь с нерешенной проблемой, лишь с размышлениями о ней. Надо просто спокойнее относиться к своим промахам, понимая, что до поры до времени они неизбежны.

12.10.2008

Многое из написанного здесь так и останется для читателей, может, и интересным, и полезным, но абстрактным до тех пор, пока не будет опробовано, прочувствовано, пока не будет пропущено через себя.

13.10.2008

Под перевозбуждением, которое в большинстве случаев внешне выглядит как ухудшение поведения, неадекватность или неуправляемость, как правило, лежит переутомление. И реагировать необходимо на переутомление, которое явилось причиной возникновения такого поведения. Не ругать, а дать ребенку возможность отдохнуть и успокоиться, помочь ему в этом.

Ругая ребенка в этот момент, мы фактически говорим ему: «Не смей уставать! Это очень плохо! Не смей показывать, что ты устал!» — и таким образом увеличиваем пропасть друг между другом своим непониманием. * * *

Важно научиться останавливаться раньше, чем усталость ребенка превратится в переутомление или перевозбуждение. Или делать перерывы, давая возможность отдохнуть себе, ребенку и окружающим. А может, и вовсе прекратить заниматься той деятельностью, с которой ребенок пока что не справляется. И главное, надо научиться видеть, выделять усталость до того, как она превратится в переутомление или перевозбуждение.

Потому что если мы не замечаем появившееся возбуждение или не придаем ему значения, не даем ребенку отдыха, то он теряет все приобретенные до этого навыки. Теряет, так как заканчиваются силы не только на освоение нового, но и на удержание старого. Или же при сохранении вновь приобретенных навыков появляются какие-нибудь внешние побочные эффекты, например, заикание, астма и пр. * * *

Иногда за повышенной активностью, общительностью, разговорчивостью, коммуникабельностью, социальностью скрывается все та же повышенная тревожность, которая таким образом хотя бы частично сбрасывается или становится незаметной и для самого человека, и для окружающих.

Сам человек воспринимает свои действия не как проявление тревоги, а, например, как любознательность.

В объективно стрессовой ситуации он кидается к людям с неоправданными вопросами, считая это проявлением любопытства и общительности, а не тревоги и стремления избавиться от нее. Реальная проблема не замечается, не признается и не уважается, и тогда, как правило, она вылезает в чем-то другом, например в соматике, в астме, в проблемах с дыханием, с усвоением и перевариванием пищи, в кожных болезнях и многом другом.

14.10.2008

Иногда отмечаю у членов аутичных семей искусственные формы общения. Возникает такое ощущение, что люди общаются не так, как хочется, а так, как им кажется правильным, как было когда-то придумано или где-то подсмотрено. Зачастую такой способ общения уже кажется человеку своим и потому ему очень сложно это увидеть. Часто и сам человек уже не знает, как же ему на самом деле хочется общаться и где его настоящее, естественное состояние.

Во многих семьях общение с ребенком приобретает формы дидактического, неживого. Такое общение часто появляется из-за попытки скрыть аутизм за навыками, доказав себе, что у ребенка есть способности. При этом живого общения или нет, или же количество дидактического общения сильно превышает количество живого. В результате имеем «неживого», «холодного» ребенка. Потому что только дидактикой, обучением проблему аутизма не решить. Более того, дидактическое развитие и обучение — это не главное при решении проблемы аутизма. * * *

На программу «напряжение» у человека аутичного автоматически включается программа «отвержение», «отключение», «включение в себя».

У неаутичного — «отвержение», «агрессия».

У специалиста — целенаправленная работа на снятие напряжения.

15.10.2008

Напряжение часто превращается в депрессию, в слезы, срывы или же переходит в латентное напряжение, постоянно существующее в человеке и уже не идентифицируемое им. Некоторые из окружающих могут видеть, ощущать и чувствовать это напряжение, но им, как

правило, не верят, так как исходят из других критериев, других представлений о том, что такое сильное напряжение. * * *

Очень многое аутисты не делают не потому, что не могут или не умеют, а потому, что есть кто-то, кто делает это за них. Кто-то более нетерпеливый или нервный.

Они в состоянии сделать сами, но бежать впереди и делать, когда делает уже кто-то другой, не будут. Они могут и умеют многое, но не могут и не умеют соперничать с чужой тревогой и нетерпеливостью. * * *

Я не стремлюсь делать терапию красивой. Моя задача — добиться включенности и результата. Я могу действовать и через позитивное переживание, и через негативное. И через активность, и через пассивность. И яркостью, и незаметностью. И за счет структуры, и за счет хаоса. Просто нужно уметь пользоваться всем этим в нужный момент, в нужном качестве и в нужном количестве. * * *

В течение первого месяца, как минимум, надо стараться не делиться ни с кем тем, что происходит на занятиях. Только: да — нравится и нет — не нравится. Чем больше делиться с другими, тем меньше остается себе и своим изменениям. Это уже будет не свое собственное мнение о результатах, а общественное.

Чтобы было время разложить по полочкам то новое, что дается на занятиях, не затмевая ничем другим, нужно время.

20.10.2008

Постоянные мысли о будущем лишают настоящего. * * *

Логопед — развитие речи и речевого аппарата.

Дефектолог — развитие внешней составляющей интеллекта, знаний, умений и навыков.

Психолог — внутреннее развитие личности, эмоций, чувств, поведения, общения, осознания и их внешних проявлений, таких как интеллект, знания, умения, навыки, речь. * * *

Физическая нагрузка и физическая разрядка — это категорически разные вещи. Аутичному ребенку нужна не столько нагрузка, сколько именно разрядка. 21.10.2008

Многим ошибочно кажется, что простого присоединения и принятия достаточно для эффективного развития аутичного ребенка. Безусловно, если к ребенку присоединиться и принимать его, то он расцветает, только вот аутистом быть не перестает. Он превратится из недовольного аутиста в довольного, что, конечно, немаловажно, но недостаточно.

Можно вместе с ребенком, приняв его и присоединившись, говорить о календарях, давать ему веревочки или палочки, которые его так привлекают, и он будет этому очень рад. Но уменьшит ли это его аутизм? Поможет ли решить его проблемы? * * *

Дело не в том, ломать стереотип или нет, забирать у ребенка, например, палочку, которую он все время носит перед глазами, или нет, а в том,

как это делать. Важно делать это вовремя, когда это доступно ребенку и родителю (другому взрослому) или хотя бы кому-то одному из них. Формальное соблюдение ритуала ломки стереотипа, как правило, ничем хорошим не заканчивается. Обычно я говорю родителям:

— Если у вас есть возможность дать адекватную замену этому стереотипу, то можно начинать его ломку. Если замены нет, не стоит и пробовать, так как вероятнее всего вы потерпите поражение, и это оставит и у вас, и у ребенка исключительно негативные воспоминания и обострит стереотип. Заменой же могут быть новые навыки ребенка, которыми он умеет пользоваться, которые может чередовать, которыми сможет заполнить пустоту, образовавшуюся после отмены стереотипа. При этом мы должны быть уверены в себе и своих силах решить проблему. Даже если ребенку тяжело, а ему и правда тяжело без стереотипа, особенно первое время, это не значит, что его не надо убирать. Алкоголику тоже тяжело без алкоголя, а наркоману без наркотика.

При этом стоит помнить, что любой стереотип имеет под собой внутреннюю причину, без устранения которой борьба с ним поверхностна и малоэффективна. А после устранения он превращается просто в привычку, отказаться от которой намного проще.

22.10.2008

Чтобы действительно выйти из депрессии, а не просто вытеснить ее, ее надо проработать, пережить, прочувствовать, признать и поверить ей. Простое подавление или замещение депрессии не дает полного излечения, и при каждом удобном случае она будет вновь проявляться. Ее не надо бояться, от нее не надо убегать — ее надо пережить, проработать и выработать иммунитет к ней. Но переживать ее надо под надзором специалистов, родственников или других заинтересованных лиц.

Как с ветрянкой — переболев ею, мы в большинстве случаев защищаем себя от нее в будущем. * * *

Если с гиперактивным ребенком работать на физическом и эмоциональном возбуждении, то такой ребенок выключается. С ним, в противоположность аутичному ребенку, наоборот, необходимо максимально сглаживать и затормаживать активность, мешающую концентрации и развитию. При этом остается и общее, например, необходимо также подключаться к его игре, немного меняя ее тональность. Но дирижером в ней, как и в работе с аутичными детьми, все равно остается ребенок. Внешняя ограничивающая структура отсутствует, а все общение и взаимодействие с ребенком строится также на хаосе и из хаоса. Так ребенок тренируется самостоятельно управлять собой, своей активностью, своими желаниями и возможностями. * * *

Гипервозбудимого, гиперподвижного аутиста я все равно буду намеренно возбуждать, провоцировать, активизировать, инициировать. Я буду его включать таким образом, поскольку его собственное возбуждение, как правило, не включенное.

23.10.2008

Аркадий упал, ударился, плачет. Я попробовала его успокоить и так и эдак, — не действует. Потом предложила забыть, не обращать внимания — не действует. И тут я спрашиваю, абсолютно спонтанно:

— Аркаша, ты что хочешь делать — плакать или играть?

Он так опешил от этого вопроса, что тут же успокоился, хотя и не планировал так быстро

этого делать, и продолжил играть с нами.

Иногда такие неожиданные и парадоксальные реакции меняют ход событий, и сейчас, анализируя, я понимаю, что достаточно часто пользуюсь ими в работе. * * *

Даже такие мелочи, как наблюдение, имеют огромное значение. Необходимо научиться мягкому, не давящему наблюдению: не нависать, не напрягаться, не контролировать все и вся, не находиться над ребенком и над ситуацией, а скорее отслеживать и анализировать, оставаясь на равных.

24.10.2008

Аутичный ребенок может быть подвижным, мегаподвижным, хаотичным, деструктивным или неконструктивным, но не гиперактивным.

Гиперактивных аутистов не бывает, аутисты бывают только гипервозбудимые или гиперподвижные. С любым, даже самым подвижным аутистом, довольно долгое время можно работать только на возбуждении. С гиперактивным же ребенком, в противоположность аутичному, довольно долгое время можно работать только на торможении.

Гиперактивный ребенок выпадает из реальности и теряет нить на возбуждении, а аутичный — на торможении.

Но важно не путать: активный, гиперактивный и подвижный. Даже если ребенок очень подвижный, это еще не значит, что у него гиперактивность как диагноз. * * *

Не говорит и не пользуется речью — это разное. Проблема аутичного ребенка в большинстве случаев — это неиспользование речи при возможности говорить и при достаточно большом пассивном словарном запасе.

25.10.2008

Не просто так в дореволюционной России дети поступали в школу лет в десять, а до этого обучались самостоятельно с учителями, гувернантками, нянями, имея возможность укрепить свою нервную систему в гораздо большей степени, чем сейчас, когда они идут в школу в шесть-семь лет. Поэтому не вижу вреда в том, что ребенок, любой ребенок, необязательно аутичный, программу начальной школы осваивает дома в комфортных условиях. Школьная социализация, ради которой многие стремятся как можно раньше попасть туда, — это не та социализация, из-за которой стоит крушить стены. А эти три-четыре года лучше использовать для укрепления психики, а не наоборот, социализируясь в более мягких кружковых формах обучения по интересам. * * *

Зачем нужна собственная терапия родителям? Решать проблемы — первое. Тренироваться быть другими — второе. Иметь эмоциональную поддержку и подпитку — третье. И то, и другое, и третье — необходимо. * * *

Кому-то надо добавить скорости, резкости и четкости в общении с ребенком. А кому-то, наоборот, надо снизить обороты. Здесь, как и во всем, нет единого рецепта поведения. * * *

— Способны ли аутисты страдать?

Вопрос, к которому я все время возвращаюсь, так сильно он меня зацепил.

Они потому и уходят в аутизм, что страдания, которые им причиняет практически все, становятся невыносимыми для них. Они не научились сопротивляться страданиям, они научились или вбирать их в себя, или уходить от них. Но, уходя от них, они уходят и ото всего остального. Аутизм — это защитная оболочка от страданий.

26.10.2008

— Ищите воспитателей в детских садах и педагогов в школах, которые готовы работать с вашими детьми, готовы их принимать, интегрировать и социализировать, — так говорю я практически на каждой консультации. — Не обязательно, чтобы ребенок каждый день с утра до вечера находился в детском саду. На первое время достаточно и двух-четырёх часов неделю, а в остальное время необходимо активно заниматься с ребенком на стороне.

И практически всегда слышу один и тот же ответ:

— Ну где же их взять? Кто же захочет брать на себя такую нагрузку? Они вообще не заинтересованы в лишней проблеме. И наши дети никому, кроме нас, не нужны.

И тем не менее бывает по-разному. Хорошие, заинтересованные, ничего не требующие за это педагоги тоже есть, просто их надо искать.

Максим — очень непростой мальчик, но его маме удалось устроить его в обычную среднюю группу детского сада, куда она ходит вместе с ним, чтобы не нагружать воспитательницу.

— Почему вы не ходите на музыку? Зачем уходите так рано из группы? Так спрашивает у меня воспитательница, — рассказывает мама Максима. — Ну я не хочу, чтобы он мешал остальным детям заниматься, отвечаю я.

К слову сказать, Максим и в самом деле мешает заниматься, особенно в последнее время. Он сейчас, как умеет, стремится во всем поучаствовать, вырывает у детей карандаши и тетрадки и пытается сам что-то почирикать там. Ломает им игры, вмешивается в занятия и не сидит на месте.

— Ничего-ничего, пусть тренируются не отвлекаться, — ответила воспитательница, — им это еще пригодится.

А Костя учится в третьем классе обычной общеобразовательной школы, хотя и явно не тянет ее по уровню, но сейчас речь не об этом.

— В этом году я созрела к тому, чтобы перевести его в специализированную школу, — рассказывает Костина мама, — и решила подойти к нашей учительнице посоветоваться. Она категорически против.

— Вы что? Да там его посадят на последнюю парту и забудут о его существовании! Там никто не умеет работать с аутистами! Даже и не думайте о переводе! — Вот что ответила учительница.

Так что бывает все-таки по-разному. * * *

Довольно часто, отдав ребенка в садик, школу, вуз и пр., родители забирают его с терапии, заменяя проблемы общения достижениями в образовательной системе. Практически все при этом отмечают значительное ухудшение психологического состояния и поведения ребенка, ухудшение качества общения на этом фоне. Все отмечают возросшее напряжение у ребенка, связанное с получением нового социального опыта, но при этом лишают его возможности сбрасывать это напряжение. Так почему же все делают одну и ту же ошибку? Нагрузка у ребенка возрастает, а поддержка падает. Почему так?

27.10.2008

Любое обучение намного менее эффективно после психотерапии. Также как и любая терапия намного более эффективна в тех случаях, когда по окончании сессии не подавляется обучением. Это же касается и занятий с логопедом и дефектологом. Исключение составляют те случаи, когда обучение вплетено в терапевтический процесс. В противном случае и результаты терапии, и результаты обучения идут насмарку. Следует составлять расписание таким образом, чтобы обучающие занятия были или до терапии, или же после большого перерыва, необходимого для переработки и усвоения результатов терапии. Продолжительность перерыва — минимум три часа.

28.10.2008

Смотрите на мир с улыбкой, и мир улыбнется вам. * * *

Часто при выходе из аутизма внутреннее давление, которое существует у любого аутичного или тревожного человека, трансформируется во внешнее давление в отношении других людей. На самом деле это неконструктивное проявление увеличившейся активности, уверенности, сил, воли, которые до того были в подавленном состоянии и циркулировали внутри ребенка. Это активность, с которой ребенок пока что не умеет обращаться: силы уже есть, а конструктивно пользоваться ими ребенок еще не умеет.

Тяжело и окружающим, и самому ребенку. Но это этап, без которого чаще всего не обойтись. Единственное, что можно сделать, — запастись терпением, отнестись с пониманием и грамотно реагировать на это давление, стараясь перенаправить его в конструктивное русло.

Ни в коем случае не стоит давить в ответ. Как на агрессию нежелательно реагировать агрессией, так и на давление нежелательно реагировать ответным давлением.

Выходит в первую очередь то, что сдерживалось. Для кого-то это агрессия, для кого-то давление, для кого-то слезы, для кого-то активность-подвижность, для кого-то смех, для кого-то тревога и страхи, а возможно, и все перечисленное, только по очереди. А сдерживается аутичным ребенком очень и очень многое. * * *

Веровочный тренинг, пейнтбол, ориентирование на местности, азартные игры, спорт, массаж, сауна, бассейн с трамплином, танцы, и в том числе спортивные, телесная терапия и терапия вообще, энергетически заряженная музыка, а также многое другое — это полезно и необходимо не только аутичному ребенку, но и любому из членов его семьи. Это тренирует включенность, активность, устойчивость и заряжает энергией. * * *

Глупо искать виноватых и обвинять кого-то в том, что произошло с ребенком, с семьей, —

необходимо постараться изменить отношение к произошедшему. * * *

Важно понять, что этапность существует как в общем развитии ребенка, так и в дополнительном развитии и образовании. Застывая на каком-либо из этапов, мы это развитие тормозим. Ребенок меняется, надо менять и способ общения с ним. Та позиция, которая на сто процентов верна на одном этапе, на другом может быть уже не нужна и более того, способна тормозить или исказить развитие.

Если в начале года сформировано определенное расписание для ребенка, вовсе не значит, что надо будет следовать ему в течение всего учебного года. В какой-то момент ребенку нужны групповые занятия, в какой-то — индивидуальные. В какой-то момент ему нужна группа, где он будет самым сложным, а в какой-то, наоборот, группа, где он будет самым продвинутым. В какой-то момент нужна интегративная группа, а в какой-то — принимающая. В какой-то момент специализированный садик, а в какой-то — логопедический.

В какой-то момент полезнее занятия с этим психологом, логопедом, дефектологом, а в какой-то — с другими специалистами. Это нормально, и этих изменений и переходов не надо бояться, так как все это путь развития.

29.10.2008

После любого сильного рывка или «марафона» ребенку необходимо некоторое время, чтобы переработать полученную информацию в изоляции, в режиме молчания. Это дает ему возможность идти дальше. А если после «марафона» сразу же бросаться к чему-то следующему, эффект от него будет сведен к нулю. Впрочем, это касается любой терапии — нельзя после сеанса у психолога-психотерапевта сразу же заниматься чем-то другим, не оставив времени на переработку и усвоение информации, пищи. Это выброшенные деньги и время. Также не рекомендуется делиться пол ученным опытом, не успев его переработать. Иначе есть большой риск потеряться в чужих мыслях, не оставив ничего себе, уничтожив результат, каким бы он ни был.

Следует заранее составлять свое расписание и расписание ребенка таким образом, чтобы учитывать этот важный пункт. * * *

Необходимо помнить, что «марафон» довольно тяжело дается как ребенку, так и семье. На третий-пятый день такого интенсива все участники процесса устают, и частым следствием усталости является внешнее ухудшение или усиление симптоматики, возврат к старому. Однако через некоторое время открывается «второе дыхание», и это позволяет двигаться дальше. Как в спорте.

Частым эффектом «марафонов» является так называемый эффект пружины, которая, отскочив после недельного давления, позволяет ребенку переместиться на следующий уровень. * * *

Бывает аутизм первичный, бывает аутизм вторичный, а бывает аутизм сочетанный.

Первичный аутизм: аутичные проблемы — единственное, что мешает ребенку полноценно развиваться, общаться, жить.

Вторичный аутизм: аутичные черты проявляются на фоне какого-то другого нарушения. Проблему вторичного аутизма решить легче всего.

Сочетанный аутизм: аутизм не является следствием другой проблемы, например, глухоты, а

выступает ней на равных. Он независим от сопутствующих проблем ребенка и не исчезает при их исчезновении без соответствующих коррекционных занятий, хотя и значительно снижается. * * *

Трубочка, внизу шарик — представьте, что необходимо этот шарик выдуть вверх. Если мы устаем дуть и останавливаемся, то шарик опять спускается вниз. Но если выдуть его, то обратно он может вернуться, только если его туда положат снова. Пока мы не разовьем легкие, не наберемся сил, терпения и устойчивости, чтобы додуть до победного конца, мы так и будем начинать с самого начала. Или не начинать с начала, а постоянно дуть, без отдыха, но не с той силой, которая необходима для победы. И уставать будем постоянно. То есть результат зависит не от количества времени, потраченного на выдувание, а от качества.

Так и с аутизмом, который иногда и есть такой вот шарик.

30.10.2008

Часто я работаю молча ил и почти молча, так как моей целью не является развитие вербального уровня. До него еще дорасти надо. А для этого необходимо сначала овладеть невербальным уровнем общения, развитием которого я и занимаюсь первое и довольно длительное время.

Еще я использую минимум слов потому, что ребенку и так тяжело быть включенным, а речь, ее восприятие и переработка требуют от ребенка дополнительных усилий. И тогда ему становится сложнее концентрировать себя. Когда навык включения будет для него достаточно прост, то можно подключать и речь. Когда ребенок будет в состоянии удерживать и речь, и включение, можно добавлять и еще что-то следующее. И так далее. Во многом это дело тренировки. * * *

Одна из основных проблем, мешающих аутичным детям развиваться, — подавленная активность, которая подавляется ребенком вслед за давлением затапливающей его тревоги. Грубо говоря, аутисты сами вырабатывают «нейролептик», защищающий их от невыносимой тревоги и не дающий им развиваться. В таком случае нейролептики, которые часто выписываются аутичным детям, лишь усиливают их основную проблему — они еще сильнее подавляют уже подавленную самим ребенком активность. * * *

Почему все так боятся диагноза «аутизм»? Почему это считается клеймом на всю жизнь? Почему считается, что если ребенок вышел из этого состояния, то это, значит, и не было аутизмом? Мне лично не понятно. Почему из моторной алалии можно выйти, а из аутизма нельзя? Аутизм не заразен. Он не сильно отличается от невроза навязчивости или страха темноты, но тем не менее они не считаются клеймом. Считается, что это временные проблемы, которые можно преодолеть. И с аутизмом то же самое.

01.11.2008

Интересно, это детей таких больше стало или мы смотреть на проблему аутизма по-другому стали, или мы научились быстро переключать их с аутичной симптоматики на уровень привычки?

Все чаще приходящие к нам на занятия студенты или специалисты, посмотрев на детей и на

занятия, спрашивают:

— Ну и где же здесь аутисты?

Все чаще аутизм в моих глазах превращается в привычку вести себя таким образом, неумение самостоятельно без грамотной поддержки справиться с ней, но не более того. Аутизма нет — есть привычка быть аутистом.

Хотя, вероятно, существуют где-то и настоящие аутисты. Такие, которых один на десять тысяч. И с ними, возможно, работать надо совсем по-другому. * * *

Если, например, при аллергии соблюдать необходимую диету, то высыпаний и покраснений на коже не будет.

С аутичным поведением то же самое, только диета при аутизме не пищевая, а психологическая. И если эту диету соблюдать, то все будет в порядке и со временем к опасным ситуациям выработается иммунитет и не будет необходимости в строгом ее соблюдении.

02.11.2008

В очередной раз задумалась о химическом отравлении организма и аутизме.

Это фактор, который усугубляет и без того существующие проблемы, но все-таки не является причиной аутизма, на мой взгляд. И действительно, если очищать организм, то ему не надо будет тратить силы на борьбу с отравлением, только на борьбу с аутизмом, например. Улучшение, безусловно, будет. Более того, я уверена, что в нынешнее время такая чистка не помешает любому среднестатистическому гражданину. Но в химическое отравление как причину возникновения или развития аутизма я не верю. * * *

Рост количества детей с аутизмом — это всего лишь закономерный и, к сожалению, плачевный результат развития и прогресса человечества. Результат технического развития в ущерб естественному, настоящему, натуральному. Идет масса замен, как в духовном, ментальном, так и в материальном, например, в питании, в общении, в играх.

Если раньше взрослый сидел рядом с ребенком и, называя ему каждую картинку в книжке, мяукал, кукарекал, хрюкал, то сейчас абсолютно искренне и исключительно из благих намерений ребенку дают хорошую, качественную, яркую интерактивную книжку или игрушку, которая будет сама мяукать или лаять, если нажать нужную кнопку. Игрушку, которой он может пользоваться без участия взрослого, предоставляя обучение самому себе. И дело не только и не столько в том, что надо исключить подобные игрушки из жизни ребенка, но еще и в том, что надо дать им адекватную замену, не оставляя ребенка в пустоте, предоставленным самому себе.

Это попытка сэкономить на всем, на чем только можно, глобальное сбережение энергии и времени, только не понятно, с какой целью, так как большинству их девать некуда. Большинство не умеет пользоваться появившейся свободой, поэтому усиливается давление, которое мешает развитию, и на это давление в первую очередь реагируют самые слабые, те, кто не в состоянии сопротивляться... или, наоборот, сильные...

Кроме того, немаловажную роль в развитии аутизма играет перегруженность информационного поля. Отовсюду что-то звучит, трещит, вертится, крутится, мелькает, меняется и т. д. Если раньше ребенку с предпосылками к аутизму было достаточно только

научиться концентрировать внимание в относительно спокойном поле, то сейчас надо научиться не только концентрироваться, но еще и не отвлекаться на постоянно происходящее вокруг движение. С этим справляются далеко не все, отсюда и катастрофический рост аутизма во всем мире. И в первую очередь именно в развитых странах.

Химическое отравление на этом фоне является всего лишь одним из многих факторов, усугубляющих проблемы в психическом и физическом развитии современных детей, в том числе и аутичных. Это следствие, но ни в коей мере не причина. Потому как кому-то ведь и в голову не придет есть продукты, например, содержащие консерванты и прочую гадость, а кому-то в голову не придет не есть такие продукты, но это не гарантирует отсутствие аутизма.

Аутизации способствует все в современном мире. Сейчас можно ничего не делать, живя на полуфабрикатах, — пищевых, технических, ментальных, духовных. Только вряд ли это способствует гармоничному развитию личности. Жизнь на скорую руку, в спешке, отдельно друг от друга.

Кто-то ориентируется на рекламу и общество потребителей, а кто-то на себя и на здравый смысл. Но делаем выбор мы сами. И это касается всего, не только питания, обслуживания, но и навязываемого общения.

Мысами выбираем, какими будем. Мы — единственные, кто ответственен за этот выбор. * * *

Глобальная, общемировая неестественность. И уж кто принял эти правила игры против воли, не соглашаясь с ними в душе, но играя по ним, те и проигрывают больше всего. Потому что в них нет целостности. Надо или быть в игре, доверять игре, быть игрой. Или не играть вовсе. Можно делать все то, что мы сами себе разрешаем, конечно, в пределах разумного; решаем мы. Даже в тех случаях, когда что-то происходит против воли, не в общемировом плане, а на бытовом уровне, — мы же с этим сами соглашаемся. Когда идет серьезное рассогласование между тем, каким я хочу быть, и тем, каким принято быть в обществе или обществом, и когда выбор делается не в свою пользу. Когда доверие себе и своим желаниям затмевается пропагандой кем-то придуманной правильности, нормальности, современности, эталонности. Когда из страха не соответствовать, из-за боязни, не всегда осознанной, быть осужденным кем-то отказываются от себя в пользу общества. Тогда и появляется масса проблем, многие из которых отражаются и на детях в том числе. * * *

Заметила сложности, возникающие у родителей в определении и дифференциации состояния и поведения ребенка. Очень часто наблюдаю подмены, на основе которых строится общение, восприятие, воспитание и взаимодействие с ребенком. Так, оживление и живость, искренняя радость часто определяются родителями как возбуждение и перевозбуждение. Соответственно искренние чувства запрещаются и пресекаются. Тем самым в ребенке неосознанно возвращается запрет на искренность и проявление истинных, чистых эмоций. Радоваться нельзя. Или, как минимум, радоваться заметно для окружающих нельзя, так как это неправильно истолковывается. Отсюда и остальные запреты, для возникновения которых уже достаточно ресурсов самого ребенка, даже вмешиваться никому не надо.

Важно при этом понимать, что, запрещая ребенку радоваться, родители считают, что не дают ему перевозбуждаться, так как ошибочно определяют его состояние, ориентируясь только на поверхностные проявления в поведении ребенка.

То же касается и проявления многих других эмоций, неправильного их определений и я, следовательно, ошибочной реакции на них. Так, усталость часто трактуется как аутизация, отстаивание своих желаний — как непонятная агрессия, аутизация — как спокойствие и пр. * *

*

У многих, у кого-то сразу, а у кого-то на определенном этапе, возникает сопротивление терапии, которое проявляется в агрессии по отношению к терапевту или по отношению к родственникам, которые не принимают участия в терапии, или в агрессии к ребенку.

Попросту говоря, в какой-то момент у родителя (родителей) появляется страх изменений и страх ответственности за изменения и их удержание. В этих случаях самое первое, что приходит в голову, — вернуться назад, в исходную, знакомую точку, обесценив достигнутые результаты или их возможность, отказавшись от помощи, найдя для этого массу причин, объяснений или оправданий. * * *

Необходимость думать, анализировать, искать варианты внедрения нового продукта или действия значительно увеличивает долю включения в процесс жизни, выдергивает из внутреннего мира. Это включение отражается на всех сторонах жизни и, естественно, меняет ребенка. С ним начинают по-другому общаться, так как и сами меняются, и степень включенности в ребенка тоже значительно вырастает.

В том случае, когда таким семейным «включателем» является введение диеты или биомедицинского лечения, то, помимо возросшего уровня включенности всей семьи, влекущей автоматические изменения, происходит еще и очищение организма, что также упрощает жизнь аутичному ребенку.

Но причинно-следственные связи в изменениях на фоне такого лечения я усматриваю несколько иные, чем принято видеть. Изменения происходят не столько из-за лечения и диеты, что тоже не повредит, сколько из-за изменения образа жизни, образа мыслей, способа взаимодействия с ребенком, хотя формально это и опосредовано введением лечения. Таким образом, диета становится всего лишь эффективным средством изменения семейной системы.

Тоже самое можно сказать и о многих других известных методиках, воздействие которых в первую очередь направлено на внешние изменения и которые основаны на соблюдении разнообразных правил. Соблюдение правил структурирует семью и тем самым постепенно меняет ее систему изнутри, что в конечном итоге и приводит к изменениям у ребенка, при которых внешние способы коррекции оказываются вспомогательными для воздействия на внутреннюю систему. Если правила соблюдаются лишь формально и это не влечет за собой внутренних изменений семьи, результатов может и не быть.

Безглютеновая, безказеиновая диета при аутизме эффективна тогда, когда она является терапевтическим инструментом, агентом изменений всей семьи. Если же она просто формально приложена к ребенку и его проблеме, то ничего, кроме кишечных проблем, она не решает, хоть иногда и приводит к повышению уровня включенности ребенка за счет освобождения ресурсов.

03.11.2008

Основная проблема аутистов заключается в подавленных по разнообразным причинам воле и самости. Соответственной работа должна быть направлена на снижение уровня давления, как внутреннего, так и внешнего, как психологического, так и соматического.

Повышенное внутричерепное давление, недостаток кислорода, шейный отдел. Кислородное голодание и голодание вообще. На уровне соматическом, физиологическом, физическом и

психологическом. На уровне эмоций, чувств, ощущений и так далее. А дальше одно за другое цепляется. Но как закручивается, так и раскручивается, цепляясь одно за другое. * * *

Любую нагрузку — и умственную, и физическую, и психическую — нужно грамотно распределять. И такое же грамотное распределение необходимо внутри каждой из этих категорий: не следует сваливать все в кучу, но и слишком разделять тоже нельзя. * * *

Аутичный ребенок не фильтрует воспринимаемое и пытается брать все. Но быстро перестает справляться с тем, что получает, выстраивает сильнейшие аутичные защиты и практически перестает воспринимать вообще что бы то ни было.

04.11.2008

При грамотном подходе ощутимые результаты и изменения в поведении ребенка видны уже на второй-третьей неделе терапевтического вмешательства. Правда, часто эти результаты приписываются чему угодно, только не терапии. * * *

Неуверенность, тревога, контроль, давление, напряжение — качества, свойственные большинству членов аутичных семей и вытекающие одно из другого.

Я бы назвала этот тип семей «тревожно-давящими», причем таковыми являются преимущественно матери. Давление при этом — следствие повышенной тревоги. У кого-то эти черты явные, у кого-то скрытые. Они появляются по разным причинам и по-разному проявляются, существуют в разном соотношении друг к другу. Но они есть и являются одной из основных проблем, с которой надо работать семье независимо от развития и терапевтической работы с ребенком. * * *

В качестве одного из дополнительных и простых в исполнении способов снятия психологического и мышечного напряжения как у детей, так и у родителей можно использовать гимнастику лица. Гимнастику можно делать и перед зеркалом, и перед ребенком, и играя в «зеркало» вместе с ребенком, и просто дома, на работе, в дороге.

Можно использовать ее как игру, а можно как специально организованное занятие — это уж кому как больше понравится. * * *

Агрессия, как и смех, часто является защитой от чего-то пугающего.

Важно понять ее функциональное значение в каждый конкретный момент. Если агрессия спровоцирована страхом, тревогой, то в первую очередь необходимо убедить ребенка в безопасности ситуации или ликвидировать источник страха. Не стоит в такой ситуации поучать ребенка и читать ему нотации о нормах поведения в обществе.

05.11.2008

Поощрение — да, я могу допустить поощрение эмоцией или общением. Но допустить материальное поощрение, такое как еда, покупка, игрушка и пр., в воспитании и работе с аутичным, да и не только аутичным ребенком я не могу. * * *

— У Андрюши последние две недели дома просто ужасное поведение, — говорит мне его

мама. При этом на занятиях я отмечаю отчетливую положительную динамику. Первые две встречи мне пришлось потратить на понимание того, как правильнее работать с ним, так как стало ясно, что аутичный подход ему не всегда годится, да и основная его проблема заключается в гиперактивном поведении. Первые занятия с ним были сплошным безумием, сейчас это золотой ребенок — слышащий, думающий, дискутирующий, несмотря на существующие речевые проблемы.

Почему же дома он так плох? Возможно, существует огромная разница в способе общения с ним дома и на занятиях, и именно этот разрыв дает такую острую поведенческую реакцию? Не знаю, это всего лишь предположение.

06.11.2008

— Я эту неделю старалась дома играть со Степой так, как мы играли на занятии, — рассказывает мне Степина мама во время очередной нашей встречи. — Но это же невозможно делать постоянно! И потом, он же как наркоман — ему же чем больше даешь, тем больше надо. А я же не могу проводить с ним так много времени!

— Вот в этом-то и кроется загвоздка, что, не пройдя этапа, когда «ему все время надо», дальше не двинуться. Во всяком случае, относительно быстро не двинуться. * * *

— Нужно играть не с Ваней, не Ваней, а в Ваню, — реагирую я на попытку студентов, пришедших к нам на занятие, играть с ним в правильные, структурированные игры. — Прежде чем овладевать другими предметами, понятиями, играми, ему надо понять, почувствовать, ощутить — что же такое «Ваня».

07.11.2008

Наиболее частые варианты первичного реагирования ребенка на попытки вмешательства в его аутизм:

1) Ребенок боится всего, боится любого вмешательства и старается уйти от него.

Артур : классический, «книжный» аутичный ребенок. Он все видит и все замечает в один момент, хоть это не всегда видно. Он всего боится и, прячась от страхов, уходит в себя. Он может одновременно наблюдать за происходящим в правом и в левом углу и в то же время видеть, что происходит у него за спиной. Он легко переключается с одного на другое, но из-за повышенной тревоги никак не пользуется этим навыком. Он внешне недоверчив, но поверить любому человеку для него ничего не стоит. Для того чтобы завоевать его доверие, достаточно просто не бояться его, понимать его, принимать его и помогать ему. Его первая реакция на что бы то ни было — отказ. Он боится всего нового и неизвестного, но если не бояться этих его реакций и, несмотря ни на что, знакомить его с новым, то он тут же добавляет это в свой арсенал и с удовольствием использует в дальнейшем. Он напрямую зависит от атмосферы и от внутреннего состояния наиболее близкого «здесь и сейчас» человека, и это необходимо учитывать при общении с ним. На напряжение он реагирует еще большим напряжением, на доверие — еще большим доверием и т. д. Его очень легко спугнуть, но при этом он остается мягким и открыто эмоциональным. Его основная проблема, и она явная и ничем не прикрытая, — это непереносимая тревога.

2) Ребенок поддается или подавляется, становится как пластилин.

Дима: пассивный наблюдатель. Он все время здесь, все время с нами, но ему катастрофически не хватает собственной активности. Такого ребенка надо все время заводить, все время активизировать, и это легко удастся. Он выдержит столько, на сколько хватит фантазии и сколько выдержит тот, кто его активизирует. Он рад любым манипуляциям с собой. Он рад любой новой деятельности, хотя и предпочитает старую, хорошо знакомую. Но при любой активности и активизации очень важен внутренний компонент, важно то, с каким настроем и настроением мы с ним общаемся. Он легко почувствует фальшь и тут же среагирует на нее «уходом» из общения.

3) Ребенок напрягается, как на физическом, так и на психологическом уровнях.

Вова: его основная проблема, мешающая ему продуктивно развиваться и идти вперед, — напряжение. Он все замечает и все видит, но не всегда реагирует на это, так как ему мешает напряжение. Он напряжен всегда.

Он говорит сквозь сжатые зубы или губы, а ходит и даже бежит, не отрывая ног от земли. Он постоянно в тонусе. Он не может расслабиться. Он тоже отрицает все новое, но реагирует на это не открытой тревогой, а напряжением. Очень много внимания в работе с ним уделяется расслаблению и разрядке, как физической, так и психологической. Гимнастике лица и мускулатуры. С ним мы можем надувать щеки, кричать, кривляться и дурачиться, чтобы выпустить напряжение, с ним мы будем бегать, высоко поднимая колени, постоянно меняя маршруты, чтобы не стереотипизировать их. С ним мы будем учиться фантазировать и придумывать массу ответов на один и тот же вопрос (типа: «придумать пятьдесят способов использования кирпича»), и чем более нереальными они будут, тем в данном случае лучше. Основная работа с ним построена на расслабляющей и раскрепощающей активности, на постоянных изменениях и внедрении нового и, самое главное, разного. Чем меньше шаблонности в общении с ним, тем больше свободы в нем. Чем больше свободы в его партнере, тем проще и его провоцировать на собственную свободу. Он легко использует чужие примеры поведения, но ему не хватает уверенности в том, что он «право имеет».

4) Ребенок упирается, активно сопротивляется, игнорирует, отрицает или отвергает.

Степа : он как будто одновременно и с нами, и нет. Такое ощущение, что он все время где-то застревает. Он очень буквален. Он совершенно не гибкий. Следить за двумя людьми или двумя процессами одновременно ему очень сложно. Ему тяжело переключаться, поэтому его я буду все время запутывать, предъявляя ему много стимулов одновременно, и затем помогать ему распутываться. Он все время внутри. Чтобы добиться видимых включенных эмоций от него, особенно положительных, надо очень постараться, но и это вполне доступно. В противоположность большинству детей он не подавляется, а давит сам.

Давит и себя, и других. Первое и довольно длительное ощущение от него, что окружающие ему не нужны, он в них не заинтересован, а его поведение — это во многом позиция. Но и здесь, если копнуть поглубже, если научиться удерживать себя на нем и его на себе, оказывается, что очень даже нужны и очень даже интересны. С ним, как с тем шариком, о котором я писала выше, который надо додуть до победного конца, с ним главное — прорваться, а после этого можно уже и отдохнуть. С ним все время надо быть на скорости, иначе он начинает буксовать в тех местах, которые на скорости можно проскочить и двигаться дальше. С ним нужно постоянно находиться в тонусе, не отпуская его, или он тут же отключается и с удовольствием занимается какими-то своими делами. С ним нельзя ни на секунду расслабляться и выпускать его из активного внимания или хотя бы из своего поля зрения, особенно первое и довольно длительное время, если хочешь активного включения и участия с его стороны. Удерживая его активную включенность, сам находишься все время на грани, все время на острие. С ним очень сложно просто расслабиться, просто разрядиться,

хотя иногда проходят и эти номера. Даже внутри расслабления и разрядки ожидаешь подвоха. Таких детей в моей практике меньшинство, и с такими детьми сложнее всего работать.

Выше описаны наиболее чистые варианты, без примесей, но таких — меньшинство. В большинстве своем они смешанные, а все описанное представлено в них равной степени или преобладает одно над другим, но нет таких крайностей, а соответственно и при работе с ними сочетаются разные подходы. Более того, в ходе работы с ребенком его реакции меняются, перетекая одна в другую. * * *

Часто родители при общении с ребенком, особенно в наиболее сложных для него ситуациях, все время пытаются убедить его, уговорить, предложить, то есть прибегают к наиболее травматичному и сложному для ребенка способу выхода из ситуации. А надо просто говорить, просто спрашивать. В такие моменты ему нужны просто факты, просто уверенность и доверие, а не здравый смысл и упор на принятие самостоятельного решения.

Прививать самостоятельность надо в первую очередь на простом. Когда мы начинаем со сложного, где ребенок, как правило, терпит поражение, мы прививаем ему антисамостоятельность в решениях и неуверенность в собственных возможностях.

— Я не хочу уходить, — говорит ребенок, выходя с занятия.

И тут его начинают расспрашивать, уговаривать, убеждать в необходимости это сделать.

— А что ты будешь делать? Мне без тебя уходить? Ты здесь один останешься? А пойдём я тебе сок куплю. Как это не пойдёшь?

Надо стараться переложить ответственность за принятие решения на ребенка, не уговаривать его и не ползать перед ним на коленях.

— Как хочешь. Можешь оставаться, а я уйду. Если хочешь идти со мной, то давай одевайся.

— Только при этом важно не играть в эти слова. Важно говорить и думать именно их. Как правило, ребенок это чувствует и начинает собираться. * * *

— Я отдыхаю от детей только тогда, когда их совсем нет рядом. Если они есть, то я постоянно включена в них, постоянно контролирую все, — говорит мама Ромы, Тани и Марины. — Я расслабляюсь только тогда, когда дети спят.

— А все остальное время вы, получается, напряжены? И в таком состоянии общаетесь с ними, постоянно транслируя напряжение. А надо бы научиться получать удовольствие и в их присутствии, уметь расслабляться и с детьми тоже. Если это пока недоступно для вас, иногда лучше вообще забыть об их существовании, чем постоянно заряжать их напряжением, которое потом у каждого из них вылезает, хотя и по-разному. * * *

Постарайтесь рассуждать не в категориях «виновата» и «из-за меня», а «есть так, и надо постараться изменить это».

В крайнем случае это может быть ошибкой, особенностью характера, повлиявшей на ребенка, ну уж никак не виной. Вина — это когда намеренно. Вряд ли найдется хоть один человек, который намеренно, все понимая и умея чувствовать себя по-другому, вести себя по-другому, общаться по-другому, сделает хуже любимому ребенку.

Но, зная это, понимая свою роль, можно пробовать менять и меняться. * * *

Для того чтобы быть полезным аутичному человеку, чтобы быть в состоянии его развивать, надо лишь иметь желание разобраться и терпение это делать. * * *

Одни непосредственно лечат, а другие помогают. У одних цель лечить, а у других — помогать. Какие-то занятия лечебные, а какие-то досуговые — это разница, и ее надо научиться видеть. И то и другое нужно и важно, но одно другому не равносильно и ставит перед собой разные цели и задачи, имеет разные средства.

08.11.2008

И сейчас я еще нередко допускаю ошибки в работе с родителями, а реже — с детьми, но тем не менее все же хочется верить, что все чаще я их не допускаю. * * *

Расслабляться надо правильно. На обучение расслаблению необходимо отводить не одно и не два занятия. * * *

Работа с каждым ребенком требует координированных действий всех специалистов, с которыми он занимается, чтобы не получалось, что каждый дует в свою дудку. Чтобы один специалист, сам того не зная, не свел на нет достижения другого.

Координировать работу могут либо сами специалисты, что достаточно сложно осуществить в тех случаях, когда они даже не знакомы друг с другом, либо, что проще, — родители.

09.11.2008

На неконструктивное давление или тревогу со стороны семьи и родителей дети реагируют также неконструктивно: аутисты — мегаторможением, гиперактивные — мегавозбуждением. В данном случае я имею в виду гиперактивность не неврологическую, а психологическую. * * *

Одно из объяснений необходимости периода молчания с аутистами — это неправильное владение языком. Надо понимать, что неиспользование языка для аутиста равно неправильному его использованию. И тогда сначала надо забыть неправильное, а потом уже учиться правильному.

10.11.2008

— Я не была такой, — говорит мама. — Я не была такой контролирующей и такой тревожной, пока с ребенком проблем не случилось.

— А может, и наоборот. Может, это у ребенка проблем не было, пока вы такой не стали по какой-то другой причине. А дальше уже цепная реакция. И тут уже не важно, ребенок на вас среагировал или вы на него. Но, взаимно реагируя ухудшением на ухудшение друг у друга, вы сначала незаметно, а потом уже и заметно для всех усугубляли общую ситуацию. Вы оба.

Однако такая цепочка возможна как в ту, так и в обратную сторону. Можно взаимно улучшаться. И точно так же, сначала изменения незаметны, а потом будут все заметнее и заметнее. Но в этом случае начинать уже по-любому придется вам, так как вы намного сильнее и стабильнее ребенка. И вам понятно, что надо делать и зачем. * * *

Часто встречаются ситуации, когда ребенок уже достаточно сильно изменился и ему доступен качественно иной уровень развития, а родители уже настолько привыкли к нему такому, каким он был, что не замечают изменений и не идут следом за ними.

Они общаются с уже выросшими детьми, как с маленькими. Очень мягко и очень осторожно. Излишне мягко и осторожно. Очень опекающе. Боятся ребенка, вернее, его особенностей и возможных реакций. Боятся не справиться с реакциями. И таким образом вторично затормаживают его развитие.

12.11.2008

Родители либо излишне погружены в ребенка, либо излишне погружены в себя, не видя и не чувствуя ребенка. Эта особенность присуща практически всем родителям, с которыми я знакома. Отсутствие среднего состояния в общении с ребенком, а часто и в целом по жизни. Или все, или ничего. Но эта особенность на глазах уходит при совместной направленной на ее исчезновение работе. * * *

У меня иногда такое ощущение, что аутизм — это некий культ. Раскрученный бренд. Аутичное состояние не пытаются корректировать, а стараются его культивировать. Типа: «Да! Они вот такие не простые! Загадочные».

Культ освобождает от ответственности, от необходимости что-то делать, куда-то вмешиваться, что-то менять. Это касается и специалистов, и родителей. * * *

Напряжение, тревога — активная или пассивная, открытая или скрытая. Давление, которое также может быть внутренним или внешним, активным или пассивным, направленным на себя или на других. В первую очередь это типично для матерей, но в целом и для всей семьи. И как вершина в ней — ребенок. Понятно, что и отцы, как правило, не случайны в таких семьях. Ребенок — это лишь вершина семейного айсберга. А самое интересное всегда под водой. Даже спилив вершину айсберга, мы от него не избавляемся, более того, он становится еще опаснее, так как становится незаметным.

13.11.2008

Две недели назад начали заниматься с Артемом и его мамой и достигли определенных результатов. На третьей неделе по семейным обстоятельствам занятие они пропустили, а по их возвращении мы опять начали все с нуля. Артем опять визжит, опять катает машинки, опять не видит детей в группе, опять не смотрит и не слушает. Очень обидно сталкиваться с этим, и тем не менее так выглядит наша работа с большинством семей. Зачем тогда заниматься? — постоянно возникает у меня вопрос. Зачем выматывать себя и ребенка? Зачем тратить время специалиста? Это все равно что начинать курс, например, медикаментозного лечения, уже видеть результат, бросать по каким-то причинам, а через какое-то время опять начинать снова, и снова, и снова. В чем же глубинный смысл такого лечения?

Наверное, от бессилия у меня такие вопросы всплывают периодически... * * *

Отсутствие принятия, осознания и дифференциации себя, своих состояний и ощущений, причинно-следственных связей свойственно как детям, так и многим родителям. Просто у

детей это обычно проявлено в утрированной форме. И, как правило, перечисленный набор переходит к детям от матерей. А от отцов, которые в большинстве случаев аутично подавлены материнской тревогой, детям передается аутичность. Особенности матерей, наложенные на особенности отцов и стрессы в раннем возрасте, и создают картину клинического аутизма у ребенка. Вышеперечисленное часто является катализатором, хотя и не всегда аналогичный набор приводит к аутизму у ребенка. Но если понимать и принимать такую позицию, если работать над собой будет хотя бы один из членов семьи, помимо ребенка, то эта работа автоматически скажется как на его состоянии, так и на всех остальных членах семьи, которые будут вынуждены изменить систему привычных внутрисемейных отношений в связи с появлением изменившегося члена семьи.

14.11.2008

Искаженное социальное развитие — отставание в социальном развитии.

У аутистов, как правило, искажение вторично на фоне отставания, которое является следствием аутичной защиты. Убрать его достаточно легко, а дальше идет отставание, которое исчезает только через постоянно обновляющийся социальный опыт и психотренинг.

Искажение часто идет как компенсация отставанию, только вот вряд ли эта компенсация конструктивная. * * *

— Но я же знаю, что он умеет это делать.

— Он умеет у вас дома. А здесь он еще не умеет.

18.11.2008

Можно сколько угодно дискутировать на тему, в каком саду, в какой школе ребенку лучше. В коррекционном или в обычном, в обычном или в коррекционном. В одном больше занятий, в другом — больше жизни. Сложно сделать выбор. В большинстве случаев ответ будет зависеть не от направления сада или школы, а от их педагогического состава. От людей, которые там работают. И выбирая между коррекционным садом с не ахти каким составом и обычным садом с аналогичным составом, лучше выбрать обычный, в котором есть дети, способные оказать огромную помощь в развитии ребенка. * * *

Аутизм возникает тогда, когда в семье возникает депрессия. И исчезает тогда, когда в семье исчезает депрессия. Но остается привычка и остается отставание. И чем длительнее период депрессии, тем сильнее привычка и больше отставание.

19.11.2008

Медленно и незаметно выходить из аутизма можно только с очень маленьким ребенком. Во всех остальных случаях быстрые изменения могут происходить только на пределе возможностей и при условии, что эти изменения будут касаться всех членов семьи.

20.11.2008

Наиболее часто встречающаяся ошибка в работе с проблемными детьми, в том числе и с аутистами, заключается в попытке научить ребенка поверх его проблемы, в обход проблемы.

У многих возникает ощущение, что обученностью можно скрыть проблему, «замазать» аутизм интеллектом и навыками. Не убирать проблему, а научить проблему. Обученная проблема. Обученный аутизм. Обучение поверх аутизма.

Обучать, развивать поверх аутизма — это все равно что асфальтировать прогнившие коммуникации без ремонта и приведения их в надлежащий вид. Положить на них новый, красивый асфальт, который скроет неотремонтированные внутренности. * * *

Маленьких детей, родители которых только что столкнулись с аутизмом, лучше брать лишь на индивидуальные занятия совместно с родителями. Если же добавлять групповые занятия, то более старшим детям. Так как обычно родители, только столкнувшиеся с проблемой ребенка, пытаются охватить все предлагаемые варианты помощи, часто противоречащие один другому — что снижает эффективность работы в каждом из них во много раз. Объединение же с более старшими детьми и родителями, уже прошедшими через этот бег по специалистам и выбравшими какой-то путь, защищает вновь пришедших от потока пока ненужной информации, потому как для адаптации и проверки эффективности выбранной терапии необходимо минимум два месяца работы без примесей и наслоений. * * *

— Иди на батуте попрыгай.

— Идем пазл сложим.

— Сделай вот так ножкой.

Это то, что я чаще всего слышу на совместных с родителями занятиях, особенно в первые наши встречи. Постоянные указательные предложения, давление и предложение осуществлять задумки родителей без учета желания ребенка.

Всегда можно осуществить задуманное действие без давления, можно завлечь, привлечь и развлечь ребенка, параллельно оживляя любое свое предложение действием. И, оживляя, увеличивать масштаб любого действия ребенка, в том случае, когда он не говорит, да и когда говорит тоже.

— Будем на батуте прыгать? — спрашиваю я ребенка и начинаю прыгать на батуте. Не всегда он подойдет, но у меня и цель пока другая — обратить его внимание на мое действие, спровоцировать его на самостоятельное принятие решения.

То же с пазлом:

— Смотри, какой пазл красивый! Тут и волк есть, и заяц, смотри, какая красота, — говорю я так, чтобы ребенок обратил на меня внимание, и в то же время высыпаю пазл на пол рядом с ребенком, — давай соберем.

И здесь не факт, что мы соберем этот пазл, возможно, только начнем, но выбор сделает ребенок, сам меня заметив. * * *

Чем больше всего понастроено над аутизмом, над проблемой, тем больше времени придется потратить, чтобы это разобрать и докопаться до чистого аутизма, аутизма без примеси

обучения. Аутизма, с которым можно что-то делать.

Как при реставрации. Сначала надо убрать то, что за многие годы налепили поверх оригинала, и только потом уже работать, работать с оригиналом.

Как клубок с нитками. Он запутался, и чтобы его свернуть обратно, сначала надо все распутать, а потом уже в клубок сворачивать. И чем более запутанный клубок, тем сложнее и дольше его распутывать.

Поэтому вся первичная работа с аутистом построена на разрушении наслоений. Чем младше ребенок, тем меньше наслоений и проще докопаться до оригинала, с которым можно работать и который можно развивать.

21.11.2008

— Каждому дается по силам, — часто говорят родители, особенно смирившиеся с ситуацией и с аутизмом у ребенка.

— В таком случае, до тех пор, пока у вас есть силы выдерживать его аутизм, — он у него есть. Как только у вас есть силы сопротивляться ему — его у него нет.

Важно определиться, к чему будете прикладывать те силы, которые даны, — к тому, чтобы терпеливо сносить все тяготы и невзгоды, или к тому, чтобы сопротивляться им. * * *

Сегодня с Ромой целый час рисовали. Я высыпала на стол гору карандашей и задала первый вопрос:

— Чем сегодня будем заниматься?

— С Катей, — еле слышно отвечает Рома.

— Чем сегодня будем с Катей заниматься? — снова спрашиваю я, немного скорректировав вопрос.

— С русским, — вновь чуть слышно отвечает Рома.

«С русским» — в это понятие он вкладывает практически любые наши занятия, потому как в итоге они все и впрямь сводятся к языку, к развитию и владению речью. Однако я беру листочек и для наглядности пишу на нем в столбик крупными печатными буквами: «читать», «писать», «говорить», «рисовать», «играть», «смотреть фотографии».

— Что будем делать? — вновь спрашиваю я и показываю ему возможные варианты.

— Рисовать, — делает выбор Рома, и мы приступаем к следующему ходу.

— Чем будешь рисовать? — задаю я следующий вопрос.

— На бумаге, — еле слышно отвечает Рома.

— Нет, Рома. — И я повторяю свой вопрос, расставляя акценты на нужных мне словах. — Я спрашиваю, чем ты будешь рисовать на бумаге?

— Карандаши, — отвечает он, еще некоторое время подумав.

— Целиком говори, пожалуйста, — сразу поправляю я.

— Я буду рисовать карандашом, — отвечает он.

— Что будешь рисовать? — задаю я следующий вопрос.

— Травку, — немного подумав, ответил он.

— Какого цвета?

— Зеленый, — берет карандаш, рисует траву.

— А теперь что?

— Цветочек.

Дальше по той же схеме были нарисованы еще «солнце» и «домик» — стандартный Ромин набор. И тут я решила сменить тактику.

— Отлично! Давай теперь переворачивай страницу. — Рома послушно переворачивает страницу и ждет. — Какой цвет возьмешь? — спрашиваю я.

— Красный.

— Отлично! — и задаю следующий вопрос: — Что ты будешь рисовать красным цветом?

— Бегемота, — отвечает Рома.

— Говори, пожалуйста, целиком, — уже на автомате реагирую я на Ромину манеру говорить, максимально сокращая все, что только возможно.

— Я буду рисовать бегемота, — говорит он с ударением на последнее слово.

— А каким цветом? — не отстаю я.

— Красным.

— А теперь целиком, — вновь напоминаю я.

— Я буду рисовать красным бегемота.

— Отлично, давай рисуй, — говорю я, и Рома приступает к рисованию привычного человекообразного головонога под названием «бегемот». Далее по той же схеме он рисует желтого «медведя», как две капли воды похожего на бегемота. Но так как сейчас моя цель — развитие его инициативы и уверенности в выборе цвета и рисунка, а также развитие речи, а не правильность рисования, я не акцентирую на этом внимания.

— Молодец. А теперь что?

Рома тянется к очередному красному карандашу, выбирая его из всей многоцветной массы.

— Красный, — говорит Рома, неуверенно протягивая мне карандаш.

— Что красный?

— Карандаш.

— Целиком говори, пожалуйста, — опять встречаю я.

— Катя, я взял красный карандаш, — с ударением на последнее слово рапортует он.

— Что ты будешь рисовать красным карандашом?

— Грибок, — подумав, ответил он, с ожиданием взглянув на меня... неизвестно же, как я отреагирую...

— Отлично, только скажи целиком.

— Катя, я буду рисовать красным карандашом грибок.

— И опять с ударением на последнее слово. Заметив мой кивок, он начинает рисовать, и в процессе рисования у карандаша ломается стержень. Рома протягивает его мне.

— Что? — спрашиваю я.

Рома протягивает карандаш еще ближе ко мне и показывает на сломанный стержень.

— Рома, словами, — опять настаиваю я.

— Карандаш.

— Что карандаш?

— Сломался, — еле слышно произносит Рома, не привыкший говорить вслух.

— Что сломался? — продолжаю я.

— Катя, у меня сломался карандаш, — говорит он. Основная его проблема — это не неумение говорить, а отсутствие навыка пользования речью и тренировки говорения. Он обходится минимумом слов по жизни, предпочитая использовать жесты и взгляд. Да его никто и не заставляет особо, поскольку все уже и так привыкли его понимать.

Далее вновь по той же схеме: «вопрос-ответ-предложение», рисуется очередной головоногий «бегемот», потом «трава», «носорог», «слон», и, уже войдя во вкус, поняв, что можно говорить все, что угодно, он довольно быстро стал перечислять всех зверей, какие приходили ему в голову, правда, периодически повторяясь. Так он нарисовал еще одного «бегемота», «енота», очередного «медведя» и «ослика», как две капли воды похожих друг на друга, разве что разных цветов.

— Еще что?

— Таню, — неожиданно вспоминает Рома о существовании сестры.

— Здорово! Давай Таню. — И Рома рисует теперь уже Таню, которую можно отличить от «бегемота» или «енота» только лишь по подписи, снабжающей каждого нарисованного героя.

Далее были нарисованы: «ляля», «медведь» и «ослик».

— А теперь что ты нарисуешь?

— Палкана, — говорит Рома.

— Кого? — переспрашиваю я, не расслышав с первого раза.

— Нет, — тут же теряется Рома, — не скажешь.

— Я не расслышала, Рома, — говорю я и спрашиваю снова: — Кого ты будешь рисовать?

Так как уже довольно много времени мы достаточно четко строили наше общение с Ромой и он был настроен на меня и на рисование, мне таки удалось добиться от него повтора. Ему всегда дается это с трудом, так как обычно «не расслышали» и «переспросили» для него приравнивается к «неправильно», чего он очень боится и замыкается.

— Палкана, — повторяет он через некоторое время.

— Палкана? — вновь переспрашиваю я и иду на практически заведомо провальный шаг: — А Палкан — это кто? — Обычно на такие вопросы он не отвечает, так как они для него достаточно сложные.

— Царь, — как ни странно, получаю я ответ. Вероятно, он уже в достаточной мере влился в этот процесс говорения, вопросов и ответов, необходимости что-то придумывать, что для него это уже не было так сложно, как обычно. И опять же в данном случае для меня совершенно не важно то, что ответ не совсем соответствует истине. Главное — ответ есть.

Рома дорисовал Палкана, я сижу молча и смотрю на него, ожидая его дальнейших действий, а он в ответ очень внимательно смотрит на меня. Не дождавшись моего очередного вопроса, Рома молча протягивает мне карандаш.

— Словами, — тут же реагирую я.

— Катя, я нарисовал Палкана.

— Здорово! — говорю я и вновь замолкаю, внимательно глядя на Рому.

Через некоторое время, поняв, что от меня ничего не дожидаться, Рома неуверенно говорит:

— Винни-Пух.

— Что Винни-Пух? — спрашиваю я.

— Катя, я буду рисовать Винни-Пуха, — говорит он, в то время как я продолжаю молчать, ожидая его Дальнейших действий. Не дождавшись от меня команды, Рома очень неуверенно начинает рисовать, постоянно поглядывая на меня, в ожидании, что я его остановлю.

И так, раз за разом все более самостоятельно, были нарисованы «собачка», еще один «Винни-Пух» и еще один «бегемотик». Затем «волк» и, более того, именно волк, а не человекообразный головоног. Затем — «Дед Мороз», еще раз «ляля», «Пятачок», «разбойник». Снова «бегемот» и «медведь». Затем — длинношей «жираф» и опять головоногие «медведь» с «бегемотом». И последнее, что мы успели за этот час — «барсук».

Что интересно, из огромной кучи карандашей Рома в первую очередь выбирал все яркие цвета: красный, желтый, оранжевый, зеленый, реже синий. Черный, серый, бежевый, коричневый, фиолетовый в большинстве своем остались не использованными.

То, что мы сегодня сделали, — это очень и очень хороший результат для Ромы, которому извлекать что-то свое, от себя и из себя очень и очень сложно.

23.11.2008

Диета, поляризация, биомедицинское лечение, медикаментозное лечение, АВА, дельфинотерапия, бассейн, остеопат, логопед, дефектолог, психолог, психиатр,

биологическая обратная связь, пиявки, собаки, лошади, гомеопат, мануальный терапевт, РМО, ТЕАССН, PECS, БАДы, арттерапия, музыкальная терапия, психоанализ, невролог, невропатолог, нейропсихолог, подсадка эмбрионов, стволовые клетки, УЗИ всего, чего только можно, ЭЭГ, МРТ, Допплер, сканирование головного мозга, бабки, экстрасенсы, хелирование, натуропатия, Доман, Томатис....

Колоть, вливать, впихивать, заставлять, потакать, дрессировать, развивать, консервировать, провоцировать, поощрять, подавлять, возбуждать, а также много-много другого одновременно или с небольшим перерывом. Иногда полностью противоречащее одно другому. Бросая одно и начиная другое. В чем смысл такой терапии?

Пожалуй, основное, с чего необходимо начинать свой путь в реабилитации аутичного ребенка, — выбор пути. Надо научиться думать и выбирать, а не брать все, что дают. Важно выбрать что-то одно или хотя бы двигаться в одном направлении, не прыгая с места на место, в итоге не видя, что же на самом деле дало результат.

24.11.2008

Чем больше мы задумываемся над тем, как же внедрить что-то новое в рацион жизни ребенка, тем больше шансов, что нас постигнет неудача. Чем больше задумываешься, тем меньше уверенности, тем сложнее действовать.

Это как с ходьбой: если не думать, то идешь без запинок. А если думать, как это происходит, то начинаешь сбиваться.

Надо не думать, а просто делать.

25.11.2008

При неравномерном развитии, часто свойственном аутичным детям, почему-то в первую очередь начинают обращать внимание на сильные стороны и развивать их, не тренируя слабые. Это все равно что тренировать здоровый глаз, оставляя на будущее тренировку больного.

Я бы, наоборот, временно не трогала и, более того, «заклеивала» и без того сильные стороны и для начала выровняла ребенка путем усиления слабых сторон развития. А потом уже развивала бы в равной степени во всех направлениях. * * *

Надо постоянно менять деятельность ребенка. Не стереотипизируя ее и постоянно давая ему возможность самому делать выбор.

Во всех играх и занятиях ребенка должна быть своеобразная карусель. Если сегодня складывали пазл, то завтра следует предложить что-то другое, например, рисование. Если сегодня ребенок расставлял тарелки, помогая накрывать на стол, то завтра пусть подметет пол. Если вчера на улице играли в догонялки, то сегодня — катаемся с горки паровозиком или кормим голубей. Если сегодня была футболка с зайчиком, то завтра с машинкой. И т. д.

Возвращаться к одной и той же деятельности надо не раньше, чем через четыре дня, постоянно чередуя разные занятия.

27.11.2008

Часто возникают сложности в работе с семьями детей третьей группы (по О. С. Никольской, Е. Р. Баенской), так называемых «Аспергеров», так как это дети с хорошей речью и очень хорошо развитые интеллектуально. К возрасту обращения за помощью они уже прямо говорят о своем нежелании общаться со сверстниками и, как правило, неосознанно поощряются родителями, что усложняет работу. Нет явных отклонений, которые мешают семье, кроме некоторых странностей в поведении и «нежелания» общаться.

Тем не менее, таким детям в не меньшей степени необходима помощь в социализации и терапия, так как с них в отличие от явных аутистов будут требовать как со здоровых, без учета реально существующих психологических проблем, не понимая внутренних причин их появления, считая их поведение блажью, избалованностью или упрямством. * * *

Не прекращать, не запрещать, не отключать от негативной аутичной деятельности, а переключать, привлекая, заинтересовывая какой-то другой деятельностью. И делать это до тех пор, пока не будет результата, помня о том, что если аутичный ребенок не отреагировал мгновенно, это не значит, что он не отреагирует вовсе. Ему надо несколько больше времени, чтобы заметить и среагировать. А окружающим — немного больше терпения, чтобы дать возможность ребенку самому заметить и среагировать. * * *

— А надо заставлять его смотреть в глаза? — часто спрашивают родители.

— Заставлять? Нет, не надо.

— А мне говорили, что надо именно заставлять.

— Надо не заставлять, а привлекать его внимание, вызывать желание посмотреть. Когда вы заставляете, вы заставляете его соответствовать вашим желаниям, подавляя его собственные, и без того подавленные. Привлекая его внимание, вы развиваете и закрепляете у него умение смотреть и видеть, основанное на его собственных желаниях и инициативе. И одновременно поддерживаете его активность и инициативность в целом.

28.11.2008

Стереотип надо не резко ломать, а сначала включаться в него. И потом уже, на правах равноправного участника стереотипного действия его ломать, перенаправлять.

Егор строит пирамидку из кубиков. Если его не трогать, он может долго так делать, пребывая где-то не с нами. Я подхожу и начинаю строить вместе с ним, громко считаю и со стуком ставлю каждую следующую деталь на другую, привлекая к себе его внимание — это уже совместный процесс. В какой-то момент я говорю:

— А сейчас башня кааааак упадет! — и со всего размаха ее роняю.

Ребенок доволен, и стереотип нарушен. И так мы уже вместе с ним делаем еще несколько раз и спокойно переключаемся на какую-то другую совместную деятельность. * * *

Сегодня на занятии были Егор с мамой и старшим братом Андрюшей. Егор нашел

игрушечную ложку, вцепился в нее и, кажется, собрался так и ходить с ней все занятие. Но Андрюша, с которым у них совсем небольшая разница, увидев такую находку, сразу отнял ее и убежал с ней в домик. Егор поспешил за ним и уже начал пытаться отнять «свою» игрушку, но не успел, так как вмешалась мама, которая ему помогла.

— Андрюша, зачем ты забрал у Егора ложку? Он же первый ее нашел.

Несмотря на желание помочь ребенку, ускорить процесс или оградить его от, как вам кажется, неприятных переживаний, оставляйте ему возможность быть самостоятельным и получать свой опыт. Старайтесь вмешиваться хотя бы не сразу, а через некоторое время после того, как он сам попробует решить проблему. Помогайте тогда, когда ребенок не справляется, а не тогда, когда он пытается справиться.

Это же все равно, что постоянно носить на руках ребенка, только начинающего ходить, лишь потому, что у него походка шаткая и он часто падает. Но ведь по-другому он не научится, и походка уверенной не станет, если не тренироваться.

Похожая ситуация была и на совместном занятии со Степой и мамой.

Он строил железную дорогу для паровоза. Сначала он просто катал его по полу, а потом согласился с моим предложением сделать дорогу. Надо сказать, что давалось ему это очень непросто: сложно было сконцентрироваться, сложно попасть кончиком одной детальки в выемку другой, чтобы соединить их. Недолго думая, мама взялась помогать ему, вставляя детальки одна в другую за него.

— Стойте, стойте! — остановила я ее. — Он же старается, он же пытается сам попасть, сам сделать.

— Но я же хочу ему помочь.

— Делая за него, вы ему не помогаете. Как он может научиться делать что-то хорошо, если не будет тренироваться? Вы ему помогаете раньше, чем у него не получилось. Он же сейчас не отказывался строить дорогу, просто он строил ее очень медленно.

— А вот на это у меня не хватает терпения. Хоть я и понимаю, что лучше, чтобы он сам сделал... но это так долго...

30.11.2008

Эмоциональная холодность, закрытость, замкнутость аутичных детей — это своеобразный психологический пресс, который они накачали. Потому что иначе им будет очень больно, а с этой болью они справляться не умеют. Если они впускают ее внутрь себя, она их разрушает, сжигает изнутри.

02.12.2008

Аутичным детям не привит навык внутренней сопротивляемости. У них не развит психологический иммунитет, как правило, потому что его никто не развивал, обходя острые углы, создавая тепличные условия именно по отношению к аутичной симптоматике. При этом

остальных, не аутичных, сфер жизни и развития это может и не касаться.

05.12.2008

— А вот я заметила, — рассказывает мама Егора, — что у него появляются страхи от просмотра мультфильма или какой-то рекламы не сразу, а через некоторое время. Он начинает бояться громкого или страшного в них месяца через полтора. Это почему так? Почему сначала он смотрел, и ему было не страшно, а потом он начинает пугаться?

— Возможно, это происходит потому, что сначала длительное время он смотрел мультфильм фоном, без включения и понимания, а только потом начал выделять отдельные моменты в нем. Ему потребовалось полтора месяца на то, чтобы привыкнуть к сюжету настолько, чтобы начать выделять из него что-то. Но можно не создавать подобных фоновых ситуаций, тем более что смысла в них нет. Можно сразу акцентировать внимание ребенка на сюжете и на его ярких, не только страшных, моментах. Чуть более усиливать их, чтобы они стали сразу заметны ему. * * *

Неля совсем не говорит, постоянно слоняется по залу и стучит по всем встречающимся ей поверхностям, все тянет в рот и затем выкидывает, плюется, плохо фиксирует взгляд на окружающем и не умеет занимать себя сама чем-либо, кроме перечисленного.

На индивидуальном занятии мы немного поиграли в активные игры, покатались с горки и на мячиках, покачали ее за руки и за ноги, потянули в разные стороны и пр. Через некоторое время, когда ей на глаза попала деталька от конструктора и она по привычке потянула ее в рот, я усадила ее играть в конструктор. Сев на пол, я посадила Нелю к себе на колени, взяла ее руки в свои, и мы начали строить башню. Башня постоянно ломалась или сама по себе, или с Нелиной помощью, но, несмотря на это, мы продолжали. Мама подавала нам детальки, а я удерживала Нелю, фиксируя ее на конструкторе. Мы то собирали башню, то разбирали. Первое время ей было сложно не то что строить, ей было сложно сидеть, смотреть, сложно просто подчиняться моим рукам. Ей пятнадцать минут потребовалось только на то, чтобы минимально сфокусироваться. И через какое-то время, я почувствовала, что это уже не только я складываю башню, а мы вместе, что Неля следит за мной и помогает по мере своих возможностей. Заметила это и мама, которая очень удивленно и в то же время озадаченно сказала:

— Хм...

А если бы у нас было три часа, а не пятнадцать минут, то она бы поняла, что нужно с конструктором делать, и автоматизировала бы этот процесс. А если бы десять?

07.12.2008

Моя задача не в том, чтобы не дать ребенку скатиться вниз, а в том, чтобы помочь ему подняться наверх и удержаться там, чтобы иметь возможность идти дальше.

09.12.2008

Кто-то идет по пути создания суперсовременных пандусов, колясок, слуховых аппаратов, линз, замещающих коммуникаций. А кто-то — по пути изобретения и разработки метода, позволяющего ребенку идти самостоятельно, видеть, слышать, общаться. Но одно никак не исключает другого. Все будет востребовано.

11.12.2008

Аутичный ребенок, как правило, доверяет одному и зависит от одного наиболее значимого, привычного и безопасного «здесь и сейчас» человека. Поэтому одна из задач в терапии аутизма — это расширение круга доверия. И на занятиях я все время акцентирую внимание на присутствующих детях и других взрослых, провоцируя общение. Очень помогает работа в слаженном терапевтическом альянсе, где терапевтов много, но они все равные для ребенка. То же можно сказать и применительно к семье и ближайшему кругу друзей и родственников.

14.12.2008

И уже хочется спуститься вниз и уйти обратно в свое любимое, привычное болото, или не болото, а в зыбучие пески, или в открытый космос... А если выбора нет? Если за спиной горящий лес? Так вот, можно считать, что нет выбора, что лес и правда горит, что он уже обжигает пятки. Это позволяет двигаться дальше и не оглядываться — так как идти все равно придется, несмотря на страх, усталость и желание все бросить и вернуться в такой знакомый, привычный и по-своему любимый аутизм.

Здесь вам не равнина,

Здесь климат иной,

Идут лавины одна за одной,

И здесь за камнепадом ревет камнепад.

И можно свернуть, обрыв обогнуть,

Но мы выбираем трудный путь,

Опасный, как военная тропа.

Кто здесь не бывал, кто не рисковал,

Тот сам себя не испытал,

Пусть даже внизу он звезды хватал с небес.

Внизу не встретишь, как ни тянись,

За всю свою счастливую жизнь
Десятой доли таких красот и чудес.

Нет алых роз и траурных лент,
И не похож на монумент
Тот камень, что покой тебе подарил.
Как вечным огнем, сверкает днем
Вершина изумрудным льдом,
Которую ты так и не покорил.

И пусть говорят, да, пусть говорят...
Но нет, никто не гибнет зря!
Так лучше, чем от водки иль от простуд!
Другие придут, сменив уют
На риск и непомерный труд,
Пройдут тобой не пройденный маршрут.

Отвесные стены, а ну не зевай,
Ты здесь на везение не уповай,
В горах не надежны ни камень, ни лед, ни скала.
Надеемся только на крепость рук,
На руки друга и вбитый крюк
И молимся, чтобы страховка не подвела.

Мы рубим ступени. Ни шагу назад!
И от напряженья колени дрожат,

И сердце готово к вершине бежать из груди.

Весь мир на ладони! Ты счастлив и нем

И только немного завидуешь тем,

Другим, у которых вершина еще впереди

В. Высоцкий

Часть третья, на сей раз окончательная

23.12.2008

В детских садах, начиная с ясельного возраста, наравне с музыкальными и физкультурными занятиями уже давно пора ввести такую дисциплину, как профилактика развития и закрепления аутичного поведения у детей. * * *

При уменьшении выраженности аутизма у ребенка на первый план выходит отставание, накопленное за период аутизации. И чем дольше и выраженнее этот период, тем сильнее отставание в самых разных сферах.

24.12.2008

В некоторых случаях аутизм можно приравнять к «психологическому запору» — и надо, и хочу, но не могу, не получается. * * *

Учат уметь многие. А учат быть — единицы.

Для аутиста первоочередный навык, которым необходимо овладеть для свободного и полноценного развития, — навык бытия, отсутствие которого и тянет за собой отсутствие всех остальных, вторичных, навыков.

26.12.2008

Задача родителей и специалистов в работе с аутичным ребенком заключается не в том, чтобы научить ребенка уметь делать то, что умеют все дети, чтобы он не выделялся на их фоне, а в том, чтобы научить его быть этими всеми, дать ему возможность почувствовать себя всеми.

Прихожу к Роме на очередное занятие. Меня встречает его мама и рассказывает мне, как они сегодня возвращались из школы, пересказывая их диалог про новогоднее представление, который они вели по пути домой.

— Ну, Рома, где ты сегодня был? Рассказывай, — говорю я Роме, подразумевая новогодний праздник.

— В школе, — отвечает он заученную формулировку.

— А что в школе было? — Рома не понимает, и тогда я немного помогаю ему: — В школе был праздник?

— Был, — соглашается Рома.

— А что на празднике было? Елка была?

— Была, — опять соглашается он.

— А Дед Мороз был?

— Был Дед Мороз, — опять подтверждает мои слова Рома.

— А что Дед Мороз тебе подарил? — спрашиваю я, глядя на испачканную шоколадом Ромкину физиономию.

— Не будешь, — начал он сопротивляться, почувствовав, что на этот вопрос придется отвечать.

— Ром, ну что тебе Дед Мороз подарил-то? — тут уж я решила не отступать.

— Не хочешь! — потихонечку начиная заводиться, испуганно говорит Рома.

— Может, игрушку?

— Я решила упростить ему задачу, так как не хотелось прилюдной истерики с визгами и кусанием руки на глазах у изумленной публики, — поясняет мне Ромина мама.

— Игрушку, — опять соглашается он.

— А какую игрушку? — не отступаю я, рассказывает Ромина мама.

— Большую, — говорит Рома, и это уже первая маленькая победа.

— А еще что подарил тебе Дед Мороз? — спрашиваю я в надежде, что «шоколадка» все-таки прозвучит.

— Книжку, — говорит Рома, видимо, поняв, что совершенно не обязательно говорить правду.

— Ага, книжку, — говорю я. — А какую? С картинками?

— Да, — опять соглашается он.

— А еще что-то подарил?

— Да.

— А что?

— Так мы беседовали довольно долго, — поясняет мне мама, — благо идти от школы до дома минут двадцать. И чего только он не перечислил: и яблоко, и тетрадку, и карандаш, и машину, и еще что-то. Но на каком-то этапе шоколадка все-таки прозвучала, и я остановила свой допрос. Потом мы шли молча, и вдруг Рома начал напевать песенку про носорога, которую я пела в их (у Ромы есть еще две сестры) детстве. Какие-то слова он забыл и начал приставать ко мне, чтобы я ему помогла. Но и я их не помнила и решила придумывать на ходу что-то. Что удивительно, Рома, хоть это ему и несвойственно, тоже подключился и даже попадал в рифму.

Мы дошли до дома. Я отправила его переодеваться, а сама пошла на кухню посуду мыть. Обычно, если ничего не предлагать Роме и не занимать его чем-то, он или начинает кувыркаться на диване, или находит какой-нибудь предмет и подкидывает его. Причем делает это виртуозно. А тут он переоделся, а я как-то отключилась уже от него, и вдруг сам пришел ко мне, встал рядом и продолжил приставать ко мне с разговорами. Как умел, но продолжил. Он опять вспомнил про песенку о носороге, и мы еще некоторое время, придумывали слова для нее. Столько времени подряд, да по его инициативе, я, пожалуй, давно с ним не разговаривала, — закончила свой рассказ Ромина мама.

— А теперь представьте, как он мог бы говорить, если бы вы постоянно находили в себе силы и время на то, чтобы заводить его на разговоры и поддерживать их. — Комментирую я услышанный рассказ, — Это же именно то, о чем я постоянно говорю. Ему самому это тоже надо, он и сам заинтересован в общении. Но он не умеет сам. Ему не раскачаться самому. И ему нужна ваша помощь и постоянная тренировка. И это касается практически всех аутичных детей. Проблема не в том, что им не надо, и они не заинтересованы в общении, а в том, что они не знают и не умеют этого делать сами, без поддержки.

30.12.2008

— Когда к себе на занятия я привожу свою семилетнюю внучку, — рассказывает один из педагогов, — то она легко находит контакте любым ребенком. У нее начинают играть даже самые сложные дети, и делает она это без труда и с неподдельным удовольствием.

Примерно то же самое часто рассказывают и родители. Братьям-сестрам, да, впрочем, и любым детям, намного проще найти общий язык с аутичным ребенком, чем большинству взрослых.

Все дело в том, что ребенок, как правило, спонтанен, непосредственен и искренен в своих предложениях и играх. Глубинно искренен. У детей еще нет никакого подтекста, который так мешает восприятию аутичным ребенком информации. У них нет расхождения в том, что он и говорят, делают и чувствуют. Они не говорят, потому, что это правильно или полезно. Они просто говорят, потому что хотят. * * *

Заканчивается занятие с Димой, и я собираюсь уходить. Димины мама говорит:

— Екатерина Евгеньевна, давайте я с вами выйду. Я за Галечкой в садик схожу. — И начинает одеваться. Увидев, что мама одевается, Дима стремглав несется на кухню. — Сейчас принесет мне пакет, — констатирует мама и, естественно, оказывается права.

Через мгновение появляется Дима с пакетами.

— Нет, Димочка, я не пойду в магазин, — говорит ему мама. Но Дима продолжает пихать ей пакеты в карманы. — Вот, Екатерина Евгеньевна, у нас всегда так, — уже смирившись с пакетами, сетует Димина мама, — приходится брать их с собой, а иначе он устраивает истерику.

— Ну так вы не берите их, и все, — говорю я.

— Не надо, Димулечка, унеси на место, — пробует уговорить мама Диму, но он не слышит ее. А мама очень осторожной неуверенно отпихивает его руки. — Димулька, я не иду в магазин, — продолжает она. — Я только за Галенькой в садик. Мы в магазин потом сходим.

— Он вас не слышит, — вклиниваюсь я. — Ему не понятно, что вы от него хотите. Надо говорить ярче и четче: «Дима! Я не иду в магазин. Унеси пакеты на место», — советую я ей. — Надо говорить так, чтобы он вас слышал и видел. Вы ему не говорите, вы не ставите его перед фактом, а пытаетесь уговорить его — в этом ваша ошибка.

— Дима, — повторяет мама под моим руководством, — я в магазин не иду! Унеси пакеты на место. — И дает ему в руки пакеты, которые он пихал ей в карманы куртки.

Дима поворачивается, забирает пакеты и уносит их на место, а вернувшись, совершенно спокойный и довольный провожает нас. Он просто не знал, что бывает по-другому. Что, оказывается, можно выходить из дома без пакетов.

Обычно мама поддерживала Димин стереотип, боясь вызвать его негативную реакцию, думая, что обижает Диму своим отказом. Но стоило ей проявить уверенность и настойчивость и дать Диме возможность почувствовать ее, как он легко отказался от привычного стереотипа поведения.

Отказ в данном случае не стоит воспринимать как нечто способное обидеть ребенка. Во всем должна быть мера. Подстраиваясь под ребенка в его неконструктивном поведении, мы лишь закрепляем это поведение и тем самым усиливаем аутичную симптоматику.

01.01.2009

В большинстве случаев ни дети, ни взрослые не готовы бороться с системой, в том числе и с семейной. Особенно без поддержки. И следовательно, все попытки измениться или изменить ситуацию ничем не заканчиваются и откладываются до лучших времен. А тогда все вновь возвращается на круги своя.

Причин, по которым изменения системы откладываются на будущее, две:

- недостаточность мотивации и желания изменить ситуацию. Даже не столько изменить, сколько менять;
 - недостаток уверенности в себе, в своем праве на изменения и на действия, ведущие к ним. *
- * *

Вова учится в первом классе обычной школы, у него огромные проблемы с посещением физкультуры. Попросту говоря, он отказывается ходить на нее, мотивируя это тем, что боится.

— Он сидит на скамеечке перед дверью в физкультурный зал и мерзнет, — рассказывает мама.

— А почему не заходит? — спрашиваю я.

— Он боится. На уговоры не поддается, а если его затаскивать насильно, то начинает визжать на всю школу и привлекать внимание.

— Но у Вовы большинство страхов надуманные. У него это не столько страхи, сколько позиция, — говорю я, хорошо его зная. — И к тому же его очень легко убедить, что бояться нечего. Ведь с Вовой главное — просто не вестись на его страхи и псевдострахи. Вернее, не пугаться реакции на них.

— Ну да, — соглашается мама, — просто учителю так удобнее. Учитель не хочет напрягаться с неудобным ребенком. Сидит себе и сидит, — говорит она.

— А вы уверены, что учитель именно не хочет? Возможно он не не хочет, а просто не знает, как себя надо вести. Не знает, что делать в такой ситуации, ведь вряд ли ему попадаются такие дети каждый день. При этом не стоит забывать, что есть и другие ученики. А не знает учитель, как себя вести в такой ситуации, потому что вы не донесли до него эту информацию. А вы, в свою очередь, не донесли информацию, потому что сами ею не владеете в должной мере. Вы тоже не до конца представляете себе, как правильнее реагировать в таких ситуациях, и очень часто не можете справиться с Вовой. Так что не стоит никого обвинять. Не стоит обвинять педагогов, не стоит обвинять себя. Просто понимать позицию каждого из участников без лишних эмоций. Надо учиться самим и передавать свои знания окружающим.

02.01.2009

Необходимо быть мягкими в общении и взаимодействии с ребенком тогда, когда можно себе позволить быть мягкими без ущерба его состоянию. И также необходимо быть жесткими, когда это нужно для движения ребенка вперед. Но главное — научиться определять, когда можно быть с ним мягким, а когда нужно быть жестким.

08.01.2009

Боре нет еще и трех лет. Его родители три недели назад впервые услышали слово «аутизм», и мы только начали заниматься с ним. Наш диалог с мамой:

— Нам нужен дефектолог, не можете ли вы посоветовать кого-нибудь?

— Нет, — говорю я, — вам сейчас не нужен дефектолог.

— Нам нужен. Нам невропатолог вчера сказала, что срочно надо вытянуть речь из него.

— Нет. Вам срочно нужно вытянуть жизнь. Это то, что вам нужно в первую очередь. Наличие речи и отсутствие аутизма никак не связаны между собой.

— Но нам нужно, — настаивает Борина мама.

— Давайте так договоримся, — предлагаю я, — сейчас мы пока начнем заниматься без дефектолога, а месяца через два, если он будет по-прежнему вам нужен, мы вернемся к этому разговору. Не надо сразу наваливать на ребенка и на себя непосильные нагрузки. И не

надо все мешать в одну кучу, иначе вы не поймете, что действует на самом деле, и, возможно, будете тратить кучу времени, сил и денег вхолостую. * * *

Кто хочет, ищет возможности, кто не хочет — ищет причины.

Кто хочет решить проблему, тот ищет возможности ее решить. Кто не хочет решить — тот ищет виноватых в возникновении проблемы и причины, мешающие ее устранить. Вот примеры часто встречающихся аргументов:

— Ну вот если бы не папа (мама, бабушка, дедушка, тетя и пр.)...

— Да я-то все понимаю, но вот другие ничего не хотят, поэтому ничего и не получается...

— Ну, я-то все правильно делаю, а вот другие...

Это перекладывание ответственности на кого-то другого и снятие ее с себя. Для изменений достаточно и одного человека, а остальные подтянутся или уйдут.

11.01.2009

Вадим, как и многие аутичные дети, часто говорит о себе в третьем лице.

— Куда поедешь на машине? — спрашиваю я Вадима.

— К маме, — говорит он, глядя на нее.

— А кто к маме поедет?

— Вадя.

— Я! — поправляю я его и достаточно ощутимо дотрагиваюсь его руками до его груди.

— Я поеду к маме! — уже хором говорим мы, в то время как я начинаю толкать машину с Вадимом по направлению к маме.

— Кто поедет к маме? — задаю я контрольный вопрос уже по ходу движения.

— Я!

И тогда я уже совсем отпускаю машину, приближающуюся к ожидающей его маме.

Тот же диалог с мамой:

— Куда поедешь на машине?

— К тете Кате.

— А кто поедет на машине?

— Вадя.

— Скажи правильно, — исправляет его мама, тут же забывая о машине, о катании, о тете Кате, замирая в ожидании и полностью отключаясь от происходящего вокруг, до тех пор, пока он не исправится. У меня в таких ситуациях все время возникает ощущение, что ребенок (а вместе с ним и я) — бежит, бежит, бежит и натывается на невидимую стену. Играл, играл, и

вдруг заявляют: «Хватит играть, теперь говорим», без объяснения причин. Желание эмоционально, включенно играть уже пропадает, потому что игра превратилась в безэмоциональное, правильное обучение, и сразу хочется все бросить.

Это типичная ошибка во взаимодействии с аутичным ребенком — строгое разделение всех психических процессов: отдельно речь, отдельно общение, отдельно игра, отдельно социальные навыки, отдельно интеллектуальные и т. д. Нет целостности. Нет общего процесса жизни, а есть отдельные составляющие. Есть много маленьких, не связанных между собой процессов. Задача — эти процессы объединить. Вплести один процесс в другой. Вплести развитие речи в игру или наоборот, но не разделять их. Иначе получается механическое владение игрой, механическое владение речью.

Главная задача на терапевтических занятиях с аутичным ребенком — не развитие навыка речи, игры, говорения и прочего отдельно друг от друга, а развитие целостности. Развитие речи и говорения непосредственно внутри игры, неотрывно друг от друга.

12.01.2009

Я не так давно начала заниматься совместно с родителями. Первая пара, которую я вот так осознанно взяла, были Вова с мамой, и произошло это около года назад. Хотя нет, пожалуй, был у меня еще такой опыт однажды, года четыре назад, по инициативе мамы Кирилла, и на тот момент я вообще не понимала, что, собственно, мне с ними двоими делать? Как себя вести? Что говорить?

Сейчас я практически все индивидуальные занятия веду совместно с родителями и начинаю со слов:

— Я скорее всего буду много говорить во время занятия. Буду отвлекаться сама и отвлекать вас, буду обращать внимание на ваши ошибки в общении и взаимодействии с ребенком, на его реакции. Более того, иногда из тридцатиминутного занятия позаниматься и поиграть непосредственно с ребенком получается всего 5–7 минут, а все остальное время уходит на разбор. Я всегда предупреждаю об этом, чтобы вы имели возможность решить, готовы ли вы к такой форме занятий. Дело в том, что я до сих пор испытываю некоторую неловкость, когда начинаю поучать и говорить, что вы делаете неправильно и где лучше было бы сделать по-другому. И часто, ставя себя на место родителей, пришедших на такое занятие, думаю: «Если бы это было со мной, то я бы, наверное, перестала ходить...»

— Что вы! Конечно, готовы! — говорят большинство. — Мы же за этим и пришли сюда.

Тем не менее неловкость существует и по сей день, а такое проговаривание для меня — это, вероятно, возможность немного обезопасить себя от негатива, который, как мне кажется, непременно возникает у родителей при такой форме занятий и моем постоянном вмешательстве. * * *

Сережа полюбил конфетти, оставшееся разбросанным по залу после новогоднего праздника. Но вся его любовь проявляется в том, что он засовывает его себе в рот, чем очень напрягает родителей.

— Ну что ты делаешь?! Плюнь сейчас же! — Почти в один голос отреагировали мама и папа.

Но ведь того же самого результата можно добиться и Другими способами, например, предложив ему собрать конфетти в ведро, а не в рот. Совершенно не обязательно вслух

проговаривать негативные моменты этого действия, можно привлечь ребенка к видоизменению действия теми же эмоциями, которыми оно сопровождалось.

Другой вариант поведения в такой ситуации — это переориентация действий ребенка. Так, увидев, что Сережа в очередной раз начал охоту на конфетти, я подошла к нему и в тот момент, когда он уже готов был положить очередную их партию себе в рот, предложила:

— Давай елку конфетти посыпать? — и тут же стала на глазах у Сережи это делать, чем привлекла его внимание и интерес. В дальнейшем, когда он вспоминал о конфетти, я сразу предлагала ему приемлемые варианты действий, тем самым избавившись от нежелательного его использования.

Надо стараться не заострять внимание ребенка на негативе, а обыгрывать его. То же самое надо стараться делать и в тех ситуациях, когда у ребенка что-то не получается или когда он делает что-то неправильно.

— Так не держат палочки, — говорит мама Вова, когда он играет на металлофоне.

Старайтесь говорить не как не надо, а как надо.

— Вова, лучше взять палочки за самые кончики. Смотри, — говорю я и, взяв палочки в свои руки, делаю несколько ударов, — слышишь, какой звук получается? Совсем другой, правда? *

* *

Многим родителям аутичных детей свойственна такая особенность, не всегда субъективно отмечаемая, как бедность интонаций. Часто с одной и той же интонацией произносится и крайне негативная оценка, и крайне позитивная. Это усложняет ребенку процесс дифференциации. Если при этом и мимика слабая, то ребенку остается ориентироваться только на смысл высказывания. Но это уровень не каждого школьника. Маленький ребенок ориентируется в первую очередь на невербальный компонент, на жесты, мимику, интонацию. А иногда смысл, мимика, жесты и интонация расходятся друг с другом, что вводит ребенка в полнейший ступор, результатом чего часто становится отказ от взаимодействия. И над этим надо специально работать.

13.01.2009

Надо научиться выдавать свое желание за желание ребенка. Научиться убеждать его в том, что он сам придумал то, что на самом деле придумал взрослый. * * *

Залезли с Борей на горку и, свесившись вниз, смотрим на маму.

— Смотри, — говорю я Боре, — там мама!

В это время мама также начинает привлекать Борино внимание.

— Боря! Боренька! — зовет она снизу и изо всех сил машет нам руками.

— А давайте вы нам будете мячик бросать, а мы его будем ловить, — предлагаю я.

— Давайте, — соглашается мама и отправляется на поиски большого пупырчатого мяча. Найдя его и подойдя к нам поближе, она опять зовет Борю: — Боря, смотри! Смотри, какой мячик большой!

Я обняла Борю, мы вытянули вперед руки и приготовились ловить мяч.

— Раз! Два! Три! — отсчитывает мама. — Лови! — говорит она и кидает мяч в противоположный угол горки.

— А как же? — уди вилась я. — Мы же так долго готовились, мы же собирались его ловить. Зачем вы его бросили совсем в другую сторону?

— Ну, я подумала, что вы можете не поймать его, — растерялась мама.

— Вот и поиграли... вот и поймали мяч. Как ребенок может научиться играть, как он может соответствовать каким-то ожиданиям, как он может общаться, если это общение не поддерживается? Откуда может появиться навык совместной игры? Как он может научиться видеть вас и отвечать на ваши запросы и ваши ожидания, если вы со своей стороны этого не делаете, если вы живете какими-то своими параллельными мыслями? Как он может получать новый опыт, если вы его ограничиваете, если вы действуете в другом поле, не в его, если начали вместе, а закончили по отдельности?

Вот еще несколько схожих ситуаций.

Послonyaвшись какое-то время по залу, Миша нашел лошадь на колесиках и, вытащив ее в середину зала, взгромоздился на нее.

— Здорово! Будешь кататься? — задаю я риторический вопрос и, не заметив сопротивления с его стороны, предлагаю маме: — Давайте вы встанете с одной стороны зала, а я с другой, и будем катать Мишу друг другу.

— Давайте! — тут же согласилась она и пошла на противоположный конец зала, остановившись около горки.

Я подкатила лошадь с Мишей к себе и стала показывать ему на маму, стоящую у горки.

— Смотри, Миша, — говорю я, наклонившись к нему, — воон там мама! — И я показываю на нее так, чтобы Миша ее увидел. А мама, стоя у горки, замахала руками и стала привлекать его внимание к себе.

Когда он наконец-то ее увидел, я начала громко считать, в то время как мама продолжала удерживать на себе его внимание.

— Раз! — И Миша, застыл, ожидая продолжения, — Два! — Он стал внимательно смотреть на маму, ожидая начала пути. — Три! — сказала, и, разбежавшись, толкнула лошадь с ним по направлению к маме, которая, раскрыв руки, ждала, когда он подъедет к ней. Но стоило ему практически вплотную подъехать к ней, как она сделала шаг в сторону, а он вместо маминых объятий мягко въехал в горку.

— Ой, а что это вы сделали?

— Так он уже медленно ехал, — говорит мама, — он не ударился.

— Но он же к вам ехал, а не к горке. Разве нет?

— Да, а я как-то и не подумала...

Опять же как можно хотеть от ребенка, чтобы он ориентировался на взрослого, если взрослый не ориентируется на него? Мишиной маме казалось, что она все предусмотрела, ему не будет больно. Но, как и в предыдущем случае, оказалось, что они существуют в каких-то разных реальностях. Мишиной маме казалось, что того, что он едет к ней, смотрит на

нее, вполне достаточно. Опять начали вроде как вместе, а закончили — по отдельности, вернее сказать, не закончили вовсе. В поездку на лошади входило несколько пунктов, и ее окончанием должно было быть таким: мама ловит Мишу и отправляет в обратную сторону к «тете Кате»... в результате поймала горка... мама так и не поймала. Но не потому, что не хотела, а потому что, на ее взгляд, все необходимое было уже выполнено. Такое ощущение, что ребенок воспринимается как-то фрагментарно, по частичкам, не целостно. И игра воспринимается не целиком как процесс: «смотрит, едет, ждет, когда его поймают, какой молодец!», а как набор составляющих: «посмотрел — хорошо», «едет — хорошо», «ждет — хорошо».

Вадим увидел висящий на стене развивающий коврик со всякими зверями на липучках. И очень медленно, почти незаметно, стал двигаться в его направлении. Я пошла за ним и, когда он подошел, помогла ему отцепить сначала зайчика, потом машинку, на которых он очень заинтересованно смотрел. В это время сзади к нам подошел папа и говорит:

— Смотри, Вадя, какую я пилу нашел, — и показывает ему игрушечную пилу, отвлекая его от коврика.

— Вы заметили, что вы сейчас сделали? — спрашиваю я.

— Нет, а что?

— Одна из ваших жалоб — это то, что он ничем не занимается сам, ничего не может придумать, заикливаясь на том, что вы ему показали. Но как же можно научиться занимать себя, что-то придумывать и играть в это, если вы, сами того не замечая, обрываете его самостоятельно придуманные игры, предлагая ему что-то придуманное вами?

— Да, действительно, я даже не успел заметить, что он чем-то занят, — сказал папа, — мне показалось, что он скучает, и я решил показать ему что-нибудь, занять его чем-то.

— Вот, в очередной раз могу сказать лишь то, что необходимо развивать собственную наблюдательность, с одной стороны, и терпение — с другой. Не обрывать начатки самостоятельной деятельности ребенка, а подключаться к ним, развивая, — с одной стороны, и давать возможность ребенку придумать что-либо самому, до того как вы вмешаетесь и «поможете» ему, — с другой.

Такие практически незаметные ошибки, которые основаны исключительно на благих побуждениях, совершают многие, и важно научиться отслеживать их и стараться не допускать в будущем. * * *

Есть у нас в игровом зале среди прочих игрушек мягкие объемные диски величиной с колесо от детского велосипеда. И пользуемся мы ими очень по-разному. Мы можем соорудить из них башню, можем сделать колеса для автобуса или руль для машины, можем их катать или бросать, использовать их вместо подушки под голову, можем делать из них дорожку и, аккуратно переступая с одного на другой, передвигаться по залу. В этот раз на занятии с Вадимом мы использовали их вместо мячиков.

— Вадик, смотри! — кричу я, кидая в него первый диск.

Он поднимает глаза, и видно, что такая игра ему нравится, но он не понимает, что ему делать. Тут подключается мама, присутствовавшая на занятии.

— Вадя, ты лови их, — помогает она ему ориентироваться.

Я кидая второй диск и, раз мама предложила Вадиму ловить их, поддерживаю ее инициативу.

— Вадим! — опять зову я его и теперь уже со словами «Давай лови!» бросаю диск. На этот раз он уже понимает, что от него хотят чего-то конкретного, но все равно не очень понимает, чего именно, и главное, как это сделать, и вопросительно смотрит то на меня, то на маму.

— Лови, — вновь подбадривает его мама. — Поставь вот так ручки, — говорит она, стоя довольно далеко от него, и показывает, как нужно держать руки.

Он искренне пытается понять и повторить то, что от него требуется, но ему не понятно.

— Вадя, — вновь говорит мама, искренне пытаюсь помочь ему, но так и не приблизившись к нему, — смотри, как надо ручки поставить. — И вновь показывает, как надо держать руки. — Вот так!

Тут уже, поняв, что дальше вербальных инструкций дело не движется, вмешиваюсь я:

— Так вы помогите ему, он же не понимает, чего от него хотят. И у него у самого не получается, потому что он даже не знает, что именно должно получиться. Ему нужно почувствовать, как это делается. Просто слов для этого мало.

Мама подошла к Вадиму сзади, обхватила его руки своими, и они принялись один за другим ловить диски, которые я бросала, очень довольные собой. У Вадима все получалось, ему было понятно и интересно ловить их. Ему не надо было одновременно понимать, что от него хочет мама и что она ему объясняет, ловить диски и т. д. Ему на практике показали, что значить «ловить», что значит «поставь вот так ручки». И он мог просто получать удовольствие от процесса, как с мамой, так через некоторое время и без нее. И мама, в свою очередь, тоже осталась довольна, потому что ее слова не потонули в воздухе, как обычно, а дошли до адресата.

Аутичному ребенку сложно воспринимать устные инструкции, и частая ошибка родителей заключается в том, что, помогая ребенку, они делают упор на вербальную поддержку. Коэффициент полезности резко возрастает, если помогать ребенку «правильно», строить свою помощь с учетом его особенностей, то есть увеличить долю наглядности в любых своих рекомендациях. Проще один раз показать или сделать вместе с ребенком, чем пытаться достучаться до него словами, смысл которых он не всегда успеваешь уловить. * * *

Боря заходит в зал и направляется к мягкому туннелю, по которому можно лазать. Подходит и оборачивается, ожидая, что кто-нибудь будет его догонять, ползти за ним, так как ему уже знакома эта игра. В эти моменты он стопроцентно включен и позитивен, несмотря на то что аутичные черты у него достаточно ярко выражены. Но если не отреагировать, если не заметить его желания, его инициативы, то он тут же выключается и аутизируется, начинает бегать, взмахивая руками, ни на кого не обращая внимания, или манипулировать с любимыми ему чашечками. И чем дольше он так бежит, тем сложнее его включить во взаимодействие.

Многие не замечают этого момента проявления инициативы и соответственно не могут его ни поддержать, ни развить. Обращают внимание на ребенка уже тогда, когда он снова аутизировался, а потом искренне огорчаются, что он ничего не хочет.

В этот раз мама, зайдя в зал, стала мне что-то говорить, не обратив внимания на Борю, который некоторое время еще ждал, что с ним будут играть.

— Мне кажется, что он сегодня опять какой-то... не с нами, — отметила она в тот момент, когда он уже и впрямь аутизировался.

— А вы заметили, что он сделал, войдя в зал?

— Нет. А что?

— Он пошел к лабиринту и некоторое время ждал, что и мы тоже туда пойдем.

— Да, а я даже не заметила, — огорчилась она и стала активно завлекать Борю, чтобы восполнить этот промах. — Боря, Боря! Пойдем по лабиринту бегать! — зовет его мама, а я догоняю его и, взяв за обе руки, увлекаю ко входу в лабиринт. Боря залезает внутрь, а я, громко топая, хлопая и улюлюкая: «Сейчас догоню! Убегай быстрее от меня!» — бегу вслед за ним. Мама ждет нас снаружи у выхода, откуда мы должны появиться, и, увидев Борю, в свою очередь, тоже начинает активно звать его:

— Беги скорее ко мне!

И таким образом, глядя то на меня, то на маму, Боря, наращивая скорость, бежал к выходу. Добежав до него и оказавшись в маминых объятиях, он стал заглядывать внутрь лабиринта, с нетерпением ожидая, когда же вылезу я, и был очень рад моему появлению, сопровождавшемуся щекоткой.

Ему, как и любому ребенку, важно и нужно, чтобы его видели и слышали, чтобы с ним играли и разнообразно общались. И тогда появляется ответная отдача, как в эмоциях, так и в действиях. * * *

Подхожу к огромному резиновому мячу и, встав на колени, начинаю по нему стучать сначала тихонечко, а потом все громче и громче, быстрее и быстрее, привлекая к себе внимание детей. Первым ко мне подходит Митя и начинает стучать вместе со мной, пытаюсь попасть в такт. Затем к нам подходят мои помощники с Нелей и начинают вместе с ней, ее руками стучать по мячу. Последним приходит Миша и тоже присоединяется к нам. Нас уже шесть человек вокруг одного мяча, и мы все вместе по нему стучим, то громко, то тихо, то быстро, то медленно. В какой-то момент я встаю с колен и начинаю стучать по мячу с такой силой, чтобы он подскакивал, а дети, толкая друг друга, пытаются поймать его.

Тем самым мы тренируем устойчивость детей к громким звукам и доверие к ним. Возможность заинтересоваться ими или чем-то другим на их фоне, который уже не является непреодолимой преградой. Кроме того, в такой простой деятельности у ребенка есть возможность проявлять собственную активность и инициативность. И также немаловажно, что это деятельность, которая нас всех объединяет и которая всем нам интересна. * * *

— Вчера у нас дома, — рассказывает мама Вани, — случился небольшой конфликт, и я заметила, что у Вани после этого усилились заиканности. Это может быть связано?

— Да, конечно.

— А что в этой ситуации делать? Как быть? Подождать, пока он сам успокоится, или переключать его?

— Безусловно, если у вас есть возможность, надо снять у ребенка напряжение, результатом которого стало усиление аутичной симптоматики. Необходимо или разрядить напряжение в воздухе, и в ребенке в частности, или переключить его на что-то, так как ребенок завис в напряженном ожидании конфликта или его продолжения, и на то, чтобы понять, что буря миновала, у него уйдет достаточно много времени.

Даже если конфликт угас по нашим меркам, это вовсе не значит, что ощущение конфликта угасло в ребенке. Его в большинстве случаев надо специально выводить из этого состояния, не давая зависать на переживаниях. * * *

— Если я спрашиваю его: «Ты хочешь печенье?», то он может ответить «Хочу», а если я

немного изменю вопрос, то он уже не понимает, о чем я спрашиваю. Что делать?

— Задавайте много вопросов вокруг одной и той же темы и помогайте ребенку найти и прочувствовать возможные варианты ответов:

— А где оно? Где печенье?

— В шкафу? Давай проверим.

— Нет в шкафу, а где есть?

— Может, на столе? Иди посмотри.

— Тоже нет? А может, в сумке?

— Вот оно! Нашел!

Чтобы ребенок не стереотипизировался и не автоматизировал свое поведение, необходимо несколько раз проделывать манипуляции, в данном случае с печеньем, каждый раз немного меняя ход событий. В этот раз лежит на столе, а в следующий раз в шкафу, сегодня есть круглое и квадратное, а завтра квадратное и треугольное, а послезавтра треугольное и круглое. Ребенку необходимо самому пройти весь путь, это помогает ему у переработать, понять и принять полученный опыт. А отсутствие шаблонов помогает ему оставаться включенным, ведь иначе он не достигнет желаемого результата. «А какое печенье ты хочешь?», «А еще кого угостишь?», «А какие у нас печеньюшки есть?», «Из чего печенье сделано?», «С чем печенье?», «Чем его едят?», «Кто ест печенье?» — и масса других вопросов. Ребенку самому пока сложно. Со временем он поймет аналогию, но надо в доступной и максимально разнообразной для него форме разжевать ему, что значит каждый вопрос и какое отношение к печенью он имеет. * * *

Вадим нашел на столе линейку и спрашивает:

— Это что?

— Это линейка, — отвечает папа, — а знаешь, что с ней нужно делать?

— Нет.

— Иди сюда, — подзывает он Вадима, чтобы тот подошел к столу. — Бери линейку.

Вадим не очень понимает, зачем это надо делать, и пока что притормаживает.

— Возьми линейку в руку, — снова говорит ему папа. — А теперь, — продолжает он, — возьми бумагу... Ага, молодец! — продолжает он, очень довольный результатом. — Теперь клади Линейку на бумагу.

Вадим, уже совсем перестав понимать, что, собственно, происходит и какова цель происходящего, смотрит на папу, не зная, что делать.

— Клади, клади, — снова говорит папа, — клади линейку на бумагу и бери ручку.

И в тот момент, когда Вадим уже пытается уйти в сторону, глядя мимо папы, не выдерживаю я:

— Мне кажется, — вмешиваюсь я, — проще сначала показать ребенку, что собственно, у него должно получиться и каким образом, проделав всю процедуру с ним вместе или без него. Он же не понимает, чего вы хотите и, главное, зачем вы этого хотите. Он же сейчас уже выключен совершенно.

— Хм... Так, Вадя, ну-ка иди сюда, — позвал его папа и, когда тот подошел к нему, посадил его на колени, взял в одну руку линейку, в другую ручку и, сказав Вадиму: «Смотри внимательно», начал медленно вести линию на бумаге. А Вадим, в свою очередь, с огромным интересом наблюдал, за тем, что и как делает папа и что в результате у него получилось.

Почему-то часто основной упор в развитии аутичного ребенка делают на тренировку способности выполнять инструкции. А наличие такого навыка воспринимается родителями как проявление самостоятельности. И кажется, что способность самостоятельно выполнять указания — это и есть показатель прогресса, развития и отсутствия отставания. Типа: «Вот видите, какой он молодец! Он сам делает все, что ему скажешь!» Но часто за таким инструктированием теряется жизнь и заинтересованность ребенка в процессе. Поэтому иногда лучше помочь ребенку действиями, показать и пройти путь вместе с ним, и он тоже будет делать что-то сам, но намного быстрее и раньше, чем потеряет интерес к занятию.

Когда просто выполняются инструкции, когда нет интереса — это не самостоятельность. Такая «самостоятельность» превращается всего лишь в неживой автоматизм, не требующий никакой эмоциональной вовлеченности. Не обязательно даже думать о том, что делаешь, главное — просто правильно обрабатывать и выполнять инструкции, но при этом информация усваивается, принимается и переносится в жизнь с большим трудом. * * *

— Он боится всего нового. Ходить предпочитает одним маршрутом. На площадке с ним толком не погуляешь, потому что единственное, что он может, — качаться на качелях... долго-долго. Его ничем не завлечь, ничем не привлечь, — рассказывала мама аутичного мальчика на первичной консультации. — Но один раз, буквально на днях, я заставила его съехать с горки, когда мы гуляли. И вы знаете, ему понравилось.

Обычно у меня ничего не получалось, а тут получилось. Я его тащила на горку, несмотря ни на что. Я вопреки обыкновению полезла туда с ним, несмотря на то что там были одни дети. Потом я вместе с ним поехала. Затем уже только помогала ему. А потом он и сам катался с удовольствием. И вы знаете, я сама впала в такой азарт от этого процесса, от самого начала и до самого конца. Получала такое удовольствие от этого. Но это было всего один раз и то, как мне кажется, от отчаяния. Потому что я не хотела согласиться с аутизмом. И именно в этот раз у меня все получилось.

— То есть вы доказали себе, что это возможно, что он может, как и все, кататься с горки. И ему может это нравиться.

— Да.

— Ну так и с остальным то же самое. Ему нравится и хочется. Но ему страшно и непонятно, чего вы от него хотите, когда просто говорите: «Боренька, смотри, детки с горки катаются. Иди тоже на горку». И даже если вы его подведете к горке и предложите ему дальше самостоятельно пройти весь путь — ему этого будет мало. А вот если вы ему поможете, если сделаете это с ним, если включитесь в этот или любой другой процесс с головой и будете получать от этого удовольствие — вот тогда он сможет. Сначала с вами, а потом и без вас. * * *

В этом году к нам в лагерь на несколько дней приезжала девушка с собакой. Дети, особенно обычные, были в восторге. Для аутичных же, которые через одного боятся собак, мы, воспользовавшись такой возможностью, устроили терапию.

Ян стоял вдалеке, внимательно смотрел на окруженную толпой детей собаку, лежащую посреди базы, и думал, как бы ему добраться до моего домика, куда он часто приходил в гости, минуя собаку. Через некоторое время, аккуратно прижимаясь к стенке домика, он начал свой путь. И тут я решила воспользоваться моментом. Я стала так же аккуратно, как и он, красться ему навстречу. Меня он не видел, так как был полностью погружен в собаку и в

свою безопасность. Когда мы встретились, я крепко взяла его за руки, понимая, что он вряд ли обрадуется моему предложению, и сказала ему:

— Ян, смотри какая собака! Пойдем к ней.

Он, конечно же, не оценил моей идеи и начал вырываться, громко крича:

— Не хочешь! Нет. Не хочу собака!

— Да пойдем, пойдем. Не бойся, Ян, — говорила я, потихоньку приближаясь к собаке, продолжая что-то говорить. Чем ближе мы подходили, тем громче он изъяснял свое нежелание. Слышала вся база. И соответственно тем крепче я его держала, тем плотнее обхватывала. Когда мы приблизились, он был уже чуть ли не у меня на руках. Тем не менее, вплотную с первого раза мы так и не сумели подойти и через некоторое время начали движение заново, но уже с более близкого расстояния. В очередной заход мы таки подошли к ней и уже могли просто стоять рядом, но дотронуться до нее пока что было нереально. Затем такая же история повторилась с необходимостью погладить, и в этот момент уже стало ясно, что на смену страху постепенно приходит игра. То есть было видно, что он и в самом деле боится, но так же видно, что он уже хочет дотронуться до нее.

— Ну давай, Ян. Давай руку. Давай погладим собаку. Смотри, все глядят — и никто не боится. Давай!

— Нет! Не хочешь! Я не хочу. Не буду.

— Давай вместе, — говорю я и обхватываю его руку, которую он, конечно же, тут же начал выдирать, стараясь убежать от меня. И в этот момент я стала намеренно превращать это в игру. Он убегал, а я его догоняла, и мы вместе бежали к собаке, а приближаясь к ней, вытягивали руки, чтобы дотронуться до нее. И так было несколько раз. Каждый следующий раз мы подбегали все ближе и ближе и уже оба веселились от этого. Несколько раз он даже дотронулся до нее и пару раз погладил.

Это не значит, что теперь он не боится собак, но это так же не значит, что нужно обходить их стороной. Потому что он хочет их не бояться, иначе он не смог бы играть со мной. Он хочет не бояться, но сам этого не может. Ему надо помочь их не бояться. И помочь не словами, а действиями. * * *

А Яша боится неожиданных резких и громких звуков и, как и многие аутичные дети, нашел самый простой способ спасения от этого — чуть что, он плотно закрывает уши руками. Таким образом он не тренирует свою устойчивость, а попросту стоит на месте, тем более что никто не мешает ему, во-первых, и не предлагает других доступных вариантов, во-вторых. При этом он с удовольствием, например, стучит деревянной палкой по столу, одно ухо прижимая к плечу, а другое зажимая свободной рукой.

— Яша, убери руки от ушей, — говорю я и сама убираю их, несмотря на его сопротивление. Помогаю ему услышать, что происходит вокруг, и почувствовать безопасность. Я помогаю ему не уйти в привычную защиту, без которой он может обходиться.

Если я просто попрошу его убрать руки и пойду дальше, вряд ли это возымеет какое-то действие. Возможно, на мгновение он и откроет уши, но, не почувствовав никакой поддержки, закроет вновь. Поэтому каждый раз я сопровождаю свои слова действиями.

— Убери руки от ушей, — говорю я и опускаю его руки вниз. Яша рефлекторно тянет их назад, и тогда, приобняв его и не давая рукам вернуться в исходную позицию, я начинаю что-нибудь делать ими. Я могу их трясти, могу, держа его за руки, куда-нибудь бежать, могу, взяв его руки в свои, начать стучать по резиновому мячу, могу, превратив это в игру,

открывать и закрывать его уши его или своими руками и многое другое. И все это я делаю на фоне испугавшего его звука или громкости и проговаривания вслух всего происходящего: «Стучит Петя, да. Громко стучит, бывает такое». Иногда предлагаю ему что-нибудь парадоксальное, например, если все кричат и он этого боится, то я, убрав его руки и параллельно отвлекая чем-то, предлагаю и ему тоже громко-громко кричать, с чем в большинстве случаев он радостно соглашается. Ведь он на самом деле интересуется тем, что его пугает. Но самостоятельно, без поддержки ему не справиться со своим страхом. * * *

В некоторых случаях, когда я занимаюсь с детьми вместе с их родителями, я очень быстро впадаю в ступор и с трудом могу продолжать что-то делать. Я как будто натыкаюсь на невидимую стену на полном ходу. У меня все время ощущение, что надо мной нависают. Я постоянно чувствую себя как бы под прицелом — и это меня сдерживает, ограничивает свободу действий, эмоций и передвижений. Я цепенею и с трудом могу активизироваться сама, активизировать родителей и самого ребенка. С трудом могу вовлечь их в какую-то спонтанную, эмоциональную игру без правил, и это еще сильнее подавляет мою активность, мне не прорваться сквозь эту стену. Все время присутствует ощущение головы, довлеющее надо всем, постоянного контроля, давящего наблюдения и оценивания. Примерно такое же ощущение у меня возникает, и когда я занимаюсь с ребенком один на один. С такими детьми все время необходимо балансировать, находиться в постоянном напряжении, потому как «сделав шаг вправо или шаг влево, можно ожидать расстрела». И это именно то ощущение, с которым ребенок, вероятно, живет постоянно. Поэтому работа с такими семьями направлена на внедрение хаоса в жизнь семьи, обучение бессистемному эмоциональному взаимодействию без правил и правильности.

15.01.2009

В самом начале очень важно определиться с тем, чего хочется от ребенка: чтобы ребенок умел, обладал навыками и выполнял инструкции — или чтобы был в состоянии извлекать эти навыки извне, формировать их?

Если выбор — обладание навыками, то это путь обучения и натаскивания.

Если выбор — самостоятельное извлечение навыков, то это путь терапии.

17.01.2009

То, как многие родители общаются со своими аутичными детьми, как играют с ними, можно назвать игрой головой, общением головой. Все строго продумано, каждая реакция отмерена. Это попытка жить головой, играть головой, догонять головой...

С аутичным ребенком это невозможно. Головой можно только научить. Но снизить аутичные проявления головой сложно. Для этого нужны эмоции и спонтанность. Много эмоций и много спонтанности. * * *

— А во что еще можно играть со Степой дома? — спросила у меня его мама. — Пока что мы освоили лишь то, что вы показывали на занятиях, но ведь невозможно все время чередовать только тот небольшой набор игр, в которые мы играли здесь.

— Можно превращать в игру любые бытовые ситуации. Совершенно не обязательно играть

во что-то специально организованное, — отвечаю я первое, что пришло в голову.

— Я, кажется, поняла, — говорит Степина мама, — вот вчера я сидела за компьютером, ко мне пришел Степан начал меня тянуть за собой. Я какое-то время отмахивалась, но так как он не отставал, то сдалась и встала. Стоило мне встать, как он убежал в свою комнату, явно заигрывая со мной. Это была игра с его стороны?

— Да. А что вы сделали дальше?

— Так а что мне сделать? Я посмотрела, куда он пошел, и вернулась обратно. Он же ничего не хотел больше от меня.

— Но ведь как раз такие ситуации и можно расширять и обыгрывать, тем более когда это его запрос. В вашей истории игра так и не состоялась. Игра — это в первую очередь не действие, а эмоция, с которой это действие осуществляется.

— А что же надо было сделать?

— Можно было бы эмоционально и ярко поиграть в это. Не проверить, что ему надо, и уйти обратно за компьютер, а именно поиграть. Догнать, например, пощекотать и убежать обратно, эмоционально оставшись в игре. Можно было медленно тащиться, помогая Степе тащить вас, подыгрывая ему в этом. Можно было периодически пытаться, как бы вырваться. Можно было бы сделать еще много чего, придумывая походу, привязываясь к любому понравившемуся вам или ребенку моменту. Но важно быть эмоционально вовлеченным в этот процесс, ярким и заметным ребенку. Важно быть внутри игры, а не снаружи ее. * * *

У Алины все время заняты руки (это свойственно многим детям). Больше всего она любит находить какие-то парные предметы и носить их, никому не давая и никак больше не используя их. Она нашла игрушечный набор посуды и выбрала из него все ложки, ножи и вилки, равномерно распределив их в правой и левой руках.

— Вот и дома так же, — посетовала мама, — сгребет ложки в руки и ходит с ними по квартире. Ну что с этим делать?

— Да все, что угодно. Это же отличный материал. Ложками можно мешать что-то, можно переливать воду из чашки в кастрюлю и наоборот. Ложками можно барабанить по разным поверхностям, можно кормить кого-то, лучше живого, кто будет эмоционально реагировать, и многое другое. Главное, чтобы ей был виден, вернее, даже осязатим результат ее действий. До тех пор, пока не понятно, пока это абстрактное кормление кукол, ей не интересно. Как только появляется интерес, появляется и мотивация. Ну и еще первое время все эти действия надо будет делать вместе с ней, вплотную к ней, иногда ее руками. И реагировать тоже вместе с ней, помогать ей реагировать, давать ей пример реагирования. И чем больше будет таких примеров, чем более разнообразным будет использование предмета и реагирования на него, тем интереснее ребенку и тем больше он запомнит и в будущем станет использовать.

С другой стороны, необходимо постоянно расслаблять ее руки, кисти, пальцы. Играть с ними, вытягивать и растягивать каждый отдельный пальчик. Потряхивать ручки, расслабляя их, чтобы они от пальцев до плеч болтались, как веревочки. Качать за руки или поднимать ее, держащуюся за вас пальцами, тем самым давая возможность сначала рукам, а потом уже и самой Алине почувствовать свободу и безопасно себя чувствовать в ней. Ну и так далее...

18.01.2009

К подростковому возрасту у аутичного ребенка, изначально не имеющего органических нарушений, они могут появляться. Например, эпилепсия.

Больше всего появление органических нарушений у аутичных детей, раньше их не имевших, похоже на появление пролежней у человека, долгое время находившегося без движений или ограниченного в них. Только в нашем случае эти изменения происходят в мозгу и соответственно «пролежни» появляются тоже там. * * *

Почему-то большинство родителей склонны приписывать динамику в изменениях ребенка внешним факторам: остеопат, логопед, дефектолог, диета, поляризация, возраст, садик или школа, изредка психолог и пр. Но практически никто из них не видит или не хочет видеть за изменениями ребенка своей работы и своих собственных изменений в общении и взаимодействии с ним, которые практически всегда влекут за собой колоссальные изменения в состоянии и поведении ребенка. Ребенок меняется вслед за изменением семейной системы, вслед за изменившимся отношением к нему в ближайшем кругу.

22.01.2009

Довольный, эмоционально включенный ребенок выходит с занятия, идет к родителям, и на этом все, как правило, заканчивается. Вместо того чтобы его встретить, родители чаще всего обращаются к нему со словами: «Что нужно сказать?», «Ты сказал спасибо?», «Скажи до свидания» и т. д. — или, не замечая его, начинают беседу с педагогом или психологом. Тем самым на корню обрубается достигнутое в процессе занятия состояние включенности и открытости. Его вновь вгоняют в рамки и правила, придуманные другими, а не идут за ним и его состоянием. * * *

Не спят, потому что не устают. Несмотря на то что ребенок вроде как активен, вроде как подвижен, вроде как устает, зачастую эти подвижность, активность и усталость — поверхностны, они не пропускаются ребенком внутрь, не усваиваются им. Максимум, что делает такая поверхностная, не включенная активность с ребенком, — это перевозбуждает или переутомляет его. А это как раз то, что мешает ребенку уснуть. * * *

— Мы вчера ходили в аквапарк, — рассказывает мама маленького аутичного мальчика, — и он там так наплескался, мы там по всем горкам его протаскали, во все бассейны залезли. В общем, делали с ним все, что только могли придумать. Мне кажется, что он был включен. И вы знаете, Катя, когда мы приехали домой, он сразу уснул. Так устал, видимо.

— Да, конечно, ведь вы его целенаправленно включали, с одной стороны, от чего он уставал, а с другой стороны, за счет воды он имел возможность расслабиться, и это позволило ему не перевозбудиться, не переутомиться, а просто по-человечески устать и уснуть, чтобы восстановить силы. * * *

Сегодня на протяжении всего группового занятия то я, то мои помощники фиксировали Нелю, которая в свободном полете представляет собой самого настоящего полевого ребенка, не давая ей выпадать. В результате на протяжении всего часа у нее просто не было ни времени, ни возможностей стучать, кричать, плевать и бездумно бродить по залу. Приходилось то кататься с горки, то помогать раскачивать кого-нибудь из детей, то строить башню, то ее ломать, то кидаться шариками, то отбиваться от них, то играть в догонялки, то стучать по мячу, то лезть по лабиринту, то прыгать в бассейн и т. д. То ее тянули в разные стороны, то качали за руки и за ноги, то крепко-крепко держали, то заставляли ходить на руках, держа ее

за ноги, то показывали на что-то или на кого-то, и ей приходилось смотреть, так как иначе от нее не отстанут, то придумывали еще и еще что-то новое. Но при этом ни разу за все занятие ее не выпустили больше чем на пару секунд не то что из поля зрения — из рук, так как ее ладони все время были вложены в чьи-то из наших.

И теперь на каждом занятии мы делаем то же самое, поскольку таким образом у нее намного больше шансов что-то увидеть, запомнить, почувствовать, применить, чем каким бы то ни было другим. * * *

Сложнее всего поверить в то, что не испытывал на себе, и в то, чего не понимаешь.

23.01.2009

Если аутисту говорить «нет» или «нельзя», то он считает, что вообще все нельзя, и выдает неадекватную реакцию. Поэтому нельзя говорить «нет» и «нельзя». И любое «нельзя», нужно заменять на «можно».

Я бы постаралась и обычному ребенку не говорить просто «нет» и просто «нельзя». Все нужно обосновывать, на мой взгляд, и отказ тоже. Запрещать можно, просто нужно объяснять доступным для ребенка способом, почему именно нельзя что-то делать. Если любой отказ переформулируется в разрешение, пусть и чего-то другого, то получается в некотором роде вседозволенность.

Я бы сказала, что неадекватная реакция на слова «нет» и «нельзя» возникает из-за того, что это слишком абстрактные и неясные для ребенка понятия, имеющие негативную эмоциональную окраску, на которую, собственно говоря, он и реагирует.

24.01.2009

После очередного «мастер-класса» для Васиной мамы по «правильному» общению с Васей, общению не опекающему, не подавляющему и контролирующему, а развивающему, на равных, иницилирующему собственную самостоятельную активность ребенка:

— Вот теперь я, кажется, поняла, что имела в виду наша психотерапевт, когда в три Васиных года говорила мне, что придется полностью изменить свой стиль общения, научиться совершенно по-другому говорить с ним — другим голосом, другой интонацией, другими словами. Если бы я поняла это тогда, а не сейчас, когда ему уже десять...

26.01.2009

О случаях восстановления или «излечения» от аутизма пишут редко, поэтому аутизм позиционируется как нечто неизлечимое. Однако это не совсем так, на мой взгляд.

В реальности, я думаю, аутичные реакции той или иной степени выраженности дают очень многие, если не все, но далеко не все превращаются в клинических аутистов. Более того,

существует такое понятие, как фаза нормального аутизма, которую проходит каждый младенец. Только вот задерживаются на ней не все, хотя в последнее время все большее и большее количество детей.

Почему редко пишут о положительном опыте выхода из аутизма? Да потому что многие умудряются выйти из него или вытянуть из него ребенка раньше, чем поймут, что это и был тот самый страшный, неизлечимый аутизм, который навсегда. А без учета таких случаев описываемая в литературе выборка нерепрезентативна и на ее основе нельзя прогнозировать будущее ребенка. * * *

— Я понимаю, отчего мой ребенок становится менее аутичным, — делится своим наблюдением мама, — от больших скоплений людей, которые знают его и которых знает он, от людей, которые хорошо к нему относятся и общаются с ним на равных. И если организовывать такие встречи регулярно, то это его здорово продвигает. Но я не могу, мне сложно там находиться, я не люблю большие скопления народа и необходимость постоянно поддерживать беседу. И ничего я пока поделаться с собой не могу. Хоть и понимаю, что это необходимо ребенку и это то, что, по моим наблюдениям, помогает ему больше всего.

— Я все понимаю, — говорит другая мама, — понимаю, что нужно включиться в него по полной и не расслабляться, и тогда будут результаты. Я же вижу, на что он способен на самом деле. Я вижу, какие он результаты имеет после лагеря, после занятий. Но я слишком нетерпелива и ленива от природы. Мне легче сделать самой, чем организовывать его.

— Я по натуре — наблюдатель, я очень пассивная, — слова еще одной мамы, — поэтому все, что вы говорите, я головой-то понимаю и согласна с вами, но хватит ли у меня сил все это осуществлять? В этом я сомневаюсь.

— Вы понимаете, — говорит еще одна мама в ответ на слова психолога о том, что очень во многом перспективы развития аутичного ребенка зависят от родителей, — я же очень ответственный человек, и если я за что-то берусь, то надо все делать идеально, а значит, включаться по полной. А это слишком большая нагрузка и ответственность.

27.01.2009

На первичных консультациях у меня часто спрашивают: «Почему это произошло с ребенком? В чем причина? Это врожденное или приобретенное?»

Практически всегда я отвечаю, что до сих пор не существует однозначной версии происхождения аутизма, однако, на мой взгляд, этому могут способствовать и врожденные предпосылки, например, повышенная тревожность или низкая стрессоустойчивость, и приобретенные, такие как стрессы в раннем возрасте и особенности семейного воспитания.

Однако и в том и в другом случае это не меняет перспективы ребенка. Просто если причины аутизма врожденные, то необходимо развивать и укреплять нервную систему ребенка, а если приобретенные — то восстанавливать и укреплять. * * *

Выход из аутизма — как подъем по веревочной лестнице. Каждый следующий шаг, каждая следующая ступень нарушают достигнутый баланс. Но если почувствовать эту лестницу, стать одним целым с ней, если не задумываться и идти не головой, а ощущениями, то можно добиться больших успехов и подниматься по ней сколь угодно долго, не боясь падения. * * *

Аутичного ребенка нужно правильно настроить. Как телевизионные каналы. Его нужно

настроить на включение и поддерживать в нем этот уровень до тех пор, пока он сам не научится себя настраивать.

01.02.2009

Вероятно, аутизм считается неизлечимым оттого, что лечат то, чего не существует. Как можно лечить аутизм, если такой болезни нет? Ведь большинство признает, что аутизм — это не болезнь.

Раскручивать существование несуществующей болезни. Лечить несуществующую болезнь и считать ее неизлечимой — это круто... это, конечно, вселяет оптимизм.

Аутизм — это если и болезнь, то только социальная, а уж никак не психическая, физическая или генетическая. И соответственно лечить надо социум, общество в целом и по отдельности. Начиная с самых пораженных или зараженных, самых ослабленных участков и постепенно распространяясь на все остальные.

04.02.2009

Первое, что бросилось в глаза, когда Миша с мамой вошли в игровой зал, — это категорически изменившееся поведение и взаимодействие с Мишей у мамы. Она была вопреки своей обычной пассивной, контролирующей позиции очень активная, креативная, инициативная, все видящая, все замечающая и реагирующая грамотно и вовремя. О чем я и сказала:

— Вы сегодня совсем другая! Здорово!

— Вы знаете, Екатерина Евгеньевна, — сказала она в ответ, — у нас вчера был свободный от занятий день, и я решила налаживать эмоциональный контакт с ним. В общем, я вчера в течение всего дня к нему подключалась, не оставляя его ни на минуту. Он столько новых слов сказал за вчерашний день! Но как же это тяжело! — это отмечают многие родители, попробовавшие включить ребенка и включаться в него достаточно долго.

И Миша сегодня тоже совсем другой. Минут пятнадцать-двадцать от получасового индивидуального занятия он играл в «день-ночь», самостоятельно придуманную им игру. Выключал свет, говорил: «Баю-бай», брал одеяло, накрывался им и ложился спать. Потом я включала свет, он просыпался и после краткого периода бодрствования, когда мы успевали, например, прокатиться с горки или пролезть по лабиринту, снова выключал свет и укладывался спать. А когда я отыскала второе одеяло, то начал заставлять еще и маму ложиться рядом. И несмотря на то, что играл он все время в одну и ту же игру, в ней не было ни грамма аутичной нагрузки. Он постоянно был с нами. Он все время повторял слова за нами и пользовался теми, что и сам знает. Он не зависал на своих привычных стереотипах — в общем, весь был очень положительный.

И потом, когда мама ушла, а Миша остался еще и на групповое занятие, его поведение также очень сильно отличалось от обычного. Он не погружался в себя, как это бывало раньше, а на мгновения выключался. Было достаточно щелкнуть пальцами и сказать: «Миша, ау...», и он тут же оживал, начиная играть дальше.

Он не зависал, погружаясь в себя, что является губительным для аутистов, а именно выключался — это нейтральное состояние, передышка, так как отдыхать-то ему все равно надо, живой же мальчик. * * *

У Стасика последние три-четыре недели, тоже идет лавинообразная динамика.

— Стасика не узнать, — заметил мой помощник Саша, который не видел его три месяца.

И мама, во всяком случае, вслух, связывает это с добавлением ему нового получасового занятия. Однако нельзя не заметить, насколько изменилась сама мама. Насколько изменился способ ее общения как со Стасом, так и со всеми окружающими, во всяком случае, в поле моего зрения. Насколько более открытая, уверенная, общительная и позитивная в общении она стала. Это не может не повлиять на ребенка. И это влияет на него, на его поведение и развитие. А в то, что полчаса в неделю занятий с ребенком без участия родителей могут кардинально изменить его состояние, я могу поверить с большим трудом. Изменилась мама, которая постоянно общается с ребенком, а теперь общается немного иначе, — изменился и ребенок.

05.02.2009

Не предметное мышление, которое достигается путем натаскивания и обучения, а концептуальное мышление и развитие — вот то, что важно и первично в работе с аутичным ребенком. Не показатели интеллекта, а социальное развитие и адаптация.

06.02.2009

— А ведь и правда, Саша, — сказала Юлина мама мужу то же, что отмечают и многие другие родители, — мы же сами ее отделяем. Вот в парке, например, когда гуляем, мы идем и о чем-то увлеченно беседуем, а Юле говорим: «Иди посмотри, какое дерево, какие листики», мы же ее постоянно отсылаем, чтобы она не мешала. Мы сами по себе, она сама по себе... * * *

Аутичный ребенок никогда не говорит и не делает ничего «просто так», «в воздух», «низа чем». Любые его слова или действия имеют причину. Просто надо немного потрудиться и понять их. * * *

— А правда ли то, что аутичные дети в отличие от обычных не в состоянии самостоятельно переносить полученный опыт, что у них нет подражания? — спрашивают родители.

— Нет, неправда, хоть и существует такое мнение.

Если ребенок понял, увидел, услышал, переработал, то он перенесет полученные знания и навыки на что-то еще. Но для того, чтобы применить опыт, его надо сначала получить. Не переносят же они его только в том случае, если не получают и не перерабатывают. А так как аутичные дети его, как правило, не получают в необходимом для усвоения формате, то и переносить нечего. А то немногое, что получают, они очень даже переносят.

То же самое можно сказать и о подражании: подражать, как правило, нечему, так как вокруг вакуум, сквозь который ребенку самому пробиться очень сложно.

Как можно применить что-то, чем не умеешь пользоваться? Как можно перенести информацию на что-то, если этой информации нет?

Будет очень странно, если кто-то будет печатать на выключенном компьютере и удивляться, что у него ничего не получается. А просто нажимая на клавиши, формально выполняя необходимые действия, результата не добиться.

Так же и у ребенка: никакой отдачи не получить до тех пор, пока не включить его в себя или же, наоборот, не включиться в него. * * *

Да, я действительно считаю, что многим родителям, как и аутичным детям, свойственна так называемая внешняя холодность, замкнутость, безэмоциональность или поверхностная эмоциональность, поверхностность, невключенность, отстраненность, ригидность, пассивность или, наоборот, излишняя активность, вплоть до наигранности, излишняя нормативность, безынициативность, отдельность, постоянная оценка, правильность, зарегулированность, аспонтанность, натянутость или неестественность. Я действительно считаю, что многим родителям, и не только родителям и не только аутичных детей, свойственно несоответствие внутреннего и внешнего. Что внутри многие из них не согласны с правилами жизненной (социальной) игры, но продолжают в нее играть, тем самым отказываясь от себя и надевая маску на себя настоящих. Но это только снаружи. У родителей, так же как и у детей, — это всего лишь внешнее проявление, способ защиты, и это не является первопричиной развития аутизма у детей, как считают многие, но тем не менее является одним из факторов, поддерживающих его развитие. Это всего лишь маска, под которой прячутся, как правило, очень чувствительные, очень тонкие и мягкие, очень тревожные, часто гиперответственные, неустойчивые, постоянно напряженные, легко уязвимые, недоверчивые и неуверенные в себе и в других люди, которым помощь необходима не меньше, чем детям. И иногда эти ощущения настолько невыносимы, настолько тяжелы, что для того, чтобы ослабить их, чтобы сделать их незаметными, надевается маска. Эта защитная маска надета не просто так, этому есть какие-то причины, у всех разные.

Далеко не всегда эти особенности признаются и принимаются, далеко не всегда они заметны окружающим и самим родителям. В этом нельзя никого обвинять, но можно и нужно учитывать при работе с аутичными семьями, а по возможности и помогать им решать внутренние проблемы: если хоть часть из них исчезнет, то уйдут и многие проблемы ребенка.

А глубже, под этими наслоениями, есть еще один уровень — это уровень нормальной активности, уверенности, креативности, инициативности, уровень истинной толерантности, подвижности, устойчивости, живости, легкости, спокойствия и расслабленности, уровень спонтанности и спонтанной включенности, уровень доверия, свободы и соответствия себе самому. И этот уровень есть у каждого из нас.

08.03.2009

«Хуже не стало», — говорят многие родители, оценивая состояние ребенка. Таким образом оценивается только наличие или отсутствие обратного хода в развитии ребенка, регресса в его развитии.

«Стало лучше» — намного более позитивный и продуктивный взгляд на оценку состояния ребенка. Важно научиться видеть это «стало лучше» даже в самых незначительных мелочах, такое видение придает силы для движения вперед.

Важно научиться видеть мир в позитиве, а не в негативе. Ведь об одном и том же явлении всегда можно сказать по-разному. * * *

Существуют разные пути достижения одной и той же цели, решения проблемы аутизма. Есть путь качественных изменений, а есть путь количественных.

Если говорить о качественных изменениях, то один из вариантов достижения цели — работа с семьей аутичного ребенка. В этом случае достаточно и одного-двух часов занятий в неделю, но при условии участия в них максимального количества членов семьи и постоянных внутрисемейных изменений, позволяющих ребенку меняться вслед за ними и самостоятельно получать информацию из окружающего мира. А этот час — информационная, эмоциональная и психологическая поддержка и подпитка, позволяющие семье двигаться вперед и двигать ребенка самостоятельно. Этот вариант намного более трудоемкий для семьи, потому что требует капитальной перестройки как внешней составляющей семейной системы, так и внутренней: необходимо изменить многие устои и обычаи, которые формировались годами. Необходимо провести огромную внутреннюю работу, многое пересмотреть и в чем-то измениться, иногда измениться кардинально. Это огромная психологическая и эмоциональная нагрузка, автоматически приводящая к изменениям во внутреннем мире, симптоматике и поведении ребенка, которому приходится подстроиться под изменившуюся систему, что и происходит с детьми, например, у нас в лагере.

Другой путь — путь количественных изменений — это максимальная загрузка ребенка интенсивными занятиями со сторонними специалистами от двадцати до сорока часов в неделю, где участие семьи и внутрисемейные изменения не являются обязательным условием... В этом случае изменения происходят за счет количества информации, постоянно подаваемой ребенку, из-за невозможности выпасть из контекста общения и вынужденного постоянного развития, которые на каком-то этапе переходят из количественных в качественные изменения.

Качественные изменения требуют больших душевных сил и мало временных затрат. А количественные изменения требуют много физических сил, много времени и минимум душевных сил.

Ну и еще один путь — путь качественно-количественных изменений, синтез двух предыдущих.

09.03.2009

Почему-то считается, что аутисты не могут дать быстрой динамики. Почему? Для меня это странно. Хотя нет, понятно. Они, по идее, вообще не должны давать никакой динамики, а если и давать, то минимальную и неустойчивую. Аутизм же не лечится... Просто как-то все время забываю об этом. А если ребенок дал динамику, тем более быструю, значит, он не аутист и никогда им не был.

Аутист не может дать быстрой динамики в тех случаях, когда неправильно подобраны специалисты или терапия, а работа направлена не в то русло или выбран не тот способ ее осуществления. Впрочем, то же самое можно сказать и о любом другом нарушении. В остальных случаях, особенно в случаях так называемого социального аутизма, быстрая динамика, исчезновение многих аутичных проявлений более чем возможны. * * *

У многих людей есть врожденный набор качеств, который может привести к аутизму, но далеко не каждый становится аутистом. Многие вырастают в благополучных взрослых, если в

процессе роста и в процессе жизни им удается избежать сложностей. Если они не ломают свою и без того слабую нервную систему, а успевают укрепить ее до возникновения серьезных стрессов, что помогает им в дальнейшем успешно адаптироваться в обществе. Если они не имеют стрессов или имеют грамотную и своевременную поддержку со стороны окружающих. И так далее... * * *

«В состоянии стресса активизируются электромагнитные поля». Этим можно объяснить экстрасенсорные и телепатические способности аутичных детей. Они большую часть жизни находятся в стрессе, хоть это и не всегда заметно со стороны, а соответственно — в активном состоянии.

10.03.2009

Всему свое время, и все должно идти своим ходом.

Сначала дети учатся стоять и только потом — ходить. Сначала дети учатся общаться и играть, а потом уже учатся учиться. В работе же с аутистами часто наблюдается обратная картина. Все ставится с ног на голову. Многие родители и педагоги пробуют строить первый этаж (игра и общение), но так как не получается, забрасывают это дело и сразу же строят пятый этаж (обучение и научение), а потом уже пробуют вернуться к первому и последующим. Сначала учат учиться, а потом уже общаться. Странно. * * *

Отсутствие эмоций в общении с аутистом хорошо, чтобы учить его чему-то. Чтобы лечить его от аутизма, эмоции необходимы как воздух.

Как можно лечить эмоции, тренировать эмоциональную сферу, не пользуясь ею? Никак.

11.03.2009

Я сильно изменилась за последний год-два, и многие отмечают это. Самое главное, наверное, — это то, что сейчас я приблизительно понимаю, чего хочу. Хотя и сбиваюсь, и очень легко теряю это желание, но я хотя бы начала понимать. Вернее, начала доверять своим желаниям и их отстаивать. Раньше этого не было. Мне было непонятно, чего хотеть и к чему стремиться, было абстрактное желание типа «хочу мира во всем мире». Сейчас все намного уже, но как-то реальнее и достижимее. Я начала понимать, чего хочу, и стала идти к этому с пониманием, не разбрасываясь на все и ничего.

При этом я всегда знала, чего я не хочу. Но никогда не знала, чего хочу.

Думаю, что это свойственно и многим аутичным людям. Поэтому в работе с ними следует уделять время на дифференциацию и выделение реальных желаний и путей их достижения. * * *

— Я включаю ребенку мультики иногда, это полезно или вредно? — спрашивают многие родители.

— Смотря чего хотеть от этого просмотра. Если вы хотите использовать их для развития ребенка, то просто поставить мультик и считать, что это приносит пользу, — наивно. Если вы их ставите для того, чтобы иметь возможность отдохнуть от ребенка, то это дурное.

— Ну он же в это время занят, не шатается сам по себе, а значит, пользу получает, — говорят на это многие, — а я в это время отдыхаю или занимаюсь бытовыми делами.

— А просто отдыхать можно? — задаю я один и тот же вопрос. — Человек, даже самый сильный, не машина, и ему нужен отдых. Это нормально. Вы имеете право просто на отдых, а не только на отдых в то время, пока ребенок получает пользу.

Ребенок от такого времяпрепровождения пользу не получает, просто вы не беспокоитесь за него и можете спокойно, без оглядки, что-то сделать. И это нормально. Только не надо подменять понятия и ожидать невозможного, испытывая от этого впоследствии негативные эмоции: «Почему же ты ничего не запоминаешь, не используешь сюжет? Ты же столько времени проводишь перед телевизором». Он в это время не развивается, а просто смотрит телевизор. В этом нет кошмара. Если вы хотите, чтобы просмотры носили развивающий характер, то надо будет долгое время принимать участие в этом. Важно определиться с ведущими потребностями и соответственно к ним относиться: я хочу отдохнуть — или я хочу развивать? И то, и другое желания имеют абсолютно равные права. * * *

Когда я говорю, что в аутизме нет никакой загадки, это не значит, что нет проблем и необходимости их решать. Это значит всего лишь то, что в этих проблемах нет загадки.

12.03.2009

При получении каких бы то ни было рекомендаций от специалистов относительно ребенка очень важно помнить, особенно если встречи со специалистами редки, что рекомендация дана «здесь и сейчас», а ребенок может меняться, и соответственно должны меняться способы решения проблем. В первую очередь нужно ориентироваться не на рекомендации, а на здравый смысл. И никто лучше родителей, которые постоянно рядом с ребенком, не в состоянии отследить реальную необходимость выполнения каких бы то ни было рекомендаций. * * *

Очень многим аутичным детям свойственна путаница с местоимениями, родами, числами, и есть разные варианты работы с этой проблемой, в том числе — исправление ребенка. Но очень важно научиться исправлять, не подавляя. Родителям это довольно сложно делать, так как правильности часто придается излишнее значение. Необходимо любые исправления и замечания вплетать в общение, не испытывая напряжения при этом, не находясь в постоянном ожидании ошибок и их исправления ребенком. Исправления — не самоцель. Они должны быть максимально свободны и спонтанны, только тогда они эффективны. В ином случае они, напротив, могут привести к ухудшению. * * *

Известно, что для аутичных детей типично наличие «нормального» этапа в развитии. Многие до двух лет развивались так же, как и сверстники, начинали говорить, были улыбчивыми и общительными. Однако в какой-то момент все или многие навыки, в том числе и речь, теряются, а ребенок аутизируется. Как правило, это происходит на фоне какого-то стресса, который может быть замечен и понятен окружающим, но может быть и не замечен и не понятен никому, кроме ребенка.

— Почему же они замолкают после стресса? Мать-то осталась такая же. Она же не стала другой, не стала напряженнее или тревожнее? — спросила после одного из занятий моя помощница.

— Не всегда это так. Иногда после общего стресса мать становится в разы тревожнее и напряженнее, беспокоясь, например, за здоровье ребенка, если стрессом, повлекшим

аутизацию, была, например, серьезная болезнь. Часто на момент обращения семья так и остается еще в том стрессе, продолжая беспокоиться за его здоровье. В других же случаях можно предполагать, что до стресса это был привычный для ребенка уровень напряжения, не влияющий кардинальным образом на развитие. Ребенок и мать идут как бы в одной колее. После пережитого стресса, который из этой общей колеи кого-то из них выбивает, уровень материнской тревоги и напряжения становится для ребенка ощутим. Ему никак не встроиться в прежнюю колею, где этого можно не замечать, и уровень семейного напряжения становится для него невыносим. И тогда ребенок неосознанно делает выбор: переносить и перерабатывать стресс или напряжение матери, или и то и другое, но не полноценно — что и приводит к аутизации, но в разной степени. Изменить же ситуацию проще взрослому, постаравшись сбросить свое напряжение и максимально расслабиться, оградив ребенка от невыносимых переживаний и помогая ему укрепить собственную стрессоустойчивость. Но для этого надо научиться видеть и чувствовать эти ощущения. И надо иметь смелость избавиться от них. * * *

Внутри эмоций много, а снаружи — мало. Это, как правило, свойственно и аутичным детям, и их родителям.

Родителям аутичных детей часто говорят о том, что они холодны и не эмоциональны, на что те справедливо обижаются. Дело в том, что субъективно родители себя оценивают, как людей эмоциональных, но ориентируются они, как правило, только на внутренние ощущения от себя, которые часто расходятся с их внешней репрезентацией, и поэтому они искренне считают себя эмоциональными. И они действительно эмоциональны и часто даже слишком, но только эмоциональность эта циркулирует, если не сказать бушует, внутри и не имеет никакого выхода наружу. Возможно, она допускается внутри узкого круга знакомых, где человек чувствует себя комфортно и безопасно. А снаружи в большинстве случаев — все ровно и без эмоций. И это тоже правда. Поэтому в какой-то степени правы и родители, и их оппоненты.

Таким образом, эмоциональность оценивается с разных позиций. А общего нет. Нет общей плоскости для восприятия, общения и понимания. Отсюда и масса внешних и внутренних проблем, ошибок взаимодействия, недопонимание.

Для того чтобы общаться на равных, знать о наличии такой скрытой эмоциональности, видеть, чувствовать и принимать ее в расчет, необходимо или очень глубоко понимать эти особенности изнутри и знать об их существовании (что могут делать специалисты), или обладать повышенной чувствительностью и телепатическими способностями, к чему и приходят дети, испытывающие потребность в эмоциях родителей и находящие пути к ним, пусть и таким необычным способом. * * *

Часто родители не позволяют себе быть открыто эмоциональными, в том числе это касается агрессии.

— Нельзя же обижать и ругать.

— Но почему же нельзя, если это справедливо? Кроме того, подавленная эмоция всегда чувствуется, только накладывает намного более серьезный отпечаток и постоянное присутствие недосказанности, ощущение сдерживания, удержания себя в рамках приличия. Отсюда, кстати, и неестественность в поведении и взаимодействии. * * *

— А еще у него появилась новая привычка. Он постоянно таскает с собой игрушку и не выпускает ее из рук. Это хорошо или плохо?

— Ребенок постоянно таскает в руках игрушку. У него постоянно заняты руки. Он постоянно занят тем, что держит игрушку. Он постоянно помнит о ней, и это в значительной мере затрудняет концентрацию на окружающем. Кроме того, у него исчезает необходимость

занимать себя чем-то другим, потому что он все время занят — он носит игрушку. У него нет необходимости играть, общаться, нет возможности взаимодействовать и пользоваться руками в полном объеме, так как они все время заняты.

— Но дома же он ее не носит.

— Это значит, что дома ему и так комфортно.

— Тогда в чем же причина такого таскания?

— Возможно, причина в напряжении. Он ее берет с собой тогда и туда, где испытывает страх или напряжение. Игрушка в данном случае — это защита. Но во всем важна мера. Если наличие игрушки мешает социализации и развитию, то это уже не всегда хорошо и не всегда помогает. Это уже не просто привязанность. Излишняя помощь, в том числе и от игрушки, иногда идет во вред. Когда он носит игрушку, необходимость искать другие способы решения проблемы исчезает. Он не учится противостоять напряжению, а оставляет его при себе, защищаясь игрушкой. В таком случае игрушка становится дополнительным барьером между ребенком и окружающим миром. * * *

Для быстрой динамики, быстрого и устойчивого результата — очень важна слаженность в действиях как между членами семьи, так и между специалистами, работающими с ребенком.

Важно, чтобы не было какофонии. Чтобы ребенок не терялся и не метался от одного к другому, в результате и вовсе не двигаясь с места. Чтобы не затыкал уши и не проваливался еще глубже, спасаясь от дисгармоничного мира. Это как в оркестре, как в любой командной игре. Важно научиться развивать и дополнять друг друга, видеть, слышать и чувствовать друг друга, ориентироваться друг на друга и учитывать друг друга. Лучше не говорить, не делать, не играть, чем делать это несогласованно, без учета необходимости, потребностей и возможностей. * * *

Когда Витя и Саша едут куда-то с мамой, с бабушкой или с ними обеими, они ведут себя очень по-разному, но наихудший вариант — когда мама и бабушка вместе. Лучше всего с ними справляется мама, когда она одна, но это очень большая нагрузка.

— Почему, ведь по идее, наоборот, должно быть проще? — недоумевает мама.

Этому есть несколько объяснений. Первое, что приходит в голову, — это отсутствие слаженности во взаимодействии мамы и бабушки, на которое дети мгновенно реагируют. Кроме того, очень важный момент — это неосознанное ослабление внимания и участия, которое появляется, когда мама просит бабушку помочь. Мама начинает неосознанно выпускать некоторые моменты, рассчитывая на то, что бабушка поймет, заметит и подхватит. Но получается так не всегда, и причина как раз в недостаточной слаженности взаимодействия между ними. Тут напрашивается поговорка: у семи нянек дитя без глазу. Поэтому весьма важно, чтобы участники взаимодействия очень хорошо понимали друг друга и двигались в одном направлении.

То же самое происходит и у меня на групповых или детско-родительских занятиях. Занятие проходит совершенно по-разному в зависимости от того, работаю я одна или с волонтерами либо с родителями. Часто присутствие активных волонтеров, которые рвутся «помогать», не разобравшись, что к чему, но уже считающих себя умеющими и знающими, или родителей, которые совершенно иначе, чем я, взаимодействуют с ребенком, полностью ломает ход занятия. Однако и это тоже опыт, и невозможно научиться понимать друг друга и действовать слаженно, если этого не делать. Другое дело, что все участники взаимодействия должны быть одинаково заинтересованы в том, чтобы понять друг друга, хотеть научиться этому и учиться. * * *

Неля сегодня в ужасном настроении, заводится с пол-оборота, дискомфорт вызывает практически все, любые предложения. Кроме того, так как на занятии, помимо меня, присутствовало еще два волонтера, и каждый хотел ей помочь, успокоить ее, — это явилось дополнительной эмоциональной нагрузкой для нее. Получилось, что каждый понимал ее дискомфорт по-своему и помогал по-своему, ввергая ее в еще большую панику этой какофонией благих намерений. И до тех пор, пока она не оказалась наедине с одним человеком, который действовал последовательно, успокоить ее не удалось. * * *

Вадим, Степа и Миша сильнее всего изменились и на данный момент перешли на качественно иной уровень развития, общения и взаимодействия с людьми. У Ромы и Вовы появились частые, хотя и нестабильные пока изменения в поведении, состоянии, симптоматике. А Стасик и вовсе вышел из аутизма, и основной его проблемой, мешающей полноценному общению и взаимодействию, на данный момент является проблема с речью. Но и родители изменились сильнее всего именно у этих детей, и их изменения пропорциональны изменениям у детей.

— Заметно?! И это он в садик сейчас не ходит, а значит, все время дома со мной. Вон какую я работу над собой веду, — гордо сообщила Степина мама на одной из наших встреч.

И правда, от нее сейчас совсем другое ощущение при общении, совсем по-другому она ведет себя на наших совместных занятиях. Она стала расслабленнее, мягче, раскрепощеннее, стала более гибкой, нет больше в ней такого напряжения и давления, как было раньше.

Тем не менее, сейчас еще рано рассматривать эти изменения как залог последующей положительной динамики, так как еще долго она будет сохраняться лишь при условии постоянной поддержки и систематической работы. * * *

Иногда на групповые игровые занятия в качестве волонтеров или учеников приходят родители аутичных детей. Что это им дает?

Как говорят сами родители, это помогает научиться оценивать и анализировать поведение ребенка и его родителей. Как бы наблюдать за собой со стороны, оценивать себя и свои ошибки. Затем этот навык наблюдения и анализа уже намного проще переносить на себя, собственную семью и ребенка. Этот опыт полезен, так как, живя с ребенком, многие детали очень сложно отслеживать, и даже не всегда понятно, что в этом есть необходимость, а на чужих детях это делать проще. Затем это можно внедрить в общение со своим ребенком.

Кроме того, это своеобразный тренинг. Родители в общении с чужими аутичными детьми чувствуют себя намного спокойнее. Нет напряжения и личной тревоги, направленной к собственному ребенку, которая формировалась годами и имеет под собой основания. Это позволяет родителям получать позитивный опыт успешного взаимодействия с аутичным ребенком без зашкаливающей тревоги и напряжения, который есть по отношению к собственному ребенку. И в дальнейшем этот опыт ощущения себя успешным и уверенным также переносится на общение со своим ребенком. * * *

Для того чтобы понять ситуацию, увидеть ее целиком, на нее надо посмотреть снаружи, записав ее на бумаге или на аудио, сняв на видео. Важно научиться анализировать, выносить свои наблюдения, выводы, ошибки и достижения на поверхность, видеть себя со стороны. Это помогает оценить себя и ребенка. * * *

— Почему вы не пропустили мое занятие? — спрашиваю я у мамы двойняшек Алеши и Алины, которая последние две недели находится в постоянном цейтноте, развозя детей по занятиям и обследованиям, умудряясь при этом еще и работать, и, уже абсолютно замученная, привезла детей ко мне. — В таких случаях надо делать паузу и давать себе возможность отдохнуть.

— Но мне не хочется пропускать занятия. Я же понимаю, что они им нужны. Я вижу результат от занятий, — говорит она. И то же самое говорят многие родители, объективно уставшие и выбившиеся из сил, стараясь «все успеть» и «ничего не упустить», ведь «время-то уходит».

— Да, конечно нужны, но все-таки в первую очередь детям нужны здоровые родители. А не родители-подвижники, которые принесли себя в жертву и рискуют оказаться в больнице с нервно-психическим срывом. Очень важно помнить о себе. * * *

— Сашу невозможно сфотографировать, она отказывается смотреть в объектив и вообще в мою сторону, как бы я ее ни зазывала, — рассказывает мама, — и только лишь однажды удалось сфотографировать ее «по-настоящему» — когда она сидела на руках у нашей старенькой бабушки. Она без проблем посмотрела куда надо и пошла дальше заниматься своими делами. Никак не могу понять, почему это происходит?

Надо сказать, что отсутствие взгляда в объектив, как и просто фиксация взгляда, — частая проблема аутичных детей. В чем же может быть причина? Возможно, дело в том, что взрослые люди, а тем более родители, придают этому действию очень большое значение. В просьбу практически любого взрослого человека, как правило, очень много вкладывается. От ребенка хотят одновременно и хорошего кадра, и чтобы посмотрел туда, а потом туда, так, а потом эдак, сел на коленку или встал за спину, чтобы мило улыбнулся и т. д. В то же время есть страх, что снимок получится плохим или не получится вовсе, мысли о том, как покажете его знакомым, а одновременно и еще много-много переживаний. В наших желаниях много смыслов, подтекстов, которые сбивают аутичного ребенка, ведь он в первую очередь настроен на внутреннее, на то, что чувствуют и думают, а не на то, что говорят. Отсюда и такие сложности. Аутичному ребенку в такой ситуации проще отказаться от действия, проигнорировав его, чем пытаться разобраться в том, чего хочет взрослый. И соответственно взрослым надо учиться сужать запрос, а детей учить концентрироваться на главном и не теряться.

То, что фотографируясь с бабушкой, ребенок этих проблем не испытывал, подтверждает мое предположение. Дело в том, что старый человек, как и ребенок, — человек более искренний и однозначный. У бабушки уже нет «двойного дна», подтекста и условностей, ее слова, мысли и чувства совпадают. Соответственно ребенку не надо пытаться улавливать все, и ему легко настраиваться на то одно, что предлагается. Не надо ничего выбирать, принимать решения, бояться правильности своего выбора и оценок. Не надо бороться с «многословием», а вернее — с «многодумием» большинства взрослых. * * *

Вова сегодня нашел наручную игрушку Петрушку из набора для кукольного театра и начал им хватать маму и меня за лицо, выкручивать нам носы, уши, тянуть за пальцы и пр. Я это расценила как положительный момент, потому как Вова по жизни совершенно не агрессивный ребенок. Я бы даже сказала, что он не умеет отстаивать себя и проявлять агрессию даже тогда, когда она у него есть. Кроме того, он не умеет или даже боится близких контактов с людьми, особенно с хорошо знакомыми, а следовательно, и наиболее значимыми, и, прикрываясь игрушкой, стал пробовать, стал дотрагиваться и проверять, что будет. На начальных этапах наших занятий он не здоровался и не прощался, не произносил слов «спасибо» и «пожалуйста», не говорил слова «мама», когда обращался к ней. И было видно, что дело не в том, что он не хочет по каким-то соображениям, а в том, что он именно не может переступить через себя, что он испытывает огромное напряжение, возможно, боится привлечь этим внимание и боится ошибиться. То же самое и с телесными контактами, которых он боится, потому что они слишком значимы, а следовательно, должны быть безупречными. А так как в своей безупречности он не уверен, то ему проще и вовсе отказаться от этих контактов. Но потребность в них и дефицит таких отношений постоянно присутствуют.

Очень важно при этом не осуждать такое проявление агрессии ребенка, потому что это

неосознанно интерпретируется им, как запрет на проявление активности и близости. Переводить агрессию в безопасное, но неодушевленное действие тоже непродуктивно, поскольку аутичный ребенок и так склонен к неодушевлению, а такие предложения лишь поддерживают его в нем. Кроме того, если рассматривать такую агрессию как самостоятельную попытку ребенка установить близкие отношения, которых он боится и все же пробует установить, то наши слова, например: «не надо меня бить, иди лучше постучи по мячику», можно интерпретировать как «иди установи близкие отношения с мячиком, а со мной не надо». То же касается и слов «прекрати сейчас же, мне больно», которые буквально воспринимаются как «прекрати со мной общаться». Максимум, что я предлагаю ребенку в таких случаях коммуникативной агрессии, — заменить ее на безопасную. Так, если ребенок целенаправленно швыряется тяжелыми предметами в людей, я могу предложить ему кидаться шариками из сухого бассейна или мягкими игрушками. Если ребенок дерется ногами или твердыми предметами, то я ему предлагаю драться руками. Но никогда не надо полностью отвергать такой способ коммуникации — во-первых. И всегда необходимо правильно реагировать на него, постепенно предлагая ребенку более конструктивные способы достижения его цели — во-вторых.

17.03.2009

Наличие аутичного ребенка в семье позволяет родителям не развиваться. И это касается самых разных аспектов жизни. Можно не делать то, что сложно, и оправдывать это особенностями ребенка, переложив на него всю ответственность, не признавая в себе нежелания, неумения, неуверенности, боязни: «Вы что, не видите, какой у меня ребенок? Как я могу себе позволить что-то с таким ребенком?» С другой стороны, через ребенка осуществляется все то, чего многие родители зачастую не могут или боятся позволить себе делать, вследствие своих обычно не признаваемых особенностей. За них это делает ребенок. Он делает это за всех. Но он уже не боится, а БОИТСЯ, он не замыкается, а ЗАМЫКАЕТСЯ, он не неуправляем, а НЕУПРАВЛЯЕМ, он не напряжен, а НАПРЯЖЕН, он не молчит, а МОЛЧИТ, и т. д. У аутичного ребенка все через край. И сделать с этим ничего нельзя. Да, он такой, и ему все можно.

Может, все же стоит дать себе возможность быть самим собой, не испытывая из-за этого неудобства, чувства вины и угрызений совести, и дать такую же возможность ребенку? Каждый человек имеет право быть собой, а не соответствовать общепринятым идеалам и эталонам. Каждый человек имеет право что-то делать, а что-то — нет, чего-то хотеть, а чего-то — нет, не оправдываясь за это. Каждый человек имеет право быть в чем-то сильным, а в чем-то слабым, и не стоит бояться этого. Надо относиться к себе с пониманием и с уважением. Быть честным по отношению к себе, своим особенностям и потребностям, знать о них, не перекладывая и не проецируя их на кого-то другого, будь то собственный ребенок или любой другой человек, с которым приходится общаться.

18.03.2009

Ассоциативное мышление очень помогает в понимании аутизма и в работе с ним. * * *

Частая причина механического повторения слов, цитат, сказок — в отсутствие другого навыка говорения. Желание говорить есть, ребенку хочется общаться и говорить, а умения нет. Эта проблема может присутствовать как у плохо говорящих детей, так и у детей, идеально

владеющих речью.

Один из путей работы с такой механической речью — это оживление и обыгрывание любых слов ребенка, как и при стереотипах. Важно не оставлять без внимания желание ребенка, о котором он, как мог, сообщил, а помочь ему овладеть этим навыком. Важно поддержать его желание, ответить на него и развить его. * * *

Часто бывает, особенно на этапе становления самостоятельной речи (хотя это может происходить в любом возрасте и не зависит от уровня владения речью), что ребенок требует постоянного повторения за ним каждой его фразы, каждого слова.

Требование повторения для ребенка — это потребность в подтверждении того, что его поняли. Повторили — значит, он прав, а аутичный ребенок почти всегда в этом сомневается. Требование повторения — это требование подкрепления уверенности в себе, которой ему по жизни не хватает, и показатель отсутствия этой самой уверенности. За счет таких внешних способов ребенок пытается решить эту проблему. Способ неконструктивный, поскольку ограничивает развитие. Поэтому необходимо, понимая истинные причины такого поведения и помогая ребенку за счет создания внешней структуры, которой и является повторение, в то же время постоянно работать с внутренним состоянием ребенка, тренировать его уверенность и провоцировать его на самостоятельное уверенное поведение, а не создавать массу внешних маячков уверенности (расписания, маршруты, повторения, многие стереотипы и т. д.).

Не всегда ребенок требует повторения от других. Иногда он сам по десять-пятнадцать раз повторяет одно и то же слово или фразу, ни к кому не обращаясь, и выполняют эти повторы примерно ту же функцию: ребенок пытается сам себя убедить в своей правоте. Однако если понять, о чем он говорит (помня о том, что аутичный ребенок не всегда правильно облекает свои мысли в слова), вмешаться и проговорить это вслух, возможно, немного видоизменив, скорректировав или развив его мысль, — он тут же все это прекращает, так как получил то самое подкрепление, ради которого все это и было затеяно («все хорошо, я прав»), и может двигаться дальше. * * *

— Бывает, что ребенок провоцирует меня на спор. «Этот паровоз красный!» — говорит он, показывая на зеленый паровоз соседского мальчика. У него дома есть такой же красный паровоз. Я ему: «Нет, это какого цвета паровоз? Зеленый». «Не зеленый, нет, красненький! Этот паровоз красный!» — начинает заводиться он. Я: «Нет, зеленый!» Он: «Красный! Нет, красный!» Для эксперимента я соглашалась с ним и подтверждала его неверное утверждение: «Да, красный!» Но он все равно был недоволен и опять стал вызывающе говорить: «У Васи (соседского мальчика) красный паровоз!» — Рассказывает мама Темы.

— А если бы в этот момент вы ему объяснили, что дома красный паровоз, а у Васи зеленый, это изменило бы его реакцию? Ведь если понять его слова не так буквально, то получается, что он сообщает нам: «Это паровоз. Дома тоже есть паровоз. Он красный».

Часто ребенок не в состоянии сформулировать правильно, более того, не всегда он выделяет то, о чем хочет сказать, поэтому и получается — «этот паровоз красный». Спрашивая его: «Нет, это какого цвета паровоз?», мы говорим с ним о разном — и соответственно получаем скандал.

Если расшифровать его слова, то получается следующий диалог:

— Это паровоз. Дома тоже есть паровоз, он красный, — говорит ребенок.

— Нет, это какого цвета паровоз? — слышит он вопрос. И естественно, начинает заводиться в ответ на это, так как он пытался сказать совершенно другое, а конструктивный диалог на этом заканчивается.

Ребенок вновь пытается сказать о своем, заводится, но консенсуса так и не найдено, потому что разговор ведется о разном. Получается, что и вы говорите правильно, и он, но это разговор на разные темы: он говорит о том паровозе, а вы об этом. Ребенку понять такие тонкости в разы сложнее, потому что он не осознает, что именно надо понимать, поэтому основная нагрузка всегда лежит на взрослом.

— Это паровоз красного цвета.

— Да, дома у нас есть паровоз красного цвета. А это какой?

Допустим, он говорит: «Красный», тогда диалог следующий:

— Красный дома, правильно. А здесь какой? — Дальше можно ждать ответа от него, а можно и нет. — Это зеленый, смотри. Зеленый паровоз и зеленый... (находите что-то еще и показываете для сравнения).

И так до тех пор, пока он сам не ответит на вопрос: «Какой он?» Когда он ответит «Зеленый», можно, похвалив его, спросить: «А что еще зеленое?» и т. д.

Возможно, придется не раз вернуться к этому диалогу, чтобы ребенок уложил новую для себя информацию. Важно давать правильную реакцию и при этом не воспринимать слова ребенка буквально. От того, насколько быстро отреагировать на неправильно сформулированную мысль ребенка и насколько правильно, во многом будет зависеть и продолжение диалога, и его эмоциональная окраска.

19.03.2009

Часто ребенок, который выглядит неуправляемым, таким образом всего лишь показывает свою усталость и пытается справиться с ней, выбирая не самый конструктивный способ для этого. Он доводит себя до изнеможения, чтобы иметь возможность отдохнуть. Как неисправный самолет, сжигающий топливо, чтобы снизить риск опасного приземления в сложной ситуации, так и ребенок, доводя себя, может отдохнуть, а по-другому у него не получается. Он не знает, как сказать: «Я устал», «Я больше не могу» или «Не хочу», а иногда боится это говорить, так как опасается возможной реакции. Он не может просто отдохнуть, поскольку отдых, как ему кажется, нужно заслужить, для него нужны какие-то веские причины. Стоит помнить, что аутичному ребенку, чтобы опасаться возможной негативной реакции, совершенно не обязательно сталкиваться с ней в жизни. Он в состоянии сам себе накрутить все, что угодно, — сказываются неуверенность в себе и мнительность. И тогда в ход идет его ноу-хау — он становится неуправляемым, что позволяет ему устать настолько, чтобы не было сил больше ни на что.

В таких случаях ребенка надо останавливать, помогать ему отдыхать, учить его этому. Но не словами, а действиями. Слова и рациональные объяснения можно добавлять, только когда ребенку уже доступно действие под названием «отдых».

20.03.2009

Невключенное, поверхностное общение на фоне переживаний — это общение, в которое нет погружения, автоматическое, механическое общение. Поэтому у аутистов и возникает масса

сложностей, в том числе неумение видеть оттенки общения, такие как мимика, жесты, интонация и др., которые становятся заметны только тогда, когда полностью погружаешься в него. Однако умение видеть, вернее, понимать эти оттенки играет не последнюю роль в нашей жизни, и отсутствие этого навыка в совокупности с другими аутичными проблемами сильно ограничивает ее.

Невключенным общение может быть из-за постоянных мыслей — проблема, которая часто возникает у родителей аутистов и мешает им в реабилитации детей. Мысли и ощущения мешают погрузиться, сосредоточиться на общении.

Просто на общении не сконцентрироваться, так как у родителей часто существует субъективная необходимость все контролировать, чтобы быть уверенными, так как нет просто доверия и просто уверенности. Нужно контролировать ребенка, «чтобы ничего не случилось», нужно контролировать себя, «чтобы никто ничего не подумал». Тем самым накладываются глобальные ограничения на свободу.

Очень важно научиться расслабляться, научиться не думать. * * *

Спросила у Таниных родителей, реагирует ли Таня на речь? И получила ответ:

— Обычно нет, — и это стандартный ответ родителей аутичных детей.

— А почему она не реагирует, как вам кажется? Причина в том, что она не слышит? Не понимает? Не слушает? Или еще в чем-то? Зависит ли это от ее или вашего состояния?

— Не знаем, не обращали внимания на это.

Мы сразу же решили проверить, и мама стала звать Таню:

— Таня! — Таня не реагирует. — Таня! — вновь зовет мама, но она опять никак не реагирует.

— Таня! Таня! — в очередной раз зовет мама, и Таня поворачивает голову и подходит.

Таким образом, мы убедились в том, что Таня в состоянии и слушать, и слышать, и понимать.

— Но что же ей мешает? Почему она отреагировала только на четвертый раз?

— Все дело в том, что она воспринимает все по отдельности. Сначала ей надо услышать что-то, потом включиться и начать слушать это что-то, потом понять, что это, и только после этого отреагировать. В норме все эти процессы объединены и интегрированы в общую систему координат человека, занимая доли секунд. У аутичного, не тронутого терапией ребенка все это по отдельности. Как при замедленной съемке. И следовательно, одна из наших задач — это интегрировать все перечисленные процессы в общую систему, увеличить скорость восприятия.

— Но интересно, что фразу «Будешь сок?» она понимает всегда, — в один голос говорят папа и мама.

— Значит, эта фраза ей уже знакома, на ее выделение и понимание не надо тратить специальных усилий, и ее она услышит всегда и везде.

Это как в иностранном языке: я знаю, что «how are you?» обозначает «как дела?» — это фразу я без проблем выделяю в потоке общения, и я знаю, что обычно на нее реагируют ответом «I am fine», но это вовсе не значит, что я владею английским языком, так как больше я не знаю практически ничего. Есть, конечно, еще некоторый набор слов, которые я смогу понять, но вне контекста всей фразы. Таким образом, правильная реакция на некоторые слова вовсе не говорит о глобальном понимании языка и владении им, остальная речь без

специальной тренировки будет восприниматься только фоном.

То же относится и к речи: не говорит ребенок не потому, что не слышит, не понимает, не умеет, а потому, что не замечает, не слушает, не акцентирует внимание на словах и не имеет навыка говорения. * * *

Ваня, когда пришел на занятия, только начинал говорить, и речь его была отдельной, слоговой, в ней не было цельности. Например, слово «бегемот», он произносил так: бе-ге-мот. Поэтому очень много внимания мы уделяли скорости.

Он говорил «бе-ге-мот», а я говорила «бегемот», но уже целым словом, постепенно наращивая скорость произнесения, а он с радостью повторял за мной, очень довольный тем, что за ним повторяют и повторяют эмоционально. Повторяют так, что он слышит и ощущает и это слово, и того, кто его произносит. Так же мы поступали и с другими словами, затем и с предложениями, и с играми.

Но для того, чтобы такие действия имели максимальный результат, необходимо помогать ребенку и слышать, и слушать, и реагировать, делая это вместе с ним. Намного проще это делать, если есть два взрослых, один из которых будет провокатором, а второй будет помогать ребенку услышать, понять и отреагировать.

24.03.2009

У взрослого человека, имеющего проблемы с тревожностью и с концентрацией внимания, голова занята мыслями, которые мешают ему сосредоточиться. У аутичного ребенка все место в голове занято ощущениями и переживаниями, как позитивными, так и негативными, постоянно вертящимися, мешающими сконцентрироваться и в то же время спасающими от колоссального уровня тревоги. Ему некуда девать новую информацию, так как для нее попросту нет места.

Поэтому самое эффективное в воспитании, развитии, обучении и в терапии тревожных и аутичных людей — сначала освободить место в голове от переживаний, а потом уже загружать его чем-то другим.

Если же мы работаем с ребенком, находящимся в стрессе, не выводя его из этого состояния, мы значительно усложняем ему возможность восприятия и усвоения новой информации, ограничивая возможности его реального развития. * * *

У аутичного ребенка эмоций так много, что они уже не дифференцируются им. Для него масса разнообразных эмоций, которые есть постоянно, — это просто ощущение, причем одно. И это ощущение настолько глобальное, что мешает полноценно жить и развиваться. Поэтому и зависим аутичный ребенок от эмоций в первую очередь.

У него их так много по той причине, что он гиперсензитивен, постоянно впитывает эмоции из внешнего мира и не справляется с ними, они превращаются в единый эмоциональный ком, от которого он и защищается аутизмом. Он воспринимает человека как эмоцию и всегда чувствует ее. Он ориентируется в первую очередь на эмоцию и незамедлительно реагирует на любую неточность. Он зависим от эмоций именно потому, что их в нем невероятно много, и это первое, за что он цепляется при взаимодействии с человеком.

Как у музыканта, для которого весь мир — это музыка и который тут же чувствует любую фальшь и реагирует на нее. * * *

Так как зависимость от эмоций есть, а дифференциации нет, причем это касается и своих, и чужих эмоций, то обычно на эмоциональную перегрузку аутичный человек реагирует лишь усилением симптоматики, еще большим эмоциональным напряжением. Скорее всего он даже не сможет объяснить, на что именно так среагировал, почему вдруг так напрягся. Это защитная реакция, как правило, неосознанная. Не дифференцирует же он причину своей эмоциональной реакции из-за того, что их обозначения просто теряются в общей массе, превращаясь в постоянный круговорот, и ребенок не в состоянии выделить именно ту эмоцию, на которую среагировал. * * *

— Он все время вытворяет что-то ртом: то жуёт язык, то щеки. Все время причмокивает и прицокивает.

Это проявление мышечного напряжения, которое никогда не бывает на пустом месте и всегда появляется вслед за эмоциональным напряжением. Напряжению ребенок не умеет сопротивляться, если специально не учить его этому навыку. Вместо сопротивления аутичный ребенок вбирает все в себя и лишь усиливает аутичную защиту, которая помогает справляться с эмоциями. Но при этом значительно ухудшается его состояние и поведение. Кроме того, напряжение мгновенно передается ребенку и от значимых людей. Он аутизируется, усиливаются стереотипы, ухудшается речь, значительно снижается включенность в общение и пр.

Поэтому так важно не накапливать напряжение и разряжать атмосферу, сбрасывать эмоциональную нагрузку, давать себе и ребенку возможность разрядиться или расслабиться и специально учить этому ребенка.

29.03.2009

Аутичные дети по натуре лидеры, только вот лидерство это внутри. Когда выворачиваешь ребенка, даже ненадолго, то и снаружи оно появляется. * * *

«У человека есть один-единственный способ понять другого: надо найти аналогию в себе самом». * * *

Жесткое разделение, выделение или отделение пространства при работе с аутичными детьми необходимо свести к минимуму. У них и без нас все поделено, а таким образом мы лишь поддерживаем и усиливаем уже существующие аутичные тенденции. Так, в игровом зале могут быть и игрушки, и краски, и горка с батутом, и вкладыши с пазлами.

Важно тренировать ребенка концентрироваться и не отвлекаться за счет собственных ресурсов, а не за счет ресурсов пространства. Впрочем, иногда это разделение действительно оправдано, но ни в коем случае нельзя вводить его в систему, злоупотреблять им.

В жизни все постоянно меняется, и следует постоянно помнить об этом в работе с аутичным ребенком. Необходимо напоминать ему об этом и учить обращаться с изменениями, действовать по обстоятельствам, чтобы он умел пользоваться навыками в меняющемся мире, а не в статичном.

30.03.2009

Ощущение себя — это то, чего также не хватает аутичному ребенку для полноценного развития. Именно поэтому часто он находится в постоянном движении — это помогает почувствовать себя. Именно поэтому высокая температура часто приводит к улучшению в психологическом состоянии и поведении, ведь и она дает ребенку больше стимулов для самоощущения, облегчает этот процесс. Именно поэтому так полезны любые массажи и все, что связано с телом и телесными ощущениями, от чего в силу повышенной тревожности ребенок защищается. Он защищается и от возможности развиваться. Это недифференцированная, тотальная защита. Защита от всего.

Именно поэтому аутичные дети так любят или не любят воду, ветер, скорость, сильные эмоции. Они любят всех тех и все то, что способно пробить их защиту, всех тех и все то, что позволяет чувствовать и ощущать себя. Но им требуется поддержка в этот момент, так как ощущение себя ново и пугает аутичного человека. * * *

Пассивность часто говорит о подавленной тревоге и отсутствии попыток или сил что-то с ней сделать. Единственное, что делается ребенком, — максимально соблюдается покой, чтобы не возмущать пространство и не привлекать к себе новых тревожащих факторов, а также не беспокоить уже имеющиеся.

Подвижность тоже говорит о тревоге, хотя это и не так очевидно, но эта тревога не подавленная, и от нее ребенок пытается избавиться. Эта тревога иногда граничит с бесстрашием, а бесстрашие часто является ничем иным, как зашкаливающей тревогой, настолько высокой, что уже ничего не пугает. Наибольший дефицит ощущений наблюдается у пассивных или экстремально подвижных детей. У одних — из-за неподвижности, как бы покрывающей их коростой, сковывающей их еще больше. У других — за счет невосприимчивости к стимулам. Тем не менее подвижные дети в некоторой степени добиваются ощущений за счет активности.

И главное, ребенок делает это неосознанно. Двигается или нет ребенок не для того, чтобы позлить кого-то, он делает это, чтобы защититься от тревоги, снять тревогу, чтобы почувствовать себя. Просто ничего другого он не придумал. И здесь уже задача стоит перед нами. Задача показать другие способы решения существующих у него проблем. * * *

Чем более устойчивое и стабильное состояние у ребенка, тем более продуктивны занятия и тем более они необходимы.

В большинстве случаев происходит наоборот: как только ребенок более-менее стабилизируется, его изымают из терапии. Терапию ошибочно используют как способ привести в чувство, когда все совсем плохо. Намного реже ее используют для поддержки, укрепления и развития позитивного состояния.

01.04.2009

Если помнить о том, что здесь написано, и постоянно применять в жизни навыки разбора, выделения, понимания, оценки происходящего с ребенком и реагировать на происходящее даже в мелочах, тратя на это поначалу достаточно много времени, то позже все эти процессы автоматизируются и интегрируются уже на качественно ином уровне. И то, что раньше делалось интуитивно, без понимания глубинного смысла, будет делаться осознанно. И уже не надо будет тратить массу времени на то, чтобы заметить, выделить, понять, грамотно отреагировать, — все это будет происходить само собой.

Это как с часами, которые можно разобрать, изучить действие механизма, а затем собрать

воедино, но уже с пониманием и знанием их со всех сторон, а не только снаружи. * * *

— А если стереотип никому не мешает, с ним надо что-то делать? — спрашивают многие родители. — Ну вот, например, нравится ребенку ездить всегда в пятом вагоне, а мне и не сложно.

— По-хорошему, конечно, надо. Такой стереотип безобиден, но он ограничивает возможности развития ребенка. Особенно если учесть, что он не единственный, он один из стереотипов, создающих непроницаемую для внешних воздействий и для развития, броню. Поочередно убирая эти элементы-чешуйки, мы делаем границу, установленную ребенком, более проницаемой. И в этот момент важно быть готовым дать ему максимальную поддержку, потому как границы открываются не только для развивающей информации, но и для страха, от которого ребенок таким образом и защищался. * * *

Обычно мы сами незаметно для себя создаем стереотипы, ребенок только лишь следует за нами.

Это нам так удобнее, проще, спокойнее, быстрее, так тише, привычнее и т. д.

Нам удобнее всегда смотреть мультфильм перед сном или во время еды, потому что так проще ребенка уложить спать или накормить. Нам проще читать «эту» книжку, потому что ее ребенок слушает. Нам привычнее ходить «этим» маршрутом, потому что так быстрее. Нам легче играть в «эту» игру, потому что хорошо получается. Нам проще кормить ребенка этой едой в этом месте, потому что так привычнее и быстрее, ну и так далее.

Тем самым, не замечая того, мы создаем для своего развития и развития ребенка ограничительные рамки, из которых нам же потом и не вырваться. Стереотипов должно быть так много, чтобы они терялись и переставали быть стереотипами.

02.04.2009

Большинство родителей аутичных детей (но все-таки не все), которым я говорю: «Вам надо научиться, чтобы ребенок смог...», «Вам надо измениться, чтобы ребенок смог...», «Вам надо делать, чтобы ребенок смог...» — воспринимают такое предложение в штыки, мотивируя это тем, что они не умеют, у них нет времени, сил, энергии, фантазии и, в конце концов, нет желания этим заниматься. Однако для меня до сих пор остается загадкой: почему? Почему возникает такое нежелание общаться с ребенком на одном языке? Почему, если у ребенка, например, слепота, у родителей не вызывает такого отторжения необходимость выучит Брайль? Овладевая этим языком, родители получают возможность полноценно жить и общаться с собственным ребенком самостоятельно, без посредников.

Да, необходимо время, чтобы выучить этот язык. Да, его изучение не входило в ваши планы на жизнь. Но случилось так. И вы или научитесь общаться с ребенком на его языке, или так и останетесь по разные стороны, отдельно друг от друга.

Почему родители детей, например, с ДЦП обучаются навыкам массажа и по несколько часов в день делают его своим детям сами, в домашних условиях? Потому что без этого массажа, без постоянной лечебной физкультуры у детей будут обостряться специфические для данного нарушения проблемы.

С аутичным ребенком все то же самое, просто у него проблемы другие и, следовательно, ему нужен другой «массаж» и другая «физкультура». * * *

Для максимально эффективного движения вперед, помимо многого из уже перечисленного, необходимо обладать еще и здоровой критичностью, а иногда и ироничностью по отношению к себе, к ребенку, к окружающим, к своим действиям. Именно критичностью, а не самоуничижением. * * *

В тех случаях, когда членам семьи сложно быть постоянно сосредоточенными на ребенке, полезным может быть «марафон» в домашних условиях. Семья выбирает себе фиксированные пять-семь дней, к которым специально готовится, и в течение этого периода тратит на ребенка намного больше душевных сил и времени, чем получается обычно. Чем привлекателен этот вариант? Есть конечная дата, и, следовательно, придется не все время напрягаться, а поднапрячься на короткое время, а затем отдыхать, набираясь сил для следующего рывка. При этом после домашнего «марафона» новые навыки появляются как у ребенка, так и у родителей и всех остальных участников «интенсива». * * *

— Ну все! Я пошел к маме! — кричит мне Юра во время группового занятия и с хитрым взглядом бежит к дверям. — Катя, я к маме пошел! — снова повторяет он и ждет, когда я же побегу к нему и начну с ним играть. Это самый простой и безотказный способ привлечь к себе мое внимание среди шума и гама.

В такие моменты очень важно не только правильно реагировать на неправильно сформулированное предложение, но и давать ребенку правильную модель выражения мысли.

— Катя, поиграй со мной! — говорю я, подбегая к Юре, и он повторяет вслед за мной, а я начинаю тянуть его за руки, и мы весело бежим по игровому залу, и к нам присоединяются другие дети и взрослые.

Важно помнить, что аутичные дети часто неправильно формулируют свои мысли и желания. Наша задача правильно понять то, что в действительности имел в виду ребенок, и отреагировать именно на реальный смысл, а не на словесную формулировку.

03.04.2009

Резкость, хамоватость, самоуверенность, спесь, бесстрашие или отсутствие своих и чужих границ в общении — это то, с чем часто путают попытки тревожного и неуверенного человека казаться или быть смелым, публичным, «таким, как все».

При общении с таким человеком важно, с одной стороны, понимать истинные причины его поведения и соответственно реагировать на них, а с другой — дать понять это и самому человеку, мягко сакцентировав внимание на форме взаимодействия, результатом которой является его отторжение участниками общения. Чаще всего человек не в состоянии отследить такое свое поведение и адекватно оценить его, так как на самом деле в этот момент он затоплен тревогой. Попросту говоря, ему не до того: с собой бы справиться, не до правил приличия. * * *

Хороший ответ приходит через час, а иногда и через день, — это частая проблема аутичных людей. Возникает она потому, что в тот момент, когда спрашивают, они слишком сконцентрированы на восприятии информации и сохранении самообладания. * * *

Аутисты часто получают от семьи или слишком много, или слишком мало. Или перебирают, или недобирают. Это касается и эмоций, и общения, и развития, и поддержки, и сопереживания. С ними или слишком отдельно, или слишком вместе. При этом один и тот же

ребенок в одной и той же семье в чем-то может получать перебор, а в чем-то недобор. * * *

Равиль начал интенсивно заниматься (четыре раза в неделю вместо привычного одного), и у него резко повысился уровень активности. Но вместо того, чтобы использовать ее конструктивно, он направил ее на усиление старых стимуляций и изобретение новых.

— Он постоянно облизывает кончики пальцев, — рассказывает мама Равиля, — а еще все время трогает свои реснички.

Чем выше уровень активности ребенка, тем больше он пытается ощутить, а следовательно, растет и количество аутоstimуляций. Все дело в том, что теперь он хочет и может быть «включенно» активным, хочет ощущать, но как это делать, ему непонятно. Тогда он изобретает собственные способы. Наша задача в данном случае — показывать, как еще можно использовать активность, что еще можно делать, от чего и как еще можно получать ощущения. Это так называемый сензитивный период: ребенок готов к новому, и сейчас его можно многому научить. * * *

Стимуляция и аутоstimуляция, такие как кусание, биеение по голове себя или других, — это попытка получить ощущения. Это и подсказка: я кусаю — значит, мне очень не хватает ощущений, а, чтобы я их почувствовал, мне нужны очень сильные стимулы. Важно не оставлять ребенка наедине с потребностью ощущать, помочь ему, предложив свои стимулы. Стимулы могут быть какими угодно (и визуальными, и слуховыми, и тактильными), поначалу важна именно их сила.

Постепенно, если давать нужные стимулы, необходимость в такой их силе исчезнет. Чем менее аутичен ребенок, тем менее выражены стимуляции.

Чем более провокационно ребенок ведет себя, чем более провокационный способ стимуляции выбирает, тем больше у него шансов получить отдачу той же силы. А если отдачи не получит, то хоть сам себя почувствует. Сила провокации является подсказкой: это уровень стимуляции, необходимый ребенку, чтобы ощутить ее.

По силе стимула мы можем определить, какой уровень стимуляции необходим ребенку для полноценного восприятия. Также стимуляция говорит о силе дискомфорта, который ребенок испытывает.

Когда ребенок находится в спокойном состоянии и у него снижены аутичные защиты, то такая сила стимуляции для восприятия ощущений ребенку не нужна. Кроме того, он может услышать, увидеть, почувствовать при любой силе стимула, вне зависимости от внутреннего состояния, что-то, уже хорошо ему известное.

Наши голос, интонация, мимика, жесты и пр., все, что мы используем при общении, взаимодействии, — это тоже стимуляции, которые часто не находят отклика просто потому, что недостаточно яркие и не проникают сквозь аутичные защиты.

При этом важно помнить, что воздействие на здравый смысл в данном случае не адекватно запросу ребенка на ощущения. Слова «Не кусайся, ты же большой мальчик. Посмотри на свою руку. Кусаться — это плохо» можно перевести как «Зачем тебе ощущения? Ну-ка прекрати сейчас же, они тебе не нужны. Чувствовать себя — это плохо».

Аутичный ребенок всегда дает подсказки, просто надо их понимать, видеть их и реагировать на них. * * *

— А что же я буду делать, если они будут самостоятельными? — спросила мама в ответ на мое предложение дать детям больше независимости, самостоятельности и ответственности за себя.

— Получается, что дети являются в некоторой степени заложниками вашей занятости и уверенности в завтрашнем дне.

04.04.2009

У Тани, как и у многих аутичных детей, не сформирован навык сопротивляемости, и это неосознанно поддерживается родителями, которые, видя, что у ребенка не получается что-то сделать, тут же начинают ему помогать, не дав времени или возможности научиться самому. Таким образом, ребенок не успевает получить никакого опыта, его все время как бы переносят на руках от одних действий к другим, не требуя его участия в них. Ребенок не получает ни положительного: «я сделал сам», ни отрицательного: «у меня не получилось», «я упал». И тот и другой опыт является мотивацией для продолжения развития навыков, но в одном случае это развитие следующего навыка, а в другом случае — поиск иных способов достижения необходимого результата.

Она пробует залезть на горку не по лесенке, а по скату, а я внимательно наблюдаю за ней, стоя рядом, чтобы в случае чего успеть подхватить ее. В этот момент папа, который увидел, что Таня хочет залезть на горку и испытывает трудности, ринулся ей помогать, а мне пришлось его останавливать.

— Как она научится, если не будет пробовать, не будет прикладывать усилий для достижения цели даже тогда, когда готова это делать? Получается, что она знакома только с началом (целью) и концом (результатом), а середины (процесса достижения результата) нет, так как помочь успевают раньше, чем она справится сама, и даже раньше, чем она попробует справиться.

— Но она же может упасть.

— А как она об этом узнает, если не давать ей возможности упасть и узнать, что это такое? Ей нужен свой опыт, а не наш. С какой стати она должна нам верить? * * *

— Вот что в нем было всегда, — рассказывает Сережин папа, — так это любознательность.

— Аутичные дети в большинстве своем и есть любознательные, даже слишком. От чего и страдают, так как, не справившись с потоком информации, выстраивают защиты. * * *

Учу Рому говорить, вернее, учу его разрешать себе говорить «не хочу», «не могу», «не знаю», «не помню», «надоело». Именно учу, потому что сам он, как и многие аутичные дети, сказать этого не может. Слишком важна для него оценка, и она должна быть идеальной. То, что иногда проще сказать «не знаю», чем говорить все подряд, он не понимает пока. Ему страшно признать себя незнающим, так как он боится возможной реакции. Знает, что знать — это хорошо и правильно. При этом часто психологическая невозможность сказать, например, слово «надоело» и придуманная им необходимость продолжать деятельность вне зависимости от желания приводят к срыву. Поэтому каждый раз, когда вижу, что момент настал, буквально заставляю говорить его эти слова. Убеждая его в том, что он имеет право как хотеть, так и не хотеть, как мочь, так и не мочь. * * *

Одна из ключевых проблем аутичного ребенка, из которой потом и вырастает множество других, — изначально повышенный уровень доверия. Именно поэтому такие дети легко ломаются на том, чего другие бы и не заметили. И ломаются настолько сильно, что вынуждены выстраивать глобальную защиту, внутри которой находится их стопроцентное доверие к миру. * * *

О том, что не нравится, надо говорить, не рассчитывая на то, что все всё поймут без слов и к тому же правильно отреагируют. * * *

Для того чтобы была мотивация к излечению, необходимо видеть выгоду от этого. Для аутичного ребенка это также имеет значение: для того чтобы он хотел выйти из этого состояния, ему нужно ощущать выгоду. Выгода от аутизма заключается в том, что можно не видеть, не слышать и не чувствовать очень много чего. И в первую очередь это касается именно самого близкого ребенку круга. Если это «много чего», от которого ребенок аутизируется, исчезнет, то аутизм не будет выполнять своей роли и окажется не нужен.

Для того чтобы появилось желание выйти из аутизма, нужно идти от аутизма, а не к аутизму, как это происходит в большинстве семей.

06.04.2009

Тем, кому знакома проблема языкового барьера, намного легче понять проблему аутичного человека, жизнь которого часто приобретает характер именно барьера и постоянного его преодоления. Барьер может быть как в речи, так и в игре, в движениях, в мимике, в эмоциях, в активности и пр. Решить проблему «языкового барьера» без постоянной тренировки, без внедрения себя или ребенка в сложные языковые ситуации и положительного опыта существования в них невозможно.

07.04.2009

Часто ребенок вылезает на новый уровень не целиком, а как бы по частям. Важно этот момент заметить и помочь ребенку, чтобы он не вернулся обратно на привычный уровень.

08.04.2009

Из переписки:

— Катя у меня жизненно важный вопрос. Аутисты плачут?

— Конечно. «

Конечно. Всем хочется быть настоящими. Иногда так хочется, что просто слезы...»

— Ага. Ну а тяжелые? Мой знакомый взрослый аутист не плачет, например.

— И твой знакомый плачет, когда его понимают... Когда их понимают, когда к ним относятся по-человечески, тогда они нормальные, и слезы у них есть, но чтобы показать их, им надо, чтобы их понимали и принимали. Понимали именно их, а не кого-то и не что-то, что кажется кому бы то ни было... Короче, любые плачут, только не со всеми они плакать будут, впрочем, так же, как и смеяться, и учиться, и лечиться... Очень многое зависит от партнера по общению и взаимодействию.

— У него разве что глаза слезами наполняются, но чтоб плакать... А у знакомой мамы тринадцатилетнего мальчика я спросила про ее сына как-то. Она говорит: «До десяти лет, пока я воспринимала его битье головой о стены и прочее как истерики — нет, не плакал. И вот раз он бился, и я вдруг что-то поняла, обняла его — и у него слезы полились. Теперь плачет». Что думаешь?

— Ну вот и повод задуматься... проблема не в том, что он не плачет, а в том, что он не разрешает себе плакать. Не разрешает себе быть таким, какой он есть. Не разрешает потому, что недостаточно комфортно себя чувствует. Недостаточно комфортно себя чувствует потому, что не доверяет. Не доверяет потому, что слишком доверчивый. Слишком доверчивый, поэтому часто обламывается. Часто обламывается, поэтому не доверяет. Не доверяет и поэтому боится. Боится и ограждает себя от страхов, уходя в аутизм. Уходит в аутизм, спасаясь от страхов, и попутно ограждает себя от информации, от возможностей и от развития, от информации — как негативной, так и позитивной, как разрушающей, так и развивающей. Не развивается не только интеллектуально, но и эмоционально и усугубляет свое состояние. Не вырабатывает иммунитета. Для выработки иммунитета необходима помощь и поддержка. Сам попросить помощи и поддержки аутист не может, потому что боится. Боится и помощь отвергает. Помощь отвергает и отталкивает людей. Люди смотрят на внешнее отторжение и уходят, не учитывая внутренние его причины, основной из которых является страх. Таким образом оставляют его наедине с собой, что только усугубляет его состояние... и т. д. * * *

На данном этапе основная проблема Стасика уже не аутизм, как было еще год и даже полгода назад, а речевые трудности, которые мешают его полноценному общению с окружающими. Поэтому практически на любых занятиях с ним делается упор на развитие речи.

— Чем будем сегодня заниматься? — спрашиваю я вошедшего в игровой зал Стасика.

— Рельсы, — говорит он, увидев на полу железную дорогу, построенную до него кем-то другим.

— Что рельсы?

— Рельсы строить.

— Это что? — спрашиваю я и показываю на железную дорогу.

— Это рельсы.

Я беру в руку рельсы.

— Вот это рельсы, а вот это, — говорю я и показываю на дорогу, — это железная дорога.

— Железная дорога, — повторяет Стасик и собирается бежать к ящику за рельсами.

— Что ты будешь делать? — снова спрашиваю я.

— Строить.

— Скажи, пожалуйста, все сразу, — прошу я его на этот раз.

— Я буду строить рельсы.

— Я буду строить железную дорогу из рельсов, — поправляю я его и начинаю вместе с ним строить дорогу.

— Я буду строить железную дорогу из рельсов, — повторяет он и продолжает, — вон они там лежат.

Стасик довольно быстро понимает мою мысль и сам начинает строить длинные предложения, особенно если все время акцентировать на этом его внимание.

— А где рельсы лежат?

— Коробка, — говорит Стасик и, увидев мой выразительный взгляд, тут же поправляется, — рельсы лежат в коробка. Вот она.

— В коробке, — поправляю я Стасика, для которого путаница в окончаниях тоже является обычной проблемой, и мы продолжаем игру.

— Принесу несколько рельсы, — комментирует он свои действия, — а теперь поезд. Где поезд?.. И т. д.

Поиграв с рельсами под аккомпанемент моих вопросов, мы переключаемся на другую игру. Увидев, что Стасик направляется к сухому бассейну, я спрашиваю:

— А теперь что будешь делать?

— В бассейн прыгать. Я буду сейчас в бассейн прыгать оттуда, с горки, — развернуто отвечает он вместо своего типичного ответа «прыгать» или «да». Для него развернутая речь — это проблема привычки. Если акцентировать его на речи, то он сам уже держится на этом уровне. Я, в свою очередь, начинаю утаскивать бассейн с шариками подальше от горки, провоцируя Стасика на речь.

— Эй! Ты что! Тетя Катя, не надо! Я сейчас прыгать буду!

— Ну так забирай у меня бассейн, — подсказываю я ему.

Он начинает тянуть его на себя, комментируя:

— Туда, — и показывает на самое удобное место.

— Что туда?

— Бассейн туда.

— Куда туда?

— Да.

— Что «да», Стасик?

Когда он не знает что сказать, то или говорит «да», вне зависимости оттого, какой был вопрос, или начинает толкаться, но не агрессивно, а очень игриво. Таким образом он пытается переключить мое внимание и избежать необходимости формулировать, что у него часто не получается. Это случается тогда, когда он плохо знаком с темой, и свидетельствует о том, что ему просто необходима постоянная практика, так как обычно, понимая его с полуслова, мы его этой практики лишаем.

— Туда бассейн, к горка. Прыгать.

— Я хочу подвинуть бассейн к горке, чтобы прыгать в него, — повторяю я за ним, немного откорректировав фразу.

— Тетя Катя, отдай. Я хочу подвинуть бассейн к горка, чтобы прыгать в него.

И т. д.

Вот сейчас для Стасика будут очень эффективны логопедический сад и работа с речевиком, таким образом будет поддержан его переход на другой уровень доступного общения. * * *

— Дома со мной он так не играет, — сетует мама во время нашего совместного занятия «на троих». Вова построил из имеющихся игрушек целый город с дорогой и поездами, со станциями, с детскими площадками, с домом, в котором люди учились дружить, стоя друг к другу лицом и держась за руки, и пр.

— А здесь живут люди. На каждом этаже по два человека. Они здесь учатся дружить. Они держатся за руки и пока стоят вот так, а потом будут стоять по-другому, — комментирует Вова.

— Дело в том, что здесь вы от него ничего не хотите. Здесь у вас свободная игра, без условностей, без подтекстов, без нагрузки. Здесь мы к нему подстраиваемся, а дома он к вам подстраивается. Здесь и вам, и ему проще освободиться от этих условностей. Дома и вам, и ему сложнее. Однако этот навык нужно тренировать и стараться переносить его на взаимодействие с Вовой в разных ситуациях, вне зависимости от места взаимодействия. Дома, на улице, на занятиях и т. д.

Стоит отметить, что начать это занятие Вова хотел стереотипной игрой в театр, на которой у него в последнее время настоящая заикленность, но эту игру ни я, ни мама не поддержали, отчасти специально, отчасти потому, что были отвлечены разговором друг с другом. Помучавшись некоторое время, Вова придумал более прогрессивный вариант занятия и нашел уже знакомого Петрушку, посредством которого в очередной раз проявлял активность, намного более близкую и в некоторой степени агрессивную. И только после этого стал строить дом и людей, которые учатся дружить, и все остальное.

Таким образом, то, что мы не поддержали стереотип, спровоцировало Вову на другое поведение, которое мы, в свою очередь, уже подхватили и развили. И произошло это через агрессию, которая являлась выплеском напряжения, позволившим сдвинуться со стереотипа, и в то же время установлением более близкого телесного контакта, а значит, и доверия «здесь и сейчас». * * *

Не существует единого для всех метода. Все дети разные, несмотря на общий аутизм. И то, что идеально подойдет одному, может категорически не подойти другому. * * *

Очень важно понимать, что выход из аутизма не означает, что ребенок тут же стал «нормальный», «как все», и можно больше не заниматься его реабилитацией. Выход из аутизма не означает выход в норму, это лишь выход из аутизма, и он не исключает наличия других проблем, которые, как правило, сменяют друг друга.

Так, если раньше полноценному развитию ребенка мешал аутизм, то при выходе из него на фоне возможных невротических проблем могут появиться или обостриться поведенческие или речевые проблемы, которые требуют не меньшего участия и внимания со стороны родителей и специалистов. * * *

Еще одна проблема, к которой часто оказывается не готова семья, — это то, что изменения ребенка, его возможностей и способностей, влекут за собой массу новых желаний и потребностей, которые надо удовлетворять.

Раньше ребенок ничего особо не хотел, а если и хотел, то было не понятно, как ему это дать сквозь его аутизм; однако теперь он все время чего-то хочет, интересуется, требует

насыщать свободное время разнообразной деятельностью и общением. Теперь, когда он легко может взять из окружающего мира что угодно, надо постоянно придумывать вместе с ним, что же это может быть, иначе при отсутствии насыщения очень высок риск вторичной аутизации.

И до тех пор, пока семья не готова к такой активности, к такой социализации, к такому разнообразию, которое от нее потребуется с изменившимся ребенком, вероятность полноценного выхода из аутизма очень низка. * * *

Подыскивая школу или детский сад по принципу «туда ходят наши знакомые», далеко не всегда выбор делается в пользу ребенка. Чаще же это выбор в пользу удобства и комфорта для родителей, которые идут по уже проторенной дорожке и избегают необходимости вытаптывать свою. * * *

Не столь важно, какую сторону жизни менять — внешнюю или внутреннюю, так как это процессы взаимозависимые: с изменением содержания автоматически меняется форма, и наоборот. В большинстве случаев выбирают работу, связанную с внешними изменениями, так как это проще и понятнее.

Однако есть один пункт, про который стоит помнить: при изменении формы внутренние изменения появляются значительно позже, чем при работе с содержанием появляются изменения формы. Это происходит по той причине, что внутренние изменения, происходящие через внешние, — это неосознанные изменения, и соответственно их сложно отследить, поддержать и закрепить.

Поэтому лучший вариант — это комплексная работа над внутренними и внешними изменениями, но осознанная.

Внутренние изменения требуют больших душевных сил и мало времени, а внешние — много физических сил, много времени и мало душевных сил. Во внешние изменения не надо включаться, все происходит как бы само собой. Во внутренние изменения не включаться невозможно. * * *

Важно все время находиться на одном уровне с ребенком, и поэтому большинство занятий я провожу на коленях, ползая, бегая, прыгая вслед за ребенком.

Важно обращаться к ребенку и общаться с ребенком, поэтому любая дидактика и обучение всегда уходят на второй план.

Важно быть одновременно и первым, и последним в общении с ребенком, стимулируя его к самостоятельности, поддерживая его и провоцируя своим примером.

Важно быть к ребенку лицом и «поворачивать» его лицом к себе, к детям, к происходящему вокруг, поэтому игры лицом к стенке неприемлемы.

Важно убирать препятствия для общения и наблюдения, поэтому если в группе ребенок «выпадает», например, прячется под стол, или между ребенком и местом основных действий оказывается большой мяч, то я подхожу и передвигаю этот стол или откатываю этот мяч в другое место, давая ребенку возможность если и не участвовать в игре, то хотя бы видеть ее, иметь возможность ее заметить.

Важно быть рядом с ребенком, чтобы ребенок чувствовал поддержку, которая вселяет в него собственную уверенность и позволяет двигаться вперед.

Важно видеть изменения ребенка и меняться вслед за ним, и это касается как глобальных внутриличностных, так и ситуативных изменений, например, в игре.

Важно обладать гибкостью и фантазией в общении с ребенком, не воспринимая любое его действие буквально.

Важно уважать ребенка, его желания и проблемы, а соответственно их надо понимать и помогать в решении проблем или исполнении желаний, не оставляя его наедине с ними.

Важно доверять ребенку и верить ему, а значит, верить и себе.

Важно быть с ребенком на равных.

11.04.2009

Аутизм — это неадекватно пройденный этап формирования доверия к себе, к миру, к окружающим, который в норме заканчивается к двум годам, то есть в младенчестве. Это возраст, в котором у ребенка появляется первый опыт доверия, и строится он на ощущениях через тактильное, эмоциональное и двигательное общение. Доверие — это фундамент развития, отправная точка. Если доверие не сформировано или сформировано частично, то частым следствием становится аутизм или, в более легких вариантах, невроз.

Именно поэтому прохождение данного этапа является обязательным, и мы его стараемся пройти и закрепить у ребенка во время занятий. Именно поэтому на начальных этапах работы с аутичным ребенком основные силы тратятся на младенческие игры — тактильные и эмоциональные, часто однообразные. И этот путь мы проходим даже с теми детьми, да и подростками, которым доступен другой, более высокий уровень взаимодействия. Так как до тех пор, пока этот этап не пройден до конца, равномерного развития не будет.

Доверие к другим формируется через доверие к себе. Доверяя ребенку, мы формируем и его уверенность в себе, что является двигателем прогресса.

Параллельно с работой на уровне доверия можно вести и развивающую работу. Стоит ребенку поверить, и он сам освоит все то, чему его безрезультатно пытались учить на фоне недоверия. А чтобы работать с чужим доверием, прежде всего нужны собственные доверие и уверенность в себе, как глобальные, так и ситуативные, хотя бы в вопросе аутизма. Доверие во многом основывается на знании и понимании. * * *

Аутичного ребенка можно вывернуть наизнанку, даже не столько вывернуть, сколько вернуть обратно. Вернуть к себе самому. Но для этого необходима устойчивость, уверенность, работоспособность и гибкость. Важно не разбрасываться, не кидаться из стороны в сторону, и тогда можно превратить его из отвергающего в принимающего, то есть вернуть в изначальное состояние глобального доверия, не справившись с которым он аутизировался. Но при этом нужно научить его обращаться с доверием, а научить этому может только доверяющий человек.

А если и сам ребенок будет хотеть вернуться, то это будет сделать намного проще. Но желание появляется только тогда, когда появляется знание и понимание, когда появляется выгода и виден результат. Желание — двигатель прогресса, и чтобы проявить его, надо доверять себе, своим желаниям и окружающим.

Вывернув же ребенка наизнанку, выйдя вместе с ним из аутизма, нужно быть готовыми к глобальным изменениям, которые непременно будут и которые потребуют не меньшего, а, возможно, большего внимания и участия.

В конце концов, неважно, какой путь выберет каждый из читателей в реабилитации аутичного ребенка. Важно пройти этот путь от начала и до конца. Не испугаться бурелома или непроходимого болота. Не вернуться назад или не остаться в нем. Не зависнуть на яркой солнечной полянке. Не усомниться в правильности своего выбора. А идти дальше, вперед до тех пор, пока не войдете и не выйдете.

«На Дороге не останавливайся, шагай через Границу смело». (В. Крапивин) * * *

Эта книга не отвечает на все вопросы, она лишь предлагает задуматься над некоторыми из них.

«Никто не заставит тебя учиться. Учиться ты будешь тогда, когда захочешь этого». (Ричард Бах)

Осознанность и свобода

«...Командир, опустив голову, объяснял Яру:

— Мы сами не понимаем. Три дня назад вернулся Денек. Мы обрадовались, стали созывать всех на весенний сбор. Сегодня мы слетелись на поляне. Денек начал рассказывать. И вдруг чувствуем, что холодно. Ну, просто трясет. Как... как раньше. Ну, когда мы были еще настоящие и боялись холода... Сразу все задрожали. Ведь в лесу-то еще снег. И Денек говорит: „Помчались! В ту школу, к ребятам!“ И мы через лес, бегом! Маленьких на руки... Лететь не смогли...

Яр спросил Командира:

— Почему же это случилось?

— Мы не знаем. Совсем не знаем. Сразу перестали быть ветерками. Теперь мы опять...

— Но чтобы стать вот такими, настоящими, вы должны были это захотеть. Не так ли? — настойчиво сказал Яр.

Командир опустил голову.

— А мы всегда хотели. Если по правде...

— Это случилось только с вами? На вашей поляне? Или со всеми ветерками? — допытывался Яр.

Командир виновато сказал:

— Не знаю. Не могу понять...

— Яр! — громко окликнул Глеб. — Это, наверно, со всеми. Потому что Гелька порвал кольцо.

— Ничего не понял, — сказал Яр.

— Это не важно. — Глеб торопливо свернул листы. — Важно, что сейчас в лесах и на берегах

оказались тысячи раздетых и голодных мальчишек». Владислав Крапивин «Голубятня на желтой поляне»

Часто слышу от родителей:

— Ну как вы можете так говорить? Как вы можете давать такие советы и рекомендации нам? Вы же не живете с ребенком, вы не знаете, что это такое — жить с аутистом! Вам нас не понять никогда!

(Это главная отговорка, которая позволяет не учиться новому: нет ни времени, ни сил, ни возможностей и пр. Она оправдывает и позволяет не делать того, что кажется сложным или невыполнимым.)

— Возможно. Только вот я сама успела побывать одновременно и в роли «такого ребенка», и в роли «такого родителя», вытаскивающего ребенка, не дающего ему уйти в полный аут. Эта история тянется уже более пятнадцати лет, с тех пор как мои родители решили заняться помощью аутичным детям и, сами того не понимая, невольно ввергли в аутизм всю семью. А выкарабкиваться из него приходится и по сей день. При этом нам также надо было учиться, решать семейные и бытовые проблемы, работать и пытаться как-то жить.

Вытаскивать себя пришлось самостоятельно, потому что больше никто помочь не мог, несмотря на то что и хотел, и понимал, что помощь нужна, так как вся семья находилась в этой яме аутизма, в черной дыре. И выходить из нее мы стали все одновременно. Все просто боролись за банальное выживание, без каких-либо прикрас.

Шла я по этому пути, который и сейчас еще не пройден до конца, очень по-разному. С разным настроением и настроением, с разным результатом, с разными людьми и разной деятельностью. Но, оглядываясь назад, я вижу глобальные изменения. Из трагического героя я потихоньку стала превращаться в комического. И жить стало веселее. И дело тут не только в том, что я выросла. Сейчас, поумнев и повзрослев, я очень хорошо понимаю, как и когда началась аутизация и какова в этом моя роль. Как я этому не мешала, а помогала и аутизировалась, до поры до времени способствуя собственному уходу из реальности и социальности.

Это было аутичное существование. Без эмоций, без красок, без яркости, без общения и пр. Просто ровное существование. Там не было... жизни не было. Были, конечно, и эмоции, и краски, и яркость, но... они присутствовали кратковременными вспышками. Аутичные проявления остались и сейчас, хоть и не в такой форме, многие ушли совсем, что-то возвращается на короткое время в стрессовой ситуации, но легко убирается, особенно если понять, откуда ноги растут.

Этот дневник — мой собственный путь изменений, изложенный на бумаге. В первую очередь я препарировать саму себя, свой аутизм, свои особенности, проблемы и отношение к ним. Свои попытки решить их и способы, которые помогают мне в их решении и, возможно, помогут кому-то еще. Я признаю свои особенности и уже давно не испытываю по этому поводу отрицательных эмоций. Да, так, и что теперь? В моих силах изменить ситуацию, хотя это и сложно в силу разных причин.

Таким образом, много лет работая с аутистами и пройдя путь «в аутизм и обратно», здесь я описывала свое видение и чувство проблемы и основанные на этом видении стратегии и способы работы с аутичными людьми, позволяющие, на мой взгляд, выходить из этого состояния. Из отдельных кусочков постепенно складывалась целостная картина, обреталась почва под ногами, позволяющая уверенно и эффективно жить и работать. * * *

Довольно длительный период я работала, потому что это «хорошо и правильно», но по

большому счету не очень понимала, что и зачем делаю, опираясь исключительно на интуицию и ощущения. Я сильно уставала, загружалась и занималась хоть чем-нибудь, а не чем-то конкретным и осознанным. Было тяжело работать с «легкими» детьми, легко — с «тяжелыми». Сложно было удерживать позитивный настрой как по отношению к себе, так и по отношению к работе, в частности к детям и родителям.

Сейчас же легко почти со всеми, и мне понятно, что конкретно я делаю, когда, почему; я могу объяснить любое свое действие. Но заниматься я буду по-разному, и объяснять по-разному, и у меня будут разные цели, средства, задачи и способы их реализации. И я надеюсь, что сейчас могу быть полезной практически любой семье и любому ребенку.

Раньше так не было, и главную роль сыграли, на мой взгляд, мои собственные личностные изменения и глобальное осознание и принятие себя, своих чувств, ощущений и действий. Признание и осознание своих проблем и особенностей позволили мне двинуться вперед. Исчезло то давление, как внешнее, так и внутреннее, которое накладывало непринятие и непонимание себя и своих особенностей. А значит, появилась и свобода — свобода меняться и развиваться.

Теперь у меня, как мне сейчас кажется, есть четкое понимание того, что такое аутизм, четкое представление о своих возможностях в работе с ним.

По моему глубокому убеждению, «вытащить из аутизма» можно любого ребенка, даже самого тяжелого. При раннем начале терапии, систематических занятиях, без бросания «из огня да в полымя», при максимальной вовлеченности семьи в процесс изменений и терапии, при отсутствии тяжелой органики у ребенка, на фоне которой аутизм приобретает второстепенное значение. Чем ребенок старше и тяжелее, тем дольше, больше, систематичнее надо все это делать. Но это возможно. И возможно в любом возрасте и при любой степени выраженности проблем.

Это сложно, действительно сложно во всех отношениях: физически, психологически, эмоционально, соматически и пр. Я это знаю, как никто другой. Но это не повод для бездействия. Самое сложное — это начать, а потом втягиваешься, и проблем становится меньше, и решать их проще. Самое главное, что это возможно. И этому в состоянии научиться каждый.

У любого человека есть выбор, и этот выбор каждый делает сам для себя.

Еще раз повторю, что все здесь написанное ни в коем случае не является истиной. Это всего лишь один из взглядов на аутизм, и подходит он далеко не каждой семье, не каждому ребенку на конкретном отрезке жизненного пути. Что-то будет ваше, что-то категорически нет, а возможно, и всё. Что-то можно взять на вооружение, что-то отмести, над чем-то задуматься, что-то принять и понять, возможно, и отличное от того, что здесь написано. Быть может, прочитанное натолкнет вас на какую-то иную ценную мысль, идею, действие, мнение и поможет вам в решении проблемы аутизма. * * *

По итогам написанного мне можно смело приписать детскую наивность, юношеский максимализм или даже неэтичность. В сущности, это одно и то же.

Мне кажется, что если я признаю что-то в себе и могу говорить об этом вслух, то и другим это тоже ничего не стоит, — это и есть наивность. Я думаю, что, понимая, можно менять, и многие захотят этим воспользоваться, — это максимализм. И я прямо, возможно, излишне прямо, говорю об этом — некоторые назовут это неэтичностью.

Я не всегда могу грамотно сформулировать и выразить свою мысль. Я не умею врать, не могу, не хочу и не буду говорить то, чего не думаю и не чувствую, несмотря на то, что могу оказаться в меньшинстве.

Возможно, я сильно ошибаюсь в своем видении проблемы аутизма и взгляды мои будут меняться, а в чем-то они поменялись даже в процессе написания этой книги. Но чтобы понять это, мне необходимо озвучить свои представления и получить обратную связь. Иначе невозможно.

«Подсудимый! — говорит судья. — Объявляю вам наше решение: Ганноверский суд в целях установления вашей личности и во избежание судебной ошибки предлагает вам повторить при свидетелях известный подвиг барона Мюнхгаузена — полет на Луну!.. Вам понятны условия экспертизы?»

— Да, ваше превосходительство, — отвечает Мюнхгаузен. — Тем более что это уже и приговор.

— Вы еще имеете право отказаться.

— Нет, я согласен.

— Сын мой, это испытание очень опасно. Вы не хотите исповедаться? — спрашивает пастор.

— Нет! Я это делал всю жизнь, мне никто не верил.

— Прошу вас, облегчите свою душу...

— Это случилось само собой, пастор! У меня был друг — он меня предал, у меня была любимая — она отреклась. Я улетаю налегке...

— Прости меня, Карл! Я это сделала ради нашей любви! — защищается Марта.

— Наверное... Но я как-то перестал в нее верить. Помнишь, когда мы были у Архимеда, он сказал: „Любовь — это теорема, которую надо каждый день доказывать!“ Скажи мне что-нибудь на прощанье!

— Что?

— Подумай. Всегда найдется что-то важное для такой минуты...

— Я буду ждать тебя...

— Нет, нет, не то...

— Я очень люблю тебя!

— Не то!

— Карл! — не выдержав, кричит Марта. — Они положили сырой порох!

— Мерзавка! Убийца! — кричит баронесса.

— Что вы наделали, Марта! — недоумевает пастор.

— Отстаньте от нее!.. Молодец, Марта!.. Пусть завидуют!.. У кого еще есть такая женщина?! — говорит Мюнхгаузен и обращается к Рамкопфу: — Как это понять, господин Рамкопф? За такие шуточки на фронте вешали!

— Подсудимый, ведите себя...

— Я веду себя достойно, ваше превосходительство! Чего не скажешь о судьях! Впрочем, я и не надеялся на вашу честность... — говорит барон и спрашивает у Томаса: — Томас, ты

принес то, что я просил?

— Да, господин барон! — отвечает он и протягивает узел.

— Вот этот сухой, проверенный... — достав из узелка бочонок с порохом, говорит барон. — От такого — целый полк взлетит в небо!

— Ну, как знаете!.. Если вы столь безрассудны... Фельдфебель, перезарядите пушку! — командует судья.

— Прощайте, господа! Сейчас я улечу, вам недолго осталось ждать. Мы вряд ли увидимся. Когда я вернусь, вас уже не будет. Дело в том, что на небе и на земле время летит не одинаково. Там — мгновенье, здесь проходят века. Все относительно. Впрочем, это долго объяснять... Прощайте! Черт возьми, как надоело умирать...

В это время вбегает бургомистр в руках у него мундир, парик Мюнхгаузена и депеша.

— Остановитесь, барон! — кричит он. — Господа! Его величество признал в подсудимом барона Мюнхгаузена! Читайте! Карл, дайте я вас обниму!

— Действительно! „...Приказываю считать Мюнхгаузенем...“ Как же мы сразу не догадались?!

— Одевайтесь, одевайтесь, барон! Вас ждет внизу карета. Город с восторгом встретит своего героя!

— Это — он! Карл, я узнаю тебя! — закричала баронесса, словно впервые увидела его. — Фео, что ты стоишь? Разве не видишь? Это твой отец!

— Па-па! Я узнал вас! — закричал Фео, падая на колени. — Я восхищен вами!

— Фео! Вы честный юноша. Вы искренне любите и искренне ненавидите, но не делайте этого слишком часто! — шепчет бургомистр, оттаскивая его от барона.

— Господи! Ты совершил чудо! — в свою очередь, реагирует пастор на изменившиеся обстоятельства.

— Поздравляю вас, барон! — говорит Рампкоф.

— С чем?

— С успешным возвращением с Луны.

— Я не был на Луне.

— Как это — не был, когда есть решение, что был?.. Сейчас прозвучит залп, его услышат в городе... Это значит: вы слетали и вернулись... Завтра об этом сообщат газеты. Да мы все свидетели.

— Это неправда, — вмешивается Марта.

— Боже, какой примитив! Нет, сударыня, на этот раз я не уступлю, — говорит баронесса. — Если у вас не хватает воображения, то соображать надо. Мой муж летал! Летал!

— Не усложняйте, господа, не усложняйте, — пытается закончить ситуацию судья. — Залп немедленно!

— Вот и все! Виват Мюнхгаузену! — кричат все. — Виват! Виват! Виват!

— Прекратите!.. Господи, как вы мне надоели!.. Поймите же, что Мюнхгаузен славен не тем, что летал или не летал, а тем, что не врет. Я не был на Луне. Я только туда направляюсь. А раз вы помешали мне улететь, придется идти пешком. Вот по этой лунной дорожке. Это труднее! На это уйдет целая жизнь, но придется... Марта, ты готова?

— Конечно, Карл.

— Пошли. А ты, Томас, ступай домой и готовь ужин. Когда мы вернемся, пусть будет шесть часов.

— Шесть вечера или шесть утра, господин барон?

— Шесть дня.

— Слушаюсь.

— Я понял, в чем ваша беда. Вы слишком серьезны. Серьезное лицо — еще не признак ума, господа. Все глупости на Земле делаются именно с этим выражением. Вы улыбайтесь, господа, улыбайтесь!»... Из кинофильма «Тот самый Мюнхгаузен»

Рекомендуемая литература

Амонашвили Ш. Здравствуйте, дети! — М.: Просвещение, 1983.

Бах Р. Карманный справочник Мессии. — Киев: София, 2009.

Брэдбери Р. И все-таки наш // Брэдбери Р. О скитаньях вечных и о Земле. — М.: ЭКСМО, 2002.

Грин Росс В. Взрывной ребенок. Новый подход к воспитанию и пониманию легко раздражимых, хронически несговорчивых детей. 2-е изд. — М.: Теревинф, 2009.

Дольто Ф. На стороне ребенка. — Екатеринбург: У-фактория, 2003.

Зеланд В. Трансерфинг реальности. — СПб.: ИД «Весь», 2008.

Клюев Е. Между двух стульев. — М.: Гаятри, 2006.

Коэн Ширли. Как жить с аутизмом? — М.: ИОИ, 2008.

Крапивин В. Голубятня на желтой поляне. — М.: ЭКСМО, 2006.

Макаренко А. Педагогическая поэма. — М.: Азбука, 2009.

Мурашова Е. Дети-«тюфяки» и дети-«катастрофы». Гиподинамический и гипердинамический синдром у детей. — Екатеринбург: У-фактория, 2006.

Никольская О. С., Баенская Е. Р, Либлинг М. М. Аутичный ребенок: пути помощи. Детский аутизм: введение в проблему. 5-е изд. — М.: Теревинф, 2009.

Победить аутизм. Метод семьи Кауфман/Сост. Н. Л. Холмогорова. — М.: ЦЛП, 2005.

Франкл В. Человек в поисках смысла. — М.: Прогресс, 1990.

Фромм Э. Душа человека. — М.: АСТ, 2009.

Экслайн В. Развитие личности в игровой терапии. — М.: ЭКСМО-пресс, 2000.

Это может быть вам полезно

СТРАНА и МЫ: МЫ ВМЕСТЕ <http://www.stranami.ru/>

Сайт социального информационно-аналитического журнала «СТРАНА и МЫ: вместе». За физическое и духовное оздоровление нации.

САЙТ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ТЕХ КТО РЯДОМ С НИМИ <http://inva-life.ru/>

Наш сайт инвалидов был создан для людей с ограниченными возможностями и для людей, которым не безразличны проблемы инвалидов.

ДЕТИ-АНГЕЛЫ <http://www.detiangeli.ru/support.html>

Общество родителей особых детей.

СПЕШИТЕ ДЕЛАТЬ ДОБРО <http://www.miloserdie.tellur.ru/mainx.html>

Одна из целей создания сайта — показать, на что способны инвалиды, что они умеют делать, какими специальностями они владеют, как реализовывают себя в жизни, делятся опытом.

ПОВЕРЬ В СЕБЯ!

ЖИЗНЬ И ПРОБЛЕМЫ ИНВАЛИДОВ <http://believe.net.ua/>

Сайт освещает жизнь и проблемы инвалидов в Украине и в мире. Вы найдете интересные статьи и истории людей, советы по реабилитации, библиотеку, клуб знакомств для инвалидов, форум, чат.

ОСОБОЕ ДЕТСТВО <http://www.osoboedetstvo.ru/>

Родителям детей с нарушением развития, специалистам, всем, кому это важно.

НАШИ НЕВНИМАТЕЛЬНЫЕ ГИПЕРАКТИВНЫЕ ДЕТИ <http://www.sdvг-deti.com/forum.htm>

Международный форум родителей детей с СДВГ.

ОБЩЕНИЕ МАМА ОСОБЫХ ДЕТОК ФОРУМ РЕБЕНОК-ИНВАЛИД <http://invamama.ru/>

Общение родителей детей-инвалидов. Обсуждаются вопросы воспитания, лечения и реабилитации детей с ограниченными возможностями.

СКВОЗЬ ПАЛЬЦЫ <http://absinfo.ru/>

Когда ребенок рождается не таким, каким его ожидали увидеть, родители начинают искать причины, врачей, беспокоятся о будущем... Со временем оказывается, что на многие проблемы можно смотреть сквозь пальцы. Даже если у ребенка они не совсем обычной формы.

Примечания

1

Рюль К. Зеркало для психотерапевта. Работа с инвалидом // С собой и без себя. Сб. статей / Под ред. С. Кривцовой, С. Лэнгле. М.: Генезис, 2009. С. 57–70.

2

Уайт М. Карты нарративной практики. Введение в нарративную терапию. М.: Генезис, 2010.