

**ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ
В КОНТЕКСТЕ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА****С. Е. Мухина,**НГПУ,
Новосибирск, Россия,
svetlanamukh@mail.ru,**Е. П. Федосеева,**средняя школа № 6,
Чита, Россия,
elenafedoseewa@mail.ru

Статья посвящена исследованию жизнестойкости родителей детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). Системный подход к помощи семьям с детьми с РАС определяется общими принципами системного подхода в науке и системным подходом М. Селигмана, Р. Дарлинг в работе с семьями детей с нарушениями в развитии. Помощь психолога нужна родителям, чтобы сформировать совладающее поведение, позволяющее эффективно справляться с возникающими трудностями.

Цель статьи — представить результаты эмпирического исследования особенностей взаимосвязи жизнестойкости и копинг-стратегий совладающего поведения родителей детей с РАС по методикам Л. Лемура, Р. Тесье, Л. Филлиона «Шкала психологического стресса PSM-25» (адаптация Н. Е. Водопьяновой); методика С. Мадди «Диагностика жизнестойкости» (адаптация Д. А. Леонтьева); методика М. И. Паркера, Д. Ф. Эндлера, Д. А. Джеймса, адаптированный вариант Т. А. Крюковой «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях CISS»; опросник Р. Лазаруса и С. Фолкман «Способы совладающего поведения» (адаптация Т. Л. Крюковой).

Выявлено, что существует взаимосвязь между показателями жизнестойкости и копинг-стратегиями у родителей детей с расстройствами аутистического спектра. Обнаружены отличия в показателях жизнестойкости, стратегиях совладания и уровне стресса от группы родителей нормотипичных детей. Установлено, что взаимосвязи между жизнестойкостью и копинг-стратегиями у родителей детей с аутизмом и у родителей детей без таких расстройств различаются. Разработана программа формирования жизнестойкости у родителей детей с расстройствами аутистического спектра. Программа способствует повышению адаптационных возможностей родителей детей с РАС, повышению их психологического ресурса, развитию критического мышления родителей и формированию системы адекватных ожиданий от будущего. В заключение раскрываются новизна и практическая значимость исследования, намечаются перспективы дальнейших разработок по данной теме.

Ключевые слова: системный подход; жизнестойкость; родители; копинг-стратегии; аутизм; расстройства аутистического спектра (РАС); детско-родительские отношения.

Для цитаты: Мухина С. Е., Федосеева Е. П. Жизнестойкость родителей детей с аутизмом в контексте системного подхода // Системная психология и социология. 2024. № 2 (50). С. 28–43. DOI: 10.25688/2223-6872.2024.50.2.3

Мухина Светлана Еруслановна, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии и истории психологии Новосибирского государственного педагогического университета, Новосибирск, Россия.

ORCID: 0009-0007-3860-305X

E-mail: svetlanamukh@mail.ru

Федосеева Елена Петровна, учитель ресурсного класса средней общеобразовательной школы № 6, Чита, Россия.

ORCID: 0009-0005-3367-6431

E-mail: elenafedoseewa@mail.ru

UDC 159.9

DOI: 10.25688/2223-6872.2024.50.2.3

RESILIENCE OF PARENTS OF CHILDREN WITH AUTISM IN THE CONTEXT OF A SYSTEMIC APPROACH

S. E. Mukhina,

NGPU,
Novosibirsk, Russia,
svetlanamukh@mail.ru,

E. P. Fedoseeva,

Secondary school № 6,
Chita, Russia,
elenafedoseewa@mail.ru

The article is devoted to the study of the resilience of parents of children with autism spectrum disorders. A systemic approach to helping families with children with ASD is determined by the general principles of a systemic approach in science and the systemic approach of M. Seligman, R. Darling in working with families of children with developmental disabilities. Parents need the help of a psychologist to form coping behavior that allows them to cope effectively with emerging difficulties.

The purpose of the article is to present the results of an empirical study of the features of the relationship between resilience and coping strategies of parents of children with ASD coping behavior using the methods of Lemur, L. Tessier, L. Fillion “PSM–25 psychological stress scale” (adaptation by N. E. Vodopyanova); S. Muddy’s method “Diagnostics of resilience” (adaptation by D. A. Leontiev); M. I. Parker, D. F. Endler, D. A. James, adapted version of T. A. Kryukova “Coping behavior in stressful situations CISS”; questionnaire by R. Lazarus and S. Folkman “Methods of coping behavior” (adaptation by T. L. Kryukova).

It was revealed that there is a relationship between indicators of resilience and coping strategies in parents of children with autism spectrum disorders. Differences in indicators of resilience, coping strategies and stress levels from a group of parents of normotypic children were found. It has been found that the relationship between resilience and coping strategies differs between parents of children with autism and parents of children without such disorders. A program for building resilience among parents of children with autism spectrum disorders has been developed. The program helps to increase the adaptive capabilities of parents of children with ASD, increase their psychological resource, develop critical thinking of parents and form a system of adequate expectations for the future. In conclusion, the novelty and practical significance of the research are revealed, and prospects for further developments on this topic are outlined.

Keywords: systemic approach; resilience; parents; coping strategies; autism; autism spectrum disorders (ASD); child-parent relationships.

For citation: Mukhina S. E., Fedoseeva E. P. Resilience of parents of children with autism in the context of a systemic approach // Systems Psychology and Sociology. 2024. № 2 (50). P. 28–43. DOI: 10.25688/2223-6872.2024.50.2.3

Mukhina Svetlana Eruslanovna, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia.

ORCID: 0009-0007-3860-305X

E-mail: *svetlanamukh@mail.ru*

Fedoseeva Elena Petrovna, teacher of the resource class of the Secondary school № 6, Chita, Russia.

ORCID: 0009-0005-3367-6431

E-mail: *elenafedoseewa@mail.ru*

Введение

В свете последних исследований, показывающих, что «каждый 36-й ребенок рождается с расстройствами аутистического спектра (РАС), и их количество неуклонно растет» [11], поддержка семей с детьми с РАС становится критически важной.

До недавнего времени в работе с семьями, где один из ее членов имеет серьезное хроническое заболевание, основное внимание уделялось ему, а проблемы остальных оказывались на периферии. Такой подход игнорировал потребности здоровых членов семьи, которым также нужна поддержка в сложной ситуации.

Важно понимать, что проблема одного члена семьи влияет на всю систему, меняя ситуацию каждого, что отражает проявления феноменологии взаимоотношений «взрослый – ребенок» [5: с. 115]. Таким образом, необходимо перейти от фокуса на отдельном человеке к системному подходу, учитывающему влияние болезни на всю семью.

Системный подход, разработанный в свое время Б. Ф. Ломовым [10: с. 25–50], в настоящее время творчески продолжает развиваться, расширяя идею системности и системной психологии [14: с. 326–335; 15: с. 66–72].

М. Селигман и Р. Дарлинг, применяя системный подход к работе с детьми с особенностями развития и их семьям, утверждают: «Семья — это единая система, где изменения, затрагивающие одного члена, влияют на всех остальных» [16: с. 8].

О необходимости включения родителей в систему работы с детьми с РАС говорит и автор эмоционально-смыслового подхода О. С. Никольская: «Развитие активных осмысленных отношений с близкими, с окружением, дифференциацию привычного обихода домашней жизни, развитие эмоциональных связей создает основу для речевого, когнитивного, социального развития, самостоятельного, немеханического использования усвоенных знаний и навыков» [13: с. 8].

Родители детей с РАС как часть системы семьи часто находятся в состоянии подавленности, у них снижаются устойчивость к стрессу, жизнестойкость, формируется виктимность поведения и неэффективные копинг-стратегии.

Родители эмоционально реагируют на возникающие трудности или отрицают их наличие, могут совершенно не принимать на себя ответственность за происходящее или отрицать ситуацию [6].

Жизнестойкость родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, кроме вовлеченности, контроля и принятия риска, предложенных С. Мадди и С. Кобейса [20], должна содержать дополнительные аспекты. Ключевыми среди дополнительных факторов являются психологическая устойчивость к стрессу [18], стратегии совладающего поведения [17], чувствительность к социальной поддержке [22], способность к рефлексии, когнитивные и эмоциональные личностные ресурсы [3] и другие компоненты [4].

Цель исследования исходит из представления о центральном месте в структуре жизнестойкости стратегий совладания и состоит в исследовании особенностей взаимосвязи жизнестойкости и копинг-стратегий совладающего поведения родителей детей с аутизмом.

В целом можно отметить, что системный подход в работе психолога с детьми с РАС включает системное оказание психологической помощи родителям и выработку у них жизнестойкости и эффективных копинг-стратегий.

Методология и методика исследования

В науке сложились подходы и обоснования понятия «жизнестойкость», представленные в трудах С. Кобейса, С. Мадди и С. Кана [20], Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой [9], Л. А. Александровой [1] и др.

В целом жизнестойкость понимается как «способность личности к трансформации неблагоприятных обстоятельств своего развития» [1: с. 83].

Модель жизнестойкости С. Кобейса, С. Мадди и С. Кана включает три компонента: вовлеченность, контроль и принятие риска [20]. Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова представили данные, свидетельствующие о взаимосвязи компонентов жизнестойкости с копинг-стратегиями. Результаты исследования свидетельствуют об отрицательной связи жизнестойкости с избеганием и поиском социальной поддержки, а также

о позитивной связи с планированием и положительной переоценкой [9: с. 32].

Л. А. Александрова центральным компонентом жизнестойкости называет личностный смысл, личностные ресурсы [1]. Она подчеркивает важность понимания жизнестойкости как психологической концепции, отличной от понятия психической устойчивости. Она предлагает рассматривать жизнестойкость как процесс, включающий в себя не только выживание и приспособление, но и активное преодоление трудностей и поиск новых ресурсов для развития [1: с. 83].

Жизнестойкость является ключевым фактором в поддержке родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра. Жизнестойкость — это не только психологическая характеристика, но и ценный внутренний ресурс, который можно рассматривать как жизненную позицию, установку. Родители детей с расстройствами аутистического спектра сталкиваются с невозможностью изменить ситуацию в корне и избавить ребенка от аутизма, но, обладая высоким уровнем жизнестойкости, они могут осмыслить стрессовую ситуацию; оценить риски; принять ребенка; взять ситуацию под контроль, настолько, насколько это возможно.

В психологической литературе представлен ряд исследований, посвященных изучению жизнестойкости у родителей, имеющих детей с аутизмом. Это работы О. С. Никольской, Е. Р. Баенской, М. М. Либлинг [13], Е. С. Крамар [7], Т. Ю. Морозовой, С. В. Довбни [11], М. С. Яниной [17], М. Селигмана, Р. Б. Дарлинг [16], К. Илиас и соавт. [22], А. К. Бехета и соавт. [18] и других.

Е. С. Крамар утверждает, что родители детей с РАС демонстрируют снижение жизнестойкости по сравнению с родителями детей с нормальным психическим развитием. Однако «своевременное оказание им психологической помощи существенно влияет не только на улучшение психического состояния родителей, но и на перспективу развития ребенка с РАС» [7: с. 112].

Жизнестойкость и стрессоустойчивость родителей, а также психоэмоциональное состояние в семье отражается на развитии ребенка с расстройствами аутистического спектра,

на возможности адаптации семьи к новым условиям жизни, на способности родителей выполнять свои родительские функции. Без уменьшения тревожности и стресса родители не смогут помочь своему ребенку.

В своем исследовании родительского стресса и жизнестойкости у родителей детей с РАС, К. Илиас с соавт. выявили несколько ключевых факторов, влияющих на уровень стресса:

- социальная поддержка, наличие или отсутствие которой играет значимую роль в уровне стресса;

- тяжесть симптомов аутизма: чем выраженнее симптомы аутизма у ребенка, тем больше стресса испытывают родители;

- степень знания и понимания родителями РАС влияет на их уровень стресса.

Эти факторы могут выступать как источники стресса и как механизмы преодоления. Например, социальная поддержка может снижать стресс, а недостаток знаний о РАС, наоборот, его повышать [22].

Зарубежные исследователи часто рассматривают жизнестойкость родителей детей с РАС как психологическую устойчивость. А. К. Бехет, Н. Л. Джонсон, Ж. А. Заушневики обобщили 58 статей и выявили показатели устойчивости взрослых членов семей, в которых воспитываются дети с РАС. Были определены показатели устойчивости, факторы риска, защитные факторы и результаты устойчивости. Обзор показывает, что родители детей с РАС, обладающие показателями устойчивости, лучше справляются с трудностями, связанными с уходом за детьми с РАС. Таким образом, повышение жизнестойкости членов семей, где растут дети с аутизмом, может быть полезным как для лиц, осуществляющих уход, так и для получателей ухода [18].

По мнению М. С. Яниной, психологическая помощь необходима для того, чтобы сформировать совладающее поведение. Ситуация рождения в семье ребенка с расстройствами аутистического спектра способствует возникновению у родителей ребенка непривычных психологических кризисов, которые сопровождаются сильными эмоциональными переживаниями и требуют пересмотра ценностей и жизненных установок. В таких ситуациях требуется особая форма социального поведения, которая способствует продуктивности,

здоровью и благополучию родителей, а также позволяет эффективно справляться с возникающими трудностями, учитывая индивидуальные особенности и контекст, что и является совладающим поведением [17].

Совладающее поведение, таким образом, играет ведущую роль в обеспечении компонентов жизнестойкости. Ведущую роль в понимании совладающего поведения занимают концепция Р. Лазаруса и С. Фолкман [21]. Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтык [8], а применительно к совладающему поведению родителей детей с РАС хочется отметить работы А. П. Елисеевой [3], А. Зайдман-Зайт и соавт. [23] и П. Кавалиотиса [19].

Р. Лазарус соотносит совладающее поведение с решением проблем, когда эти проблемы имеют важное значение в его сложной жизненной ситуации [21]. Это может быть ситуация, связанная с высоким риском для человека или направленная на достижение успеха. Он подчеркивает, что эти требования могут активировать адаптивные возможности.

В отечественной психологии Т. Л. Крюкова определяет совладающее поведение как «поведение, которое необходимо личности для того, чтобы справиться с трудной ситуацией при помощи осознанных действий, применяя различные способы, характерные адекватным личностным особенностям и ситуации» [8: с. 97]. На основе работ Р. Лазаруса и С. Фолкман она выделяет базисные стратегии: «разрешение проблем», «поиск социальной поддержки», «избегание» — и базисные стратегии-ресурсы: «Я-концепция», «локус контроля», «эмпатия», «аффилиация» и «когнитивные ресурсы» [8].

Как отмечает А. П. Елисеева, для успешного совладания с трудностями родители часто нуждаются в поддержке, как эмоциональной, так и информационной. Важна также информационная работа среди общества для создания понимания и поддержки семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра [3].

А. Зайдман-Зайт с соавт. в исследовании описали эмпирически полученные профили личных и социальных ресурсов совладания родителей детей с расстройствами аутистического спектра. В исследовании особое внимание уделяется ситуации, когда происходит

переход детей с РАС из дошкольных учреждений в школу. В данной ситуации родители из наиболее неблагополучной группы (группа, находящаяся в социально-экономическом риске) испытывали самый высокий уровень родительского стресса и депрессии, а у их детей были значительно более низкие показатели адаптивного поведения и больше сообщений родителей о проблемах с поведением, чем у детей из других групп. Результаты подчеркивают необходимость систематического наблюдения за факторами риска в семье, чтобы можно было оказывать поддержку для улучшения благополучия родителей и здоровья детей в процессе развития [23].

В России большинство детей с диагнозом РАС получают образование дома или индивидуально. «В настоящее время установлено и доказано, что одним из ключевых элементов развития и улучшения качества жизни детей с РАС является социальная адаптация, домашнее (индивидуальное) обучение лишено этого элемента» [12: с. 92].

П. Кавалиотис исследовал уровень жизнестойкости родителей детей с расстройствами аутистического спектра и их потенциальные факторы роста, такие как семейный доход и уровень образования. Более высокий уровень образования создает более благоприятные условия для понимания сложности ситуации со стороны родителей. Одновременно исследователь отмечает, что высокий доход и уровень образования способствуют получению социальной поддержки [19].

Итак, анализ теоретических подходов позволяет выделить значимое отличие отечественной теории от зарубежной. В зарубежных исследованиях жизнестойкость рассматривается как способность человека сохранять психологическое благополучие и устойчивость перед лицом трудностей. В то время как отечественные исследователи фокусируются на содержательном аспекте жизнестойкости, подчеркивая ее связь с поиском смысла жизни, формированием ценностей, интеграцией позиций и осознанием своих интересов.

Таким образом, был выполнен анализ концепций жизнестойкости выделены различные компоненты, которые помогают раскрыть ее сущность и понимание. В результате изучения различных источников мы пришли к выводу,

что жизнестойкость является внутренним компонентом, важным для личностного и профессионального роста человека. Люди с высокой жизнестойкостью способны эффективно решать проблемы и достигать поставленных целей, несмотря на трудности и препятствия. Жизнестойкость родителей, имеющих детей с аутизмом включает вовлеченность, контроль и принятие риска; психологическую устойчивость к стрессу; стратегии совладающего поведения; чувствительность к социальной поддержке; рефлексии; социальные связи, когнитивные и эмоциональные личностные ресурсы, важнейшие из которых — гибкость мышления и умение адаптироваться к переменам. Именно в таком расширенном понимании жизнестойкость родителей может обеспечить гармоничное функционирование семьи, воспитывающей ребенка с РАС. Совладающее поведение, основанное на эффективных копинг-стратегиях, является наиболее значимым компонентом жизнестойкости.

Организация и результаты исследования

Анализ теории жизнестойкости родителей детей с расстройствами аутистического спектра позволил выдвинуть предположение, что между элементами жизнестойкости и стратегиями совладания существует

взаимозависимость. Для доказательства этой гипотезы и достижения целей было спланировано и проведено эмпирическое исследование.

Цель работы состояла в определении специфических связей между жизнестойкостью и стратегиями совладания у родителей детей с РАС.

Исследование было проведено на базе онлайн-школы для родителей детей с расстройствами аутистического спектра в детском диспансерном отделении Краевой клинической психиатрической больницы им. В. Х. Кандинского и средней общеобразовательной школы № 6 города Читы.

В исследовании приняли участие 104 человека — 52 родителя детей с РАС и 52 родителя нормотипичных детей. Родители в возрасте от 30 до 45 лет, воспитывающие детей в возрасте от 7 до 14 лет.

Для проведения диагностики использовался следующий комплекс методик: методика Л. Лемура, Р. Тесье, Л. Филлиона «Шкала психологического стресса PSM-25» (адаптация Н. Е. Водопьяновой) [2: с. 41–45]; методика С. Мадди «Диагностика жизнестойкости» (адаптация Д. А. Леонтьева) [9: с. 59–62]; методика М. И. Паркера, Д. Ф. Эндлера, Д. А. Джеймса (адаптированный вариант Т. Л. Крюковой «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях CISS») [2: с. 239–242]; опросник Р. Лазаруса и С. Фолкман «Способы совладающего поведения»

Таблица 1

Значимые различия сравнительного анализа групп ЭГ1 и ЭГ2 по *U*-критерию Манна – Уитни

Параметры	Средние значения ЭГ1	Средние значения ЭГ2	<i>U</i> -критерий	Уровень значимости (<i>p</i>)
I — «вовлеченность»	31,18	40,63	583,5	0,001
II — «контроль»	24,84	34,92	473,5	0,001
III — «принятие риска»	14,49	18,53	805,0	0,001
Копинг, ориентированный на эмоции	43,27	36,47	837,0	0,002
Копинг, ориентированный на избегание	43,80	47,94	879,0	0,005
Отвлечения (субшкала)	21,71	23,75	942,5	0,02
Субшкала социального отвлечения	14,10	15,51	874,5	0,004
Шкала «самоконтроль»	13,84	11,75	799,0	0,001
Шкала «бегство/избегание»	12,35	14,98	861,5	0,003
Шкала психологического стресса PSM	101,47	70,13	521,5	0,001

(адаптация Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтык) [8: с. 93–112]. Данные, полученные в ходе исследования, были обработаны с использованием математической статистики: сравнительного анализа (*U*-критерия Манна – Уитни), корреляционного анализа (*R*-критерия Спирмена).

Исследование, основанное на эмпирических данных, продемонстрировало возможность сопоставления уровней жизнестойкости и используемых копинг-стратегий родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, и родителей детей без таких расстройств. Для этого участники были разделены на две группы: родители детей с расстройствами аутистического спектра (эмпирическая группа 1 — ЭГ1) и родители детей без аутистических расстройств (эмпирическая группа 2 — ЭГ2). В результате применения *U*-критерия Манна – Уитни выявлено 10 значимых различий между группами ЭГ1 и ЭГ2, представленных в таблице 1.

Три значимых различия между группами обнаружены по шкалам «вовлеченность», «контроль», «принятие риска» тест-опросника жизнестойкости С. Мадди, при этом данные параметры выше в группе родителей нормотипичных детей.

Различия в уровне вовлеченности родителей детей с РАС и детей без РАС наводят на мысль, что первые испытывают больше трудностей в самореализации и получении удовольствия от собственной жизни. Они могут ощущать себя вне жизни, испытывая чувство отвергнутости, в то время как родители нормотипичных детей, как правило, больше вовлечены в собственную деятельность и получают от нее больше удовлетворения.

Значения параметра «контроль» в группе родителей с нормотипичными детьми также выше. Это свидетельствует о том, что у родителей нормотипичных детей в большей степени выражена убежденность в том, что их действия позволяют повлиять на результат происходящего. У родителей детей с РАС часто наблюдается повышенный уровень чувства беспомощности.

Вместе с этим у родителей нормотипичных детей средние показатели по шкале «принятие риска» значительно выше, что демонстрирует их готовность действовать, даже когда ситуация неопределенная и нет гарантий

достижения успеха, в отличие от родителей детей с расстройствами аутистического спектра.

В целом уровень жизнестойкости у родителей, воспитывающих детей с РАС ниже, чем у родителей детей без РАС. Такой результат можно объяснить тем, что родители, воспитывающие детей с расстройствами аутистического спектра, часто сталкиваются с проблемами, которых нет у родителей нормотипичных детей. Родители детей с РАС чаще находятся в ситуации стресса и испытывают чувство изоляции, поскольку процесс коррекции ребенка с расстройствами аутистического спектра и его адаптация в социуме требуют значительных усилий и времени, а результаты не всегда заметны. Это может привести к ощущению, что родители не могут влиять на происходящее, что усиливает их стресс и уменьшает удовлетворение от родительства.

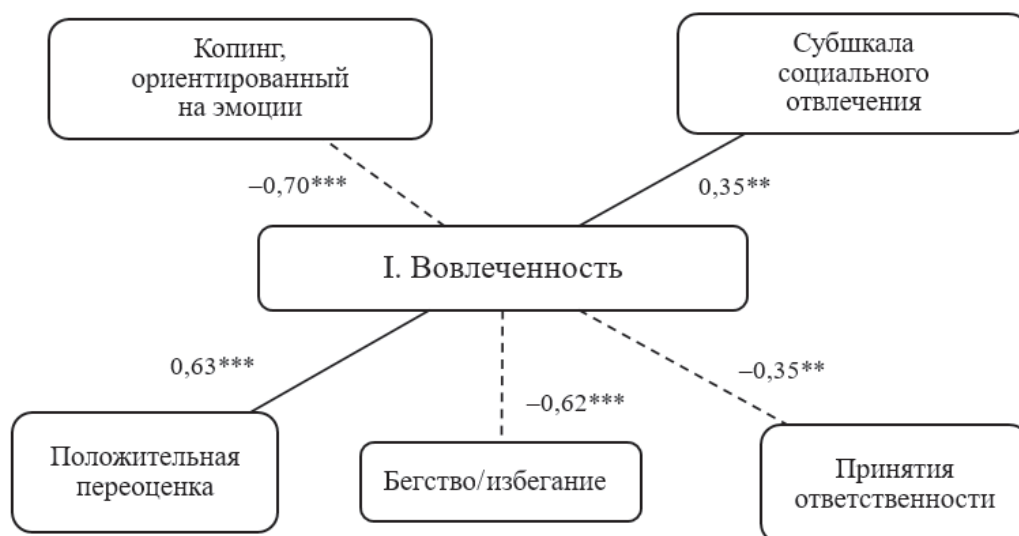
Для подтверждения гипотезы о специфических связях между показателями жизнестойкости и стратегиями совладания у родителей детей с аутизмом, по сравнению с родителями обычных детей, был использован корреляционный анализ с применением критерия Спирмена.

Исследование показало, что у родителей детей с аутизмом наблюдается более тесная взаимосвязь между способами преодоления стресса, уровнем стресса и жизненной устойчивостью, чем у родителей детей без аутизма. В частности, у первой группы было выявлено 24 корреляции, а у второй — 16.

Родители детей с РАС чаще используют стратегии «социальное отвлечение», «бегство/избегание», «положительная переоценка», «самоконтроль». Родители нормотипичных детей чаще используют стратегии «дистанцирование». Копинг, ориентированный на эмоции, в равной мере присутствует в двух группах.

Выявленные значимые взаимосвязи представлены на рисунках 1–5 в виде корреляционных плеяд для групп ЭГ1 и ЭГ2. Корреляционная плеяда взаимосвязей между параметром жизнестойкости «вовлеченность» и копинг-стратегиями в группе родителей детей с расстройствами аутистического спектра представлена на рисунке 1.

Повышение уровня вовлеченности родителей в жизнь сопровождается снижением



Примечание: * — $r \leq 0,05$; ** — $r \leq 0,01$; *** — $r \leq 0,001$.

Рис. 1. Взаимосвязи между параметром жизнестойкости «вовлеченность» и копинг-стратегиями у родителей из группы ЭГ1

использования стратегий преодоления стресса, которые связаны с эмоциональной реакцией, избеганием и самообвинением. Таким образом, чем больше родители активны и заняты, тем меньше они поддаются неконтролируемым эмоциональным всплескам, стремятся избегать проблем и обвиняют себя в ситуации. Уменьшение вовлеченности родителей, наоборот, влияет на увеличение эмоционального реагирования, которое способствует проявлению внешней и внутренней агрессии, вызывающей беспомощность у родителей и фиксирование на собственных недостатках, что не позволяет эффективно решать возникающие проблемы.

Родители детей с РАС, убежденные в том, что лучше быть вовлеченным в происходящие события своей жизни и получать удовольствие от своей деятельности, стремятся справиться с негативными переживаниями благодаря положительному переосмыслению и самореализации в социальной жизни. Такое отношение поможет найти более рациональный подход при коррекции и обучении ребенка.

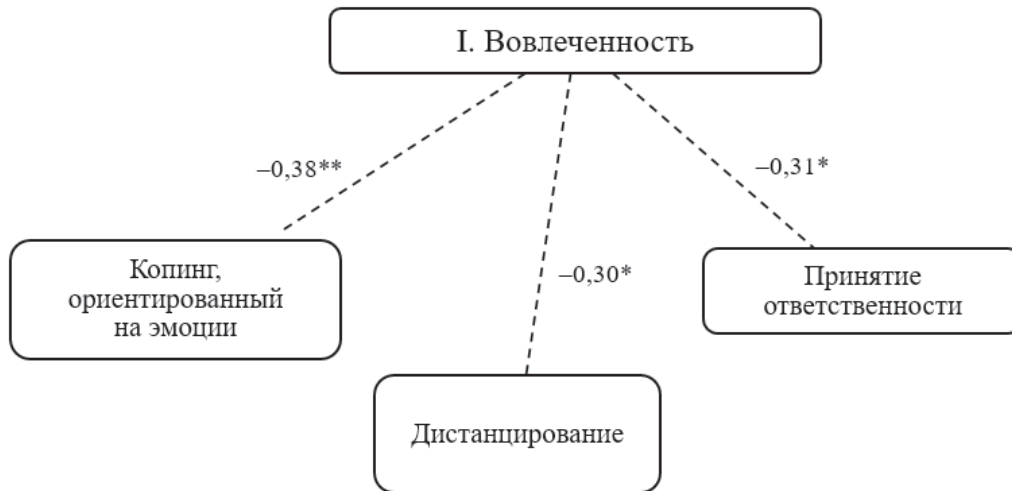
Корреляционная плеяда взаимосвязей между параметром жизнестойкости «вовлеченность» и копинг-стратегиями в группе родителей нормотипичных детей (ЭГ2) представлена на рисунке 2.

Родители, увлеченные своим делом, демонстрируют более спокойную реакцию на трудности, предпочитая решать проблемы, а не избегать их, и не прибегают к отвлечению от них.

Родители нормотипичных детей часто используют такой способ совладающего поведения, как дистанцирование, если это только возможно. Дистанцирование помогает уменьшать значимость эмоциональной реакции на сложные ситуации, реагировать на стресс не эмоциями, а рациональным, обдуманном подходом. Родители же детей с РАС не могут применять данную стратегию, поскольку дети слишком зависят от них.

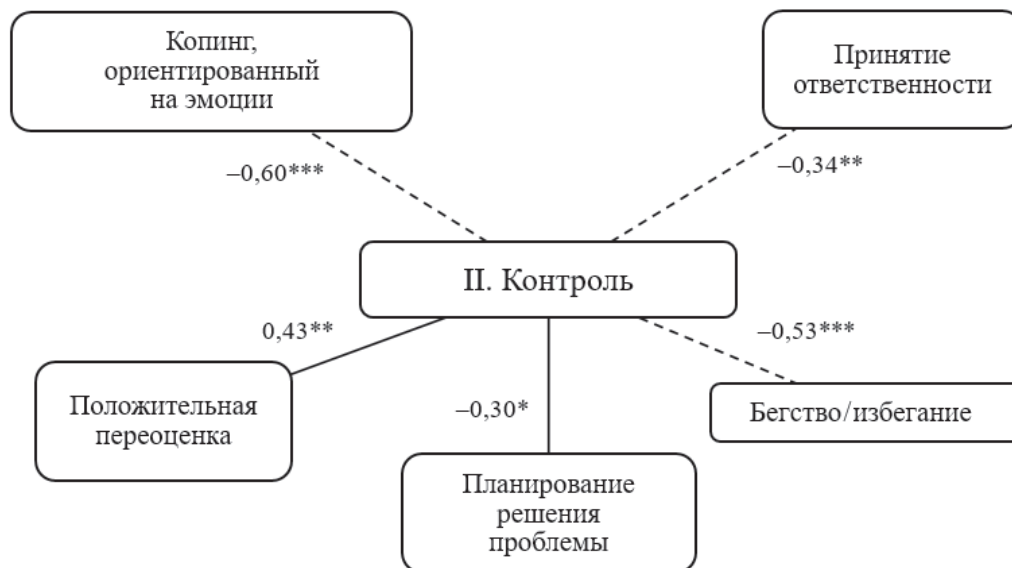
Корреляционная плеяда взаимосвязей между параметром жизнестойкости «контроль» и копинг-стратегиями в группе родителей детей с расстройствами аутистического спектра (ЭГ1) представлена на рисунке 3.

Анализ взаимосвязей между параметром жизнестойкости «контроль» и копингами показал, что у родителей детей с РАС компонент жизнестойкости «контроль» способствует появлению положительной переоценки и планированию решения проблемы. Чем больше родители понимают, что могут повлиять на ситуацию, тем меньше прибегают к отрицанию проблемы и неоправданным ожиданиям; снижается эмоциональное реагирование на ситуацию; меньше чувства вины и хронической



Примечание: * — $r \leq 0,05$; ** — $r \leq 0,01$; *** — $r \leq 0,001$.

Рис. 2. Взаимосвязи между параметром жизнестойкости «вовлеченность» и копинг-стратегиями у родителей из группы ЭГ2



Примечание: * — $r \leq 0,05$; ** — $r \leq 0,01$; *** — $r \leq 0,001$.

Рис. 3. Взаимосвязи между параметром жизнестойкости «контроль» и копинг-стратегиями у родителей из группы ЭГ1

неудовлетворенности собой, приходит ответственность за ситуацию, но без чувства вины, а с поиском решения выхода.

Корреляционная плеяда взаимосвязей между параметром жизнестойкости «контроль» и копинг-стратегиями в группе родителей нормотипичных детей (ЭГ2) представлена на рисунке 4.

У родителей нормотипичных детей уверенность в том, что можно повлиять на ситуацию,

уменьшает дистанцирование от проблем и снижает эмоциональное реагирование.

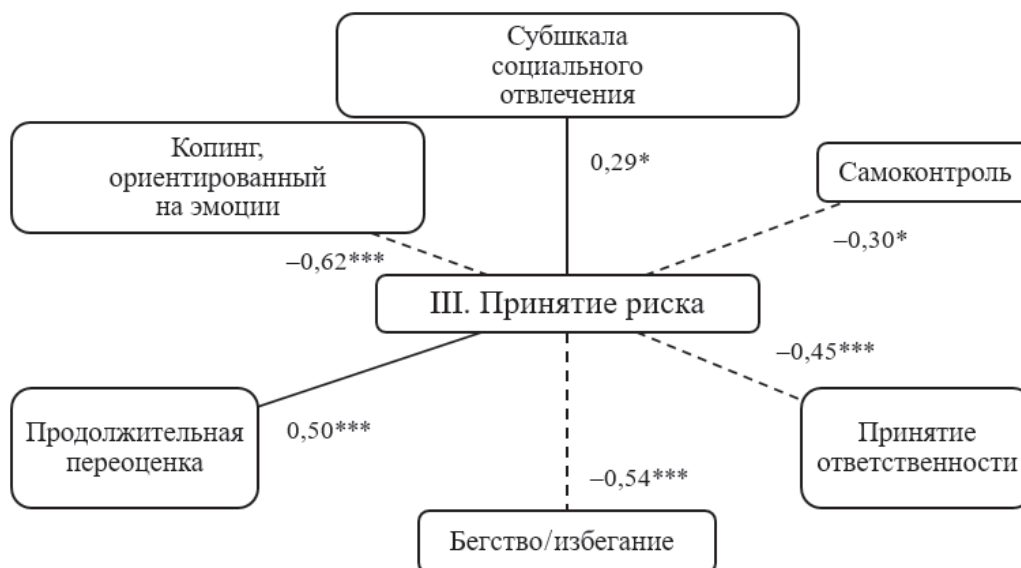
Корреляционная плеяда взаимосвязей между параметром жизнестойкости «принятие риска» и копинг-стратегиями в группе родителей детей с расстройствами аутистического спектра (ЭГ1) представлена на рисунке 5.

Анализ взаимосвязей между параметром жизнестойкости «принятие риска» и копингами показал, что у родителей детей с РАС



Примечание: * — $r \leq 0,05$; ** — $r \leq 0,01$; *** — $r \leq 0,001$.

Рис. 4. Взаимосвязи между параметром жизнестойкости «контроль» и копинг-стратегиями у родителей из группы ЭГ2



Примечание: * — $r \leq 0,05$; ** — $r \leq 0,01$; *** — $r \leq 0,001$.

Рис. 5. Взаимосвязи между параметром жизнестойкости «принятие риска» с копинг-стратегиями у родителей из группы ЭГ1

стремление действовать, несмотря на отсутствие гарантий, способствует появлению положительной переоценке и социального отвлечения. Чем больше родители принимают трудности как шанс для перемен и приобретения опыта, тем больше снижается эмоциональное реагирование на ситуацию, чувство вины, отрицания проблемы.

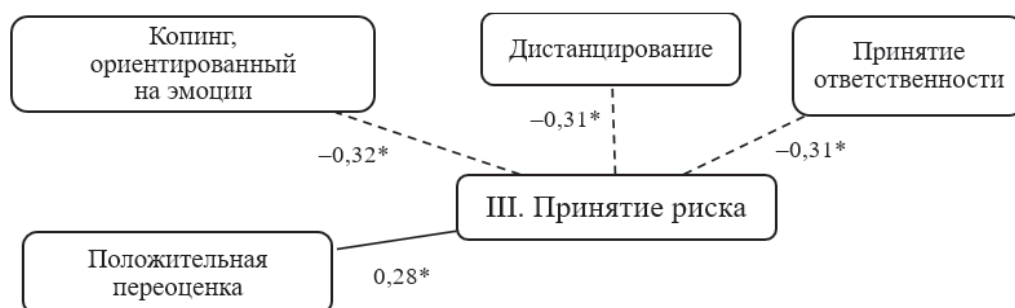
Корреляционная плеяда взаимосвязей между параметром жизнестойкости «принятие риска» и копинг-стратегиями в группе родителей нормотипичных детей с (ЭГ2) представлена на рисунке 6.

У родителей нормотипичных детей есть отрицательная взаимосвязь между параметром жизнестойкости «принятие риска» и копинг-стратегией «дистанцирование». Уверенность в том, что можно изменить ситуацию,

если активно действовать, уменьшает дистанцирование от проблем. Чем больше родители признают изменения в своей жизни как неотъемлемую ее часть, тем меньше они подвержены эмоциям. В данном случае решения, принятые на эмоциях, не приводят к достижению результата у любых родителей.

Родители нормотипичных детей, принимающие события своей жизни как опыт и новый виток в жизни, стремятся справляться с негативными переживаниями благодаря положительному переосмыслению ситуации.

В целом исследование показало, что у родителей детей с аутистическим спектром наблюдается более тесная связь между способами преодоления трудностей, уровнем стресса и жизнестойкостью, чем у родителей детей без аутизма (24 корреляции против 16).



Примечание: * — $r \leq 0,05$; ** — $r \leq 0,01$; *** — $r \leq 0,001$.

Рис. 6. Взаимосвязи между параметром жизнестойкости «принятие риска» и копинг-стратегиями у родителей из группы ЭГ2

Родители детей с РАС чаще используют стратегии «социальное отвлечение», «бегство/избегание», «положительная переоценка», «самоконтроль». Родители нормотипичных детей обычно применяют стратегию дистанцирования. Копинг, ориентированный на эмоции, в равной мере присутствует в двух группах.

Программа формирования жизнестойкости у родителей детей с расстройствами аутистического спектра

На основании теоретического анализа и результатов эмпирических исследований была разработана и реализуется программа, цель которой заключается в формировании жизнестойкости у родителей детей с расстройствами аутистического спектра.

Задачи программы вытекают из понимания жизнестойкости как комплексного понятия. Работа по программе должна способствовать повышению уровня жизнестойкости и стрессоустойчивости родителей детей с аутизмом. Важно помочь родителям в восполнении психического ресурса, формировать копинг-стратегии, ориентированные на решение проблемы и адаптацию к сложным ситуациям, а также минимизировать непродуктивные копинг-стратегии («бегство/избегание», «ориентация на эмоции», «дистанцирование»). Родители должны быть включены в профессиональную и социальную жизнь, что увеличивает возможности поиска социальной поддержки и самореализации. Развитие критического мышления родителей будет способствовать реалистичному восприятию ситуации с ребенком

и формированию системы адекватных ожиданий от будущего, повышению адаптационных возможностей родителей.

Пример реализации задач программы представлен в таблице 2.

Итак, с родителями, воспитывающими детей с расстройствами аутистического спектра, необходимо проводить работу по развитию жизнестойкости, включая развитие стратегий, стилей и ресурсов совладающего поведения. Следует отметить, что активное развитие навыков совладающего поведения может быть достигнуто через использование обучающих психотехнологий. Тем не менее существуют риски в реализации программы. Результаты могут быть не достигнуты по следующим причинам: непосещение родителями занятий; сопротивление участников работе по разным причинам (в этом случае показана работа с психотерапевтом); асоциальная обстановка дома; конфликт в группе. Психолог, приступая к работе по данной программе, должен учесть возможные риски и попытаться предотвратить их.

Выводы

Проведенные теоретическое и эмпирическое исследования жизнестойкости родителей детей с расстройствами аутистического спектра позволило сделать следующие выводы.

1. Понятие жизнестойкости родителей, имеющих детей с аутизмом, включает в себя вовлеченность, контроль и принятие риска; психологическую устойчивость к стрессу; стратегии совладающего поведения; чувствительность к социальной поддержке; рефлексии;

Программа формирования жизнестойкости у родителей
детей с расстройствами аутистического спектра*

Решаемая задача	Мероприятие, его содержание, место проведения	Ожидаемые результаты
Повышение адаптационных возможностей родителей детей с РАС (повышение уровня жизнестойкости, стрессоустойчивости)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Обсуждение результатов входного тестирования. ✓ Группы встреч с использованием сказкотерапии для взрослых по народным сказкам. ✓ Семинары на тему «Проблемы жизнестойкости родителей детей с РАС» и «Представление о копинг-стратегиях» 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Индивидуальное консультирование родителей по результатам тестирования. ✓ Снятие напряжения через творческие задания, коррекция поведенческих реакций, проработка страхов и фобий. ✓ Формирование у родителей представления о том, что такое совладающее поведение, жизнестойкость, зачем необходимо знать свой уровень тревожности
Помощь родителям в восполнении психического ресурса, формирование копинг-стратегий, ориентированных на решение проблемы и адаптацию к сложным ситуациям	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проведение очных встреч по обучению вязанию крючком игрушек-снеговиков или персонажей для пальчикового театра (5 встреч по 2–3 часа). ✓ Групповая и индивидуальная поведенческая терапия 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приобретение навыка вязания. Крючком вязать проще, чем спицами; вязание — достаточно монотонное занятие, способствующее снятию напряжения. И результат — умение вязать снеговиков и другие игрушки для интерьера. ✓ Управляемый частичный перенос фокуса внимания матери с жизни ребенка на собственную жизнь. Осознание себя как отдельной личности с личными потребностями, не связанными с трудностями ребенка
Развитие критического мышления родителей, реалистичного восприятия ситуации с ребенком и формирование системы адекватных ожиданий от будущего	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Журнальный клуб (онлайн- или офлайн-встречи). ✓ Информирование родителей о количестве детей с РАС в России, об эффективных методах коррекции, об истории формирования представления об аутизме 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Обсуждение данных статистики; обсуждение статей и результатов новых исследований; анализ закона об образовании и других нормативных актов, которые влияют на жизнь семей, воспитывающих ребенка с РАС; формирование реальных представлений о возможностях, предоставляемых людям, имеющим интеллектуальные нарушения. ✓ Понимание того, что активное включение родителей с опорой на имеющиеся знания позволит представлять будущее ребенка не иллюзорно, а реально; представление о том, какие методики выбрать для ребенка

Решаемая задача	Мероприятие, его содержание, место проведения	Ожидаемые результаты
Помощь матерям частично включиться в профессиональную и социальную жизнь	✓ Проведение семинаров	✓ Семинары по разной тематике: «Зачем нужно хобби или посещение спортивных секций?», «Ведение соцсетей», «Почему необходимо встречаться с друзьями и иметь друзей не из “аутистического сообщества”?». Активность родителей в социальной жизни

* *Источник:* Федосеева Е. П. Особенности взаимосвязи жизнестойкости и копинг-стратегий родителей детей с расстройствами аутистического спектра: магистерская ВКР / НГПУ; рук-ль: канд. психол. наук, доц. С. Е. Мухина. Новосибирск, 2024. С. 175–177.

социальные связи, когнитивные и эмоциональные личностные ресурсы. Именно в таком расширенном понимании жизнестойкость родителей может обеспечить гармоничное функционирование семьи, воспитывающей ребенка с РАС.

2. Исследование показало, что родители детей с аутизмом демонстрируют более низкий уровень жизнестойкости по сравнению с родителями детей без аутизма. В частности, они показывают более низкие показатели по таким параметрам, как «вовлеченность», «контроль» и «принятие риска», что может быть связано с их ощущением отчуждения от собственной жизни и отсутствием удовлетворения от своей деятельности. Изменение поведения ребенка с расстройствами аутистического спектра происходит медленно, что может вызывать у родителей чувство беспомощности и невозможности оказать влияние на ситуацию.

3. Обнаружены различия в связях между уровнем жизнестойкости, стратегиями совладания и уровнем психологического стресса у родителей детей с аутистическим спектром по сравнению с родителями детей без аутизма. В группе родителей детей с аутистическим расстройством было обнаружено большее количество значимых корреляций между стратегиями совладания, стрессом и параметрами жизнестойкости по сравнению с группой родителей обычных детей: 24 корреляции против 16. Родители детей с РАС чаще используют стратегии социального отвлечения, бегства/избегания, положительной переоценки, самоконтроля. Родители нормотипичных детей чаще используют стратегии дистанцирования.

Копинг, ориентированный на эмоции, в равной мере присутствует в двух группах.

4. Разработана программа для формирования жизнестойкости и эффективных копингов у родителей детей с расстройствами аутистического спектра в рамках системного подхода. Программа нацелена на улучшение адаптационных способностей родителей детей с ограниченными возможностями, укрепляя их жизнестойкость и стрессоустойчивость. Она поддерживает родителей в восстановлении их психических ресурсов, а также в развитии стратегий совладания, ориентированных на проблемы и адаптацию к трудным обстоятельствам. Кроме того, программа помогает родителям интегрироваться в профессиональную и социальную сферы, стимулирует развитие критического мышления, способствует реалистичному пониманию ситуации со своим ребенком и формированию адекватных ожиданий относительно его будущего. Программа реализуется в детском диспансерном отделении Краевой клинической психиатрической больницы им. В. Х. Кандинского в рамках школы для родителей детей с расстройствами аутистического спектра.

Заключение

Системная поддержка семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, должна включать психологическую помощь для родителей. Это не только поможет им справляться с повседневными трудностями, но и положительно скажется на развитии

их детей. Психологическая поддержка может способствовать укреплению жизнестойкости родителей и формированию эффективных стратегий совладания, что важно для преодоления вызовов, связанных с расстройствами аутистического спектра.

Жизнестойкость родителей, воспитывающих детей с аутизмом, должна включать не только классические компоненты, такие как вовлеченность, контроль и принятие риска, которые были предложены С. Мадди, С. Кобейса и С. Каном. Она должна охватывать психологическую устойчивость к стрессу, стратегии совладающего поведения, чувствительность к социальной

поддержке, рефлексии, а также социальные связи и когнитивные и эмоциональные личностные ресурсы. Эти дополнительные аспекты могут помочь родителям не только выдерживать нагрузку, связанные с воспитанием ребенка с РАС, но и активно развивать среду, способствующую благополучию и прогрессу их детей.

Перспективы работы по данной теме состоят в практической деятельности по программе формирования жизнестойкости у родителей детей с расстройствами аутистического спектра и при положительных результатах внедрении ее в практику работы с семьями, воспитывающими детей с расстройствами аутистического спектра.

Литература

1. **Александрова Л. А.** К концепции жизнестойкости в психологии // Сибирская психология сегодня: сб. науч. трудов. Вып. 2 / отв. ред. М. С. Яницкий. Кемерово: Кузбассвуиздат, 2004. С. 82–90.
2. **Водопьянова Н. Е.** Психодиагностика стресса: монография. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
3. **Елисеева А. П.** Особенности жизнестойкости и стрессоустойчивости родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2020. № 2 (180). С. 497–501. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.2.p497-501
4. **Иванов Д. В.** Психологический образ героя в российской культуре: системный анализ // Системная психология и социология. 2021. № 3 (39). С. 82–92. DOI: 10.25688/2223-6872.2021.39.3.7
5. **Иванов Д. В., Галюк Н. А., Кривобоков С. А.** Введение в эбологию: очерки концепций подросткового возраста (психологическая парадигма): монография. Иркутск: ИрГСХА, 2006. 144 с.
6. **Конева И. А., Мурзина Д. А.** Психологические особенности родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, и их сопровождение // Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 77-4. С. 114–117.
7. **Крамар Е. С.** Жизнестойкость и копинг-стратегии личности родителей детей с аутизмом и родителей детей нормального развития // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. 2016. № 2 (4). С. 111–117.
8. **Крюкова Т. Л., Куфтык Е. В.** Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93–112.
9. **Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И.** Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
10. **Ломов Б. Ф.** Системность в психологии: сборник / под. ред. В. А. Барабанщикова и др. М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2003. 424 с.
11. **Морозова Т., Довбня С.** Статистика аутизма в России и в мире [Электронный ресурс] // Информационная платформа для специалистов и родителей детей с особенностями развития. 20.19.2023. URL: <https://nakedheart.online/articles/statistika-autisma-v-rossii-i-mire> (дата обращения: 20.04.2024).
12. **Мухина С. Е., Федосеева Е. П.** Современные модели развития и обучения детей с расстройствами аутистического спектра // Развитие человека в современном мире. 2022. № 3. С. 82–97.
13. **Никольская О. С., Баенская Е. Р., Либлинг М. М.** Аутичный ребенок. Пути помощи: монография. М.: Теревинф, 2017. 288 с.
14. **Рыжов Б. Н.** История психологической мысли. Пути и закономерности: учеб. пособие. 2-е изд., перераб. и доп. М.: ФЛИНТА, 2021. 352 с., ил.
15. **Рыжов Б. Н.** Системная психология: монография. 2-е изд. М.: Т8 Издательские Технологии, 2017. 356 с.
16. **Селигман М., Дарлинг Р.** Обычные семьи, особые дети. Системный подход к помощи детям с нарушениями развития / [пер. с англ. Н. Л. Холмогорова]. 5-е изд. М.: Теревинф, 2018. 368 с.
17. **Янина М. С.** Некоторые аспекты формирования совладающего поведения у родителей детей с РАС // Гуманизация образовательного пространства: культура воспитывающей деятельности: материалы Международного форума, посвященного Году педагога и наставника. Саратов: СГУ, 2023. С. 387–393.

18. **Bekhet A. K., Johnson N. L., Zauszniewski J. A.** Resilience in family members of persons with autism spectrum disorder: A review of the literature // *Issues in Mental Health Nursing*. 2012. Vol. 33 (10). P. 650–656. DOI: 10.3109/01612840.2012.671441
19. **Kavaliotis P.** Resilience of parents with a child with autism spectrum disorders and factors for its potential enhancement: family income and educational level // *Journal of Educational and Developmental Psychology*. 2017. Vol. 7. № 1. P. 188. DOI: 10.5539/jedp.v7n1p188
20. **Kobasa S. C., Maddi S. R., Kahn S.** Hardiness and health: a prospective study // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1982. Vol. 42. № 1. P. 168–177. DOI: 10.1037//0022-3514.42.1.168
21. **Lazarus R. S., Folkman S.** Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 1984. 456 p.
22. Parenting stress and resilience in parents of children with autism spectrum disorder (ASD) in southeast Asia: a systematic review / K. Ilias et al. // *Frontiers in Psychology*. 2018. Vol. 9. P. 280. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.00280
23. Profiles of social and coping resources in families of children with autism spectrum disorder: Relations to Parent and Child / A. Zaidman-Zait et al. // *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 2018. Vol. 48 (6). P. 2064–2076. DOI: 10.1007/s10803-018-3467-3

References

1. **Aleksandrova L. A.** K koncepcii zhiznestojkosti v psixologii [Towards the concept of resilience in psychology] // *Sibirskaya psixologiya segodnya: sbornik nauchny`x trudov*. Issue 2 / (ed.) M. S. Yaniczkiy. Kemerovo: Kuzbassvuzizdat, 2004. P. 82–90.
2. **Vodop`yanova N. E.** Psixodiagnostika stressa: monografiya. [Psychodiagnosics of stress: monograph.]. SPb.: Piter, 2009. 336 p.
3. **Eliseeva A. P.** Osobennosti zhiznestojkosti i stressoustojchivosti roditel'ev, vospity`vayushhix detej s ogranichenny`mi vozmozhnostyami zdorov`ya [Features of resilience and stress tolerance of parents raising children with disabilities] // *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. 2020. № 2 (180). P. 497–501. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.2.p497-501
4. **Ivanov D. V.** Psixologicheskij obraz geroya v rossijskoj kul`ture: sistemy`j analiz [Psychological image of the hero in Russian culture: system analysis] // *Systems Psychology and Sociology*. 2021 № 3 (39). P. 82–92. DOI 10.25688/2223-6872.2021.39.3.7
5. **Ivanov D. V., Galyuk N. A., Krivobokov S. A.** Vvedenie v e`bologiyu: ocherki koncepcij podrostkovogo vozrasta (psixologicheskaya paradigma): monografiya [Introduction to ebology: essays on concepts of adolescence (psychological paradigm): monograph]. Irkutsk: IrGSXA, 2006. 144 p.
6. **Koneva I. A., Murzina D. A.** Psixologicheskie osobennosti roditel'ev, vospity`vayushhix detej s rasstrojstvami autisticheskogo spektra, i ix soprovozhdenie [Psychological characteristics of parents raising children with autism spectrum disorders and their support] // *Problemy` sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*. 2022. № 77-4. P. 114–117.
7. **Kramar E. S.** Zhiznestojkost` i koping-strategii lichnosti roditel'ev detej s autizmom i roditel'ev detej normal`nogo razvitiya [Hardiness and coping strategies of the personality of parents of the children with the autism and parents of the normal development children] // *Ucheny`e zapiski Kry`mskogo inzhenerno-pedagogicheskogo universiteta*. Seriya: Pedagogika. Psixologiya. 2016. № 2 (4). P. 111–117.
8. **Kryukova T. L., Kuftyak E. V.** Oprosnik sposobov sovladaniya (adaptaciya metodiki WCQ) [The question of government advice (adaptation of WCQ methodology)] // *Zhurnal prakticheskogo psixologa*. 2007. № 3. P. 93–112.
9. **Leontev D. A., Rasskazova E. I.** Test zhiznestojkosti [The test of resilience]. M.: Smy`sl, 2006. 63 p.
10. **Lomov B. F.** Sistemnost` v psixologii: sbornik [Systematics in psychology: collection] / (ed.) V. A. Barabanshnikova et al. M.: MPSI; Voronezh: MODE`K, 2003. 424 p.
11. **Morozova T., Dovbnaya S.** Statistika autizma v Rossii i v mire [Statistics of autism in Russia and in the world]. [E`lektronny`j resurs] // *Informacionnaya platforma dlya specialistov i roditel'ev detej s osobennostyami razvitiya*. 20.19.2023. URL: <https://nakedheart.online/articles/statistika-autizma-v-rossii-i-mire> (date of access: 20.04.2024).
12. **Mukhina S. E., Fedoseeva E. P.** Sovremenny`e modeli razvitiya i obucheniya detej s rasstrojstvami autisticheskogo spektra [Modern models of development and learning of children with autism spectrum disorders] // *Human Development in the Modern World*. 2022. № 3. P. 82–97.

13. **Nikolskaya O. S., Baenskaya E. R., Libling M. M.** Autichny`j rebenok. Puti pomoshhi: monografiya [An autistic child. Ways to help: a monograph]. M.: Terevinf, 2017. 288 p.
14. **Ryzhov B. N.** Istoriya psixologicheskoy my`sli. Puti i zakonmernosti: [The history of psychological thought. Ways and patterns]: uchebnoe posobie. 2-e izdanie, pererabotannoe i dopolnennoe. M.: FLINTA, 2021. 352 p.
15. **Ryzhov B. N.** Sistemnaya psixologiya: monografiya [Systemic psychology: a monograph]. 2-e izdanie. M.: T8 Izdatel'skie Tekhnologii, 2017. 356 p.
16. **Seligman M., Darling R.** Oby`chny`e sem`i, osoby`e deti. Sistemny`j podxod k pomoshhi detyam s narusheniyami razvitiya [Ordinary families, special children. A systematic approach to helping children with developmental disabilities] / [perevod s anglijskogo N. L. Kholmogorova]. 5-e izdanie. M.: Terevinf, 2018. 368 p.
17. **Yanina M. S.** Nekotory`e aspekty` formirovaniya sovladayushhego povedeniya u roditelej detej s RAS [Some aspects of the formation of coping behavior among parents of children with ASD] // Gumanizaciya obrazovatel'nogo prostranstva: kul'tura vospity`vayushhej deyatel`nosti: materialy` Mezhdunarodnogo foruma, posvyashhennogo Godu pedagoga i nastavnika. Saratov: SGU, 2023. P. 387–393.
18. **Bekhet A. K., Johnson N. L., Zauszniewski J. A.** Resilience in family members of persons with autism spectrum disorder: A review of the literature // Issues in Mental Health Nursing. 2012. Vol. 33 (10). P. 650–656. DOI: 10.3109/01612840.2012.671441
19. **Kavaliotis P.** Resilience of parents with a child with autism spectrum disorders and factors for its potential enhancement: family income and educational level // Journal of Educational and Developmental Psychology. 2017. Vol. 7. № 1. P. 188. DOI: 10.5539/jedp.v7n1p188
20. **Kobasa S. C., Maddi S. R., Kahn S.** Hardiness and health: a prospective study // Journal of Personality and Social Psychology. 1982. Vol. 42. № 1. P. 168–177. DOI: 10.1037//0022-3514.42.1.168
21. **Lazarus R. S., Folkman S.** Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 1984. 456 p.
22. Parenting stress and resilience in parents of children with autism spectrum disorder (ASD) in south-east Asia: a systematic review / K. Ilias et al. // Frontiers in Psychologi. 2018. Vol. 9. P. 280. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.00280
23. Profiles of social and coping resources in families of children with autism spectrum. Disorder: Relations to Parent and Child / A. Zaidman-Zait et al. // Journal of Autism and Developmental Disorders. 2018. Vol. 48 (6). P. 2064–2076. DOI: 10.1007/s10803-018-3467-3