

Сопровождение взросления людей, страдающих аутистическими расстройствами

Костин И.А.,

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики», Москва, Россия, kostin@ikp.email.

Обосновывается желательность длительного психокоррекционного сопровождения лиц с расстройствами аутистического спектра и их семей, в том числе во взрослом возрасте. Вводится понятие благоприятной (развивающей) социальной среды для благополучного развития взрослого аутичного человека. Названы два важных направления психологической коррекции расстройств аутистического спектра начиная с младшего подросткового возраста: 1) формирование у аутичного человека навыков адекватного социального поведения; 2) помощь аутичному человеку в развитии понимания своего внутреннего мира, мира людей и отношений между ними. Кратко описана специфика каждого из этих направлений работы. Так, формирование необходимых социальных навыков связывается с выработкой «хороших привычек» (по С.Я. Рубинштейн) и с освоением социальных ролей; дается характеристика методов, используемых во втором из названных направлений, – беседы, ведения личного дневника, совместной проработки художественных текстов. Подчеркивается недопустимость сведения психологического сопровождения исключительно к выработке необходимых социальных навыков.

Ключевые слова: расстройства аутистического спектра, психокоррекционное сопровождение, привычки, социальные роли, понимание отношений, способы проявления чувств.

Для цитаты:

Костин И.А. Сопровождение взросления людей, страдающих аутистическими расстройствами [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2017. Том 9. № 2. С. 116–127 doi: 10.17759/psyedu.2017090211

For citation:

Kostin I.A. Supporting Persons with Autism Disorders Entering Adulthood [Elektronnyi resurs]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie PSYEDU.ru [Psychological Science and Education PSYEDU.ru]*, 2017, vol. 9, no. 2, pp. 116–127 doi: 10.17759/psyedu.2017090211. (In Russ., abstr. in Engl.)

Взросление с расстройством аутистического спектра

Аутистические расстройства – это широкая группа нарушений психического развития, затрагивающих самые разные его стороны: познавательное развитие, эмоционально-волевое, личностное. Поэтому аутистические расстройства относят к так называемым первазивным (проникающим) нарушениям. Поражает полиморфность аутистических расстройств, парадоксальность их проявлений (в частности, очень своеобразное соотношение достижений и трудностей), разнородность аутистической популяции по уровню достигнутой адаптации и речевого развития (среди специалистов-практиков распространена поговорка: «Если вы знаете одного аутичного человека – это значит, что вы знаете ... только этого аутичного человека»).

На протяжении более чем 70 лет исследований аутизма его критерии уточнялись и расширялись, вводились новые и новые диагностические ярлыки, однако со времен Л. Каннера и Г. Аспергера патогномичным для аутистических расстройств считается *устойчивое сочетание нарушений аффективного контакта с людьми и склонность к стереотипизации отношений со средой в целом*, т. е. извлечение повторяющихся, стереотипных впечатлений из среды и негативное отношение к изменениям в ней. С 1980-х гг. установился термин «расстройства аутистического спектра» (РАС), подчеркивающий разнородность клинической картины и уровня достигаемого аутичными детьми развития и адаптации. Примерно с того же времени все больше стали говорить о пожизненном характере данного нарушения развития, о том, что большинству аутичных людей помощь в той или иной форме требуется и во взрослом возрасте. Хотя с распространением в мире программ ранней помощи процент «хорошего выхода» (достижение аутичными людьми относительной самостоятельности) и повышается, но все же большая часть аутичных людей пожизненно нуждаются в той или иной помощи со стороны других.

Опыт многолетних исследований и длительных катамнестических наблюдений Института коррекционной педагогики говорит о важности и желательности психологического сопровождения людей с аутизмом на разных жизненных этапах, в том числе и во взрослом возрасте. Взрослые аутичные люди могут продолжать развиваться, становиться более гибкими, выносливыми и понимающими, но только если они находятся в благоприятной для их развития социальной среде, которая их эмоционально стимулирует, ставит перед ними новые посильные адаптационные задачи, сохраняя доброжелательность и принятие. Как правило, роль такой развивающей социальной среды играют сообщества и организации, помогающие людям с ограниченными возможностями: досуговые центры, реабилитационные мастерские, религиозные сообщества и т. д.

Но и обратное, к сожалению, верно: без такой развивающей среды, без психологического выхода за пределы своих «четырех стен» и круга близких у аутичного человека возможны регресс, усиление пассивности и аутистических форм поведения. Так, в литературе отмечается опасность периода после окончания школы: если учебная деятельность, а вместе с ней когнитивная нагрузка прекращаются, то прогресс в когнитивном развитии замедляется.

Психологическое сопровождение: значение и основные направления

В данной статье представлен краткий обзор двух важных направлений психологического сопровождения людей с аутистическими расстройствами, начиная с подростковых лет. Они не взаимозаменяемы: каждое из них важно, и в комплексном сопровождении страдающих аутистическими расстройствами необходимо уделять внимание обоим.

Эти направления работы следующие:

- формирование адекватного социального поведения и необходимых социальных навыков – обучение необходимым бытовым, социальным и коммуникативным навыкам, в частности ролевым и социотипическим формам поведения в различных ситуациях;
- помощь в развитии осмысленных отношений с миром и людьми – в дальнейшем осмыслении внутреннего мира как собственного, так и других людей, отношений между ними, в формировании более сложной и целостной картины мира.

Остановимся на этих двух взаимодополняющих направлениях работы подробнее.

Формирование адекватного социального поведения и необходимых социальных навыков. К подростковому возрасту (и тем более позднее) значительно возрастают требования социума к адекватному поведению аутичных людей. Ожидается, что любой подросток должен обладать такими жизненно важными навыками, как соблюдение опрятности в одежде и отслеживание своего внешнего вида, способность при необходимости вступить в краткое социальное взаимодействие и вовремя прекратить его, учет в своем поведении окружения, владение своим эмоциональным состоянием, а также освоение социотипического поведения в различных ситуациях, в частности, выполнение различных повседневных социальных ролей (покупателя, пассажира общественного транспорта, телефонного просителя и т. п.). Особенно важное значение придается эмоциональному самоконтролю, способности справиться с фрустрацией или адекватно выразить недовольство: срывы и истерики воспринимаются как однозначно неприемлемые проявления. Это, безусловно, необходимо учитывать при планировании задач психологической и педагогической помощи рассматриваемой группе.

Известно, что при нарушениях психического развития меняется соотношение целенаправленного и спонтанного обучения: в жизни ребенка с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья), как правило, гораздо больше специально организованного и гораздо меньше спонтанного обучения. У человека, страдающего РАС, это соотношение особенно выпукло: аутичных детей, подростков и даже взрослых приходится специально обучать умениям и знаниям, которые в норме не являются предметом специального обучения, а усваиваются детьми и подростками самостоятельно, без участия взрослых, благодаря способности к подражанию, интересу к окружающим людям, активному стремлению осваивать новое. Когда эти важнейшие адаптивные психологические механизмы нарушены, то приходится прикладывать специальные усилия, и зачастую весьма трудоемкие, для формирования множества коммуникативных и бытовых навыков.

Работа по развитию социально-бытовых навыков требует тесного взаимодействия специалиста и семьи: во-первых, в связи с необходимостью учета специалистами пожеланий и нужд близких аутичного человека, а во-вторых, из-за известной проблемы генерализации навыков (перенос освоенных в одних условиях знаний и навыков в другие условия – сложная педагогическая задача при работе с аутизмом; разные коррекционные подходы решают ее по-разному). Кроме того, при формировании новых умений адекватного поведения в различных ситуациях необходимо стараться избегать механистичности, жесткой заученности тех или иных форм поведения. Помочь в этом могут акценты на формировании правильных *привычек* и на освоении *социальных ролей*.

Значимость выработки «хороших привычек» в специальной педагогике подчеркивала С.Я. Рубинштейн [7]. Известно такое рабочее определение привычки: это освоенный навык плюс потребность применять этот навык в определенных ситуациях. Понятие «выработка привычки», именно в силу присущего ей мотивационного компонента, представляется более подходящим для описания обучения аутичного человека различным бытовым или социальным умениям, чем «формирование навыков». Так, стоит обратить внимание не только на умение следить за внешним видом, но и на формирование *привычки* перед выходом из дома или по прибытии в общественное место посмотреть на себя в зеркало, поправить одежду, причесаться и т. д. То же самое касается и коммуникативной сферы: выработки *привычек* благодарить, извиняться, соблюдать очередность в разговоре, представляться при знакомстве с новым человеком, не прекращать резко телефонный разговор и т. п.

Овладение новыми моделями поведения должно опираться также на освоение *социальных ролей*, таких как пассажир общественного транспорта, покупатель, просто прохожий на улице и т. п.

Процесс освоения ролей человеком социально дезориентированным, каким является человек с аутизмом, должен опираться на максимально возможное осмысление им относящихся к этим ролям социальных норм. Аутичному человеку нужно помочь почувствовать радость от вписывания в стереотипы социальных ролей, от понимания и овладения общепринятым социотипическим поведением, от собственной социальной компетентности: мы говорим в автобусе вполголоса и держим рюкзак в руках, потому что не хотим мешать другим пассажирам; мы извиняемся перед незнакомым человеком, которого случайно задела на улице; мы можем спросить у продавца в киоске, свежий ли хлеб, и в зависимости от его ответа принять решение о покупке, и т. п.

Поскольку аутистическая популяция очень разнородна по уровню достигнутой адаптации как в зоне актуального, так и в зоне ближайшего развития, то с разными аутичными людьми нужно определять свои, индивидуальные задачи освоения социальных ролей. Для кого-то это будет спокойное и терпеливое пребывание вместе со своими близкими в городском транспорте, для кого-то – подготовка к самостоятельному передвижению по знакомым маршрутам, а кому-то особенно важно научиться узнавать нужную информацию в поликлинике или вежливо, соблюдая необходимые границы, здороваться с соседями по дому.

Помощь в развитии осмысленных отношений с миром и людьми. Задача развития и усложнения картины мира аутичного человека (как ребенка, так и взрослого), развития его осмысленных отношений с миром людей и с предметной средой, а также лучшего понимания и возможности выразить свой собственный внутренний мир понимается как одна из важнейших задач психокоррекции аутизма в той научной школе, которая традиционно сложилась в Институте коррекционной педагогики [4; 5].

Эффективная психокоррекционная помощь вырастающим аутичным детям не должна сводиться исключительно к выработке нужных навыков и к обучению соблюдать определенные правила в социальном взаимодействии: в этом случае мы рискуем усилить социальную тревожность, а значит – внутреннюю несвободу аутичного человека, а формируемые образцы социально одобряемого поведения при этом рискуют быть используемыми механически, без должного понимания и ориентировки в них. Именно о последствиях такого стиля работы по формированию «правильного» социального поведения, по-видимому, писал Оливер Сакс: «Я это почувствовал, посетив одну школу, ученики которой заученно протягивали ладошки и говорили громкими монотонными голосами: "Доброе утро меня зовут Петер... У меня все отлично спасибо как ваши дела" – без всякой интонации и пунктуации, без эмоции и настроения, будто читая скучный перечень» [8, с. 301]. Именно поэтому, как нам кажется, психолого-педагогическое сопровождение аутичных людей нельзя осуществлять исключительно методами прикладного поведенческого анализа (АВА).

Для того чтобы страдающий аутизмом человек был связан с миром людей все более и более прочно, необходима кропотливая психологическая работа по усложнению его картины мира, разнообразная помощь в понимании себя самого и окружающего, в частности – отношений между людьми.

Опыт сотрудников Института коррекционной педагогики в достижении этих целей накоплен преимущественно с использованием следующих **методов** работы:

- беседа;
- фиксация впечатлений и событий жизни в письменном виде (в совместных дневниках, воспоминаниях и т. п.);
- совместная проработка художественных текстов (сюжетной литературы, фильмов и т. п.).

Беседа. Как известно, беседа является важнейшим методом психологической психотерапии, клинической и педагогической практики. В нашем случае это также незаменимый способ оказания помощи: он приходит на смену игровым методам психокоррекции, более соответствующим раннему, дошкольному и младшему школьному возрастам. К подростковому или к юношескому возрасту у многих страдающих РАС людей отчетливо проявляется потребность в понимании, постижении окружающего мира. Конечно, потребность эта чаще всего крайне своеобразна, в частности, несет на себе отпечаток стереотипных интересов, застарелых страхов, тревожно-мнительных черт, сенсорной и социальной невыносливости перед стимулами среды, узкой аутостимуляторной фиксации на каких-то резко выделяющихся аффективных моментах. Например, интерес к миру может выражаться в многократно повторяющихся вопросах – день за днем, даже год за годом, невзирая на много раз полученные развернутые ответы.

И все же нельзя трактовать подобные стереотипные проявления исключительно негативно: как правило, за ними все же стоит глубинная личностная потребность что-то для себя понять, упорядочить свои представления о мире. И в каждом, самом стереотипном высказывании можно найти то рациональное зерно, которое может послужить основой для общего с другими людьми переживания, для обмена впечатлениями, для радости от соприкосновения с внутренним миром другого человека. Например, подросток А., участник нашего Клуба (групповых встреч давно наблюдающихся в Институте коррекционной педагогики молодых людей с аутизмом [2]), придя на встречу, начинает писать на листе автомобильные номера разных регионов и показывать свои записи всем присутствующим. Ясно, что при этом он совершенно не чувствует, насколько это уместно и интересно его собеседникам. Но даже на основе такой, сугубо стереотипной, попытки контакта можно выстроить общую беседу, затронув темы любимого способа передвижения и путешествий, сравнивая опыт и впечатления всех присутствующих.

В разговорах с вырастающими аутичными людьми, как и в разговорах с нормально развивающимися подростками, можно и нужно затрагивать самые разные темы. Но важно учитывать при этом их актуальный уровень понимания и остающуюся у многих аутичных людей склонность к аутостимуляторной фиксации на отдельных аффективных впечатлениях.

Так, хорошим показателем психологического взросления аутичного человека можно считать появление заинтересованности в разговорах на тему профессий в целом, а также возможностей собственной работы и профессионального самоопределения. Выше уже говорилось о замедленном душевном развитии людей с РАС, поэтому выход на тему профессионального самоопределения, по нашим наблюдениям, возможен как в 13–15 лет, так и в 18 лет, и в 25 лет. У страдающих РАС подростков и молодых людей бывают весьма наивные представления о профессиях и о собственных возможностях: приходилось, например, слышать высказывания о планах стать проектировщиком роботов, писателем, телеведущим. Подобные мало реалистичные ожидания не стоит поддерживать, необходимо обсуждать с аутичным человеком более «земные» запасные варианты.

Особенно важное значение в психологическом сопровождении людей с РАС имеют беседы на тему человеческих чувств и их проявлений, а также отношений между полами. Необходимо с ними обсуждать приемлемые и неприемлемые с точки зрения культуры проявления позитивных чувств – привязанности, симпатии – к человеку другого пола, а также культурные гендерные роли, достойное и недостойное поведение представителей разных полов. Можно опираться в обсуждении взаимодействия полов и в целом в половом воспитании людей с особенностями развития на работы Д.Н. Исаева, С.В. Андреевой.

Огромное значение имеет обсуждение и негативных чувств, а также ситуаций, их вызывающих, прежде всего страха и гнева. С одной стороны, важная психологическая задача – «легализовать» эти переживания, показать, что бояться и злиться может каждый человек. С другой стороны, в психологическом сопровождении людей с нарушениями психического развития стоит задача показать возможность выразить негативные переживания культурно заданными способами, т. е. вербальными средствами. Эта задача актуальна отнюдь не только в случае агрессивного поведения со стороны аутичного человека; уметь осознать, назвать и приемлемо выразить свои негативные эмоции сложно практически любому человеку с РАС.

Известная в разных странах методика, которая может в этой области дополнить метод беседы, – составление и обсуждение «социальных историй» (автор Carol Gray), много материалов о социальных историях можно найти в Интернете. Разработаны программы групповых занятий с высокофункциональными аутичными подростками, направленные на осознание ими своих негативных эмоциональных состояний (в первую очередь тревоги и гнева) и обучение их различным приемам саморегуляции (Tony Attwood) [10].

Аспект внутренней возрастной идентичности аутичного человека также требует внимательной проработки. Нередко взрослые по паспорту аутичные люди по-прежнему психологически ощущают себя отнюдь не взрослыми, а детьми: для них привычно выполнять все свои обычные дела под руководством близких, принимать их опеку, не участвовать в принятии важных решений о собственной жизни. Прекрасная тема для долгого разговора с аутичным человеком – что означает быть взрослым, чем отличаются друг от друга взрослые и дети, какими навыками должен обладать взрослый человек, что нужно делать, чтобы к тебе относились «по-взрослому» и т. п.

Хочется еще раз подчеркнуть, что *обсуждение любой из названных тем вполне может опираться на излюбленные и стереотипные темы и способы контакта аутичного человека*. Более того, если эти важные обсуждения совсем оторваны от аффективно значимых для него тем и интересов, то они с гораздо меньшей вероятностью отложатся в душе и меньше смогут повлиять на дальнейшее поведение.

Приведем пример с уже упомянутым подростком А. Регулярно повторяющееся воспоминание в его разговорах с ведущими Клуба – давнишняя ситуация отмены семейного путешествия на самолете (в силу изменившихся семейных обстоятельств близкие не смогли лететь, а его одного совершенно разумно не пустили). В течение длительного времени А. регулярно заводил разговор о том, что несовершеннолетние не имеют права лететь без взрослых. На основе этой узкой, стереотипной и очень эмоционально заряженной темы мы многократно обсуждали причины, по которым авиакомпании устанавливают такие правила, а отсюда возникала возможность с разных сторон обсудить разницу между ребенком и взрослым человеком.

При обсуждении с аутичным человеком социальных правил и внутренних переживаний необходимо затрагивать еще один аспект: *не все и не всегда выполняют правила*, несмотря на их разумность, полезность и важность. Эта тема чрезвычайно важна не только с точки зрения формирования психологических границ и достижения большей психологической зрелости, но и с точки зрения безопасности страдающих РАС. Дело в том, что среди них есть такие, кто готов при столкновении с нарушением каких-то общепринятых правил тут же наивно бросаться «восстанавливать справедливость», «призывать к ответу» нарушителя. Ясно, что подобное поведение нелепо и потенциально опасно (яркая иллюстрация – подросток, который с возмущением бросается защищать права детей, когда находящиеся рядом с ними взрослые курят).

Поэтому необходимо на доступном языке говорить с аутичным человеком и о том, что люди все разные, и частенько бывает, что те или иные правила кто-то не выполняет, а попытки «перевоспитать» чужого взрослого человека бесполезны и могут вызвать разве что гнев с его стороны; главное же – стараться самому выполнять общепринятые нормы, понимая их разумность и обоснованность.

Если говорить более широко, то проявления асоциального, шире, – неконвенционального («не так, как принято») поведения часто становятся для аутичного человека чрезвычайно аффектогенным, эмоционально заряженным моментом, действуя на него провоцирующе, захватив его непроизвольное внимание, а в дальнейшем подобные впечатления могут надолго оставаться в его сознании и многократно воспроизводиться как недифференцированное впечатление-штамп. Сталкиваясь с подобным явлением, психолог может инициировать диалог о том, «как мы бы себя повели в такой ситуации», «почему тот или иной человек так себя ведет», «как мы ему можем помочь, чтобы его успокоить» и т. д. Таким образом решается задача «размягчения» чрезмерно сильного впечатления, снятия с него аффективной напряженности. Диалог об этом – спокойный, трезвый, даже искусственно пресный – может сыграть позитивную роль, поскольку помогает аутичному человеку вырабатывать устойчивость к проявлениям асоциального (в частности, агрессивного) поведения, с которыми он может столкнуться.

При этом необходимо все время помнить, что способность перерабатывать аффективные впечатления у аутичных людей конституционально низка; поэтому по возможности нужно избегать лишних провоцирующих ситуаций как при построении линии психокоррекционной работы, так и в жизни вообще (это нужно учитывать при консультировании семьи).

В рамках данной статьи следует обозначить еще некоторые жизненные компетенции, работа над которыми может вестись через долгие, многократные обсуждения с аутичным человеком. Это чрезвычайно сложные для всех людей с РАС, независимо от их интеллектуального коэффициента и речевого развития, области: распознавание и противостояние психологической манипуляции, буллингу (травле – в детском коллективе или в виртуальном пространстве); умение сказать «нет». В силу упоминавшихся особенностей социального поведения аутичных людей – наивности, трудности понимания контекста, юмора, неписаных законов и скрытых оттенков социального взаимодействия – дети, подростки и взрослые с аутистическими расстройствами могут легко становиться жертвами психологической манипуляции¹.

Чтобы помочь аутичному человеку преодолеть такую виктимность, нужно не только отрабатывать те или иные социальные ситуации ролевыми методами, не только предъявлять ему специально составленные социальные истории или визуально представленные алгоритмические предписания, но и через беседу помогать ему четко формулировать свои собственные желания и предпочтения, больше дифференцировать свой собственный внутренний мир, быть заинтересованным в развитии своих отношений с разными людьми.

Кроме того, при ведении разговоров с аутичными людьми нужно учитывать еще одну типичную их особенность – значительные пробелы в представлениях об окружающем

¹ Переведена на русский язык и издана небольшим тиражом адресованная женщинам с высокофункциональным аутизмом книга, написанная англичанкой с синдромом Аспергера Робин Стюард [9]. Автор этого пособия объясняет разнообразные социальные ситуации и дает четко структурированные рекомендации относительно самого широкого круга социальных взаимодействий – от ситуативных, ролевых до интимных.

мире, недостаточность сведений о том, как устроена жизнь: скажем, как работает городское коммунальное хозяйство, как строят дома, какие правила дорожного движения существуют и т. п. Картина мира у людей с аутистическими расстройствами в силу специфического стиля переработки информации чаще всего очень фрагментарна, ей недостает целостности. Так что беседа, как правило, неизбежно включает в себя и познавательную-просветительскую составляющую: таким людям нужно неоднократно объяснять самые разные стороны жизни.

Фиксация впечатлений и событий жизни в письменном виде. Ведение дневника аутичным человеком также может помочь в осмыслении и своего внутреннего мира, и социальных отношений. Как и в беседе, в методе ведения дневника можно проследить преемственность с методами психокоррекционной работы с аутичными детьми в более ранние возрастные периоды: совместная со взрослым работа по фиксации и осмыслению жизненного опыта продолжает традицию смыслового комментирования происходящего, совместного рисования и организованных совместных воспоминаний взрослого и ребенка, которые широко используются в психокоррекционной практике с аутичными детьми [5].

Совместная со специалистом или с кем-то из близких проработка жизненных впечатлений аутичного человека упорядочивает, концептуализирует содержимое автобиографической памяти, помогает ему сохранить и развить самоидентичность. Если с маленькими детьми переработке подвергаются преимущественно текущие или по крайней мере недавние события, то начиная с подросткового возраста можно также прорабатывать события далекого или недавнего прошлого. С эмоциональной отдачей можно вспоминать летний отдых, любые поездки, походы в гости и т. д. – в общем, все, что несколько выбивается из череды рутинной повседневности. Благодатной темой для переработки являются воспоминания из детства – личные очарования, привязанности, страхи, конфликты с близкими. При совместной работе над дневником могут всплыть воспоминания о ссорах и конфликтах с родными, пугающие впечатления, отголоски психологических травм. Хорошо, если получается помочь аутичному человеку сравнить «себя-нынешнего» и «себя-маленького»: такое сравнение нередко переживается выросшими аутичными детьми как удивительное открытие, особенно если помочь им поразмышлять на тему «что во мне осталось таким же, а что изменилось».

В дневниковой работе с аутичными людьми, однако, кроется потенциальная опасность. Эта деятельность может легко стереотипизироваться и выхолоститься, а ее развивающее значение может значительно ослабнуть без специальной помощи взрослого: дневник аутичного человека может превратиться в добросовестное, однообразное перечисление событий, лишенное не только попыток рефлексии, но даже любых эмоциональных оценок. Для того чтобы этого не произошло, нужно стимулировать включение в дневниковые записи оценочных слов, собственных предпочтений, сравнения впечатлений разных людей от одних и тех же событий, взгляда на них с разных сторон.

Занимаясь с аутичным человеком дневниковой работой, необходимо помнить о конфиденциальности и не показывать без разрешения совместно созданные тексты кому бы то ни было, в том числе членам его семьи.

Совместная проработка художественных текстов. Работа с художественными текстами (в основном это художественная литература и кино) также обладает большим потенциалом для эмоционально-личностного развития аутичных людей.

Для большинства страдающих аутизмом подростков и юношей характерны значительные затруднения в целостном и глубоком понимании художественных текстов, связанные с нарушениями как в познавательной, так и в эмоционально-личностной сферах. В частности, трудно удерживать в памяти и ориентироваться в длительном, имеющем множество поворотов сюжете; трудно помнить имена, характеры и действия каждого из

персонажей, особенно если произведение объемное; трудно дифференцировать существенную и несущественную для определенной темы информацию, читать выборочно, найти нужное место и нужную информацию – трудно все то, что называется «работать с текстом». Ограничены также возможности сопереживания персонажам, понимания их эмоций и мотивации их поступков, тонких оттенков социально-психологических отношений, а также восприятие смешного. Можно предположить, что в связи с нарушением формирования модели психического психологический механизм идентификации, сопереживания персонажам также формируется с трудом.

Для преодоления этих трудностей совместная работа с книгой должна быть долгой и неторопливой. Строиться она может по-разному: возможно и совместное чтение книги на занятиях, и построение диалога на основе самостоятельно прочитанного текста. Людям с аутизмом, конечно, полезно участвовать и в театральной деятельности, связанной с подготовкой постановок по художественным книгам; простейшая же и самая доступная форма театрализации – это чтение по ролям.

Главным условием продуктивного, по-настоящему развивающего чтения можно назвать *целенаправленное связывание воспринимаемого сюжета и переживаний героев с личным опытом, личными переживаниями и отношениями аутичного человека*. Очень важно свободное обсуждение действий и переживаний героев, причем взрослый может побуждать и помогать собеседнику формулировать свое мнение и одновременно не отказываться от высказывания собственного мнения тоже. «Пройденную» книгу необходимо вспоминать и позднее, по окончании работы над ней – по разным поводам, в разных контекстах.

Что касается подбора литературы для работы, то он зависит от разных переменных, прежде всего – от актуальных возможностей подростка (молодого человека) в понимании текстов. Изучаемая книга не должна быть чрезмерно сложной, но не должна быть и слишком примитивной для данного читателя. Стоит отметить, что, судя по высказываниям родителей аутичных школьников, именно литература чаще всего оказывается для них одним из наиболее трудных предметов, и изучаемые в школьном курсе книги по-настоящему не осмысливаются и не переживаются эмоционально. Действительно, романы русских классиков – объемные и чрезвычайно сложные по тематике и характерам – для подавляющего большинства аутичных людей оказываются непосильно сложными, по крайней мере в подростковые годы. Оптимальным, по-видимому, является такой уровень сложности книги, который находится чуть-чуть выше нынешних способностей подростка к восприятию художественного текста. Именно в этом случае при совместной со взрослым работе с текстом в полной мере может быть реализован потенциал ближайшего развития. Для продуктивной работы необходимо, чтобы «разбираемая» книга была хорошо известна и по возможности вызывала интерес у самого специалиста или близкого, ведущего эту работу.

Кроме того, для того чтобы совместная с аутичным человеком работа с книгой была развивающей, нужно выбирать произведения, которые наполнены психологизмом, соотносятся с морально-нравственными проблемами, содержат внутреннюю борьбу мотивов персонажей и не содержат пугающих, агрессивных, гипертрофированно ужасных образов. Подбирать книги для совместной проработки можно из широкого пласта прекрасной отечественной и зарубежной литературы для детей и подростков. Разумно использовать в психокоррекционных целях произведения, пусть вроде бы рассчитанные на более младший возраст, но извлекать из них при этом больше смысла и душевного опыта, чем ориентироваться на то, что соответствует паспортному возрасту аутичного человека.

На тех же основаниях, что и работа с книгой, выстраивается проработка кинофильмов, мультипликационных фильмов, диафильмов и т. д. Преимущество этого

материала очевидно: оно состоит в «зрительной поддержке», значительно облегчающей задачу фиксации и длительного удерживания внимания на содержании воспринимаемого. Считается, что аутичные дети и взрослые в подавляющем большинстве – «визуалы», им легче воспринимать зрительно предъявляемую информацию². Но при этом не следует забывать, что именно литература, по сравнению со «зрительным» искусством, несет в себе наибольший потенциал развития воображения.

Выводы

Психологическое сопровождение, два направления которого были обрисованы выше, очень желательно для страдающих РАС в школьные годы. Новый образовательный стандарт, который становится основой для работы российских школ, предусматривает при необходимости возможность индивидуального сопровождения (тьютора) аутичного ученика и проведение психокоррекционных занятий с аутичным учеником в младшей школе. Но профессиональный опыт психологов и педагогов, сталкивающихся с практикой инклюзии, говорит о том, что подобная помощь (как уже было отмечено выше) оказывается очень нужна и в дальнейшем [3]. От наличия и качества подобной поддержки во многом зависит адаптация аутичного ученика в школе, а в дальнейшем – тот уровень социализации и самостоятельности, который будет достигнут.

В литературе уже неоднократно отмечалась опасность неподготовленной инклюзии детей с аутистическими расстройствами в массовую школу. Введение нового образовательного стандарта в масштабах нашей страны, курс на инклюзивное обучение большинства детей с ОВЗ остро ставят *вопрос о наличии квалифицированной психологической службы в школах, о повышении квалификации педагогов общеобразовательных школ*, которые неизбежно столкнутся в своей работе с этим сложным нарушением психического развития. Кроме того, по-прежнему остро стоит вопрос о профессионализации молодых людей с РАС, об их подготовке к трудовой деятельности и о создании системы поддерживаемого трудоустройства.

Наконец, необходимо отметить, что профессиональные знания об аутистических расстройствах и навыки, полученные при взаимодействии с аутичными детьми, станут важным профессиональным багажом для любого специалиста в области образования и несомненно пригодятся в работе с самыми разными категориями детей – как с ограниченными возможностями, так и с нормативным развитием.

Нельзя не отметить, что за последние 10–15 лет в нашей стране значительно возросли и интерес к проблеме адаптации людей с аутистическими расстройствами, и готовность государства и общества помогать семьям с особыми детьми и взрослыми (достаточно вспомнить создание и разностороннюю деятельность Федерального ресурсного центра по аутизму, функционирующего в тесном сотрудничестве с МГППУ). В то же время помощь для аутичного ребенка или взрослого по-прежнему можно найти только в крупных городах; проблема подготовки квалифицированных кадров, создания организационных условий для поддержания обсуждавшейся в этой статье развивающей среды и для психологического сопровождения людей с аутистическими расстройствами по-прежнему весьма актуальна.

² Достаточно вспомнить английское название книги аутичной американки Темпл Грэндин – «Thinking in Pictures» («Мышление в картинках»).

Литература

1. Грэндин Т., Скариано М. Отворяя двери надежды. Мой опыт преодоления аутизма. М.: Центр лечебной педагогики, 1999. 228 с.
2. Костин И.А. Организация неформального общения подростков и взрослых с последствиями детского аутизма [Электронный ресурс] // Альманах Института коррекционной педагогики. 2015. № 23. URL: <http://alldef.ru/ru/articles/almanah-23/organizacziya-neformalnogo-obshheniya-podrostkov-i-vzroslyix-s-posledstviyami-detskogo-autizma> (дата обращения: 30.05.2016).
3. Никольская О.С. Специальный федеральный государственный стандарт начального образования детей с нарушениями аутистического спектра [Электронный ресурс] // Альманах Института коррекционной педагогики. 2010. № 14. URL: <http://alldef.ru/ru/articles/almanah-14/specialnyj-federalnyj-gosudarstvennyj-standart-nachalnogo> (дата обращения: 30.05.2016).
4. Никольская О.С., Баенская Е.Р. Коррекция детского аутизма как нарушения развития: содержание подхода [Электронный ресурс] // Альманах Института коррекционной педагогики. 2014. № 19. URL: <http://alldef.ru/ru/articles/almanah-19/korrekcija-detskogo-autizma-kak-narusheniya> (дата обращения: 30.05.2016).
5. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок: пути помощи: 1-е изд. М.: Теревинф, 1997. 342 с.
6. Розенблюм С.А., Мойсеева М.В. Обучение детей с расстройствами аутистического спектра в школе с углубленным изучением ряда предметов и гимназии (общие подходы и практический опыт) // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. 2010. № 5. С. 29–35.
7. Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого школьника. М.: Просвещение, 1970. 198 с.
8. Сакс О. Антрополог на Марсе. М.: АСТ, 2015. 384 с.
9. Стюард Р. Независимость и безопасность: руководство для женщин, имеющих расстройства аутистического спектра. М.: Наш Солнечный Мир, 2016. 376 с.
10. Attwood T. Exploring Feelings: Cognitive Behavior Therapy to Manage Anxiety. Arlington, TX: Future Horizons Inc., 2004. 85 p.

Supporting Persons with Autism Disorders Entering Adulthood

Kostin I.A.,

PhD (Psychology), Research Associate, Institute of special education, Moscow, Russia, kostin@ikp.email.

The article affirms the desirability of a long-time psychocorrectional support of individuals with autism spectrum disorders (ASD) and their families, including in adulthood. The term developing social environment for an adult autistic individual is uncovered. Two important areas of psychological correction of ASD starting from younger adolescence are identified. These are: 1. teaching of skills of appropriate social behavior and 2. increase of understanding himself and the world of people and their relationships by autistic individual. The specifics of each of these areas of work and the methods used in each of them are briefly described. In particular, forming social

skills has "good habits" and social roles developing as a base. The author supposes psychological support shouldn't be equaled exclusively to the development of social skills which individual needs.

Keywords: psychological support, habits, social roles, understanding of relations, ways of affection expression.

References

1. Grandin T., Skariano M. *Otvoryaya dveri nadezhdy. Moi opyt preodoleniya autizma* [Opening the door of hope. My experience of coping with autism]. Moscow: Centr lechebnoj pedagogiki, 1999. 228 p.
2. Kostin I.A. Organizaciya neformal'nogo obshheniya podrostkov i vzroslyh s posledstviyami detskogo autizma [Elektronnyi resurs] [Organization of informal communication among autistic adolescences and adults]. *Al'manah Instituta korrekcionnoi pedagogiki* [Almanac of the Institute of special education], 2015, no. 23. Available at: URL: <http://alldef.ru/ru/articles/almanah-23/organizacziya-neformalnogo-obshheniya-podrostkov-i-vzroslyix-s-posledstviyami-detskogo-autizma> (Assessed: 30.05.2016).
3. Nikol'skaya O.S. Special'nyi federal'nyi gosudarstvennyi standart nachal'nogo obrazovaniya detei s narusheniyami autisticheskogo spektra [Elektronnyj resurs] [Special federal state standard of primary school education for ASD children]. *Al'manah Instituta korrekcionnoi pedagogiki* . [Almanac of the Institute of special education], 2010, no. 14. Available at: URL: <http://alldef.ru/ru/articles/almanah-14/specialnyj-federalnyj-gosudarstvennyj-standart-nachalnogo> (Assessed: 30.05.2016).
4. Nikol'skaya O.S., Baenskaya E.R. Korrekciya detskogo autizma kak narusheniya razvitiya: sodержanie podhoda [Elektronnyj resurs] [Childhood autism correction as a developmental disorder: content of the approach]. *Al'manah Instituta korrekcionnoi pedagogiki*. [Almanac of the Institute of special education], 2014, no. 19. Available at: URL: <http://alldef.ru/ru/articles/almanah-19/korrekciya-detskogo-autizma-kak-narusheniya> (Assessed: 30.05.2016).
5. Nikol'skaya O.S., Baenskaya E.R., Libling M.M. *Autichniy rebenok: puti pomoshhi* [Autistic child: ways of aid]. Moscow: Terevinf, 1997 (1st ed.). 342 p.
6. Rozenblum S.A., Moiseeva M.V. Obuchenie detei s rasstrojstvami autisticheskogo spektra v shkole s uglublennym izucheniem rjada predmetov i gimnazii (obshhie podhody i prakticheskii opyt). [Teaching children with ASD at a school with enhanced studying of some subjects: general approaches and practical experience]. *Vospitanie i obuchenie detei s narusheniyami razvitiya* [Upbringing and teaching children with developmental disorders], 2010, no. 5, pp. 29 – 35. (In Russ.)
7. Rubinshtein S.Ya. *Psikhologiya umstvenno otstalogo shkol'nika* [Psychology of an intellectually delayed pupil]. Moscow: Prosveshhenie, 1970. 198 p.
8. Sacks O. *Antropolog na Marse* [An anthropologist on Mars]. Moscow: AST, 2015. 384 p.
9. Stuard R. *Nezavisimost' i bezopasnost': rukovodstvo dlya zhenshhin, imejushih rasstroistva autisticheskogo spektra* [Independence and safe: a manual for ASD women]. Moscow: «Nash Solnechnyj Mir», 2016. 376 p.
10. Attwood, T. *Exploring feelings: cognitive behavior therapy to manage anxiety*. Arlington, TX: Future Horizons Inc., 2004.