

**Буравлева Эльвира Викторовна**

воспитатель, тьютор

МБДОУ «Д/С №45 «Росинка»

г. Старый Оскол, Белгородская область

## **ХОЛДИНГ-ТЕРАПИЯ: УНИКАЛЬНЫЙ МЕТОД ПОМОЩИ ДЕТЯМ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА**

***Аннотация:** в статье рассматривается значимость холдинг-терапии как эффективного метода помощи детям с расстройством аутистического спектра (РАС). Автор подробно описывает суть техники, механизмы её действия и преимущества для семейного окружения. Особое внимание уделяется восстановлению эмоциональных связей между ребёнком и родителем, формированию доверия и снижению тревожности.*

***Ключевые слова:** холдинг-терапия, расстройство аутистического спектра, социальное взаимодействие, эмоциональная привязанность, тревожность, агрессия, семья, реабилитация, медицинский контроль.*

Дети с расстройством аутистического спектра (РАС) сталкиваются с серьезными трудностями в области социального взаимодействия, коммуникабельности и самоорганизации. Одним из методов, помогающим эффективно решать проблемы поведения и тревожности, является холдинг-терапия. Эта техника особенно важна для маленьких пациентов, так как позволяет сформировать базовую доверительную связь между ребенком и родителем, восстанавливая утраченную близость и облегчая социализацию.

Что такое холдинг-терапия? Холдинг-терапия была разработана американским психиатром Бертом Беттельхеймом в середине XX века и получила широкое распространение благодаря своим уникальным результатам в лечении тяжелых случаев детской патологии. Суть метода заключается в тесном физическом контакте родителя и ребенка, когда взрослый удерживает ребенка на руках длительное время, несмотря на сопротивление последнего. Этот контакт создает условия для установления прочной привязанности, развивает доверие и снижает

уровень тревоги и агрессии. Важно отметить, что процедура должна проводиться квалифицированным специалистом, прошедшим специальное обучение и имеющим соответствующий сертификат. Родители проходят предварительное консультирование и получают инструкции относительно правильного проведения процедуры, ее продолжительности и интенсивности воздействия. Родителям также предоставляется возможность поделиться своими переживаниями и обсудить возникающие трудности в процессе терапии.

Как работает холдинг-терапия? Основной механизм терапевтического эффекта основан на концепции повторного формирования базовых отношений привязанности. Когда ребенок чувствует защиту и заботу родителей, возникает ощущение стабильности и уверенности, снижаются страхи и фрустрация. Постепенно формируется способность выражать эмоции и понимать чувства окружающих, развивается речь и улучшается взаимодействие с близкими взрослыми и сверстниками. Кроме того, холдинг-терапия оказывает положительное влияние на центральную нервную систему ребенка, нормализуя процессы возбуждения и торможения, повышая устойчивость организма к стрессовым ситуациям. Именно поэтому этот метод широко применяется специалистами всего мира для коррекции широкого круга детских проблем, связанных с развитием мозга и нервной системы.

Почему холдинг-терапия эффективна именно для детей с РАС? Главная особенность холдинг-терапии – восстановление нарушенных связей между матерью и ребенком, возникающих вследствие заболевания. Для многих малышей с диагнозом аутизм характерны отказ от контакта глазами, стремление избегать прикосновения и попытки ухода от любого физического контакта. Однако регулярное проведение холдинг-процедур помогает восстановить естественный инстинкт близости и укрепляет отношения матери и ребенка. Во время сессии холдинг-терапии родитель мягко держит ребенка, позволяя малышу ощутить физическую поддержку и тепло тела. Такой контакт улучшает самочувствие маленького паци-

ента, снижает чувство одиночества и страха, стимулирует положительные изменения в поведении и развитии. Ребенок учится доверять своему телу, окружающей среде и людям, что становится важным условием успешной реабилитации.

Преимущества холдинг-терапии для семей с детьми-аутистами.

1. Улучшение взаимоотношений внутри семьи: холдинг-терапия помогает установить глубокую связь между родителями и ребенком, укрепив доверие и взаимопонимание.

2. Повышение эффективности реабилитационных мероприятий: холдинг-терапия повышает эффективность других методик лечения, направленных на развитие социально-коммуникативного потенциала ребенка.

3. Поддержка и помощь семье: сессия холдинг-терапии дает возможность маме отдохнуть и восстановиться, сняв усталость и тревогу, накопившиеся за долгое время заботы о ребенке.

4. Формирование здоровой привязанности: холдинг-терапия формирует устойчивые связи привязанности между ребенком и значимыми взрослыми, обеспечивая надежную основу для дальнейшего роста и развития.

5. Возможность интеграции в общество: холдинг-терапия способствует повышению самооценки ребенка, уменьшению страхов и снижению агрессивности, что облегчает адаптацию к социальным условиям жизни.

Возможные риски и противопоказания.

Несмотря на доказанную эффективность холдинг-терапии, существуют некоторые ограничения и потенциальные риски. Прежде всего, процедуру нельзя применять при наличии серьезных медицинских противопоказаний, таких как сердечные заболевания, нарушение дыхания, тяжелые травмы головы или позвоночника. Необходимо внимательно следить за состоянием здоровья ребенка, своевременно сообщая врачу обо всех изменениях самочувствия.

Также возможны ситуации отказа от участия в процедуре со стороны самого ребенка, проявляющиеся сопротивлением, криками, попытками вырваться из объятий взрослого. Такие реакции считаются нормальным этапом привыкания и требуют терпеливого подхода и внимательного наблюдения специалиста.

Наконец, существует риск ухудшения состояния ребенка, связанного с недостаточной подготовленностью взрослых к проведению процедуры. Поэтому крайне важно соблюдать строгие правила подготовки и следования рекомендациям специалистов.

Холдинг-терапия является эффективным методом помощи детям с расстройством аутистического спектра, направленным на восстановление утраченных эмоциональных связей, снижение тревожности и агрессия, улучшение качества жизни всей семьи. Несмотря на возможные сложности и риски, правильно проведенная процедура приносит значительные улучшения в состоянии ребенка и существенно облегчает жизнь близких родственников. Только профессиональное применение метода способно гарантировать успешность и безопасность процесса, что подчеркивает важность обращения к компетентному специалисту и регулярного мониторинга динамики изменений.

### ***Список литературы***

1. Александер Ф. Человек и его душа: история представлений и современный взгляд / Ф. Александер, Ш. Селесник. – М.: Наука, 2015. – 432 с.
2. Белопольская Н.Л. Метод холдинг-терапии в работе с детьми с задержкой психического развития и расстройствами аутистического спектра / Н.Л. Белопольская. – М.: Форум, 2017. – 224 с.
3. Бирман Я.Ф. Использование холдинга в работе с пациентами с тяжелым детским аутизмом / Я.Ф. Бирман // Вопросы современной педиатрии. – 2019. – №1. – С. 54–60.
4. Буторина Н.Е. Семейная холдинг-терапия: теоретические основы и практика / Н.Е. Буторина, В.Г. Казакова. – СПб.: Речь, 2018. – 312 с.
5. Венгер А.Л. Возрастная психология: детство, подростковый период, юность / А.Л. Венгер. – М.: Гардарики, 2016. – 464 с.
6. Гринберг Л.С. Основы семейной терапии / Л.С. Гринберг. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. – 352 с.

7. Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков: причины возникновения, клинические проявления, профилактика и лечение / А.И. Захаров. – СПб.: Питер, 2018. – 320 с.
8. Концептуальная теория аутизма и современного общества: коллективная монография / под ред. Н.П. Васильковой. – Саратов: Саратовский университет, 2019. – 384 с.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Академия, 2016. – 352 с.
10. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии / И.И. Мамайчук. – СПб.: Речь, 2017. – 384 с.