

УДК [376:159.942.52]-056.36

ФОБИИ И СТРАХИ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

А.С. Калачёва

Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка (Минск)

Научный руководитель – Н.В. Чурило, канд. психол. наук, доцент

Аннотация. В статье рассматривается проблема фобий и страхов у детей с расстройствами аутистического спектра, подчеркивается актуальность данной проблемы, анализируются причины и механизмы возникновения страхов у детей с расстройствами аутистического спектра, рассматриваются проявления типичных страхов детей с расстройствами аутистического спектра, а также наиболее распространенных страхов и фобий у детей с аутизмом. Делается вывод о важности коррекционной работы с детскими эмоциональными состояниями и необходимости разработки индивидуализированных программ поддержки для детей с расстройствами аутистического спектра.

Ключевые слова: фобии; страхи; дети с расстройствами аутистического спектра.

PHOBIAS AND FEARS IN CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS

A. Kalachova

Abstract. The article examines the problem of phobias and fears in children with autism spectrum disorders, emphasizes the relevance of this problem, analyzes the causes and mechanisms of fears in children with autism spectrum disorders, examines the manifestations of typical fears of children with autism spectrum disorders, as well as the most common fears and phobias in children with autism. The conclusion is drawn about the importance of corrective work with children's emotional states and the need to develop individualized support programs for children with autism spectrum disorders.

Keywords: phobias; fears; children with autism spectrum disorders.

Проблема фобий и страхов детей с расстройствами аутистического спектра (далее – РАС) является крайне актуальной темой для современной науки и практики, так как затрагивает вопросы, связанные с качеством жизни ребенка с РАС и его функционирования в социальном пространстве. Понимание причин, условий возникновения и проявлений тревожности и страхов у ребенка, по мнению исследователей, напрямую связано с управлением поведением, коррекцией агрессии и самоагрессии, формированием коммуникативных навыков ребенка с РАС [1; 2; 4].

Высокая тревожность и множественные страхи являются серьезной причиной, препятствующей активному освоению предметного и социального мира, развитию познавательного интереса и активному общению ребенка со сверстниками. Дети, страдающие от страхов и фобий, могут отказываться от определенных видов активности или ситуаций, что в свою очередь затрудняет их социальное взаимодействие и развитие навыков общения. Выявление страхов и фобий у детей с РАС, анализ причин и факторов их возникновения, изучение механизмов влияния на познавательное и эмоциональное развитие ребенка позволит специалистам определить актуальные и эффективные коррекционные стратегии, направленные на преодоление тревожных проявлений у ребенка с РАС, что, в свою очередь, значительно улучшает адаптационный потенциал ребенка и содействует его социализации.

Анализ проблемы детских страхов и тревожности следует начать с определения данных понятий. Тревожность в научной литературе рассматривается как черта личности, которая проявляется в возникающем чувстве волнения, переживания, беспокойства в какой-то ситуации или в связи с каким-то объектом. Тревожность может быть просто индивидуальной особенностью личности, вариантом нормы, признаком органического или функционального нарушения в организме [3; 4]. Страх, исследователи трактуют как процесс, окрашенный яркими эмоциональными переживаниями, основная функция которого — оградить нас от опасных факторов. Под фобией понимается патологическая разновидность страха, приобретающая ярко выраженное болезненное состояние для человека [3; 4].

Таким образом, не всегда переживание страха влияет на жизнь человека, заставляя его отказаться от радостей жизни, ограничивать себя во всем, защищаться нерациональными поступками и действиями, а часто выступает в качестве охранительного фактора. Фобии, как навязчивые мысли о ее источнике и предмете, управляют мыслями и поступками человека, навязывая ему неадекватные и неадаптивные модели поведения.

Особенности эмоциональной сферы у детей с РАС, во многом, связаны с гиперчувствительностью ребенка к различным сенсорным стимулам. Если активность, которую ребенок направляет на познание окружающего мира, недостаточна, он может начать концентрироваться на определенных впечатлениях различных модальностей: тактильных, слуховых, зрительных. Особенности эмоциональной сферы детей с расстройствами аутистического спектра обуславливают их высокое эмоциональное напряжение и хроническое тревожное состояние, что способствует формированию множественных и разнообразных страхов и фобий [2; 3; 4].

Как реакция на пугающую ситуацию или явление, страхи могут сформироваться у ребенка с РАС вследствие резкого изменения окружающей среды или в контексте детских фантазий, которые выражаются в качестве стремления аутичного ребенка убежать от реального, пугающего мира, сильных раздражителей, в свой внутренний, спокойный и предсказуемый, мир [2].

Другой причиной возникновения страхов и фобий у ребенка с РАС может быть недостаток социального опыта и переноса учебных ситуаций в жизнь. Из-за сложности в общении и отсутствия навыков социального взаимодействия, дети с аутизмом могут сталкиваться с ситуациями, которые вызывают у них тревогу, и при этом не способны адекватно их интерпретировать, вербализировать и обсудить с другими людьми или родителями [1; 2].

В формировании тревожности и страхов у ребенка с РАС огромную роль играют эмоциональная поддержка в семье, детско-родительские отношения и семейный стиль воспитания. Если в семье существует эмоциональное напряжение или ребенок часто сталкивается с негативными эмоциями со стороны родителей, это может способствовать развитию страхов [3].

При разных вариантах расстройств аутистического спектра у детей по-разному проявляется проблема тревожности и страхов. У некоторых детей страхи могут иметь вполне реальное основание, страхи других детей могут относиться к чему-то, на взгляд взрослого человека, совершенно непонятному или бессмысленному. Некоторые страхи у ребенка появляются с самого рождения и остаются на протяжении всей жизни, в то время как другие возникают резко и на непродолжительный период времени [1; 2].

Многие дети с расстройствами аутистического спектра могут испытывать страх перед громкими звуками, такими как громкая музыка, фейерверки или даже обычные звуки, как смех или разговоры, поэтому они часто боятся скопления людей и шумных мест. По мнению исследователей, это может быть связано с гиперчувствительностью, которая часто наблюдается у детей с аутизмом. Громкие и неожиданные звуки могут вызывать у них сильный стресс и иногда приводят к паническим атакам. В результате, ребенку трудно находиться в детском коллективе, сосредоточиться во время занятий, а в случае сенсорной перезагрузки возникают стереотипии, агрессия или самоагрессия [3; 4].

При выполнении различных социальных сценариев у ребенка с РАС может возникать социальная тревожность, обусловленная не только сложностью взаимодействия, но и страхом быть непонятыми, стать объектом насмешек. Социальный страх также может быть связан с трудностями в восприятии социальных сигналов и невербальной коммуникации. Последствием переживаний ребенка является избегание ситуаций, которые могут привести к социальному взаимодействию [1; 4].

Один из наиболее распространенных видов страхов, которые есть у детей с РАС – это боязнь нового. Они очень бурно реагируют даже на самые незначительные изменения. В самом крайнем выражении, неофобия может проявляться в различных формах и затрагивать разные аспекты жизни: маршрут, по которому ребенок передвигается, распорядок дня, окружающие люди и предметы, одежда, которую он носит, рацион питания, а также нарушение его ритуалов. Дети с РАС склонны к предсказуемости и стабильности. Изменения в привычной среде могут вызывать у них чувство тревоги и дискомфорта. Например, перевозка в новое место, смена образовательной программы или даже изменение маршрута до детского сада могут стать источником стресса. Неофобия может проявляться

в усиленной реакции ребенка на такие изменения, а также в поведении, которое включает в себя избегание новых ситуаций или предметов. Ребенок может отказываться пробовать новую еду, участвовать в новых играх или взаимодействовать с незнакомыми людьми [2; 4].

Как следствие, ребенок с РАС может испытывать выраженные затруднения в процессе адаптации к новым условиям, застревать в своих старых привычках и ритуалах, что еще больше усугубляет его страх перед изменениями. Ритуализация как способ справиться со страхом может включать постоянное повторение одного и того же действия или игры – это создает у ребенка ощущение безопасности и предсказуемости.

Многие дети с аутизмом могут иметь специфические фобии. Например, боязнь животных, темноты, высоты или определенных текстур это может быть значимой проблемой. Эти фобии могут обостряться в ситуациях, когда ребенок не может контролировать свое окружение или когда он чувствует угрозу, например, она может проявиться при встрече с крупными животными или в темных помещениях [1; 2; 3].

В жизни ребенка с РАС могут присутствовать ряд страхов, которые иногда производят впечатление нелепых и беспричинных. Например, ребенок может испугаться собственной босой ножки, высунувшейся из-под одеяла, раскрывшегося зонтика или дырки на колготках. Эти страхи становятся более понятными, если вспомнить, насколько аутичный ребенок может быть чувствителен к нарушению завершенной формы. К стимулам определенных модальностей такой ребенок может быть особо чувствителен, и, тогда выраженный страх может связываться с определенным насыщенным цветом (рыжих волос, красных ягод) или определенным тактильным раздражителем (прикосновение к голове, капля сока или воды на коже) [3].

Работа с эмоциональным состоянием ребенка с РАС, выявление триггеров страхов и фобий, работа по их снижению тревожности и улучшению психоэмоционального состояния ребенка является важной задачей для специалистов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение ребенка. Важной особенностью переживаний страхов и фобий у детей с РАС является тот факт, что они, как правило, не могут вербализировать свои страхи или объяснять их, что вторично может привести к фрустрации и агрессии ребенка, а весьма затрудняет работу специалистов и осложняет жизнь родителей.

Таким образом, проблема изучения и коррекции страхов и фобий у детей с РАС имеет ключевое значение для улучшения качества жизни и социального функционирования детей с аутизмом и их родителей. Анализ страхов и фобий детей с расстройствами аутистического спектра открывает широкие возможности для разработки эффективных стратегий поддержки и коррекции, позволяет выявить специфические участки в жизни ребенка, которые вызывают наиболее сильные эмоциональные реакции, что способствует предотвращению избегательных или селективных моделей поведения, ограничивающих участие ребенка в социальных взаимодействиях. Распознавание страхов и фобий у детей с РАС позволяет избежать вторичных осложнений, связанных с социальной

изоляция ребенка, снижением самооценки, а также сформировать подкрепляющую и безопасную среду для ребенка.

Список использованных источников:

1. Богдашина, О. П. Сенсорно-перцептивные проблемы при аутизме : учеб. пособие / под науч. ред. Е. А. Черенёвой / Красноярский гос. пед. ун-т. – Красноярск, КГПУ, 2014. – 37с.
2. Коэн, Ш. Жизнь с аутизмом? : психол.-пед. рекомендации по взаимодействию и работе с детьми с аутизмом : пер. с англ. / Ш. Коэн. – М. : Ин-т общегуманитар. исслед., 2008. – 238 с.
3. Никольская, О. С. Аутичный ребенок: пути помощи / О. С. Никольская, Е. Р. Баенская, М. М. Либлинг. – М. : Теревинф, 2014. – 286 с.
4. Рудик, О. С. Коррекционная работа с аутичным ребенком : метод. пособие / О. С. Рудик. – М. : Владос, 2021. – 189 с.