Альманах №18 "Детский аутизм: пути понимания и помощи"

**Страхи у детей с аутизмом. Часть 1.**

[Е.Р. Баенская](https://alldef.ru/ru/avtory/?tag=%D0%95.%D0%A0.+%D0%91%D0%B0%D0%B5%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F&key=tags) ФГНУ «Институт коррекционной педагогики» Российской академии образования, Москва

[И.Е. Гусева](https://alldef.ru/ru/avtory/?tag=%D0%98.%D0%95.+%D0%93%D1%83%D1%81%D0%B5%D0%B2%D0%B0&key=tags) ФГНУ «Институт коррекционной педагогики» Российской академии образования, Москва

Легко возникающие страхи и повышенная тревожность, затрудняющие активное взаимодействие ребенка с окружающим миром, характерны для многих нарушений психического развития. Проблема страхов является одной из наиболее выраженных поведенческих проблем и у детей с аутистическим развитием, при котором исходно отмечается особая чувствительность ребенка по отношению к ряду сенсорных воздействий окружающего мира и крайняя невыносливость, пассивность в эмоциональном контакте с близкими.

Проблема страхов по-разному проявляется при разных вариантах аутистического дизонтогенеза. Это может быть и полное отсутствие чувства реальной опасности и чрезмерная осторожность; постоянная тревожность и фиксация отдельных страхов; паническая реакция на пугающий объект или ситуацию и особое влечение к «страшному». Рассмотрим подробнее некоторые из этих характерных проявлений и постараемся понять, в чем состоит их основное отличие от обычных детских страхов.

Появление страхов у маленького ребенка естественно и закономерно. Первые страхи возникают уже в младенческом возрасте и своевременность их выраженности, также как и затем ослабления, являются определенными показателями благополучия аффективного развития. Среди них, например, страх быстро надвигающегося объекта, резкого изменения положения тела, «обрыва» в пространстве, интенсивности звука, «чужого лица». Эти страхи адаптивно значимы, они свидетельствуют о том, что у ребенка выражено чувство самосохранения. В районе года, когда ребенок начинает самостоятельно передвигаться и попадает в «плен» динамических сенсорных впечатлений, он временно теряет чувство опасности. Но это очень непродолжительный период. На смену ему закономерно приходит время тщательного освоения пространства, которое происходит в течение раннего возраста.

С одной стороны, ребенок начинает определять безопасные места и это доставляет ему массу удовольствия, порождает целый период любимых игр, связанных с обнаружением укрытий, с залезанием в «норку»: под стол, в коробку, под куст, под горку на детской площадке. Именно в это время он начинает по-настоящему прятаться в укромных уголках квартиры и чувствовать там себя очень уютно. Вместе с тем малыш теперь становится более осторожным: появляется опасение высоты, неустойчивости. Если раньше, в возрасте около года, он бесстрашно карабкался на горку, то теперь осторожничает, не отпускает мамину руку или не решается съехать; на прогулке, убегая от мамы, обязательно оборачивается или многократно возвращается к ней.

После временной утраты чувства опасности формируются его собственные аффективные метки опасных мест и ситуаций, складывающиеся не только в результате реального опыта и под воздействием эмоциональных предостережений мамы, но из-за вновь проявляющейся в это время чуткости к этологическим знакам опасности. Он начинает им пунктуально следовать и вовлекать в это близких, указывая на обрыв ступеньки, неровность на дороге, трещину на асфальте, проверяет устойчивость стула, не желает входить в темное помещение или лифт, крепко держится за мамину руку около проезжей дороги или рычащей собаки. Часто он начинает ощущать опасность даже там, где взрослый ее не видит. Например, как угроза может ощущаться любая дырка, нарушение целостности предмета (отверстие в раковине, куда уходит вода, вентиляционная решетка, сдувшийся на глазах воздушный шарик и т.д.).

Понятно, что в это время дети бывают так восприимчивы в улавливании неправильности лица, диспропорции фигуры случайного прохожего, теперь малыш может испугаться карнавальной маски, клоуна, старого лица. Страхи фиксируются; именно в середине раннего возраста впервые появляются страшные сны, о которых узнают родители.

Важнейшим способом организации впечатлений ребенка, как и на более ранних этапах развития, является эмоциональная оценка близкого взрослого. Однако теперь, пытаясь успокоить малыша, взрослый все чаще сталкивается с тем, что его прежние возможности «эмоционального заражения» не всегда достаточно эффективны в устранении тревоги, опасений и временами утрированной осторожности малыша. Близким трудно теперь просто успокоить ребенка, сняв его испуг своей непосредственной положительной эмоциональной оценкой происходящего, как это было раньше, неприятное переживание остается для ребенка индивидуально значимым.

Помощь происходит, прежде всего, за счет введения пугающего впечатления в целостный контекст разработанного жизненного уклада, где оно десенсибилизируется не только эмоциональной оценкой взрослого, но и обилием положительных переживаний порядка, привычных удовольствий, уюта, достижений ребенка, а также особых впечатлений дозированного веселого риска. Постепенно ребенок становится способным вместе со взрослым пережить отдельное тревожащее его или дискомфортное впечатление, проговаривая происходящее, помечая его, отграничивая от себя и, тем самым, подтверждая свою защищенность: «бабушка ста-а-ренькая», «у дяди ножка больная», «сейчас вся грязная водичка убежит». Введенные в более широкий смысловой контекст, эти впечатления перестают быть остро пугающими.

Ребенок стремится утвердить и закрепить переживание собственной безопасности, именно поэтому с такой готовностью он откликается на утешения мамы в ситуациях, когда сам падает или ударяется («Чуть не упал», «Подули – все прошло»). Таким образом, с помощью взрослого складываются привычные ритуалы защиты от угрожающих неприятностей, оформляющиеся как в определенных стереотипных действиях (подуть, потрогать пальчиком, если опасается, что горячо), так, что особенно важно – в словесных формулировках, которые начинают приобретать «магический» характер. Показательно, что ребенок их использует не только в реально неприятных или тревожных ситуациях, но и «тренирует» в игре.

Другим культурным способом организации впечатлений ребенка и, в том числе пугающих, в это время являются детские книги, первые сказки. Переживая вместе со взрослым непродолжительные моменты остроты, приключения и обязательной победы над опасностью, малыш получает определенную закалку, опыт устойчивости к страху. Уже в младенческом возрасте взрослый начинал тренировать его на преодоление физического барьера, теперь - на преодоление внутренних страхов. Это тем более актуально, что по мере фиксации неприятного и пугающего, у малыша в районе двух лет впервые могут возникать и реальные страхи (собак, глубины, высоты, темноты, машин, врачей, страх потеряться и др.) и пугающие сновидения.

В благополучных условиях, несмотря на отдельные страхи, которые переживает в большей или меньшей степени каждый ребенок, любовь и поддержка близких, подтверждение ими его достижений, соответствия их ожиданиям позволяет ему в этот возрастной период чувствовать себя надежно, уверенно и быть достаточно активным в самостоятельном освоении окружающего мира. При аутистическом развитии наблюдаются иные тенденции.

В случаях наиболее тяжелого раннего нарушения взаимодействия с окружением (первая группа РДА по классификации О.С.Никольской), создается впечатление отсутствия страха там, где он должен был бы возникать. Практически во всех историях развития таких детей присутствуют свидетельства родителей об отсутствии у ребенка страха высоты, глубины, темноты; о невыраженности реакции на боль; о не возникающем в связи с нарушением формирования привязанности «страха чужого», а затем – страха потеряться (малыш может убежать, не оглядываясь, от родителей на прогулке) и т.д. Дефицитарность чувства самосохранения ярко проявляется у детей с наиболее глубоким аутизмом не только в тот период (в районе года), когда и благополучно развивающийся ребенок, попадая под власть силовых воздействий окружающего сенсорного поля (К.Левин ), временно теряет «чувство края», чуткость к этологическим знакам опасности, становится крайне неосторожным. «Полевое поведение» остается основной формой активности таких детей и в более старшем возрасте.

Отсутствие ощущения реальной опасности может наблюдается и у детей с менее глубоким аутизмом (третья группа РДА). Но в этом случае недостаточность развития чувства самосохранения связана не с захваченностью малыша динамическими «полевыми» впечатлениями, а с ранним появлением избирательных влечений, стремление к получению которых может сопровождаться опрометчивыми действиями. Причем особенно привлекательным для ребенка становится неизбежная яркая негативная реакция близких. Склонность к подобным действиям (а затем их вербальному аналогу – проговариванию пугающих впечатлений и возможных опасных ситуаций) закрепляются в аффективном опыте ребенка как один из основных способов его аутостимуляции.

У детей второй группы отмечается противоположная тенденция в развитии чувства самосохранения. На первый план выходит сверхчувствительность, особенно заметными становятся чрезмерная осторожность и брезгливость: ребенок не хочет вылезать из коляски, не решается наступить на снег, не пытается копаться в песке и залезать в лужи, как большинство его сверстников; может бояться неожиданных «обрывов» в пространстве ступенькой лестницы и отверстием люка. Прежде всего, здесь как угроза существованию воспринимается любое изменение привычной обстановки. Генерализованный страх могут вызывать перемена места жительства, переезд на дачу и обратно, выход мамы на работу, помещение в ясли и другие события, неизбежно происходящие в жизни каждого малыша. Под их влиянием у аутичного ребенка может нарушаться сон, теряться приобретенные к этому времени навыки, наблюдаться регресс речи, усиление аутостимуляционной активности и появление самоагрессии. Заметно разлаживать его поведение могут и более «несерьезные» изменения – например, перестановка мебели в комнате или приход гостей в дом.

Такой ребенок особенно остро реагирует на маркеры реальной опасности. Основная проблема заключается в том, что его крайняя чуткость к ряду негативных этологических знаков (например, резкому приближению объекта, ограничению движения) не коррегируется эмоциональным смыслом ситуации, как это происходит в норме. Поэтому такой малыш может пугаться резкого приближения даже маминого лица, объятия близкого человека.1

Вместе с тем, такая же выраженная реакция может провоцироваться и раздражителями, вызывающими дискомфорт (например, ребенок замирает и надолго пугается, когда ему надевают свитер через голову или шапку; не может вынести дырки на колготах; не дает подстричь себе волосы; проявляет чрезмерную брезгливость). Создается впечатление, что у таких детей не только снижены пороги в восприятии отдельных признаков этологической угрозы, но и размыты границы между неприятным ощущением и страхом. Можно представить себе, насколько в таких условиях бывают тяжелы обычные процедуры ухода за маленьким ребенком. В большинстве случаев наблюдаемых нами детей с подобным вариантом развития с раннего возраста (до двух лет) возникали и прочно фиксировались страхи горшка, мытья головы, стрижки ногтей, волос.

Очевидно, что у таких детей наблюдается не просто усиленное чувство реальной опасности, развитие которого предполагает аффективную ориентировку в ситуации, возможность прогнозирования последствий своих действий и активности окружающих, а обостренная избирательная чувствительность к впечатлениям, которые могут представлять объективную угрозу для существования, а могут быть и достаточно безобидны. К стимулам определенных модальностей такой ребенок может быть особо сензитивен, и тогда выраженный страх может вызывать насыщенный цвет (черных волос, красных ягод), умеренный тактильный раздражитель (прикосновение к голове, капля сока или воды на коже). Ряд страхов, которые иногда производят впечатление нелепых, беспричинных (например, собственной босой ножки, высунувшейся из-под одеяла, раскрывшегося зонтика или дырки на колготках), становятся более понятными, если вспомнить, насколько аутичный ребенок может быть чувствителен к нарушению завершенной формы.

При этом постоянная напряженность (в том числе и моторная), ограниченность собственной ориентировки в пространстве, связанная, прежде всего, со страхами, делают такого ребенка реально уязвимым в контактах со средой – он не замечает, что у него под ногами, натыкается на углы и т.д. Характерна явно дезадаптивная особенность его реагирования на неудобство, боль – возникает тяжелая самоагрессия, с помощью которой малыш заглушает травматические переживания; он обычно не может пожаловаться, не может принять помощь жалеющего близкого.

Наряду с мощными двигательными стереотипиями, которые являются наиболее примитивным способом «заглушения» ощущения опасности, ребенок с подобным вариантом аутизма в дальнейшем может прибегать и к более сложной форме аутостимуляции – навязчивому переспрашиванию взрослого об одном и том же, требуя моментального и обязательно одинакового ответа. Очевидно, что и эта тенденция тоже не может быть продуктивной для реальной адаптации.

У детей с наиболее легким вариантом аутистического дизонтогенеза (четвертая группа), помимо отмечаемой чуткости к знакам этологической угрозы (страх неожиданного громкого звука - урчания труб, стука отбойного молотка, грохота лифта, лая собаки, громкого голоса; высоты, глубины, резкого движения по направлению к себе, неустойчивости и т.д.), наблюдается склонность к заражению маминым опасением, выраженная боязнь не успешности. Надо сказать, что в значительной степени характерная тревожность близких ребенка бывает обоснована (малыш неловок, невнимателен, пуглив). Поэтому в его поведении закрепляются и доминируют проявления сверхосторожности, нерешительности, тормозимости.

Итак, страхи возникают уже в раннем возрасте и остаются актуальными на протяжении ряда лет. Причины их достаточно разнообразны. Часть из них, как уже было сказано, порождается раздражителями, связанными с инстинктивным ощущением угрозы. Сам факт возникновения испуга в подобных ситуациях естественен. Необычной же бывает острота этой реакции и ее непреодолимость. Так может оставаться актуальным на протяжении многих лет возникший еще в младенчестве страх резко взлетевших из-под коляски птиц. Легкость возникновения страхов связана, как мы видим, и с особой избирательной сензитивностью такого ребенка к сенсорным впечатлениям определенной модальности (звуковым, тактильным, зрительным, вкусовым, обонятельным), когда субъективно повышается интенсивность определенных раздражителей.

Главное, что все эти впечатления остаются непереработанными в индивидуальном аффективном опыте малыша, по отношению к ним не происходит десенсибилизация. Острота их сохраняется годами и не зависит даже от реального присутствия пугающего объекта, такое же ощущение катастрофы и разлаживание поведения у ребенка может вызвать его изображение или обозначающее его слово. Таким образом, специфика страхов при аутистическом дизонтогенезе заключается не столько в их содержании, сколько в их интенсивности и прочной фиксации.

Рано и жестко закрепляются пугающие ситуации, поэтому ребенок так отчаянно сопротивляется новизне, изменению, требует сохранения постоянства, не решается экспериментировать, исследовать, не становится любопытным. Нарушения привычного стереотипа жизни, привычных условий окружающего и форм поведения близких воспринимаются таким ребенком как угроза существованию. Однако объект страха может становиться и объектом влечения ребенка, его особого пристрастия. В общей логике аффективного развития эта тенденция, когда объект страха вызывает уже не только самые пассивный виды защиты (уход, запрет на его обозначение, усиление заглушающей травмирующее впечатление аутостимуляции), а становится предметом интереса, продуктивна. Однако максимальное достижение ребенка с аутизмом, ограниченного в реагировании наиболее жесткими рамками стереотипа, это только выход на амбивалентное отношение к пугающему объекту (и страх и интерес). К сожалению, это не может принести ему облегчения. Родители чаще всего не понимают, что постоянное требование какого-то определенного объекта или действия их малышом не обозначает того, что они ему доставляют удовольствие. Напротив, он постоянно находится в напряжении, в тревоге, в тяжелом дискомфорте, может быть агрессивным, переживать сильнейшие аффективные срывы.

Например, мальчик примерно с двух лет испытывал, по мнению близких, особый интерес к изображениям петуха. Он требовал покупать всех игрушечных петушков (но потом их выбрасывал), на прогулках и при поездках на машине искал щиты рекламы продукции «Галина Бланка» с изображением курицы, бесконечно заставлял маму его копировать на больших листах и затем вырезать. Решив доставить ребенку удовольствие, родители украсили его комнату обоями с петушками – после чего он перестал заходить в свою квартиру, и маме с ним пришлось жить у бабушки. Логопед, чтобы наладить контакт с мальчиком, принесла на занятие огромного игрушечного петуха – ребенок категорически отказался от взаимодействия и проявлял выраженный негативизм при попытках заниматься с ним другими специалистами. Каждую перспективу прихода в их дом какого-нибудь гостя или встречу с новым знакомым он мрачно комментировал («и подарит петуха»).

Как выяснилось из истории развития ребенка, в основе такого сложного, амбивалентного переживания мальчика лежал ранний зафиксированный страх (когда-то на даче, когда ему было меньше двух лет, он очень испугался петушиного крика). Отсюда – страх реалистического изображения петуха (особенно наличие «рта» - раскрытого клюва, который может издавать звук), постоянные провокации ребенка, отражающие амбивалентность его переживания – навязчивый вопрос: «Как кричит петушок?», который на самом деле не предполагал никакого ответа (спрашивая, мальчик уже заранее пугался и не давал ответить, реагируя агрессией). Вместе с тем – безуспешные попытки «приручения» самого нейтрального, безопасного рекламного изображения, в котором отсутствуют устрашающие детали.

Для аутичных детей третьей группы особенно характерно формирование такого неоднозначного по качеству переживания (одновременно и пугающего и привлекательного). Но если в норме эта тенденция лежит в основе формирования механизма экспансии, активного освоения окружающего мира, то в случае нарушенного аффективного развития мы не видим финала этого движения - победы положительной оценки, выхода на преодоление пугающего впечатления. Поэтому подобные переживания становятся патологическим способом тонизирования – они возбуждают, будоражат ребенка, но не могут развиваться и использоваться в его адаптивном поведении. Кроме того, впечатления, вызывающие такие амбивалентные переживания (в связи с неоднородностью их структуры) – наименее пресыщаемы. Именно на их основе формируются характерные для детей третьей группы стойкие влечения к страшному, неприятному. Именно с такими впечатлениями чаще всего связаны их однотипные монологи и рисунки. Ребенок может постоянно говорить о пиратах, помойках, кладбищах, авариях, «саблезубых тиграх», «кусачих комарах», «злых собаках Диках»; рисовать семейство черепов, высоковольтные линии с надписью: «Не влезай – убьет», коллекции оружия, паука-птицееда, птиц с острыми клювами и т.д.