

9. Moiseev, N.N. (1996), *Ecology and education*, UNISAM, Moscow.
10. Mudrak, S.A., Gagarin, A.V. and Glebov, V.V. (2012), "Features of Ecological Competence of Students Living in Conditions of Big City (by the Example of the Students of the Peoples' Friendship University of Russia)", *Bulletin of RUDN University. Series Psychology and pedagogy*, No. 4, pp. 78–84.
11. Nesgoraeva, N.S. and Saveliev, V.G. (2010), "Motivational and value component in the ecological culture of University students", *Omsk scientific Bulletin*, No. 5, pp. 143–146.
12. Panov V.I., Mdivani, M.O., Kodesse, P.B., Lidskaya, E.V. and Hisanbaev Sh.R. (2012), "Environmental awareness: theory, methodology, diagnostics", *Psychological diagnostics*, No. 1, pp. 3–126.
13. Pidkasisty, P.I. (ed) (2014), *Pedagogy: textbook for students of higher professional education institutions*, Academy, Moscow.
14. Polyanskaya, E.I. and Hicova, L.N. (2015), "The ecomuseum as a way of creating activity based component formation of environmental culture", *Bulletin of the University*, No. 2, pp. 302–305.
15. Ryabova, S.S. (2012), "Value attitude to nature as a component of ecological culture", *Proceedings of the Herzen State Pedagogical University of Russia*, No. 4, pp. 245–250.
16. Sitarov V.A. and Pustovoytov V.V. (2015), *Social ecology, textbook for bachelors*, Urait, Moscow.
17. Titarenko L.G. (2011), "Environmentally oriented lifestyle as a component of high quality of life of the population and sustainable development of society", *Sociological almanac*, Issue 2, pp. 157–164.
18. Fortunatov A.A. (2012), "Pedagogical conditions for the formation of environmental culture of University students", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 12 (94), pp. 136–141.
19. Yasvin, V.A. (2000), *Psychology of attitude to nature*, Sense, Moscow.
20. Bainer, D.L., Cantrell, D. and Barron, P. (1997), "Professional Development of Environmental Educators through Partnerships", *Annual Meeting of the North American Association for Environmental Education*, Vol. 8, pp. 15–19.
21. Engleson, D. C. (1985), *A Guide to curriculum planning in Environmental Education*, Environmental Education Curriculum Development Task Force, Bulletin 6094.

Контактная информация: art_fortunatov@mail.ru

Статья поступила в редакцию 09.10.2020

УДК 159.922.7

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ МАТЕРЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ

Надежда Владимировна Чевычелова, аспирант, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева; **Елена Александровна Черенёва**, кандидат педагогических наук, доцент, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, директор, Международный институт аутизма, г. Красноярск; **Дмитрий Владимирович Черенёв**, кандидат педагогических наук, доцент, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, директор, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи № 2, г. Красноярск; **Андрей Владимирович Тимошков**, кандидат психологических наук, доцент, Сибирский федеральный университет, г. Красноярск

Аннотация

Статья посвящена описанию психокоррекционной работы, направленной на преодоление эмоционального неблагополучия у женщин, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). Представлены результаты констатирующего эксперимента, целью которого являлось изучение особенностей эмоциональной сферы матерей детей с РАС в контексте двух важнейших социально-демографических характеристик – возраста и типа трудовой занятости. На основании экспериментальных данных разработан ряд рекомендаций для участниц исследования, которые можно разделить на две группы: рекомендации для представительниц каждой из групп испытуемых, в которых были выявлены признаки эмоционального неблагополучия; общая для всех программа психологической поддержки. Отдельное внимание уделяется научно-теоретическому обоснованию выбора подходов к оптимизации эмоциональной сферы матерей детей с РАС

Ключевые слова: расстройство аутистического спектра, эмоциональная сфера, женщина, мать, возраст, трудовая занятость, психологическая коррекция, психологическая поддержка, педагогическая антропология.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.11.p675-680

PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF EMOTIONAL DISADVANTAGE OF MOTHERS RAISING CHILDREN WITH AUTISM

Nadezhda Vladimirovna Chevychelova, the post-graduate student, Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafyev; Elena Aleksandrovna Chereneva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafyev, Director, International Institute of Autism, Krasnoyarsk; Dmitry Vladimirovich Cherenev, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafyev, Director, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance No. 2, Krasnoyarsk; Andrey Vladimirovich Timoshkov, the candidate of psychological sciences, senior lecturer, Siberian Federal University, Krasnoyarsk

Abstract

The article is devoted to the description of psycho-correction work aimed at coping with emotional distress in women who are raising children with autism spectrum disorders. The results of a ascertaining experiment aimed at studying the features of the emotional sphere of mothers of children with ASD in the context of two important socio-demographic characteristics-age and type of employment. Based on the experimental data, a number of recommendations were developed for the study participants, which can be divided into two groups: recommendations for representatives of each of the groups of subjects in which signs of emotional distress were detected; a General program of psychological support for all. Special attention is paid to the scientific and theoretical justification of the choice of approaches to optimizing the emotional sphere of mothers of children with ASD.

Keywords: autism spectrum disorder, emotional sphere, woman, mother, age, work environment.

ВВЕДЕНИЕ

Расстройства аутистического спектра относятся к числу самых распространённых патологий развития детей раннего возраста. На сегодняшний день специфические черты развития детей с РАС в динамике и особенности функционирования семьи, в которой воспитывается ребёнок с таким нарушением в развитии, изучены достаточно хорошо, о чём свидетельствует большой массив научных публикаций, посвящённых этим вопросам, методических пособий по комплексному сопровождению семей с детьми с РАС, а также коррекционно-развивающих программ, которые реализуются на базе специализированных организаций, осуществляющих помощь названной категории населения. Особенности функционирования эмоциональной сферы матерей детей с РАС так же становились предметом научных исследований [1].

Вместе с тем, некоторые вопросы остаются малоизученными, а отдельные значимые проблемные моменты и вовсе находятся вне поля научных изысканий специалистов, а именно – вопросы, связанные с личностным развитием и эмоциональным благополучием матерей, воспитывающих детей с особенностями в развитии, в разрезе возрастных закономерностей и профессионализации, которые не могут не оказывать своего влияния на психофизиологическое состояние женщин и функционирование их эмоциональной сферы.

Соответственно, проблематика психологической коррекции эмоционального неблагополучия женщин, воспитывающих детей с РАС, на наш взгляд, должна выходить за пределы общих особенностей их эмоциональной сферы, и распространяться на особенности эмоциональной сферы матерей детей с РАС в контексте различий их социально-демографических характеристик.

В этой связи целью проведённого нами констатирующего эксперимента стало изучение особенностей эмоциональной сферы воспитывающих детей с РАС женщин, различающихся по социально-демографическим параметрам возраста и типа трудовой занятости. Выявленные особенности послужили основой для разработки рекомендаций по психокоррекции признаков эмоционального неблагополучия участниц исследования.

МЕТОДИКА. Для проведения исследования использовались следующие диагностические материалы: авторская анкета «Ситуативные эмоциональные переживания», «Визуально-ассоциативная самооценка эмоциональных состояний» (Н.П. Фетискин), «Шкала дифференциальных эмоций» (К. Изард), методика самооценки эмоциональных состояний (А. Уэссман и Д. Рикс).

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

В исследовании приняли участие 60 женщин – матерей: в возрасте от 19 до 25 лет (20 чел.), от 26 до 32 лет (20 чел.), от 33 до 40 лет (20 чел.). Распределение испытуемых по типам трудовой занятости: сотрудницы бюджетных учреждений – 7 человек, сотрудницы коммерческих организаций – 39 человек, домохозяйки – 14 человек. Основные сведения, полученные в ходе диагностического обследования, представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Сведения об особенностях эмоциональной сферы женщин, воспитывающих детей с РАС

Категория	Выявленные признаки эмоционального неблагополучия
Возраст от 19 до 25 лет	Преимущественно отрицательные ситуативные эмоциональные переживания (7 чел.), состояние подавленности (2 чел.)
	Дремотное состояние (2 чел.), хроническая усталость (1 чел.)
	Страх (3 чел.), тревожность (4 чел.)
	Чувство стыда (1 чел.), вины (3 чел.), беспомощности (6 чел.)
Возраст от 26 до 32 лет	Преимущественно отрицательные эмоциональные переживания (2 чел.), высокий уровень тревожности (1 чел.)
	Хроническая усталость (1 чел.)
	Чувство вины (1 чел.), стыд (1 чел.), неуверенность в себе (2 чел.)
Возраст от 33 до 40 лет	Преобладание негативных ситуативных эмоциональных переживаний (12 чел.)
	Состояние неудовлетворённости (3 чел.), неуверенность в себе (7 чел.)
	Безотносительно особенностей эмоциональной сферы (общее для всех женщин этой возрастной категории)
Работающие женщины	Преимущественно отрицательные ситуативные эмоциональные переживания (1 сотрудница бюджетного учреждения и 19 сотрудниц коммерческих организаций)
	Состояние неудовлетворённости (1 чел.), дремотность (1 чел.), общее сниженное самочувствие (8 чел.), низкий уровень субъективного ощущения эмоционального благополучия (2 сотрудницы бюджетных учреждений, 4 сотрудниц коммерческих организаций)

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На основании данных констатирующего эксперимента нами был разработан ряд рекомендаций для участников исследования, которые можно разделить на две группы:

- 1) Рекомендации для представительниц каждой из групп испытуемых, в которых были выявлены признаки эмоционального неблагополучия;
- 2) Общая для всех программа психологической поддержки.

Прежде чем перейти к их рассмотрению, остановимся кратко на теоретико-методологическом обосновании психокоррекции эмоционального неблагополучия женщин, воспитывающих детей с РАС.

Научно-теоретическое обоснование выбора подходов к оптимизации эмоциональной сферы матерей детей с РАС, базируется, прежде всего, на понимании тех особенностей, которые свойственны их эмоциональным переживаниям. Анализ литературных источников по исследуемой проблематике свидетельствует о том, что проблемы функционирования эмоциональной сферы взрослых, воспитывающих ребёнка с РАС, представляют собой целый комплекс психологических вопросов, возникающих в связи с

объективными трудностями и их субъективным восприятием. Одна из важнейших особенностей поведения родителей, воспитывающих детей с нарушениями в развитии заключается в специфическом реагировании на предложение профессиональной помощи. Речь в данном случае идёт о том, что взрослые, пройдя длительный процесс принятия диагноза и самого ребёнка с его заболеванием, примиряются с ситуацией таким образом, что занимают пассивную позицию ожидания неизбежного, преодоления трудностей с позиции жертвы обстоятельств, что способствует появлению устойчивых негативных переживаний (состояния подавленности, угнетённости и т.д.).

Программа психологической поддержки матерей, воспитывающих детей с РАС, выстраиваемая на основе базовых идей педагогической антропологии Р. Штейнера, состоит из трёх блоков:

- 1) поддержка женщин, наполнение их ресурсом;
- 2) приглашение в терапию;
- 3) терапевтические мероприятия.

Реализация первого, дотерапевтического, блока программы представляет собой решение следующего комплекса задач:

- создание принимающего безопасного пространства, предполагающего отношение к родителю особенного ребёнка как к обычному представителю социума с безусловным уважением к нему;
- создание ощущения причастности к сообществу единомышленников с ориентацией на конструктивное решение общих и актуальных для всех жизненных задач (в противовес ориентации на сопричастность по линии дефицитарного развития детей с поиском возможностей компенсации)
- обеспечение опыта позитивного взаимодействия в группе через модулируемую беседу, демонстрацию техник ненасильственного общения через работу ведущего;
- актуализация внутреннего ресурса через переживание успешности, социальности, через выход из роли матери, через приятные сенсорные ощущения;
- создание условий для устойчивого ощущения радости от совместной деятельности и проявления своей компетентности за пределами роли матери ребёнка с нарушениями в развитии, от видения собственных достижений (в противовес постоянному преодолению трудностей), от вовлечённости в занятия для души, созвучные с личными интересами, а не только интересами семьи и ребёнка;
- создание условий для безопасного переживания встречи со своими внутренними проблемами, получения опыта их успешного решения.

Дотерапевтическая психологическая поддержка универсальна по своему содержанию, то есть может применяться к любой категории матерей детей с расстройствами аутистического спектра – и к тем, кто нуждается в психотерапевтической помощи, и к тем, кому она не требуется; и к тем, кто готов к сотрудничеству, и к тем, у кого такой готовности не наблюдается.

Одним из преимуществ работы с женщинами в рамках этого блока программы является открытость группы, которая никоим образом не снижает эффекта психологического комфорта и безопасности.

Кроме того, в процессе занятий для психолога предоставляется возможность ведения наблюдений в диагностических целях, в том числе – для выявления случаев клинической депрессии, при которой требуется содействие психотерапевта, психиатра.

Второй блок программы – психологическая поддержка с использованием мягких, ненавязчивых практик, позволяющих обращаться к своему внутреннему миру и вырабатывать позитивный опыт взаимодействия с собой, но исключающих глубокую внутреннюю работу. Постепенное, но регулярное обращение к тем внутренним проблемам, которые являются актуальными, но не вскрываются из боязни не справиться с ними и/или начать переживать сильные болезненные эмоции и чувства, обеспечивает положительную

динамику – увеличение объёмов внутренних сил, закрепление навыка встречи с внутренними переживаниями, появление запроса на терапию, освобождение от страха перед терапией как болезненной процедурой, появление уверенности в том, что терапия не усложнит, а, напротив, упростит дальнейшую жизнь.

Такие результаты достигаются за счёт применения широкого спектра арт-терапевтических методик, которые по праву считаются самыми «экологичными», природосообразными. В ходе работы происходит дестигматизация прежнего опыта встречи с собой, демонстрируется очевидность практической пользы рефлексии. Эффект дестигматизации опыта встречи со своим внутренним миром, в котором имеется достаточное количество негативных переживаний, сопровождавших (а у большинства обследованных нами женщин – сопровождающих и в настоящее время) нарушения в развитии ребёнка, является результатом возможности переосмысления собственного опыта косвенным путём – через опыт других, демонстрируемый участниками групповых встреч друг другу, а также через обсуждение фильмов, книг, тематических публикаций в периодических изданиях, участие в семинарах и лекциях. Этот опыт становится информацией к размышлению, улучшая рефлексивные способности.

Очевидно, что, в отличие от второго блока программы, третий блок содержит арт-терапевтические техники, позволяющие глубоко прорабатывать внутренние проблемы, а просветительская работа осуществляется на уровне обсуждения наиболее сложных вопросов взаимоотношений родителей с больным ребёнком, в частности, вопроса о его дальнейших перспективах и, соответственно, участии матери в жизни ребёнка в долгосрочной перспективе с выработкой оптимальной конструктивной позиции. Терапия также открывает возможности для работы с проблемой супружеских взаимоотношений в полных семьях, в которых воспитывается ребёнок с РАС, рождения других детей, самореализации матери в профессиональной сфере.

ВЫВОДЫ

Практическая значимость проведённого нами исследования заключается, во-первых, в возможности применения опыта детализированного эмпирического исследования особенностей эмоциональной сферы матерей детей с РАС в контексте других социально-демографических характеристик (матримониальный статус, уровень дохода и т.д.), а, во-вторых, в наличии рекомендаций по оптимизации функционирования эмоциональной сферы для женщин разного возраста и с разными типами трудовой занятости, в соответствии с выявленными нарушениями.

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 20-07-00671

ЛИТЕРАТУРА

1. Морозов С.А. Аутизм как нарушение развития со сложной структурой дефекта / Дети со сложной структурой дефекта: теория и практика / С.А. Морозов // Б. В. Белявский и др. – Москва : Федеральный институт развития образования, 2015. – С. 23–69.
2. Морозов С.А. К вопросу о коморбидности при расстройствах аутистического спектра / С.А. Морозов // Аутизм и нарушения развития. – 2018. – Том 16, № 2. – С. 3–8.
3. Морозов С.А. Комплексное сопровождение лиц с расстройствами аутистического спектра : учебно-методическое пособие / С.А. Морозов. – Москва : Медиа-Книга. 2015. – 559 с.
4. Расстройства аутистического спектра у детей : научно-практическое руководство / под редакцией Н.В. Симашковой. – Москва : Авторская академия, 2013. – 263 с.
5. Черенёва Е.А. Технология психологической диагностики нарушения здоровья детей с когнитивным дефицитом // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 6 (184). – С. 482–486.
6. Модернизация идей исследования аутизма и развития системы помощи людям с аутизмом в России: от региональной инициативы к глобализации решений / Е.А. Черенёва, О.Б.

Богдашина, М., Казанова С. Ли – doi: 10.17759/pse.2016210315 // Психологическая наука и образование. – 2016. – Т. 21., № 3. – С. 131–140.

7. Черенева Е.А. Межведомственная модель организации системы помощи детям с РАС в Красноярском крае / Е.А. Черенева, Е.А. Володенкова // Аутизм и нарушения в развитии. – 2016. – Т. 14., № 4. – С. 15–25.

REFERENCES

1. Morozov, S.A. (2015), “Autism as development disorder with complex structure of defect”, Children with complex structure of defect: theory and practice, Federal institute of development in education, Moscow, pp. 23–69.

2. Morozov, S.A. (2018), “On comorbidity in autism spectrum disorders”, *Autism and developmental disabilities*, Vol. 16, No 2, pp. 3–8.

3. Morozov, S.A. (2015), Complex support of people with autism spectrum disorders, Media-Bool, Moscow.

4. Simashkova N.V. (ed.). (2013), *Autism spectrum disorders in children*, Author's Academy, Moscow.

5. Chereneva E.A. (2020), “Technology of psychological diagnosis of health disorders in children with cognitive deficits”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 6 (184), pp. 482–486.

6. Chereneva, E.A., Bogdashina O.B., Kazanova M. and Li S. (2016), “Modernization of Autism Research Ideas and Developing an Assistance System for People with Autism in Russia: From Regional Initiative to Globalizing Solutions”, *Psychological Science and Education*, Vol. 21, No. 3, pp. 131–140, doi: 10.17759/pse.2016210315.

7. Chereneva E.A. and Volodenkova E.A. (2016), “Interdepartmental model of organization of the system of assistance to children with ASD in the Krasnoyarsk Territory”, *Autism and developmental disabilities*, Vol. 14, No. 4, pp. 15–25.

Контактная информация: elen_korn@bk.ru

Статья поступила в редакцию 25.10.2020