

Региональный ресурсно-методический Центр
по оказанию комплексной помощи детям с особыми образовательными
потребностями, в том числе с ранним детским аутизмом

Ребенок с расстройством аутистического спектра в семье



г.Биробиджан
2020 г.

Рецензент:

старший преподаватель областного государственного автономного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Институт повышения квалификации педагогических работников» Л.А. Серго

Составитель:

руководитель регионального ресурсно-методического Центра по оказанию комплексной помощи детям с особыми образовательными потребностями, в том числе с ранним детским аутизмом Т.А. Прутовых

Ребенок с расстройством аутистического спектра в семье: материалы регионального ресурсно-методического Центра по оказанию комплексной помощи детям с особыми образовательными потребностями, в том числе с ранним детским аутизмом/ сост.: Т.А. Прутовых. - г. Биробиджан: издательский центр ОГАОУ «Центр образования «Ступени»: 2020 - 112 с.

Книга написана для родителей (законных представителей), воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, педагогов и специалистов образовательных учреждений. Авторы постарались осветить наиболее важные вопросы об особенностях эмоционального контакта и поведения, о сенсорном развитии, развитии коммуникации и социально-бытовых навыков детей с расстройствами аутистического спектра.

В работе предпринята попытка соотнести практический материал с тематической литературой, предложены практические рекомендации и советы родителям детей с аутизмом, приведены личные истории, представлены примеры и случаи из жизни семей с аутичными детьми.

Рецензия

на книгу для родителей «Ребенок с расстройствами аутистического спектра в семье», составленную педагогами – дефектологами Еврейской автономной области в рамках деятельности Регионального ресурсно-методического Центра по оказанию комплексной помощи детям с особыми образовательными потребностями, в том числе с ранним детским аутизмом (ОГАОУ «Центр образования «Ступени»).

В настоящее время исследователями отмечается неуклонный рост числа детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). Дети с РАС нуждаются в постоянном сопровождении со стороны специалистов: медиков, дефектологов, психологов, логопедов и т.д. По мере того, как ребенок с РАС развивается, семья является главным источником необходимых ресурсов.

В связи с этим у педагогов – дефектологов ЕАО возникла идея поделиться с родителями практическим опытом, вооружить необходимыми приемами взаимодействия с ребенком с РАС в условиях семьи.

Книга для родителей «Ребенок с расстройствами аутистического спектра в семье»:

1. удобно разделена главы, которые выстроены логически, материал представлен в содержательно-методической взаимосвязи;
2. обозначены основные проблемы в развитии ребенка с РАС и возможности их разрешения в условиях семьи;
3. предложены различные формы и приемы взаимодействия, чтобы адаптировать ребенка к жизни в обществе, научить его справляться с собственными страхами, контролировать эмоции;
4. особое внимание заслуживает глава «Развитие социально-бытовых навыков», она поможет родителям справиться с трудностями в повседневной жизни в воспитании и социализации ребенка с РАС.

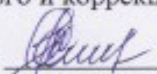
Заключение:

Книга может быть рекомендована родителям, воспитывающим ребенка с РАС, а также специалистам при работе с семьей указанной категории.

Рецензент

Серго Лариса Александровна, старший преподаватель кафедры начального, дошкольного и коррекционного образования

19.01.2021

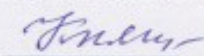

личная подпись

Рецензия рассмотрена на заседании кафедры НДиКО

протокол № 1 от 19.01.2021

Заведующий кафедрой
И.С. Кияшко, к.п.н., доцент

19.01.2021


личная подпись

Содержание

Введение	5
Глава 1 Ребенок с РАС в семье	
1. «Как установить эмоциональный контакт с аутичным ребенком» Попова Е. В., Пампареу А. П., педагоги-психологи ОГАОУ «Центр образования «Ступени»	7
2. «Использование поощрений как инструмента эффективного взаимодействия с ребенком с РАС» Высотина А. Н., учитель ОГАОУ «Центр образования «Ступени»	12
Глава 2 Проблемы поведения и возможности их разрешения.	
1. «Необычные пристрастия, интересы и влечения» Соловьева Л. С., учитель надомного обучения МБОУ «Специальная (коррекционная) школа»	16
2. «Причины агрессии у детей с аутизмом и способы ее снижения» Горячая Л. Н., педагог-психолог ОГБУ ДО «Центр «МОСТ»	22
3. «Стереотипность развития эмоционально-волевой сферы детей с РАС» Росляева М. С., социальный педагог ОГБУСО «СРЦН»	25
Глава 3 Развитие речи и коммуникации	
1. «Трудности понимания обращенной речи» Андреева И. Ю., учитель-логопед ОГАОУ «Центр образования «Ступени»	27
2. «Эхолалия» Андреева И. Ю., учитель-логопед ОГАОУ «Центр образования «Ступени»	29
3. «Особенности вербальной коммуникации» Денисова Т. А., учитель-логопед ОГАОУ «Центр образования «Ступени»	32
4. «Имитация» Денисова Т. А., учитель-логопед ОГАОУ «Центр образования «Ступени»	34
5. «Механизмы формирования коммуникативного поведения» Денисова Т. А., учитель-логопед ОГАОУ «Центр образования «Ступени»	36
Глава 4 Обучение игре	
1. «Особенности игровой деятельности детей с РАС» Радионова Е. И., педагог – психолог МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида №21»	38
2. «Манипулирование предметами, действия с игрушками» Гаган С. Г., учитель-дефектолог МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида № 21»	42
3. «Обучение простой игре детей с РАС» Кугутова С. Г., учитель-логопед МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида №21»	45
4. «Обучение сюжетно-ролевым играм, играм с правилами (подвижным и настольным)» Фадеева А. С., учитель-дефектолог МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида №21»	48

Глава 5 Сенсорное развитие

1. «Сенсорная чувствительность обучающихся с расстройством аутистического спектра. Сенсорная диета» Айнбиндер Н. А., учитель-дефектолог ОГАОУ «Центр образования «Ступени» 53
2. «Сенсорная интеграция» Кудренко Е. А., учитель-дефектолог ОГАОУ «Центр образования «Ступени» 57

Глава 6 Развитие социально-бытовых навыков

1. «Адаптация воспитанников с атипичным аутизмом и умственной отсталостью к быту, развитие гигиенических и туалетных навыков» Волкова А. А., учитель-дефектолог ОГБУ «Валдгеймский детский дом-интернат для умственно отсталых детей» 65
2. «Навыки приема пищи. Избирательность в еде у детей с РАС» Козлова Н. А., педагог-психолог ОГБУ «Валдгеймский детский дом-интернат для умственно отсталых детей» 70
3. «Развитие социально-бытовых навыков детей с РАС (Навыки одевания и раздевания. Визуальное расписание)» Брусиловская Д. Л., педагог-психолог ОГБУ «Валдгеймский детский дом-интернат для умственно отсталых детей» 84
4. «Поведение в общественных местах ребенка с РАС» Пожарская Е. В., учитель-дефектолог ОГБУ "Валдгеймский детский дом-интернат для умственно отсталых детей" 93
5. «Проблемы повседневной жизни» мама ребенка с РАС (из личного опыта) 107
6. «Наши будни» мама ребенка с РАС (из личного опыта) 110

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время общество все больше и больше уделяет внимание вопросам по оказанию комплексной помощи детям с особыми образовательными потребностями, в том числе, с ранним детским аутизмом (РДА).

С каждым годом число детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) среди населения земного шара растёт быстрыми темпами и тема эта актуальна во всём мире. Много всякой, порой противоречивой информации из различных источников - из специальной литературы, из телевизионных передач, из материалов форумов, конференций, чатов, блогов — сейчас можно найти как про аутизм, так и про людей с аутизмом, про методы работы с аутичными детьми и т.д.

Аутизм - форма развития, которая отличается от традиционной асинхронностью и качественными нарушениями сенсорно-моторных, психических и социальных функций. Человек с аутизмом имеет объективные трудности в освоении речевых, коммуникативных, социальных навыков.

Характерное при аутизме поведение является результатом отчаянных попыток преодоления этих трудностей, но для большинства обычных людей поведение человека с аутизмом выглядит странным.

Коррекционно-развивающая работа с детьми с РАС достаточно сложна в силу специфики данного нарушения. Стремление детей с аутизмом избежать контакта с окружающим миром, особое специфическое речевое развитие и развитие нервной системы, при котором затруднено формирование эмоциональных контактов ребенка с внешним миром, проблемы личностного характера, такие как: негативизм, агрессия, стереотипия и другие – затрудняют работу с ними. Отсутствие общения, а, следовательно, взаимодействия с окружающим миром и людьми, возникающее чаще всего с раннего детства, резко искажает ход всего психического развития ребенка, препятствует его социальной адаптации. В условиях своевременного начала коррекции большинство детей с РАС могут обучаться в школе, нередко обнаруживая одаренность в отдельных областях.

Причины аутизма недостаточно ясны. Общепризнана большая роль генетических факторов в этиологии РДА, и сейчас практически все известные исследователи биологических основ аутизма согласны, что, по крайней мере, большая часть случаев РДА наследственно обусловлена. Однако генетические механизмы наследования РДА изучены очень слабо.

Ребёнок с аутизмом может появиться в любой семье, независимо от места проживания, расовой принадлежности, социального уровня и т.д.

Эта книга предназначена для родителей, у которых есть дети с расстройствами аутистического спектра. Также она может представлять интерес и для другой аудитории.

В работе используются следующие определения: «ребёнок с расстройствами аутистического спектра», «ребёнок с аутизмом», «ребенок с ранним детским аутизмом». Подразумевается, что всё это — одно и то же.

Здесь использованы материалы практической работы, приведены личные истории, представлены примеры и случаи из жизни семей с аутичными детьми. Все имена детей и их родителей изменены.

В работе предпринята попытка соотнести этот практический материал с тематической литературой, предложить практические рекомендации и советы родителям детей с аутизмом.

Уважаемые родители и всё близкое окружение ребёнка с аутизмом! Мы надеемся, что книга поможет вам найти ответы, хотя бы на некоторые ваши вопросы, подскажет возможные пути к улучшению ваших взаимоотношений с ребёнком, в итоге - принесёт пользу вам и вашему ребёнку.

Как установить эмоциональный контакт с аутичным ребенком

Как известно, всякий младенец начинает свое индивидуальное развитие, осмысление происходящего вокруг в тесном эмоциональном единстве с мамой. Она поддерживает в нем ощущение радости жизни, надежности, безопасности, побуждает к активному освоению окружающего мира. Ради эмоционального общения с близкими малыш начинает лепетать и говорить, с ними он стремится разделить свои интересы и достижения, удовольствие и испуг. То, чем занимается взрослый, становится интересным ребенку. Таким образом, уже в очень раннем взаимодействии ребенка и взрослого у них появляется возможность организовывать внимание и поведение друг друга.

Часто справедливо утверждается, что основной задачей коррекционной помощи ребенку с аутизмом является его подготовка к независимой жизни. Это так, но мы убеждены в том, что невозможно помочь ему найти свое место в мире, если не провести его через переживание эмоциональной общности с близкими людьми. Без такого переживания индивидуальная активность и подлинная самостоятельность, на наш взгляд, недостижимы.

Для того чтобы установить эмоциональный контакт с ребенком сейчас, мы должны хорошо представлять себе, что помешало этому произойти естественным образом в раннем возрасте. Опыт показывает, что потребность в общении у таких детей существует – они тянутся к людям; проблема же состоит в том, что в психическом отношении они не выносливы – ранимы и «тормозимы» в контакте. Взгляд, голос, прикосновение, прямое обращение могут оказаться для них слишком сильными впечатлениями, и человек вообще, особенно же человек, активный в общении, способен очень быстро вызвать у них чувство дискомфорта.

Таким образом, чтобы сделать попытку установления эмоционального контакта успешной, мы должны постараться организовать ситуацию общения так, чтобы она была для ребенка комфортной, подкреплялась приятными впечатлениями и не требовала недоступных для него форм взаимодействия.

Правило №1. Для детей с аутизмом важно строгое соблюдение режима

Особенным детям необходима рутина. Ритуалы, которые повторяются изо дня в день, делают их жизнь проще. Детям хорошо и спокойно живется, когда они уверены, что «вчера» будет похоже на «завтра». И желательно в мельчайших деталях.

Если ребенок привык, что он чистит зубы зеленой щеткой и кладет ее строго на вторую полочку справа, то не стоит перекладывать ее на другое место – это может сильно его расстроить.

Если что-то пошло не по плану, ребенок с аутизмом не всегда может справиться с эмоциями.

Нарушение рутины может привести к сильному эмоциональному всплеску.

Правило №2. Используйте визуальное общение.

Дети с аутизмом лучше воспринимают информацию визуально, чем на слух. С ними не работает способ «Повтори много раз, и он тебя услышит и выполнит просьбу» или фраза «Я же тебе сто раз сказала».

Не работает не потому, что они не слышат, а потому, что иначе воспринимают информацию.

Самый простой способ коммуникации для него – это визуализация. Попросту говоря, картинки.

Первыми к этому заключению пришли поведенческий аналитик Энди Бонди и логопед Лори Фрост, которые в 1985 году в США разработали систему альтернативной коммуникации с помощью обмена изображениями (PECS).

За многолетний опыт использования методика доказала свою эффективность.

Правило № 3. Чем проще ваша речь, тем лучше.

В общении с ребенком с аутизмом почти всегда действует так называемое правило «Один-один».

Если ребенок говорит вам одно слово, вы отвечаете ему тоже одним словом.

Когда хотите позвать ребенка погулять, не надо говорить «Ой, на улице погода хорошая, можно прогуляться». Ему сложно вычленить из этой фразы главное, и, скорее всего, он просто зависнет на вопросе.

Надо говорить медленно, спокойно, односложно. Если хотите позвать на прогулку, достаточно спросить: «Гулять?»

Правило № 4. Старайтесь избегать иносказаний

Ребенок не поймет вас, если вы скажете: «У меня голова раскалывается», – потому что буквально представит, как голова распадается на части. Надо объясняться проще: «Болит голова».

Правило № 5. Научитесь ждать

Коммуникация с ребенком, у которого есть расстройство аутистического спектра, не должна происходить в спешке. Взрослому, который задает ребенку вопрос «Гулять?», не стоит рассчитывать на моментальный ответ. Обработка информации происходит у всех по-разному. Кому-то требуется 10 секунд, кому-то минута, а кому-то и больше.

Если много раз задавать один и тот же вопрос с расчетом на то, что ребенок быстрее ответит, можно только усугубить ситуацию.

Правило № 6. Обустройте окружающее пространство особым образом.

Уберите то, что нельзя брать, отгородите пространство, за которое нельзя заступать.

Лучше заранее обозначить место, где ребенку нужно стоять, сидеть, выполнять нужное действие.

Для организации пространства не понадобятся никакие специальные предметы, вполне можно обойтись стульями, веревкой, кубиками.

Правило №7. Давайте ребенку сенсорную разгрузку.

У каждого человека есть какие-то ритуалы, которые успокаивают его. Для детей с аутизмом это особенно важно. Даже сама мысль о том, что они смогут пойти и сделать что-то приятное для себя, уже расслабляет.

Правило №8. Не забывайте поощрять ребенка.

Положительное подкрепление – то, что заставляет людей двигаться вперед. Дети с аутизмом не исключение. Поэтому не стоит концентрироваться на наказаниях, когда ребенок ведет себя как-то не так. Лучше просто проигнорировать такое поведение, если оно не выходит за границы допустимого.

Гораздо эффективнее работает положительное подкрепление.

Надо дожидаться момента, когда ребенок сделает что-то, что вы от него хотели, и незамедлительно поощрить его.

Универсального рецепта не существует. Единственное, мы советуем постепенно уходить от поощрений едой и переходить к поощрению действиям (разрешить покачаться, попрыгать на батуте, побегать) или словами («Молодец», «Дай пять» и другие). Достаточно эффективна жетонная система поощрений: чтобы получить желаемое, ребенок должен собрать необходимое количество жетонов, смайликов или значков.

Порой самые любящие родители стремятся справиться с проблемами ребенка методами прямого нажима, механического натаскивания, и не скрывают своего расстройств по поводу его несостоятельности.

Для преодоления подобного негативизма требуется поддержка специалиста. В некоторых случаях для восстановления эмоционального контакта используется специальный метод холдинг-терапии, позволяющий и родителям, и ребенку заново пережить момент установления контакта, эмоционального единения и открывающий для них новую возможность развития отношений. Этот достаточно драматический путь может использоваться только родителями ребенка, по специальной рекомендации и под наблюдением специалистов. Лишь тогда можно гарантировать, что он не приведет к обретению дополнительного травматического опыта и самим ребенком, и его родителями. В других случаях переживание эмоциональной общности может достигаться и менее радикальными способами.

Только специалист способен помочь близким правильно оценить возможности ребенка и выбрать соответствующий уровень взаимодействия. Он может подобрать приемы организации контакта, научить способам привлечь к себе внимание ребенка, найти общие занятия, определить, что вызовет у него сопереживание, как избежать дискомфорта и чем стимулировать его к развитию активного взаимодействия. Конечно, в каждом отдельном случае необходимы индивидуально адресованные советы, но, тем не менее, общая логика работы по установлению эмоционального контакта во всех случаях одна и та же.

Рассмотрим сначала, как сделать комфортными первые контакты ребенка с РАС с новыми людьми (родственники, друзья, няня). Обычно справедливо говорится, что первые попытки подобного общения должны проходить без спешки, в очень спокойных условиях, что ребенку надо дать время даже просто для того, чтобы привыкнуть к новой обстановке. Ребенка могут спугнуть и громкий голос, и резкие движения, и вообще излишняя активность и суетливость взрослого. Сначала ему может быть неприятно слишком прямое обращение: пристальный взгляд, «кликание» по имени, активные попытки привлечь внимание, вопросы, настойчивые предложения что-то посмотреть, послушать, с чем-то поиграть. В то же время ситуация знакомства не должна быть и абсолютно нейтральной. Непродуктивно с самого начала активно навязывать такому ребенку свой ритм, свои предпочтения, свою логику взаимодействия; и, наоборот,

взрослый должен быть очень внимателен к тому, чем заинтересовался ребенок, быть отзывчивым к его попыткам вступить в контакт.

Ошибки, излишнее давление чаще всего происходят из-за неуверенности взрослого в себе и в ребенке. По этому поводу хочется сказать одно: не надо слишком стараться, опыт показывает, что контакт обязательно возникает, потому что ребенок хочет этого, как и мы. Основное тут – не торопиться, не навязываться, но постараться увидеть его встречное движение и адекватно на него ответить. Если взрослый сидит спокойно, занимается каким-то своим делом, и только иногда, коротко взглянув на ребенка, улыбается ему, ребенок обязательно подойдет первым. После этого можно откликнуться, но от слишком активной реакции лучше воздержаться: следует помнить, что нас не должно быть «слишком много». Можно продолжать улыбаться, но взгляд не должен быть слишком долгим и пристальным, – именно в подобной ситуации ребенок, скорее всего, начнет смотреть на взрослого, может даже попробовать дотронуться до него, произнести свою стереотипную фразу обращения. Таким образом, если мы передаем дозирование и контроль за комфортностью ситуации самому ребенку, он становится более активным в установлении контакта.

Соответственно не надо и торопиться переходить к более развернутым формам взаимодействия. Ребенок должен сначала «обжить» саму ситуацию установления контакта, опробовать свою способность вызывать другого человека на общение. Он отходит – и приближается снова, выходит в другую комнату – возвращается и снова взглядывает на взрослого. Иногда он может делать это опосредованно, например, бросая взгляд и улыбаясь вашему отражению в зеркале, в стеклянной или полированной дверце шкафа. Его поведение напоминает игру в прятки, точнее, игру совсем маленького ребенка: он с восторгом закрывает и открывает свое лицо и, в общем, показывает, что за стеной аутизма все еще сохраняется живая, нормальная детская реакция. Постепенно такую игру можно «легализовать», перейдя к ней явным образом, и тут важно, чтобы ребенок снова пережил от нее удовольствие, привык к ней, почувствовал, что сам контролирует ситуацию: дистанцию контакта, его интенсивность и длительность.

Мы рассмотрели общие пожелания к тому, как организовать ситуацию знакомства, установить первый контакт с аутичным ребенком.

Для успешного взаимодействия с аутичным ребенком важна доброжелательная атмосфера в семье. Поэтому очень важно родителям создать в доме психологический комфорт. Чтобы помочь аутичному ребенку, нужно прежде всего избавиться от стереотипов. Для этого надо:

1. Избавиться от собственных амбиций в отношении своего ребенка.

Правило 1. Не предъявляйте к ребенку повышенных требований. В своей жизни он должен реализовать не ваши мечты, а свои способности.

2. Ни в коем случае не стыдиться своего ребенка.

Правило 2. Признайте за ребенком право быть таким, какой он есть. Примите его таким – с невнятной речью, странными жестами. Ведь вы любите его, пусть ваша любовь и переживает трудные времена. В конце концов, какая разница, что скажут о вашем ребенке незнакомые люди, которых вы больше никогда не

увидите или тетя Дуся из соседней квартиры? Почему их мнение для вас так важно?

3. Правило 3. Пытаясь чему-то научить ребенка, не ждите быстрого результата.

Результата вообще ждать не стоит. Научитесь радоваться даже небольшим его достижениям. Постепенно он выучит, и еще более постепенно проявит свои знания. Запаситесь терпением на годы.

4. Параллельно с раздражением возникает чувство вины: «Почему он такой? Почему это случилось именно со мной?», «Кто виноват?» – этот вопрос звучит уже более 100 лет по любому поводу.

Правило 4. Глядя на своего ребенка, не думайте о своей вине. Лучше подумайте о том, что уж он-то точно ни в чем не виноват. И что он нуждается в вас и вашей любви к нему.

5. Правило 5. Ребенок не требует от вас жертв. Жертв требуете вы сами, следуя принятым обывательским стереотипам. Хотя, конечно, кое от чего и придется отказаться. Но выход можно найти из любой, даже самой сложной ситуации. И это зависит только от вас.

6. Не замыкайтесь в своем мире, не бойтесь говорить о своем ребенке.
Правило 6. Рассказывайте о ребенке – пусть все знают, что такие дети есть и что к ним нужен особый подход!

Семьям полезно общаться между собой. При таком общении родители перестают чувствовать свое одиночество, свою обособленность и особенность. Родители, общаясь между собой, не стесняются своих детей, не переживают из-за их странного поведения, доброжелательно относятся к странностям других. В результате такого общения налаживаются новые дружеские связи, жизнь приобретает новые оттенки.

7. Главным в реабилитации детей-аутистов должна быть лечебная организация всей их жизни.

Правило 7. Лекарственная терапия действительно необходима!

Основная работа при этом неминуемо ляжет на близких – семью или тех, кто ее заменяет; а помогать им должна целая команда профессионалов (педиатров, неврологов, психиатров, психоневрологов). Лекарственная терапия действительно необходима, она должна проводиться одновременно с психологической и педагогической работой.

Безусловно, центром всей команды является сама семья. Невозможно помочь такому ребенку, если позиция его самых близких людей лишь пассивно-страдательна. Как уже говорилось, развитие ребенка в целом искажено, и для его выправления необходима специальная организация всей жизни, должны быть продуманы все мелочи бытовых ритуалов. Особенно важны постоянная эмоциональная поддержка близких и их стремление двигаться вперед вместе с ребенком.

Литература

1. Таубман М., Лиф Р., Мак Экен Дж. Есть контакт! Учебные программы. Социализация людей с аутизмом с помощью прикладного поведенческого анализа /Издательство: ИП Толкачев Л.Л., 2018 г.

Использование поощрений как инструмента эффективного взаимодействия с ребенком с РАС

У ребенка с расстройствами аутистического спектра нет внутренней мотивации для того, чтобы вести себя спокойно, сотрудничать, быть послушным, а также читать, играть или вести себя в соответствии с социальными нормами. Для эффективного формирования соответствующего поведения необходимо сначала использовать дополнительное внешнее поощрение или так называемое подкрепление.

Подкрепление - естественное появление или предъявление желаемого стимула (подкрепителя).

Подкрепление увеличивает частоту данной реакции в будущем в сходных обстоятельствах.

Некоторые специалисты возражают против подкреплений. **Причины:**

1. Использование поощрений неестественно. (Но подкрепление мотивирует всех людей. Достойная заработная плата, возможность поехать в отпуск, уделить время любимому хобби и т.д. Мы радуемся всему этому, потому что это подкрепители, определяющие наше поведение.)

2. Поощрение - это подкуп. (Такие утверждения возникают, если использовать поощрение неправильно. Например: ребенок ведет себя плохо, а вы обещаете ему награду, если он прекратит такое поведение. В этом случае ребенок может запомнить связь между своим неприемлемым поведением и поощрением.)

Обсуждение подкрепителей уже само по себе является легким поощрением. Но даже такая форма подкрепления не должна возникать во время ситуации неприемлемого поведения. Самый распространенный пример обусловленного поощрения в повседневной жизни — это обычная заработная плата.)

3. Поощрение прививает зависимость. (Часто это происходит потому, что ребенку дают подкрепители в таких ситуациях, когда ему не приходится их зарабатывать или когда поощрения не связаны с его поведением. Съесть что-то вкусненькое, посмотреть телевизор, пойти гулять — все это можно сделать в любой момент, и в такой ситуации все это не будет работать как подкрепитель.)

Определение и создание подкрепителей.

Откройте ребенку **широкий доступ к потенциальным подкрепителям** и наблюдайте. Как правило это приводит к появлению новых подкрепителей. Небольшие и самые обычные вещи можно превратить в подкрепитель.

Нельзя допускать эффекта насыщения подкрепителем. Зачастую подкрепители теряют свою мотивирующую ценность, когда наступает эффект насыщения. Например, если человек потребляет слишком много определенной еды, то неважно, как сильно она ему нравится - наступает момент, когда он просто ею пресытится. Чтобы не допустить пресыщения и, таким образом, поддерживать ценность подкрепителя на должном уровне, необходимо иногда перекрывать к нему доступ. Кроме того, необходимо **чередовать** самый сильный

подкрепитель с другими, менее сильными, чтобы ребенок не получал одно и то же слишком часто.

Эффективным методом разработки подкрепителей является **ассоциирование** (*Ассоциирование, сочетание стимулов — процесс одновременного или близкого по времени предъявления нейтрального стимула со значимым стимулом, в процессе которого нейтральный стимул приобретает свойства контроля над поведением, присущие значимому стимулу.*) потенциальных подкрепителей с уже закрепленными. С помощью такого ассоциирования потенциальные подкрепления приобретают аналогичную стимулирующую ценность. По этой причине в практике сочетают социальные подкрепители (похвалу, прикосновение) с ранее закрепленными (игрушками, едой, любимыми занятиями).

Категории подкрепителей

Разные подкрепители имеют разную ценность. Одни всего лишь «годятся», тогда как другие можно отнести к категории «всё отдам за ...», то есть сильные, средние, слабые. Важно использовать их дифференцированно. Так за исключительное поведение давать сильные подкрепители, за хорошее — средние, за приемлемое поведение — слабые.

Выбор режимов подкрепления

Режим подкрепления — правила предъявления или непредъявления подкрепителей (например, подкрепление каждой второй правильной реакции, первой правильной реакции после 5 минут и т.д.). Вначале подкрепление используют очень часто. Впоследствии важно переключиться на переменные режимы подкрепления (например, каждые 15 минут, каждые 30, 60 и т. д.) На поздних этапах переходят к естественной частоте подкрепления. Основная цель — это переход к режиму, который встречается в обычных условиях (например, в школе), чтобы в итоге подкрепление осуществлялось с естественной частотой (например, ежедневно или даже еженедельно).

Правила подкрепления

1. Подкрепления должны подкреплять!

Важно постоянно следить за тем, продолжает ли тот или иной предмет выполнять функцию подкрепления. Часто ценность подкрепителей быстро меняется, поэтому нужно проявлять гибкость и менять подкрепители сообразно предпочтениям ребенка.

2. Подкрепление должно быть обусловленным.

Подкрепление должно быть доступным только при наличии целевого поведения. Выбирайте только те подкрепители, которые могут пригодиться для обусловленного поощрения. Не стоит применять в качестве подкрепителей то, что нельзя впоследствии убрать, или отсутствие которых приведет к серьезным проблемам.

3. Нужно использовать разнообразные подкрепители.

Использование разнообразных подкрепителей снижает вероятность насыщения ребенка одним из них; при этом сохраняется их новизна и сила.

4. Социальные подкрепители нужно ассоциировать с первичными.

Даже если ребенок не придает значения социальным подкрепителям (улыбка, похвала), ассоциирование с первичными подкрепителями (еда, питье,

любимая игрушка) постепенно сделает их подкрепляющими. Развитие социальных форм поощрения позволяет чередовать социальные и первичные подкрепители и постепенно уменьшить частоту использования материальных подкрепителей до «очень редко».

5. Нужно постоянно искать и придумывать новые подкрепители.

Присмотритесь к аутостимуляции ребенка, чтобы понять, какие предметы и действия ему нравятся. Детям с визуальной аутостимуляцией подойдут, например, лабиринт с шариком, водяной таймер. Дети со звуковой аутостимуляцией могут заинтересоваться музыкальными записями или инструментами, звуковыми игрушками-книжками. Детям с двигательной аутостимуляцией может понравиться массаж, батут, щекотка.

6. Непредсказуемость и новизна существенно усиливает подкрепление.

Даже просто изменив способ подачи подкрепления (например, используя «Волшебный ящик» и ли «чудесный мешочек»), вы можете создать новые подкрепители.

7. На начальном этапе подкрепление должно осуществляться немедленно. На начальных этапах, если подкрепление выдается не более чем через полсекунды после реакции, результатом становится прочная ассоциация между поведением и подкрепителем. При этом снижается риск случайного подкрепления «не того» поведения. Однако, постепенно следует увеличивать задержку подкрепления, чтобы ребенок привыкал к менее мотивационному режиму поощрения, который принят в реальном мире.

9. Надо четко придерживаться режима подкрепления.

При плановом снижении частоты подкрепления необходимо, чтобы все члены терапевтической команды неукоснительно следовали установленному режиму.

10. На ранних этапах обучения следует называть поведение, которое вы подкрепляете. Название поведения служит подсказкой как для родителя, так и для педагога — это поможет сосредоточиться на цели учебных блоков. В дальнейшем становится не так важно называть поведение, так как ребенок уже будет понимать обусловленность своего поведения.

11. Со временем нужно переходить к более естественным и практическим формам подкрепления.

12. НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОДКРЕПЛЕНИЕ КАК ВЗЯТКУ!

Не сообщайте ребенку заранее, какой подкрепитель он может заслужить. При проявлении неприемлемого поведения не напоминайте ребенку о подкрепителе, который он получит, если прекратит так себя вести, и не угрожайте ему потерей подкрепителя, если он продолжит это поведение.

Ступив на тропу подкупа «Если ты ..., то я ...», дети часто мгновенно прекращают неприемлемое поведение. Но эта кратковременная стратегия может дать мгновенное облегчение, но порождает долгосрочные проблемы. Вам придется все чаще напоминать им о подкреплении и о том, что ребенок должен сделать, чтобы заслужить его. В результате в мышлении ребенка появится устойчивый шаблон: а стоит ли подкрепитель тех усилий, которые вы просите приложить?!

Предпочтительнее поощрить ребенка ПОСЛЕ того, как ТРЕБУЕМОЕ поведение имело место. Так подкрепление становится менее предсказуемым, что облегчает в дальнейшем его постепенное уменьшение.

Литература

1. Лиф Р., Макэкен Дж. Идёт работа. Стратегии работы с поведением. Учебный план интенсивной поведенческой терапии при аутизме. /Издательство: ИП Толкачев Л.Л., 2016 г.

2 . Мелешкевич О., Эрц Ю. Особые дети. Введение в прикладной анализ поведения (АВА): принципы коррекции проблемного поведения и стратегии обучения детей с расстройствами аутистического спектра и другими особенностями развития/ Издательство: БАХРАХ-М Самара, 2014 г.

*Соловьева Лидия Сергеевна,
учитель надомного обучения
МБОУ «Специальная (коррекционная) школа»*

Необычные пристрастия, интересы и влечения

У детей РАС часто отмечается сочетание различных видов стереотипий (от наличия отдельных повторяющихся действий до сочетания различных действий сенсорного, двигательного и речевого характера, а также вычурного стереотипного поведения). Усиление, ослабление и изменения интенсивности и частоты проявления стереотипных действий зависит от внешних условий и воздействия на ребенка со стороны взрослого (незнакомая ситуация, попытки установления контакта, эмоциональная напряженность). Закрепление стереотипий может способствовать повышенное эмоциональное состояние ребенка (как условие эмоционального дискомфорта, так и условия повышенного эмоционального комфорта при определенных внешних обстоятельствах).

В своей коррекционной работе опираюсь на игру, как ведущую деятельность. Игра имеет в себе тенденции всех направлений развития и содержит в себе зону ближайшего развития. У ребенка с РАС есть любимые игры – одна или несколько. В таких играх ребенок может часами манипулировать предметами, совершая странные действия. Чаще стереотипные игры ребенка остаются загадкой для окружающих, в них есть повторяющиеся действия, манипуляции с предметами, но отсутствует видимый сюжет. Несмотря на странность, неадекватность действий ребенка с РАС, неправомерно было бы утверждать, что мир людей и их отношений совсем ему неинтересен. Он тянется к людям, у него есть живые детские реакции. При этом внешне он может выглядеть апатично, не проявляя интереса к происходящему вокруг (например, на детской площадке играть «сам по себе», вроде бы не нуждаясь в партнерах). Однако взрослый, близко знающий ребенка, может увидеть то, что скрыто: и любопытство, и интерес, и желание присоединиться к игре. В работе с детьми с РАС важны разные виды игр: стереотипная, сенсорная, сюжетно-ролевая. Каждый вид игры имеет свои цели:

Стереотипная игра ребенка – основа взаимодействия с ним, также она дает возможность переключения, если поведение ребенка выходит из-под контроля. Стереотипные движения позволяют удовлетворить те сенсорные потребности, которые ребенок не может получить иным способом. Дети с РАС любят манипулировать предметами. Им нравится трогать предметы, вертеть, подбрасывать, ронять на пол, нюхать, пробовать на вкус. У каждого ребенка существует свой набор любимых стереотипных игр. Он может играть в них несколько месяцев или лет, совершая действия, понятные только ему. Если произошла негативная эмоциональная вспышка, необходимо вовлечь ребенка в любимую стереотипную игру. Очень медленно, со временем, мы пытаемся старую стереотипную игру немного видоизменить, добавить новый жест или

дополнительный предмет. Добавляем новый сюжет при условии, что ребенок принял нас и допускает в свою особенную деятельность. Когда мы видим, что ребенок начал вращение, запускаем юлу или волчок, приговаривая «вот как кружится волчок». В некоторых случаях удастся поиграть вдвоем с ребенком в «карусели». Чтобы наладить эмоциональный контакт, без которого невозможно проведение коррекционных мероприятий, мы предлагаем проводить с ним сенсорные игры.

Сенсорные игры дают новую чувственную информацию, переживание приятных эмоций. Приятное переживание, которое возникает у ребенка при получении сенсорных ощущений, связывается с образом конкретного человека, ребенок проникается доверием к взрослому, который играет с ним. Часто одна из сенсорных игр может так понравиться ребенку, что на какое-то время превратится в любимую стереотипную игру, так как будет приносить ему приятные успокаивающие ощущения.

Проведение сенсорных игр решает следующие задачи:

- переживание приятных эмоций, что положительно сказывается на настроении и поведении ребенка;
- возникновение эмоционального контакта с взрослым, появление в жизни ребенка человека, который понимает его, открывает новые возможности для проведения коррекционной работы и влияния на сам ход дальнейшего развития ребенка;
- получение ребенком новой сенсорной информации, что важно для расширения его представлений об окружающем мире;
- внесение в игру новых социальных смыслов посредством введения сюжетов, что в целом приближает ребенка к миру людей, дает новые представления о социальных взаимоотношениях.

Сенсорные игры позволяют детям получать новые ощущения от разных сенсорных источников:

- зрительные включают методики по изучению восприятия цвета, например, если один цвет перетекает в другой или цвета смешиваются;
- слуховые включают в себя разные звуки из повседневной жизни. Такие игры помогут отличать разные звуки в обычной жизни (журчание воды, звуки музыки, пение птиц);
- тактильные игры основаны на прикосновениях к различным поверхностям. Ребенок должен почувствовать разницу между разными текстурами поверхностей, понимать величину предмета, его форму;
- двигательные помогают легче ориентироваться в своих движениях.

Существуют разные виды сенсорных игр: игры с красками, водой, крупами, мыльными пузырями, игры со светом и тенями, со звуками, игры с пластичными материалами. В процессе игры вполне могут быть использованы задания на развитие интеллекта. Если ребенок понял, в чем состоит смысл такого задания, он выполняет его охотно и получает удовольствие от достигнутого результата. Ребенка с РАС привлекает открывание всевозможных баночек, пересыпание фасоли, выкладывание геометрических вкладышей.

Игры с водой. Возня с водой, переливание ее особенно нравится детям. Эти игры имеют и терапевтический эффект. Игры с мыльными пузырями.

Игры со льдом. Заранее приготовьте лед, выдавите вместе с ребенком лед из формочки в мисочку: «Смотри, как водичка замерзла: стала холодная и твердая». Затем погрейте его в ладошках, она холодная и тает. Зимой на прогулке можно обращать внимание ребенка на сосульки, лужи и т.д. Они будут в восторге от таких изменений в природе.

Не менее интересны и **игры с крупами и с пластичным материалом** (пластилином, глиной, тестом) Такие игры могут быть осложнены повышенной безразличностью ребенка. И все же практика показывает, что если пробовать, предлагая ребенку различные материалы и разные виды одного и того же материала, удастся найти такой, который ему понравится.

Игры с красками «Цветная вода». Для проведения игры потребуются: - акварельные краски, - кисточки, - прозрачные стаканы (в дальнейшем количество которых может быть любым). Стаканы наполняются водой и расставляются на столе, затем в них поочередно разводятся краски разных цветов. Обычно ребенок следит за тем, как облачко краски постепенно растворяется в воде. Можно разнообразить эффект и в следующем стакане развести краску быстро, помешивая кисточкой, ребенок же своей реакцией даст Вам понять, какой из способов ему понравился больше. Когда увлеченность общим сенсорным эффектом станет ослабевать, можно приступать к расширению игры. Используя стаканчики разных размеров, можно знакомить ребенка с понятием величины; меняя количество стаканчиков, обучать счету и т.д.

Предлагаю следующие варианты игры:

1. «Фонтан», подставив под струю воды пузырек с узким горлышком. Обычно такой эффект приводит детей в восторг.

2. «Озеро» или «бассейн», в котором учатся плавать игрушки (это возможно в том случае, если у ребенка есть опыт посещения бассейна).

3. «Купание кукол». Искушайте кукол - гольшей в теплой водичке, потрите их мылом, заверните в полотенце, сопровождайте свои действия словами: «А сейчас будем купать. Нальем в ванночку теплой водички, попробуй ручкой водичку, теплая? Отлично. А вот наши куколки. Как их зовут? Это Катя, а это Миша. Кто первый будет купаться? Катя? Хорошо. Давай спросим у Кати, нравится ли ей водичка, хорошо ей? Не горячо?» и т.д.

4. «Мытье посуды». Можно вымыть посуду после кукольного обеда.

Песочная терапия

Песочная терапия предоставляет ребенку с аутизмом возможность самовыражения.

Необходимые материалы: в песочной терапии могут быть использованы разные виды песка. Это речной песок, морской песок, песок вулканического происхождения и так далее. Песок изначально промывают в проточной воде, затем прокалывают на большом огне и только потом его применяют на практике. Мы покупаем готовые пески (кенетические, экопесок) Песок насыпают в деревянные подносы стандартного размера (50 x 70 x 8 см). Есть ещё пластмассовые песочницы. Дно и бока подноса или песочницы выкрашивают в голубой цвет, что символизирует небо и воду. Иногда на практике используют два подноса с сухим и мокрым песком. Иногда добавляют воду в сухой песок и уже потом работают с мокрым песком. Всё зависит от желания ребёнка, с каким

песком ему в данный момент хочется поиграть. Камушки, ракушки, коряжки, миниатюрные предметы обихода. А также сказочные герои, животные и т.д.

Обычная игра в песочнице помогает развивать тактильную чувствительность и моторику, совершенствует зрительно-пространственную ориентировку и зрительно-моторную координацию, способствует развитию внимания, памяти, мышления, развивает навыки общения, «заземляет» негативные эмоции.

Песок не так прост, как кажется на первый взгляд. На самом деле это удивительный материал. Он может быть легким или тяжелым, может принимать любую форму. Достаточно добавить в него воды, и он сразу изменится. Такие свойства песка используют не только в творчестве, но и в терапевтических целях. Песочная терапия помогает найти выход из разных ситуаций, поскольку это игра с символами.

Песок, вода и миниатюрные фигурки помогают детям выразить свои эмоции, чувства, раскрыться и передать то, что словами ребенок с аутизмом объяснить не может. Терапия с использованием песка основывается на игре. С помощью игры дети, у которых диагностируют аутизм, знакомятся с внешним миром, выражают свои чувства и эмоции. Некоторые дети, у кого очень чувствительное восприятие звуков, очень агрессивно себя ведут при любом звуке (пылесос, музыка, хлопki).

Песочная терапия откроет у ребенка творческое начало, которое поможет в дальнейшем развитии и обязательно приведет к переменам. Играя в песочнице, у ребенка улучшается моторика, речь, восприятие, внимание, мышление, память, коммуникация. Она помогает детям с аутизмом развиваться, познавать мир, избавиться от страхов.

У многих детей с аутизмом развиваются чрезвычайно интенсивные интересы (особенно к цифрам и буквам).

Увлечения такого ребенка - его источник счастья и гордости. Возможно, этот интерес помогает ему справляться со стрессом и трудными ситуациями.

Интенсивные интересы могут быть источником проблем, но при этом они также являются отличными возможностями для развития важных навыков.

Использование интересов для развития новых навыков. Например, использовать буквы, чтобы расширить словарный запас ребенка. Попробуйте написать названия предметов в вашем доме и прикрепить их к соответствующим предметам. Например, «стул», «стол» и «книга».

Также вы можете распечатать слова - описания, например, «большой» и «маленький», и слова, указывающие на местоположение, например, «внутри», «на», «под». Эти наклейки можно прикреплять к предметам и читать их ребенку. Когда он начнет понимать их смысл, вы можете попросить его прикрепить наклейку туда, куда она подходит.

Точно так же вы можете попросить его прикреплять цифры к группам предметов в соответствии с их количеством, например, трем шарикам, двум машинкам или четырем конфеткам. Таким образом, вы сможете ребенку понять, что именно обозначают цифры и буквы.

Вы можете использовать эту игру в наклейки для того, чтобы поощрять социальное взаимодействие с вами или другим взрослым или ребенком. Например, напишите различные слова, обозначающие действия, на карточках. Ребенок может вытянуть наугад одну карточку из многих и прочитать слово («прыгать», «петь» и так далее). Затем делаете вместе то, что написано на карточке.

Использование визуальной поддержки, чтобы облегчить переход от любимого занятия. Вы можете использовать интерес вашего ребенка к цифрам и буквам, чтобы помочь ему перейти от его любимого занятия к другим задачам. Подумайте о том, чтобы составить визуальное расписание, которое будет комбинировать картинки, слова /или цифры, чтобы иллюстрировать повседневные дела.

Визуальные расписания — это очень полезный метод для обучения распорядку дня и подсказок о том, когда пришло время переходить к другому занятию. Расписание обязательно должно включать время, посвященное особому интересу ребенка. Так ребенок будет знать, что посвящать время особому интересу — это нормально, но так же важно заниматься другими делами.

Другой способ использовать визуальную поддержку — это карточки «сначала/потом». Идея здесь в том, что ребенку будет проще выполнить не очень приятную задачу, если он знает, что после этого он сможет наслаждаться своим любимым занятием. (Подробнее смотрите в статье «Как использовать визуальную поддержку при аутизме» <https://outfund.ru/kak-ispolzovat-vizualnuyu-podderzhku-pri-autizme/>).

В вашем случае вы можете использовать рисунок или фотографию игры на детской площадке в графе «Сначала» и картинку книги или фотографию, как ваш ребенок смотрит в книгу в графе «Потом».

При использовании расписания «сначала-потом» полезно также использовать часы или визуальный таймер, который будет определять время, посвященное каждому занятию. Затем вы можете перейти к таким карточкам «сначала-потом», как: «Сначала мыться, потом рисовать цифры».

Дополнительные способы для развития интереса. Вот некоторые другие способы, которые позволят перенаправить его особый интерес к буквам и цифрам в новое русло:

— Если вы приучаете ребенка к туалету, то попробуйте украсить ванную комнату буквами и цифрами, чтобы ему было приятно находиться там, когда нужно воспользоваться туалетом.

— Вашему ребенку нужна дополнительная мотивация для физической активности? Пусть он посчитает, сколько раз он прыгнул на батуте или мимо скольких домов вы прошли на прогулке. Если он предпочитает только написанные цифры, а не счет вслух, сделайте набор карточек, которые он может использовать.

— Вы можете использовать цифры даже для того, чтобы помочь ребенку определить свои эмоции и сообщить о них, что обычно очень трудно детям с аутизмом. Я знаю некоторые чудесные программы, которые используют цифры от 1 до 5, чтобы помочь детям определить, что они чувствуют на шкале, и научиться стратегиям управления своими эмоциями. (Подробнее смотрите: «Как можно

улучшить эмоциональную регуляцию ребенка с аутизмом» <https://outfund.ru/emocionalnaya-regulyaciya-rebenka-s-autizmom/>).

В заключение я хочу еще раз подчеркнуть, что особые интересы детей — это их сильная сторона. Они делают детей счастливыми, поддерживают их уверенность в себе и повышают самооценку. Нужно только помогать детям научиться сохранять баланс между интенсивными интересами и другими занятиями, с чем у них могут возникать трудности, но эти усилия определенно того стоят.

Полезные источники:

<http://www.myshared.ru/slide/1000162/>

<https://infourok.ru/ispolzovanie-pesochnoy-terapii-s-detmi-ras-3666429.html>

<https://med-tutorial.ru/m-lib/b/book/3005182239/8>

<https://infourok.ru/statya-osobnosti-proyavleniya-stereotipnogo-povedeniya-autichnih-doshkolnikov-3248420.html>

https://pikabu.ru/story/что_делат_pri_oderzhimosti_rebenka_s_autizmom_odnim_intee

<https://iknigi.net/avtor-olga-rudik/110797-korrekcionnaya-rabota-s-autichnym-rebenkom-olga-rudik/read/page-3.html>

Причины агрессии у детей с аутизмом и способы ее снижения

Одной из актуальных проблем, с которыми сталкиваются педагоги и родители в общении с ребенком с аутизмом, – это агрессия. Агрессия и агрессивность – не одно и то же. Агрессивность – черта характера, привычка и склонность реагировать на все агрессивно. Это устоявшаяся модель поведения ребенка, которая проявляется в виде деструктивных реакций на различные раздражители, поощряемые родителями. И как следствие – выработка отрицательной поведенческой привычки. Агрессия – это любое действие, которое направлено на причинение ущерба другому человеку или группе людей. Она является реактивным поведением, неосознанным и возникает в автоматическом режиме. Агрессия у детей с РАС – это рефлекс. Чаще всего она проявляется по отношению к другим людям: ребенок с аутизмом может драться, бить окружающих, кусаться, бросать предметы и т.д. Помимо агрессии, направленной на других людей, у ребенка с аутизмом может наблюдаться самоагрессия (самоповреждающее поведение). Это нанесение себе различных повреждений, сильные взмахи головой, громкий плач или крик, «брыкание», которые делают невозможным приближение взрослых. Самоагрессия представляет реальную угрозу для здоровья ребенка. При расстройстве аутистического спектра фактором риска является возраст: чем младше ребенок, тем вероятнее у него появление неконтролируемых вспышек агрессии.

У детей с аутизмом при нарушенном взаимодействии с социумом можно наблюдать агрессию, которая является единственным способом для них выразить страх, тревогу, гнев или другие чувства. Для окружающих взрослых важно понять, какие внешние воздействия могут стать раздражителями для такого ребенка, и тогда можно справиться с привычкой агрессивных реакций. Агрессия у детей с РАС наступает при активности защитных свойств организма в условиях сильногораздражителя, например, сенсорного (слишком громкие звуки, яркий свет, неприятная текстура вещей и другие раздражители). Повышенную тревожность у детей с РАС вызывают новые для него вещи, которые для взрослого кажутся естественными. И агрессия в этом случае может быть попыткой избежать тревожных ситуаций или действий. У большинства детей с аутизмом нарушена вербальная функция, поэтому они пытаются всеми возможными способами сообщить, что им нужно. Иногда это выражается в агрессии.

Как же бороться с агрессией детей с аутизмом? В первую очередь важно признать чувства ребенка с аутизмом, если его что-то сильно расстроило. Например, сделать телевизор тише, если его раздражают громкие звуки, или паузу в обучении, если он испытывает эмоциональную перегрузку и начинает проявлять недовольство. Выражение эмоций, пускай и негативных, является вполне естественным, и запретить это нельзя. Как только ребенок поймет, что проявлять эмоции можно и нужно, взрослым будет намного проще скорректировать его поведение для реагирования на сложные ситуации.

Любой ребенок равняется на эмоциональное поведение взрослых, не исключением становится и ребенок с РАС. Поэтому взрослому важно спокойно выражать свои чувства и словами объяснять, что его расстроило. Тогда ребенку будет проще перенимать и формулировать у себя правильную модель поведения в разных ситуациях.

Специалисты предлагают эффективные способы по снятию агрессивного поведения у детей с аутизмом, например, метод АВА-терапии. Он позволяет не только уменьшить количество истерик, сопровождающихся агрессией, но и научить ребенка самоконтролю. Специалисты и родители, которые использовали на занятиях с детьми такую методику, как АВА-терапия, отзывы оставляют следующие:

- улучшаются навыки коммуникации;
- нормализуется адаптационное поведение;
- улучшается способность к обучению.

Кроме этого, благодаря данной программе значительно уменьшаются проявления поведенческих отклонений. Также доказано, что чем раньше начаты курсы АВА-терапии (предпочтительнее в дошкольном возрасте), тем более заметными будут результаты.

Есть еще один метод снижения агрессии у детей с аутизмом – это метод А-Б-С. Чтобы предугадывать возможную вспышку агрессии, используют принцип А-В-С:

А - предпосылка. Факторы, которые способствуют проявлению агрессии. Для уточнения предпосылки важно фиксировать точное время, дату, место и условия инцидента.

В - поведение. Описывает, как среагировал ребенок на провоцирующий фактор.

С - последствия. К чему привели действия ребенка? Как они повлияли на него и окружающих? Отвечая на эти вопросы, можно определить, что вызывает агрессивное поведение у ребенка и какими действиями ее снизить.

Задача взрослого - научить ребенка с РАС выражать свои эмоции. Вот что советуют специалисты:

- разработайте для ребенка наглядный план действий для каждой стрессовой ситуации (сильный шум вокруг, новые люди, незнакомые места и т.д.);
- научите ребенка самостоятельно успокаиваться (глубокие вдохи, счет до десяти, дистанционное отстранение от раздражителя);
- продумайте сигналы, с помощью которых ребенок сможет сообщать вам, что он хочет (фотографии кухни, туалета, игрушка или предмет, звуки, жесты);
- хвалите ребенка за каждое правильное выполнение действия, которому вы его обучали. Подкрепляйте достижения поощрением.

Дом является местом, где дети с РАС обычно проводят больше всего времени. Если в нем будет сохраняться спокойная атмосфера, это может помочь сократить количество стрессовых факторов, предотвратить депрессию и побороть агрессию. Дети с РАС любят стабильность и стремятся к ней, поэтому необходимо следовать одному и тому же распорядку и подкреплять его картинками, описывающими, что последовательно должен делать ребенок на протяжении дня.

Очень важно создать в доме уголок, где ребенок сможет отдыхать от сенсорных раздражителей и справляться со стрессом. Особенным детям тяжело подолгу изучать новые навыки, а обработка и восприятие информации порой приводят к эмоциональным перегрузкам. Чтобы не допустить этого, нужно выделить ему отдельную комнату и оформить ее соответствующим образом. Наличие своего собственного уголка способствует формированию картины мира и новых навыков в процессе обучения. Также с ощущением защищенности проще формируются навыки самопомощи у детей с аутизмом.

Конечно, когда ребенок находится в привычной для него обстановке, то он более спокоен, уравновешен. Но процесс обучения, особенно в его начале, требует от ребенка с РАС изменения стереотипного поведения. Это тоже вызывает агрессию в отношении педагогов. В процессе обучения в школе ребенку приходится усваивать множество новых правил. Этому могут препятствовать не только нарушения в сфере социального взаимодействия, но и дефицит произвольной регуляции деятельности и функции самоконтроля. Ему приходится учиться сидеть на уроке, вставать и отвечать по требованию учителя, воспроизводить тот или иной учебный материал по инструкции, что довольно проблематично для ребенка с аутизмом. Поэтому перед педагогами стоят важные задачи, выполнив которые, они могут успешно обучать ребенка с РАС:

- адаптация к школьному обучению: адаптация к режиму, нормам поведения, наличию других детей в классе;
- формирование учебного стереотипа: работа за партой, подготовка к уроку, ответы на вопросы;
- формирование стереотипа поведения в классе: обучение разным формам работы (за партой, у доски, индивидуальные задания, фронтальные вопросы...);
- развитие коммуникации: с учителем, с детьми.

Совместная и систематическая работа педагогов и родителей в решении задач по снижению агрессии у ребенка с РАС будет способствовать развитию его коммуникативного поведения и познавательной активности.

Литература

1. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок: Пути помощи. - М.: Теревинф, 1997. - 341 с.
2. Никольская О.С. Аффективная сфера человека: Взгляд сквозь призму детского аутизма. - М.: Центр лечебной педагогики, 2000. - 362 с.
3. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция /В.В. Лебединский, О.С. Никольская, Е.Р. Баенская, М.М. Либлинг. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990.- 197 с.
4. Интернет ресурсы:
 - <https://fb.ru/article/165575/ava-terapiya---chto-eto-takoe-metod-ava-terapii>
 - <https://aba-kurs.com/agressiya-u-autistov/>

Стереотипность развития эмоционально-волевой сферы детей с РАС

При расстройстве аутистического спектра у детей наблюдается преимущественно искажение эмоционально-волевой сферы. Таким детям присущи разнообразные страхи, агрессивность, неадекватность поведения, негативизм, уход от общения даже с близкими людьми, отсутствие интереса и понимания окружающего мира. Наблюдается выраженная эмоциональная незрелость ребенка («эмоциональный» возраст может быть значительно меньше реального биологического возраста), отсутствие адекватного эмоционального реагирования. И это происходит в связи с неумением различать эмоциональные состояния окружающих людей по их проявлениям: мимике, жестам, движениям.

Одним из эффективных приёмов установления контакта с детьми с РАС является применение сенсорных игр, который способствует установлению эмоционального контакта с детьми, коррекции эмоционально-волевой сферы. Сенсорный компонент мира приобретает для такого ребенка особую значимость, поэтому проведение сенсорных игр является своеобразным стимулом вовлечения в игру, «соблазном» для ребенка. Виды сенсорных игр разнообразны:

- Игры с **крупями** (гречка, рис, фасоль, горох, манка и др.).
- Игры с **пластичным материалом** (пластилином, глиной, тестом) в соответствии с предпочтениями ребёнка.
- Игры с **красками** (рисование кисточками, губкой и особенно пальцами) помогают снятию излишнего мышечного напряжения и развитию мелкой моторики пальцев.
- Игры с **водой**. Эти игры имеют и терапевтический эффект.
- Игры со **льдом**.
- Игры с **мыльными пузырями**. Детям нравится наблюдать за кружением в воздухе мыльных пузырей, за тем, как они лопаются, их захватывает сам процесс выдувания мыльных пузырей.

Следующий прием, направленный на коррекцию эмоционально-волевой сферы - это знакомство детей с эмоциями человека посредством игр, стихотворений, рассказов, сказок и пр. Так, с помощью стихотворения Н. А. Екимовой «Облака» происходит знакомство с эмоциями: радость, печаль, гнев и удивление и делается вывод о том, что все облака разные, непохожие друг на друга так же, как и люди. В игре «Половинки» на материале персонажей сказок закрепляются такие понятия, как добрый – злой, определяются основные эмоции, характерные данным сказочным персонажам.

В игре «Маскарад» также закрепляются знания об основных эмоциях. С помощью наклеек дети выкладывают лица сказочных героев на заданную тему таким образом, чтобы получились, например, весёлые, грустные лица и т.д.

Для развития эмоционально-волевой сферы необходимо подбирать для просмотра мультфильмы с героями, у которых понятна мимика. Ребёнку предлагается угадать настроение персонажей мультфильмов, сказок (например, с помощью стоп-кадра), а затем изобразить самому.

Таким образом, посредством игротерапии, погружения детей с РАС в коррекционно-развивающую среду происходят изменения в их эмоциональной сфере. Меняются их взгляды на мир и отношения с окружающими, налаживается эмоциональный контакт со сверстниками. Они учатся различать основные эмоции, такие, как радость, печаль, гнев, страх, удивление. У них возрастает способность осознавать и контролировать свои эмоции.

Рекомендации для родителей

«Выстраивание прочных эмоциональных связей с детьми с РАС»:

1. Как бы ни было трудно, но необходимо принимать ребёнка таким, какой он есть, проявлять гибкость.
2. В любой ситуации исходить только из интересов ребёнка.
3. Из дня в день строго придерживаться определённого режима и ритма жизни ребёнка, подстраивать под этот режим распорядок дня всей семьи.
4. Соблюдать ежедневные ритуалы, обеспечивающие безопасность ребёнка.
5. Научиться улавливать малейшие вербальные и невербальные сигналы ребёнка, свидетельствующие о его дискомфорте (плач, крик, необычное поведение: потряхивание руками, раскачивание и т.д.).
6. Чаще присутствовать на занятиях в группе (в классе), где занимается ребёнок.
7. Как можно чаще разговаривать с ребёнком, стараясь установить с ним вербальный (речевой) контакт.
8. Обеспечивать комфортную обстановку для общения и обучения как дома, так и в детском коллективе.
9. Терпеливо объяснять ребёнку смысл его деятельности, используя чёткую наглядную информацию (схемы, картинки, пооперационные карты и т.д.).
10. Избегать переутомления ребёнка.
11. Идите «за ребёнком». Действуйте последовательно, поэтапно, не форсируйте события.

Литература:

1. Баенская Е.Р., Никольская О.С., Лилинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. М.: – Центр традиционного и современного образования "Теревинф". – 1997.
2. Вейс Томас Й. "Как помочь ребенку?" Москва 1992г.
3. Коган В.Е. " Аутизм у детей " Москва 2000г.
4. Лебединская К.С., Никольская О.С., Баенская Е.Р. и др. "Дети с нарушениями общения: Ранний детский аутизм" Москва 1998г.
5. Лебединский В.В. "Нарушения психического развития у детей" Москва 1998г.
6. Лебединский В.В., Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. "Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция" Москва 1990г.
7. Москаленко А.А. Нарушение психического развития детей – ранний детский аутизм. // Дефектология. – 1998, No 2. с. 89-92 .

Трудности понимания обращенной речи

Почему дети с РАС не понимают обращенную речь?

Это один из важных маркеров аутистических расстройств. Достаточное понимание речи обеспечивается:

- хорошим уровнем произвольности у детей (произвольная организация своего внимания и поведения в соответствии с тем, что он слышит; произвольная организация собственной речевой реакции; интереса к речевой ситуации);
- достаточным уровнем словарного запаса (словарь должен быть актуализированным — это обязательное условие);
- навыками правильного грамматического оформления высказывания.

У детей с РАС перечисленные навыки находятся, как правило, в остром дефиците, что неизбежно приводит к трудностям понимания речи.

Работа по преодолению нарушения понимания речи должна начинаться, как только родитель заметил у своего ребенка трудности такого характера или по рекомендации специалиста. Эта работа должна проводиться комплексно и включать в себя занятия с психологом, логопедом и занятия родителей с ребенком дома.

Как помочь ребенку начать понимать обращенную речь?

На подготовительном этапе важно установить эмоциональный контакт с ребенком и определить сферу его интересов, потребностей и зону ближайшего развития. Исходя из этого, подбирается речевой материал. В течение всего дня педагогу и родителю необходимо использовать эмоционально-смысловые комментарии.

Необходимо вносить смысл в любую активность ребенка. Например, ребенок начинает стучать по столу. Тогда взрослый проговаривает, что это «мастер стучит молотком: тук-тук, он строит дом...».

Обязательно на протяжении всех этапов коррекционной работы используется метод проговаривания ситуаций, установления причинно-следственных связей, описываются чувства и эмоции. Например: «Мы уберем игрушки и тогда сможем пойти гулять». Или: «Ты выполнишь это задание и сможешь поиграть».

Полезно использовать игры и задания для развития зрительного и слухового внимания, активизировать тактильные и двигательные ощущения, анализировать и инсценировать простые сказки.

Основные этапы работы по преодолению трудностей понимания речи

1 этап — отрабатывается словарь имен существительных по темам (важно убедиться, что ребенок правильно понимает значение каждого слова и может соотнести его с конкретным предметом и картинкой).

Ребенка обучают выполнять простые речевые инструкции: «Дай...», «Покажи...». Сначала используют помощь взрослого (взрослый действует рукой ребенка). Малыша обязательно хвалят и поощряют. После того как ребенок научился давать предмет по инструкции, необходимо научить его отличать этот предмет от других. Для этих целей вводится альтернативный предмет (или

картинка, слово), не похожий на оригинал. Также взрослый должен добиться от ребенка (чтобы он заучил) ответов на вопросы: «Что ты дал?», «Что ты принес?». Если ребенок безречевой, допустимо использовать в качестве альтернативной коммуникации карточки PECS или пиктограммы, т.к. это позволит сделать общение ребенка с окружающими доступным.

2 этап — прорабатывается словарь глаголов. Специально подобранный речевой материал даст возможность сформировать простые формы диалога (ответы на вопросы). Сначала вводятся простые инструкции: «Иди сюда», «Садись», «Положи», то есть вначале ребенка учат имитировать движения взрослых, а в дальнейшем переходят на картинный материал. Важно к каждому предмету подбирать несколько картинок — действий, например, где мама читает, готовит, обнимает, стирает, гладит. Так ребенок научится понимать именно действие, а не запомнит один шаблон «мама готовит». Также после отработки слова- действия используются альтернативные слова и картинки.

3 этап — отрабатывается словарь прилагательных;

4 этап — проводится работа над грамматическим строем речи;

5 этап — проводится работа над пониманием прочитанного. Ребенок (или взрослый) читает предложение, взрослый задает вопрос к каждому слову в предложении. После этого текст полностью прочитывается, задаются вопросы. Текст адаптируется для ребенка, педагог оставляет слова, несущие основную смысловую нагрузку. Составляется план пересказа, и ребенок учит адаптированный текст. Здесь также необходимо использовать альтернативные слова и предложения, альтернативные картинки или предметы. В этом случае ребенку хорошо помогает инсценировка текста.

Работа над пониманием речи является необходимой и важнейшей частью коррекционной программы, базой для формирования всех сторон речи и успешной коммуникации. Выстроенная в такой последовательности, она помогает детям овладеть школьной образовательной программой по основным предметам.

Литература

1. Детский аутизм и АВА. АВА: терапия, основанная на методах прикладного анализа поведения/Шрамм Роберт. — Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2014.
2. Детский аутизм и вербально-поведенческий подход/Барбера Мэри Линч, Расмуссен Трейси. — Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2014.
3. Развитие понимания речи у детей с РАС дошкольного и младшего школьного возраста/Н.А. Никонова, Ю.Б. Павлова// Научно-практический журнал, Аутизм и нарушения развития. – МГППУ. – 2018. - № 1 (58)
4. Эллен Нотбом 10 вещей, о которых хотел бы рассказать вам ребенок с аутизмом/ — Москва: Теревинф, 2012.

Эхолалия

Что такое эхолалия, и почему она важна?

Эхолалия – это повторение чужих фраз, слов или частей слов. Практически все маленькие дети в возрасте трех лет проходят эту стадию. В более старшем возрасте эхолалия часто является симптомом различных нарушений развития, связанных с задержкой развития речи, в том числе расстройств аутистического спектра, а также некоторых заболеваний или повреждений мозга. Эхолалия так часто встречается у детей и взрослых с аутизмом, что иногда ее принимают за специфический симптом именно этого спектра расстройств.

Существуют две базовые формы эхолалии: немедленная эхолалия и отсроченная эхолалия. Появление этих двух форм показывает нам, как ребенок пытается воспринимать язык.

Немедленная эхолалия означает, что человек повторяет то, что он только что услышал, тем самым он демонстрирует, что правильно вас услышал, что у него есть физическая способность воспроизводить речь, и что он может запомнить достаточно звуков для воспроизводства речи. Немедленная эхолалия – это способ коммуникации, это попытка поддержать разговор и дать ответ, соответствующий чужой фразе, еще до понимания сказанного.

Можно улучшить понимание чужой речи на слух с помощью визуальной и тактильной поддержки – подключение как можно большего числа чувств улучшает понимание.

Часто из-за немедленной эхолалии случаются истерики. Взрослый спрашивает ребенка: «Хочешь виноград или яблоко?» Ответ почти всегда является последним словом: «Яблоко». Затем ребенок начинает дико кричать, когда ему дают яблоко, потому что ребенок ответил еще до того, как осознал два предложенных варианта, а на самом деле он хотел виноград. Карточки с картинками – это прекрасный способ предлагать ребенку что-то на выбор или готовить его к переменам, что позволяет предотвратить истерики.

Очень важно понимать, что немедленная эхолалия – это выражение потребности принять участие в разговоре. Еще важнее то, что немедленная эхолалия выражает желание понимать и изучать язык.

Отсроченная эхолалия – это повторение чужих фраз через продолжительный период времени. Эти фразы могут повторяться в любое время и в любом месте.

Существует три возможных причины для отсроченной эхолалии.

1. Самостимулирующее поведение

Отсроченная эхолалия иногда является самостимулирующим поведением, чья единственная цель – удовольствие говорящего. Когда отсроченная эхолалия используется в качестве персонального развлечения, она может мешать реальному общению. Взрослый может использовать такую эхолалию как

подсказку, что нужно мягко переключить ребенка на более конструктивное занятие.

2. Коммуникация настроения

Отсроченная эхолалия часто является способом сообщить о своем настроении. В таком случае нужно признать эмоции ребенка и перенаправить их на настоящие события.

3. Подведение итогов дня

Отсроченная эхолалия также может быть способом обработать воспоминания, которые не дают покоя. И поэтому, отсроченная эхолалия – это лучший мамин друг.

Что делать, если у ребенка эхолалия?

В первую очередь, нужно признать, что эхолалия не является бесцельным, бездумным и бессмысленным повторением чужих слов. Это форма общения. И ее можно превратить в отличный инструмент для взаимодействия с ребенком.

Не останавливайте

Способность повторять речь и звуки — это важный способ самовыражения для детей, у которых возникают трудности с устной речью. Если лишить ребенка такой возможности, то он не сможет выразить эмоции, успокаивать себя, поддерживать разговор, тренироваться в произношении или уменьшать тревожность с помощью вербальной коммуникации.

Не игнорируйте

Проще всего не обращать внимания на слова, которые не имеют для вас смысла (или сбегать от миллионного повторения одной и той же фразы), но из-за этого вы можете упустить возможность признать и поощрить попытки коммуникации со стороны вашего ребенка. Даже если он просто развлекается, разве вы не хотите в этом участвовать?

Поймите

Важно понять, для чего ребенок повторяет определенный набор звуков, особенно если для вас это полная бессмыслица. Весь фокус в том, чтобы заглянуть за смысл самих слов — здесь важны тон и ритм сказанного. Вам будет проще понять, что стало источником эхо, и у вас будет больше контекста, с которым можно работать. Также обращайте внимание на остальное поведение — если ребенок перевозбужден, он может пользоваться эхолалией, чтобы успокоиться, если ему весело, и он сосредоточен на вас, то это может быть способом поддержать общение.

Присоединяйтесь

Эхолалия может стать отличным способом навести мосты между вами и ребенком. Если вы знаете любимые речевые сценарии ребенка, то вы можете присоединиться и говорить фразы поочередно с ним, чтобы у вас получился «разговор». Начинайте без спешки, иначе ребенок может решить, что вы его перебиваете и портите все веселье, но многие дети придут в восторг от того, что их наконец-то поняли и начали общаться на их условиях.

Формируйте новое

Вы можете осторожно менять слова в заученной фразе или сценарии, и это поможет вам расширять словарный запас ребенка и продемонстрировать, как можно сочетать или смешивать слова, чтобы использовать фразу в разных

ситуациях. Так что если ваш ребенок любит повторять: «Папа дома! Папа дома!», попробуйте варьировать фразу в зависимости от того, кто приходит к вам домой. «Бабушка дома! Бабушка дома!» Постепенно можно будет перейти к: «Бабушка пришла!» или «Ваня на улице!»

Расширяйте

Обеспечьте ребенка с эхολалией всевозможными новыми ответами, которые он сможет добавить в свою копилку фраз. Когда дадите ребенку пить, скажите «Я хочу пить». Если ребенок повторяет какую-то фразу в состоянии возбуждения, вы можете говорить в соответствующей ситуации «Как весело!» Как только вы поймете причину для повторения той или иной фразы, вы сможете научить ребенка более функциональным словам, которые будут понятны всем.

Не запутайте друг друга

Дети с эхολалией могут быть прекрасными подражателями, часто они копируют все особенности речи и интонации настолько точно, что это можно принять за естественную речь. Если вы не уверены, что было источником эхо, то вы можете даже не понять, что это повтор услышанного. Вам может казаться, что вы ведете осмысленную беседу, а на самом деле вы повторяете диалог из сериала, пока ребенок не придет в ярость от того, что вы отклонились от сценария. Так что если ребенок внезапно начинает проявлять недовольство во время разговора, отмотайте ваш диалог назад и удостоверьтесь, что это не заученные фразы.

Эхολалия может вызывать у вас досаду, путать и даже раздражать, но можно относиться к ней совсем по-другому. Эхολалия указывает на то, что день, когда вы найдёте общий язык со своим ребенком может быть ближе, чем кажется.

Литература

1. Детский аутизм и АВА. АВА: терапия, основанная на методах прикладного анализа поведения/Шрамм Роберт. — Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2014.
2. Детский аутизм и вербально-поведенческий подход/Барбера Мэри Линч, Расмуссен Трейси. — Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2014.
3. Развитие понимания речи у детей с РАС дошкольного и младшего школьного возраста/Н.А. Никонова, Ю.Б. Павлова// Научно-практический журнал, Аутизм и нарушения развития. – МГППУ. – 2018. - № 1 (58)
4. Эллен Нотбом 10 вещей, о которых хотел бы рассказать вам ребенок с аутизмом/ — Москва: Теревинф, 2012.

Особенности вербальной коммуникации

У детей с аутизмом нарушено развитие коммуникативной функции речи и коммуникативного поведения в целом. Независимо от срока появления речи и уровня ее развития, ребенок не использует речь как средство общения, он редко обращается с вопросами, обычно не отвечает на них окружающим. В то же время у него может достаточно интенсивно развиваться "автономная речь", "речь для себя".

Неконтактность ребенка — проявляется обычно рано, уже на первом году жизни, но особенно четко — в возрасте 2—3 лет. Большинство детей с аутизмом на активную коммуникативную инициативу взрослого, особенно незнакомого, реагируют избеганием, прячутся, отворачиваются или зажмуривают глаза, закрывают лицо или уши ладонями — запускается привычная для каждого ребенка протестная реакция вплоть до сильнейшего возбуждения и истерики.

При более мягких формах расстройства ребенок способен продемонстрировать попытки установления контакта с окружающими, но чаще всего не ради общения, а при возникновении какой-либо актуальной потребности (еда, получение приятных сенсорных ощущений и т.д.).

При тяжелых формах расстройства аутистического спектра ребенок вообще не способен проявлять социальную активность и выглядит абсолютно отрешенным от окружающей его жизни. Он не откликается на свое имя, не смотрит в глаза. У него отсутствует живая мимика, он игнорирует присутствие людей рядом с собой.

Дети с РАС начинают говорить намного позже своих сверстников. Часто произнесенные первые слова нетипичны, вместо ожидаемых «мама» или «папа» ребенок вдруг произносит «телевизор» или «уйди». Причем, прозвучавшие один раз, эти слова могут не повторяться в дальнейшем. Отмечено, что после появления первых слов в возрасте 11—18 месяцев ребенок затем вообще замолкает на длительный период времени. Примерно к трехлетнему возрасту у части детей с РАС вновь наблюдается усиление речевой активности, которая выражается в том, что ребенок просто повторяет слова за окружающими, — эхолалии. О себе он, как правило, говорит во втором и третьем лице («хочешь пить!» вместо «хочу пить!», «дать Егору!» вместо «дай мне!»), т.е. так, как слышит от окружающих. Часто высказывания ребенка содержат отрывки из услышанного по телевизору.

Немалая часть детей с аутизмом вообще не пользуется речью. Вместо речи ребенок использует вокализации, сигнализирующие о комфорте или дискомфорте, которые родители нередко называют «пением» или «мычанием».

У речевого ребенка может быть много стереотипий, словесных штампов взрослых слов. Эти дети могут иметь большой словарь, они нередко произносят длинные монологи, но испытывают огромные трудности при обычном разговоре.

С возрастом словарный запас ребенка с РАС начинает бурно пополняться, и возникают речевые проблемы:

- ребенок, как правило, имеет быстрый темп речи;
- не умеет слушать собеседника, постоянно его перебивает;
- не умеет поддерживать беседу и соблюдать очередность;
- не умеет донести информацию, навязывает свою собственную, как правило, одну и ту же тему;
- не понимает контекст беседы за счет конкретности восприятия речи;
- не понимает, что можно говорить и что нельзя.

Большинство специалистов, работающих с детьми с РАС, утверждают, что потребность в общении у них исходно не нарушена. Ребенок с аутизмом скорее не может, чем не хочет, контактировать с окружающими людьми.

Литература

1. Иванов Е.С., Демянчук Л.Н., Демьянчук Р.В. Детский аутизм: диагностика и коррекция. Уч.пособие. СПб. Дидактика плюс, 2004.
2. Игнатова Т.К., Евтушенко И.В. Специфика вербальной коммуникации у дошкольников в расстройствами аутистического спектра // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 11-1. – С. 150-156;
3. Романова А. А. Особенности речи детей аутистическими расстройствами. // Научно-методический журнал, Дефектология. — М. — 2011. — № 4.

Имитация

Что такое имитация?

Имитация — одно из самых важных средств, которыми пользуются дети, поскольку они становятся участниками различных ситуаций, из которых черпают свои знания. Повторяя роли других людей, ребенок становится более общительным, социальным и начинает демонстрировать новые навыки. Из этого можно сделать вывод, что имитация — основа обучения.

Для чего необходимо обучать детей с РАС имитации?

Нарушение в способности имитировать является одной из ключевых причин отставания ребёнка с РАС в психическом развитии.

Как научить ребёнка имитировать?

1. Необходимо наладить контакт с ребенком. Он должен Вас видеть.
2. Для занятий нужно выбирать места, где меньше отвлекающих стимулов.
3. Необходимо выбрать цель, которую Вы перед собой поставите (определенный ряд движений, которым Вы хотите научить своего ребенка).
4. Учимся давать команды. Команда должна быть максимально короткой и понятной. «Сделай так», «Повтори».

Имитация с предметами: скатать шарик из пластилина; нажимать на пищащую игрушку; катать мяч по столу или по земле; положить несколько предметов в коробку; помещать маленький предмет внутрь большого; надевать кольца на вертикальную палочку.

Имитация с использованием крупной моторики: давать обе руки; поднимать руки; махать рукой на прощание; сжимать кулаки; показывать пальцем; дотрагиваться до носа (и других частей лица); вставать / садиться; идти на пятках; ходить на цыпочках, и т.д.

Имитация сложных движений: широко открывать рот и говорить “АААААААААААА”; высовывать язык; сжимать губы с силой (произнося звук МММММ); смеяться; надувать щеки; изображать поцелуй (с шумом); касаться верхних зубов языком; прикусывать зубами нижнюю губу; двигать языком влево/ вправо; пить через соломинку.

Имитация по образцу: Вы строите что-то и ребенок должен это повторить. Для этого можно использовать: конструктор, пластмассовую мозаику, кубики. Имитация должна быть точной по количеству предметов и их расположению. Когда ребенок повторил вашу постройку, вы комментируете его действия четкими и понятными фразами: «Хорошо, это башня из 5 кубиков», «Отлично, получился туннель» и т.д. По этой схеме вы можете имитировать строительство башен, мостов, домов, машин, животных, и т.д.

Навык, имитация очень важен для дальнейшего развития Вашего ребенка, не игнорируйте его, приложите к его освоению максимум усилий и результат не заставит себя ждать.

Литература

1. Нуриева Л. Г. Развитие речи у аутичных детей: метод. разработ. / Л.Г.Нуриева. – Изд. 2-е. — М.: Теревинф, 2006.
2. Янушко Е.А. Игры с аутичным ребенком. Установление контакта, способы взаимодействия, развитие речи, психотерапия. - М.: Теревинф, 2004.

Механизмы формирования коммуникативного поведения

Наибольшие трудности в процессе успешной социализации детей с РАС вызывают нарушения коммуникативных умений.

Направления работы по формированию коммуникативного поведения

1. Формирование умений выразить просьбы/требования: умение попросить предмет в ситуации выбора; просьба поесть/попить; требование любимой деятельности; просьба о помощи.

2. Формирование социальной ответной реакции: отклик на свое имя; отказ от предложенного предмета/деятельности; ответ на приветствия других людей; ответы на личные вопросы.

3. Формирование умений называть, комментировать и описывать предметы, людей, действия, события: называть различных персонажей из книг, мультфильмов; умение называть знакомых людей по имени.

4. Формирование умений привлекать внимание и задавать вопросы: что? кто? что делает? где? когда?

5. Формирование умений выразить эмоции, чувства, сообщать о них: радость, грусть, страх, гнев, боль, усталость.

6. Формирование социального поведения: просьба поиграть вместе; вежливость; умение поделиться чем-либо с другим человеком.

7. Формирование диалоговых навыков:

- умение инициировать диалог, обращаясь к человеку по имени;
- умение поддержать диалог, делясь информацией с собеседником;
- умение поддержать диалог, организованный собеседником;
- умение поддержать диалог на определенную тему.

Какие условия необходимо соблюдать для формирования коммуникативного поведения?

Для формирования коммуникативного поведения необходимо соблюдать ряд условий:

1. Учет личных интересов и потребностей ребенка. Обучая ребенка умению выразить просьбы необходимо использовать его любимые продукты питания, игрушки; формировать умение отвечать на вопросы и комментировать изображения на картинках стоит при помощи любимой книги ребенка. При обучении умению поддержать диалог также лучше использовать интересные для ребенка темы разговора.

2. Использование подсказок. Для большинства детей с расстройствами аутистического спектра характерна *эхолалическая речь*. Эхолалии необходимо использовать как основное средство формирования навыков речевой коммуникации у ребенка с РАС. Например, ребенок не знает, как попросить о помощи, как пригласить поиграть и т.д. В этом случае ему нужно подсказать слова, подходящие к данной ситуации: «Помоги!», «Давай играть!» и т.д.

3. Использование повседневных, естественно возникающих ситуаций.

Например: вы видите, что ребенок хочет достать мячик, который лежит на шкафу, но не может дотянуться. Если он затрудняется выразить просьбу, дайте подсказку: «Дай мячик», «Достань мячик» и т.д. Когда ребенок повторит за вами, сразу же выполните его просьбу.

Литература

1. Хаустов А.В. Формирование навыков речевой коммуникации у детей с расстройствами аутистического спектра. – М.: ЦПМССДиП. – 87 с.
2. Хаустов А.В. Организация процесса работы с ребенком в домашних условиях // Обучение и социальная адаптация детей с тяжелыми формами аутизма. Методическое пособие для родителей // Под ред. Касаткина В.Н. – М., 2006. – 108 с.

Особенности игровой деятельности детей с РАС

Игра - особый способ полноценного и эффективного развития детей. Игровая деятельность признается ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте. У нормально развивающихся детей она протекает плавно и не требует сторонней помощи в ее формировании. Совершенно иначе складывается данный процесс у дошкольников с РАС.

При формировании игровой деятельности у детей с РАС можно отметить:

- недостаток способности и интереса для вовлечения в игровую деятельность (часто играют в игры, характерные для детей более младшего возраста);

- их игры однообразны, шаблонны, очень ограничены по объему действий. Некоторые дети с аутизмом могут проводить час за часом, выполняя монотонные и повторяющиеся действия, «застревают» на определенных играх при изучении предметного мира;

- дети данной категории поглощены манипуляциями с одной или несколькими игрушками, игнорируя остальные. При этом основной мотив их действий с предметами и игрушками – привлекательные сенсорные свойства: вращение колес у перевернутой машинки, звук при перелистывании страниц книжки, шероховатая или гладкая поверхность мячика и др.;

- в большинстве случаев игровое взаимодействие затруднено. Развитие игровой деятельности тесно связано с развитием коммуникации. У детей с РАС демонстрируется отсутствие интереса во взаимодействии и игре с другими детьми. Часто не «впускают» взрослого в свою игру и не принимают игру, предлагаемую взрослыми. Они нуждаются в обучении стратегиям общения.

Таким образом, развивающий эффект игры ослаблен.

Несмотря на это, игра может открыть новые пути развития для детей с РАС. Ребенок с аутизмом может научиться играть и даже получать удовольствие, принимая участие в игровой деятельности с другими людьми.

Навыки игры часто считают далеко не самыми приоритетными, и они регулярно оказываются в самом конце списка важных навыков, которым нужно научить ребенка с аутизмом. А ведь игровые навыки влияют на различные ситуации обучения, и если ребенок не умеет играть, то ему будет труднее установить социальные связи со сверстниками. Отсутствие навыков игры, соответствующих возрасту, может оказаться огромным социальным недостатком, а также может быть связано с трудностями в таких областях как умение делиться/договариваться, навыки самостоятельного досуга, умение делать что-то по очереди, правила хорошего тона и так далее. Маленькие дети учатся этим базовым концепциям благодаря сложным играм.

Принципы игрового взаимодействия с детьми РАС:

- развитие через интересы и активность ребенка;
- поддерживающие, принимающие отношения. Отсутствие критики со стороны взрослого;
- свобода входа и выхода из игры;

- принцип удовольствия;
- игра в зоне комфорта и в развивающей зоне (важно остановиться до того, как ребенок истощился);
- учет темпа ребенка (взрослый действует, говорит в том же темпе, что и ребенок);
- ребенку предоставляется возможность закончить значимое для него дело (действие, игру);
- взрослый постепенно передает инициативу в игре ребенку.

Существует основная иерархия игровых навыков, соответствующая разным стадиям развития игровой деятельности детей с РАС:

- игра в одиночестве (играет с игрушкой при условии, что рядом никого нет и никто не пытается с ним общаться. Если кто-то садится рядом, то он отворачивается от этого человека или отодвигается. Если кто-то еще прикасается к его игрушке, он встает и уходит);
- параллельная игра (играет с игрушкой в непосредственной близости от других детей или взрослых, иногда он наблюдает за тем, как другие дети играют со своими игрушками. По большей части внимание сосредоточено на его собственной игрушке, он не взаимодействует с ровесниками или взрослыми);
- интерактивная игра (может делить игрушку с ровесником или взрослым и умеет играть по очереди. Это может включать передачу игрушки друг другу или имитацию игры друг с другом. При этом может играть молча, избегая зрительного контакта с другим человеком);
- сотрудничающая игра (играет и взаимодействует с другим человеком во время игры с разными игрушками или с одной общей игрушкой. При этом смотрит на другого человека и поддерживает зрительный контакт. Это может включать строительство башни из кубиков вместе или совместный сбор головоломки-пазла);
- сюжетно-ролевая игра (участвует в воображаемой игре, в которой есть элементы «понарошку»);
- игра на основе правил (играет в социальные и соревновательные игры с другими людьми, включая спортивные, настольные, карточные и компьютерные игры);
- игра с другими детьми в игры, придуманные на ходу (ребенок может соблюдать правила, даже если они постоянно меняются).

Во время обучения игровым навыкам ребенка с аутизмом полезно сразу разработать план работы. Обучение навыкам игры полностью аналогично любым другим навыкам, которым следует учить ребенка. Нужно выделить «маленькие» и конкретные цели, определить, как будет измеряться прогресс и обязательно включать в задание поощрение.

Особое внимание необходимо уделить совместной игре ребенка со взрослым, которая способствует развитию:

- устойчивого слухового, зрительного внимания;
- разделенного внимания (эмоциональный контакт со взрослым);
- объединенного внимания (может распределять внимание на взрослого и на предмет, вокруг которого взаимодействуют);
- самовосприятия (восприятие своего тела, схемы тела, образа себя);
- речи;
- регуляции поведения (возможности действовать по инструкции взрослого);
- имитации действий, движений и речи взрослого;

- познавательного интереса, интереса к занятиям;
- в игре ребенок эмоционально «заряжается» от взрослого.

Приемы развивающего воздействия в игре:

- Пауза – помогает избежать истощения, стимулирует активность ребенка.
- Повторяющиеся действия. Помогают сосредоточиться на игре.
- Внесение речи в игру. Комментируем простыми словами. Связываем действие и слово. Режим диалога – ждем ответа от ребенка. Если у ребенка есть речевые проблемы, повторяем его речевые реакции, стимулируем речевую активность.
- Предоставляем выбор, это способствует развитию коммуникативных навыков, игровой инициативы.
- Ожидание. Учим в игре ждать. (Счет, ждем окончания стишка и т.п.)
- Игнорируем нежелательное поведение и закрепляем желательное (с помощью поощрения, внимания, эмоций).
- Имитируем действия ребенка, присоединяемся к его занятию.

Общие рекомендации по обучению игровым навыкам детей с РАС:

1. Важно начинать обучение навыкам игры со взрослым и только потом привлекать ровесников. Взрослые более предсказуемые и менее требовательные, чем дети, именно по этой причине детям с аутизмом проще играть и общаться со взрослыми. В совместной игре ребенок чувствует помощь и опору со стороны взрослого, это дает ему больше возможностей для включения в игру, развития игрового сюжета и его осмысления.

2. В коррекционной работе с детьми с РАС по развитию игровой деятельности важным является организация игрового пространства, так как она мотивирует детей с аутизмом на взаимодействие, дает возможность сформировать навыки игры, усвоить социальные функции различных игровых предметов, сформировать игровые способы действия с предметами.

3. В процессе формирования навыков игры лучше всего использовать игры с предсказуемым результатом. Учитывая тот факт, что детям с аутистическими расстройствами значительно легче перерабатывать визуальную информацию, им необходимо наглядно продемонстрировать, когда игра будет окончена. Игра, в которой результат очевиден, мотивирует детей с аутизмом намного сильнее, чем непредсказуемость и неопределенность.

4. Проще всего начинать обучение игровым навыкам с простыми игрушками. Избегайте слишком сложных игрушек, а также игрушек, требующих воображения или работы, например, пазлов, фигурок, кукол или пластилина. Если у ребенка нет игровых навыков, а вы вручите ему пластилин, то, скорее всего, он попытается его съесть.

5. Обязательным условием для развития игровых навыков являются хорошие навыки имитации. Ребенок, который готовит воображаемый обед или утешает «плачущую» куклу, — это ребенок, который наблюдал похожие действия у других людей и теперь имитирует их.

6. Во время обучения игровым навыкам нужно моделировать проявления счастья и радости. Ребенок наблюдает не только за навыками игры, но и за вашим лицом, тоном голоса и манерами. Добавьте звуковые эффекты, хлопайте в

ладоши, смейтесь, улыбайтесь, говорите смешным голосом, кричите и скандируйте, когда играете с ребенком.

7. Говорите с ребенком во время игры. Типичные дети обычно говорят, когда они играют (даже когда они играют одни), в то время как дети с аутизмом обычно этого не делают.

8. Ребенок с РАС во время игры находится в зоне эмоционального комфорта, в зоне физиологического стресса. Когда мы играем вместе с ним, его игра развивается и приобретает творческий характер. Вместе с тем это зона развития. Возможности ребенка с РАС ограничены, он легко истощается и попадает в зону патологического стресса. Тогда наблюдаются негативные поведенческие проявления – крик, истерики и др. Роль взрослого – аккуратно поддерживать ребенка в зоне развития, расширяя и развивая его игру.

9. Самое главное — сессии игры должны быть ВЕСЕЛЫМИ, они должны мотивировать ребенка.

Таким образом, игровая деятельность у детей дошкольного возраста с ранним детским аутизмом не сформирована: наблюдаются отсутствие игрового замысла, невозможность использовать предметы-заместители, отмечаются однообразные действия в игре, не способствующие развитию сюжета. Вместе с тем коррекционный потенциал игровой деятельности, особенно совместной со взрослым, крайне высок. Ребенок, благодаря взрослому, включается в игру, использует речь для общения и принимает предложенные сюжеты во время совместной игры. Работая с аутичными детьми, следует иметь в виду, что коррекционная работа будет продолжительной. Правильно организованная игра окажет существенное влияние на поведение ребенка, которое станет менее однообразным, стереотипным и более гибким. Правильное развитие игровой деятельности повлечет за собой более глубокое понимание детьми с РАС социального мира, сформирует у него способность к восприятию аспектов социального взаимодействия.

Литература

1. Аршатская О.С. Методы коррекционной помощи ребенку раннего возраста с тяжелыми формами аутизма // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2016. - № 1. – с. 33 – 37
2. Игры и занятия с детьми раннего возраста с психофизическими нарушениями: Методическое пособие / Под ред. Е. А. Стребелевой, Г. А. Мишиной. – М.: Издательство «Экзамен», 2004. – 160 с.
3. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. М.: Теревинф,

Манипулирование предметами, действия с игрушками

Игра здоровых детей развивается спонтанно и проходит несколько конкретных этапов. Дети с аутизмом, как правило, не проходят эти этапы или «застревают» на одной из ранних стадий.

Практически все книги о детском развитии описывают одни и те же стадии развития игры. Новые навыки строятся на основе старых. Все дети должны начать с функционального использования игрушек и игровых действий по готовому сценарию, прежде чем перейти к творческой и символической игре. Необходимо целенаправленно учить ребенка с аутизмом игровым навыкам, чтобы он смог перейти к спонтанной игре.

Первой формой детских игр является предметная игра, т. е. проявление детьми манипуляций с разными предметами. Правда, Д. Б. Эльконин (1960) не считал, что предметные действия детей являются игрой. Хронологически первой формой игры он считал ролевую.

Предметно – манипулятивная деятельность детей с РАС является ведущей потому, что она обеспечивает развитие всех остальных сторон жизни ребёнка: внимания, памяти, речи, наглядно-действенного и наглядно-образного мышления. Все эти важнейшие способности лучше всего развиваются именно в процессе практических предметных действий. Действуя с предметами, ребёнок чувствует свою самостоятельность, независимость, уверенность в своих силах, что очень важно для развития его личности в дальнейшем.

Манипулирование предметами — главное достоинство игрушки, привлекающее ребёнка, – это функциональность, то есть возможность что-либо с ней делать (собирать, разбирать, катать, бросать, нажимать на кнопки, дёргать рычажки, крутить, вкладывать друг в друга, рвать). Любая такая игрушка является развивающей внимание, логику, координацию, мелкую моторику ребёнка.

У детей с РАС есть базовый дефицит игровых навыков, для того, чтобы научить ребенка с аутизмом играть, нужно целенаправленно и регулярно учить его именно играть с игрушками, а не чему-то другому.

Первоначально взрослому необходимо сосредоточить интересы ребенка на предметах, предлагая игрушки потрогать, пощупать, бросить, потрясти и пр. Не беда, если со всеми предметами он действует одинаково. Затем постепенно переходить к усложнению манипулятивных действий. Даже простейшие действия (размахивание, толкание, бросание предметов) вызывают тот или иной результат - брнчание, писк и пр. Замечая этот результат, ребенок начинает его воспроизводить — трести игрушкой, стучать палкой, пищать «пищалками». Так появляется направленность на результат, на изменения, которые возникают при действиях ребенка с предметом.

Например, ребенок с РАС может с большим удовольствием раскручивать колеса машинки, при этом первая задача родителей состоит в том, чтобы сделать игру весельем для ребенка! Для этого важно, чтобы родители демонстрировали положительный эффект (проявляли восторг языком тела и словами), много улыбались, смеялись и хвалили ребенка.

Дальнейшее развитие манипуляций состоит в том, чтобы научить ребенка действовать не с одним, а одновременно с двумя предметами. Простейший пример

такого действия — постукивание двумя кубиками. Приблизить один предмет к другому, всунуть или вложить один предмет в другой, положить, поставить или нанизать один на другой и пр.

Так дети понимают, что, потянув за веревочку, можно притянуть к себе привязанный к ней предмет, нажав на кнопку — включить или выключить свет, сняв трубку телефона — услышать гудок. Многие дети ловко управляют пультом телевизора. Все эти действия приносят им огромное удовольствие.

Ребёнок может повторять эти простейшие действия с игрушками бесчисленное множество раз. Для него это ново и интересно. Почему у детей так любимы кубики, мячи, куклы? Потому что, благодаря своей простоте и универсальности, они позволяют совершенствоваться с ними бесконечное количество манипуляций.

Определите, что ваш ребенок уже может, и учите его следующему небольшому шагу. Если ваш ребенок положил кубик на кубик, сделайте то же самое. Достройте кубики до «дома» или устройте «падение» башни – дополните действие ребенка, моделируя для него новый навык.

Получаемые при манипулировании впечатления складываются в образы восприятия, которые являются основой для элементарных форм мышления.

Постепенно, играя с предметами, способствуем приобретению дифференцированного, функционального характера: куклу укачивает, расческой «расчесывает», машину катает. Таким образом, многие действия становятся преднамеренными. Функциональный характер действий – это воспроизведение в структуре действий функциональных свойств предмета, например, характерных для него движений или действий, связанных с его использованием.

Выделяют несколько типов игровых действий, характеризующих функциональную игру ребенка: действия, направленные на себя (например, причёсывание своих собственных волос игрушечной расческой); действия, направленные на куклу (например, причёсывание волос куклы); действия, направленные на другого человека (например, причёсывание волос мамы); действия, направленные на предметы (например, размещение чашки на блюде).

Несмотря на то, что отечественные исследователи отмечают задержку и нарушения манипулятивной игры, под влиянием общения со взрослым у детей с РАС начинают складываться познавательная активность и первоначальные представления об окружающем мире, которые составляют необходимую предпосылку для усвоения разных форм общественного опыта.

Полезные советы:

- Будьте терпеливы и терпимы к особенностям ребенка – постепенно расширяйте его интересы, а не пытайтесь переключить его на что-то другое. Получайте удовольствие от игры по одному и тому же шаблону – просто постепенно меняйте или расширяйте этот шаблон.

- Играя с ребенком, следите за тем, что привлекло его внимание, затем пытайтесь удержать это внимание, показывая что-то, что связано с интересом ребенка. Вместо жестких инструкций просто комментируйте свои действия и действия ребенка («Кукла хочет есть! Ням-ням!»).

- Изображайте преувеличенное удивление и смейтесь вместе с ребенком. Это лишний повод для радости, контакта глазами и взаимодействия. Это также развитие навыков решения проблем.

- Нельзя допускать, чтобы ребенок просто не играл. Так что если вы предлагаете ребенку игру, он должен хоть как-то поучаствовать. Помните, речь идет об одной из

базовых проблем при аутизме, так что ничего удивительного, если у ребенка возникают сложности. Это не повод отказываться от игры, важно снова и снова пытаться вовлечь и мотивировать ребенка на игру.

Для родителей такая игра – это «работа», надеемся, что эти рекомендации помогут играм стать более приятными для всех сторон. Чем веселее вам обоим, тем лучше для развития мотивации и социальных навыков ребенка.

Литература:

1. Аршатская О.С. Методы коррекционной помощи ребенку раннего возраста с тяжелыми формами аутизма // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2016. — No 1. – с. 33 — 37
2. Браткова М. В. Методика формирования предметных действий у детей раннего возраста с органическим поражением центральной нервной системы // Дефектология. – 2009. — No 2. – с.77 – 83
3. Игры и занятия с детьми раннего возраста с психофизическими нарушениями: Методическое пособие / Под ред. Е. А. Стребелевой, Г. А. Мишиной. – М.: Издательство «Экзамен», 2004. – 160 с.

Обучение простой игре детей с РАС

При аутизме заметно страдают коммуникативные навыки и адаптация в социуме – это затрудняет нормальное существование человека с аутизмом в реальном мире, где «жизненной базой» является социальное взаимодействие.

Развивающие игры для детей с РАС помогают малышам адаптироваться в социуме, улучшить контактность с окружающей средой, улучшить связь с родителями, скорректировать нежелательное поведение, подготовиться к взаимодействию с другими детьми в детском саду и школе.

Практически у каждого маленького ребенка с РАС есть одна или несколько любимых игр, в процессе которых он может буквально часами совершать одни и те же манипуляции с предметами. Подобные игры называются стереотипными и отличаются:

- однообразием;
- длительностью (играть одним и тем же образом ребенок может на протяжении многих лет);
- наличием лишь одного игрока – самого ребенка.

Родителей эти игры зачастую раздражают, ведь обычные дети так не играют. Взрослые не понимают логики игры, смысла действий, производимых ребенком.

Но несмотря на это, в стереотипных играх есть и положительные моменты:

- играя «по-своему», ребенок с РАС чувствует себя комфортно и спокойно;
- при помощи стереотипных игр он может возвращаться в спокойное состояние из приступов агрессии, истерики и прочих подобных аффективных вспышек.

Именно поэтому стереотипные игры могут стать удобным «мостиком» для построения взаимодействия с малышом. Постарайтесь вникнуть в игровую структуру, а затем внедряйтесь в нее – например, ненавязчиво подавая ему нужный предмет, помогая выполнить действие или повторяя слова, которые ребенок приговаривает, играя. Завоевав доверие ребенка, в дальнейшем вы сможете вносить в его стереотипные игры новые правила и сюжеты, постепенно подключая элементы развивающей сенсорной игры (с красками, водой, ватой, песком, пластилином и т. д.).

Также проще всего начинать обучение игровым навыкам с простыми игрушками. Самыми первыми и простыми игрушками являются всевозможные вкладыши, матрешки, пирамидки. Со всем этим детей надо учить играть, показывать и объяснять ему действия с ними. Ребенка привлекает цвет, форма игрушки, он стремится завладеть ею, но вот действовать с предметами в соответствии с функциональным назначением ребенок чаще отказывается: ребенок катает кольца от пирамидки, но собрать ее не хочет, разбрасывает кубики, отказываясь от строительства, но постепенно ребенка можно научить собирать пирамидку, строить башенку.

Дети с РАС играют не вместе, а рядом. Но вот взрослый партнер им необходим, потому что в совместной игре ребенок чувствует помощь и опору со

стороны взрослого, это дает ему больше возможностей для включения в игру, развития игрового сюжета и его осмысления.

Сенсорные свойства предметов, приятные малышу, можно использовать в качестве основы для простых игровых действий, с помощью которых он будет развиваться. Цель таких игр – раскрыть перед малышом как можно более широкий спектр чувственных ощущений.

Игры с ребенком с РАС в возрасте от 1 года до 4 лет могут включать в себя:

- взаимодействие с **сыпучими продуктами**. Большой пластиковый таз или ванночка наполняется рисом, сухой фасолью, мелкими каштанами или шариками, а затем туда закапывается небольшая игрушка. Суть заключается в том, что ребенок должен доставать игрушки, одновременно приобретая полезный осязательный опыт от погружения рук в фасоль;

- **выдувание пузырей**. Если малыш пока еще не может подуть сам, пусть он помогает вам открывать пузырек с мыльным раствором и погружать в него колечко – так можно помочь ребенку осознать понятие «по очереди» и научиться действовать в паре с другим человеком;

- **пальчиковое рисование**. Дети с аутизмом не всегда любят «пачкать» ручки, но попытаться привить ребенку интерес к этой забаве все же стоит. Пальчиками, вымазанными в краске, можно создавать узоры и просто кляксы на стенах ванной, одновременно знакомясь с различными цветами и получая новые ощущения от краски на коже.

По мере того, как аутический «туман» в душе ребенка рассеивается, он начинает проявлять интерес к субстанциям, которые до этого отказывался трогать – например, к пальчиковым краскам, песку, пластилину и др.

Дошкольника от 4 до 6 лет стоит попытаться заинтересовать ролевыми играми, поскольку абсолютное большинство детей с РАС демонстрируют задержку в развитии навыка «ролевок». Играйте с ребенком:

- **в динозавриков или медвежат**, ревя друг на друга и отыскивая лакомства, спрятанные в траве или где-либо еще;

- **в железную дорогу**, загружая поезда грузами, сажая на них пассажиров и перевозя их в пункты назначения;

- **в больничку Айболита**, леча игрушечных зверей уколами, каплями в глазки, ушки и носики, перевязками лап, «приемом лекарств»;

- **в школу или детский сад**, где ребенок может быть как учителем/воспитателем, так и учеником – это хорошо тренирует коммуникативные навыки.

Простые предметные игры для детей с аутизмом

Предметные игры обучают детей обращать внимание на разные свойства предметов и контактировать с другими людьми, чтобы играть в паре или группе. Примеры предметных игр:

- **«Мячик, катись»**. Сядьте на пол напротив малыша и толкните к нему мячик. Предложите ребенку возвращать мяч таким же способом. Когда он научится играть в паре, можно будет перейти и к групповой игре;

- **«Открой-закрой»**. Подготовьте несколько небольших емкостей – коробочек, футляров, баночек, которые закрываются разными способами. Спрячьте туда мелкие предметы и попросите малыша достать их. Если он не справится с первого раза – наглядно продемонстрируйте, как нужно открывать емкости;

- «Ужин для кукол». Ребенок должен «угощать» кукол разными «блюдами» собственного приготовления. Для готовки можно использовать пластилин, кинетический песок, глину, пенопласт и т. д. Показывайте ребенку, как «готовить» колбасу, хлеб, пирожное, кашу и поощряйте его «готовить» самостоятельно.

Играя с детьми РАС, необходимо:

- повторять одни и те же игры не менее 5-7 раз, иначе ребенок не поймет суть игры;
- стараться побуждать ребенка к активности;
- не отказываться играть с ребенком, потому что это очень для него важно.

Литература:

1. Игры и занятия с детьми раннего возраста с психофизическими нарушениями: Методическое пособие / Под ред. Е. А. Стребелевой, Г. А. Мишиной. – М.: Издательство «Экзамен», 2004.
2. Игры с аутичным ребенком — Елена Янушко, М., 2009.
3. МААМ.RU

Обучение сюжетно-ролевым играм, играм с правилами (подвижным и настольным)

Начиная работать с детьми с расстройством аутистического спектра, мы должны понимать, что коррекционная работа с ними будет продолжительной. В самом начале, на первых этапах взаимодействия ребенок с РАС может совсем отказаться от контакта, и, конечно, не захочет вступать даже в индивидуальную игру, не говоря о групповой.

Поэтому, рекомендуя игры для работы с детьми с РАС, мы подразумеваем, что проводить такие игры надо только исходя из реальных возможностей ребенка и крайней необходимости.

Наиболее сложные игры для детей с расстройством аутистического спектра — это коллективные игры, которые предполагают их включение во взаимодействие со сверстниками. Эти игры необходимо использовать, но только после проведения индивидуальной подготовительной работы и, конечно, при желании самого ребенка.

Элементы сюжетно-ролевой игры

Сюжетно-ролевая игра – высшая форма развития игры ребенка. Именно в сюжетно-ролевой игре приобретает ребенок очень важный и разнообразный социальный опыт.

Так как связи с миром у ребенка с РАС нарушены, ему не удастся естественное усвоение закономерностей социальной жизни. Развитие сюжетно-ролевой игры, требующей принятия на себя определенной роли и действия в соответствии с ней, затруднено, а часто невозможно без специальной коррекционной работы.

Развитие сюжетно-ролевой игры ребенка с аутизмом отличается рядом особенностей. Во-первых, без специальной организации такая игра не возникает. Требуется обучение и создание особых условий для игр. Однако даже после специального обучения еще очень долго присутствуют лишь свернутые игровые действия. Во-вторых, развивается сюжетно-ролевая игра очень постепенно и в своем развитии должна пройти несколько последовательных этапов. Игра с другими детьми, как обычно происходит в норме, на первых этапах недоступна ребенку с аутизмом. На начальном этапе специального обучения с ребенком играет взрослый. И лишь после долгой и кропотливой работы можно подключать ребенка к играм других детей. При этом ситуация организованного взаимодействия должна быть максимально комфортна для ребенка: знакомая обстановка, знакомые дети.

К сожалению, процесс общения со сверстниками нарушен у детей с РАС в наибольшей степени. А поскольку реакции детей в ходе игры непосредственны и возникают спонтанно, взрослый может влиять на ход игры лишь отчасти. Невозможно объяснить детям все особенности ситуации и научить правильно вести себя по отношению к необычному сверстнику. А непосредственная реакция кого-то из детей может оказаться слишком сильным эмоциональным испытанием

для такого ребенка, а в некоторых случаях станет травмирующей. На начальном этапе оптимально общение не со сверстниками, а с младшими или старшими по возрасту детьми. При общении с малышами не так заметно отставание и искажения в психическом развитии ребенка с РАС, а старшие дети отнесутся к нему снисходительно, как к маленькому, будут помогать ему, жалеть и опекать. А взрослый должен внимательно следить за ходом игры и в случае затруднения помочь ребенку.

Сенсорные игры

Особенности сенсорных игр

Сенсорными мы условно называем игры, цель которых – дать ребенку новые чувственные ощущения. Ощущения могут быть самыми разнообразными:

- **зрительные** (например, ребенок видит яркие цвета, их перетекание друг в друга, смешивание);
- **слуховые** (ребенок слышит разнообразные звуки, от шуршанья опавших листьев до звучания музыкальных инструментов, учится их различать);
- **тактильные** (то, что ребенок ощущает посредством прикосновений, ощупывания: это и различные по фактуре материалы, от мягкого махрового полотенца до прохладной гладкой поверхности стекла; и различные по величине и форме предметы – большой мяч и крохотные бусинки, различные шарики и кубики; и соприкосновения, объятия с другим человеком);
- **двигательные** (ощущения от движений тела в пространстве и ритма движений – ходьба, бег, танцы);
- **обонятельные** (ребенок вдыхает и учится различать разнообразные запахи окружающего мира – от аромата котлетки и маминых духов до запаха деревянного забора и стальной перекладины);
- **вкусовые** (ребенок пробует и учится различать на вкус разные продукты питания и блюда).

Игры с водой

«Переливание воды». Подводим ребенка к раковине с водой, включаем кран, даем ему пластиковые стаканчики, можно разных размеров. Показываем, как наполнить их водой: «Буль-буль, потекла водичка. Вот пустой стаканчик, а теперь — полный». Даем возможность ребенку самому переливать воду.

«Озеро». Наполним большой таз водой: это будет «озеро», в котором плавают уточки. Комментируем свои действия: «Посмотри, какое глубокое озеро, сколько много воды! В озере плавают уточки. Вот мама утка. А вот ее детки — маленькие утята. "Кря-кря-кря! — говорит мама утка. — Дети мои, плывите за мной!" Вот уточки вышли на бережок и греются на солнышке». Также можно обыграть плавание в озере рыбок.

«Ручки спрятались». Насыпьте, например, гречневую крупу в глубокую миску, предложите ребенку опустить в нее руки и пошевелить пальцами, ощутить ее структуру. Игру проводим совместно с ребенком, также опускаем руки в крупу, не забывая комментировать: «Где же наши ручки? Спрятались. Давай пошевелим пальчиками — так приятно! А теперь потри ладошки друг о друга — немножко колется, да?» Можно спрятать мелкие игрушки, зарывая их в крупу, а затем предложить ребенку найти игрушку. На следующих занятиях можно использовать другие крупы.

«Разложи по чашечкам». Перемешаем в глубокой чашечке немного фасоли и гороха. Затем попросите ребенка разделить горох и фасоль и разложить по отдельным чашечкам: «Посмотри, горошинки и фасолинки перемешались. Давай разложим горошинки на эту тарелочку, а фасолинки на эту».

Игры с ритмами

Проведение игр с ритмами дает новые возможности для развития ребенка с РАС. Использование интереса ребенка к ритму и мелодии способно помочь «растормозить» его речь, развить подражание, вызвать двигательную активность.

В играх с ритмами используйте следующие приемы: **хлопки в ладоши; топание ножками; прыжки в определенном ритме; танцы; проговаривание текстов стихотворений; пение детских песенок.**

«Что шумит?» Выберите несколько предметов, издающих негромкие звуки. Это может быть шуршащая оберточная бумага, тихий колокольчик, негромкий маракас. Дайте ребенку изучить предметы, послушать, как они звучат, запомнить их названия. Затем отвернитесь и немного «пошумите» одним из них. Задача ребенка – угадать, что именно звучало. Такая игра для детей с РАС задает начало сосредоточения на звуках.

Подвижные игры и игры с тактильными ощущениями

Поскольку прикосновения могут оказаться для ребенка неприятными, поначалу старайтесь не дотрагиваться до него. Будьте терпеливы и тактичны и дождитесь момента, когда ребенок первый проявит инициативу. Будьте внимательны и не пропустите этот важный шаг ребенка в вашу сторону. Если это произошло, то становится возможным проведение таких игр:

«Рукавички». Цель: включение детей с РАС в групповую работу.

Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. Ведущий раскидывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по групповой комнате. Дети разбредаются по залу. Отыскивают свою «пару», отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются, как можно быстрее, раскрасить две абсолютно одинаковые рукавички.

Педагог наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются. Проводить игру рекомендуется в два этапа. На первом этапе дети только ищут парную рукавичку. Проиграв подобным образом несколько раз, переходим ко второму этапу: найдя пару, участники игры раскрашивают парные рукавички.

«Охота на льва». Цель: научить детей планировать свои действия во времени.

Группа дошкольников встает в круг. Ведущий выходит за круг, становится спиной к группе и начинает громко считать до десяти. В это время участники игры передают друг другу маленького игрушечного львенка. После окончания счета тот ребенок, у кого находится львенок, вытягивает руки вперед, закрывает ладошками. Остальные участники игры делают то же самое. Задача ведущего данной игры — найти львенка. Как правило, детям с РАС трудно сразу включиться в игру, поэтому сначала необходимо дать им возможность понаблюдать за ходом игры со стороны, затем уже постепенно вводить в игру.

«Солнечный зайчик». Цель: развитие внимания и умения ориентироваться в пространстве.

«К нам в гости пришел солнечный зайчик. Найди, где он находится. (Педагог включает фонарик и светит им на стенку). А теперь зайчик будет двигаться. Запомни, как он двигался, и нарисуй его путь». Ребенок следит взглядом за движением светового пятна, а затем зарисовывает траекторию пути зайчика на бумаге. Вместо фонарика можно использовать лазерную указку, а в солнечный день — зеркальце.

Взаимосвязь разных видов игр

1. Каждый вид игры имеет свою основную задачу:

- стереотипная игра ребенка – основа взаимодействия с ним; также она дает возможность переключения, если поведение ребенка выходит из-под контроля;
- сенсорные игры дают новую чувственную информацию, переживание приятных эмоций и создают возможность установления контакта с ребенком;
- совместное рисование дает замечательные возможности для проявления ребенком активности, для развития его представлений об окружающем.

2. Игры вводятся в занятия в определенной последовательности. Построение взаимодействия с ребенком с РАС основывается на его стереотипной игре. Далее вводятся сенсорные игры. На этапе, когда с ребенком уже налажен тесный эмоциональный контакт, можно использовать совместное рисование.

В дальнейшем на разных занятиях используются все виды игр попеременно. При этом выбор игры часто зависит не только от целей, которые поставил педагог, но и от того, как протекает занятие, от реакций ребенка. Это требует гибкости в использовании различных игр.

3. Для всех видов игр характерны общие закономерности:

- повторяемость;
- путь «от ребенка»: недопустимо навязывать ребенку игру, это бесполезно и даже вредно; игра достигнет своей цели лишь в случае, если ребенок сам захотел в нее поиграть;
- каждая игра требует развития внутри себя – введения новых элементов сюжета и действующих лиц, использование различных приемов и методов.

КАКИЕ ТРУДНОСТИ МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ В ХОДЕ ИГР С ДЕТЬМИ С РАС

Самое распространенное затруднение состоит в том, что ребенок просто не включается в игровой процесс и не проявляет видимого интереса к нему.

Если малыш не обращает внимания на игру и не желает принимать в ней участия – ни в коем случае не настаивайте и не навязывайтесь. Часто бывает, что игра ребенку нравится, но внешне он остается пассивным. Продолжайте выполнять игровые действия, оставаясь в поле зрения ребенка. Дайте своему подопечному возможность детально рассмотреть игру «издали», чтобы в дальнейшем включиться в нее.

Также могут возникнуть и другие проблемы – например, когда ребенок:

- пугается новых ярких сенсорных ощущений. Поэтому предлагать новое следует постепенно и «малыми дозами»;
- требует повторять какое-то игровое действие снова и снова. Старайтесь не противиться его просьбам, чтобы он смог полностью прочувствовать элемент

игры, но при этом будьте начеку, чтобы полезная игра не перешла в очередную бесполезную стереотипию;

- не понимает сюжета игры. Разрабатывайте несложные сюжеты, не занимающие много времени. Помните, что произвольное внимание детей с РАС отличается краткостью и неустойчивостью. Посадите на игрушечную грядку только два помидора, а не множество разных овощей и т. д.

В процессе развития игровых сюжетов маленький ребенок с аутизмом может упорно избегать или категорически не воспринимать какой-то из вариантов игры. Следует быть готовым к этому и своевременно менять игровые модели, предлагая новые, более интересные ребенку варианты.

Литература:

1. Аутизм: методологические аспекты коррекции / под ред. Морозова С.А.—М.: 2002.
2. Аутичный ребенок: проблемы в быту / под ред. Морозова С.А.—М., 1998.
3. Башина В.М. Ранний детский аутизм. М., 1993.
4. Игры с аутичным ребенком — Елена Янушко, М., 2009.
5. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми -- М., 2000

Сенсорная чувствительность обучающихся с расстройством аутистического спектра

Некоторые дети с расстройствами аутистического спектра (РАС) могут быть более чувствительными, чем это бывает обычно к раздражителям окружающей среды, таким как шум, свет, одежда или температура. Другие дети с РАС могут иметь сниженный уровень чувствительности. Способ, которым вы можете помочь ребёнку, будет зависеть от того, как ваш ребёнок реагирует на то, что он чувствует в мире вокруг себя.

Дети с РАС могут быть гиперчувствительными или гипочувствительными к шуму, свету, одежде или температуре. Их чувства: зрение, слух, осязание, обоняние и вкус - могут воспринимать или слишком много или слишком мало информации из окружающей среды вокруг них.

Не все дети с РАС обладают сенсорной чувствительностью, но некоторые дети могут обладать ей сразу в направлении нескольких чувств.

Когда дети с РАС сверхчувствительны или слишком остро реагируют на сенсорный опыт, это называется гиперчувствительностью. Эти дети могут закрывать уши, услышав громкие звуки, или есть еду только определённой консистенции.

Когда дети недостаточно чувствительны или недостаточно сильно реагируют на раздражители окружающей среды, это называется гипочувствительностью. Эти дети могут носить плотную одежду в жаркий день или постоянно тереться руками и ногами о некоторые предметы.

Что делать, чтобы помочь ребёнку с сенсорной чувствительностью, зависит от того, как ребёнок реагирует на окружающую среду.

Если ребёнок легко перегружается впечатлениями из внешней среды, вы можете попробовать следующее:

▲ Организуйте «тихое место», куда ваш ребёнок сможет пойти, когда чувствует перегрузку.

▲ Дайте ребёнку дополнительное время для восприятия ваших слов.

▲ Знакомьте ребёнка с новыми местами в спокойное время, постепенно увеличивая время пребывания в этих местах во время последующих визитов.

▲ Попробуйте использовать для ребёнка наушники, чтобы помочь с чувствительностью к звукам.

▲ Обговаривайте с людьми заранее потребности вашего ребенка, если вы идёте куда-то. Они могут отрегулировать какие-то моменты для облегчения пребывания ребёнка в их обществе. Например, если вы устраиваете своему ребёнку игровую встречу, вы можете попросить провести её в знакомом ему месте. Вы можете поискать кинотеатры, в которых проводятся «сенсорно щадящие» кинопоказы.

Если ваш ребёнок нуждается в более интенсивной стимуляции от окружающей среды, вы можете попробовать следующее:

- ! Организуйте дополнительное время для игры вне дома.
- ! Дайте ему игрушки, которые дают дополнительную сенсорную стимуляцию, такие, как: тесто для лепки или мягкий мячик.
- ! Выделите определённое время днём для прослушивания музыки или прыжков на батуте.
- ! Говорите с ребёнком громко и утрированно, если он игнорирует звуки.

"Сенсорная диета" для детей с РАС

Термин «сенсорная диета» был введён Патрицией Уилбаргер. Сенсорная диета - это специально разработанная программа для удовлетворения сенсорных потребностей детей, которая помогает им посещать общественные места, учиться и вести себя лучше. Это навыки, которые составляют основу дошкольной и школьной готовности. По сути, это список сенсорных действий для детей с сенсорной чувствительностью, которые помогают чувствовать своё тело и понимать его.

Например, людям с нарушением питания прописывают специальную диету, чтобы восстановить работу пищеварительной системы и, следовательно, улучшить жизнь человека. Так и с сенсорной диетой. Она удовлетворяет чувственные потребности ребёнка, что в дальнейшем помогает ему быть более спокойным и сосредоточенным.

КОМУ ПОДХОДИТ СЕНСОРНАЯ ДИЕТА?

- Гиперактивным детям;
- детям, которые выглядят уставшими и вялыми;
- детям, у которых негативное отношение к физической активности;
- детям, которые испытывают сложности с выбором тональности речи;
- детям, которые испытывают тревогу среди большого скопления людей или в группе на занятиях;
- детям, которые не могут переключиться с одной деятельности на другую;
- детям, которые не понимают личного пространства (вторгаются и нарушают личное пространство других);
- детям, которые испытывают проблемы со сном.

СЕНСОРНАЯ ДИЕТА ПОМОГАЕТ РЕБЁНКУ:

- переносить незнакомые ощущения, быть терпимым в сложных для него ситуациях;
- контролировать тревожность;
- увеличить объем внимания;
- снизить самостимуляцию;
- воспринимать любые перемены с меньшим стрессом.

ПРИМЕРЫ СЕНСОРНЫХ УПРАЖНЕНИЙ:

Прикосновения / глубокое давление:

- v Игры с водой.
- v Игры с пальчиковыми красками, пластилином, кинетическим песком, различными крупами.
- v Игры с пенистым мылом / кремом для бритья.
- v Надевать вещи из различных тканей.
- v Носить рюкзак, постепенно утяжеляя его.

v Пеленать или обертывать в одеяла.

¥ Примечание. Никогда не заставляйте ребенка касаться того, что он считает неприятным. Пусть он использует кисть, палку, перчатки или даже игрушку для прикосновения.

Движение:

v Ползание на руках и коленях.

v Прыжки на батуте.

v Поездка на трехколесном велосипеде .

v Качели.

v Барабанить.

Слуховые:

v Шушуканье.

v Слушайте звуки природы на открытом воздухе.

v Слушайте любимую музыку.

v «Белый шум».

v Наушники со снижением шума.

Визуальные:

v Смотреть книги с картинками.

v Игры и действия, которые формируют визуальные навыки.

v Смотреть в мобильные телефоны, на светильники, лампы с пузырьками.

v Смотреть на животных, рыб, птиц, насекомых и на окружающую природу.

v Ограничьте игрушки до 5-10 за раз, чтобы избежать визуальной перегрузки.

Запах / Вкус:

v Запах цветов.

v Вкусно пахнущая игра.

v Ешьте замороженные / холодные / теплые продукты.

v Исследуйте различные текстуры.

Сенсорная коррекция представляет собой терапию в среде, влияющей на восприятие человека. Терапия воздействует на такие системы восприятия, как: обонятельную, зрительную, слуховую, тактильную, вестибулярную, проприоцептивную. Зачастую нарушение сенсорной интеграции происходит из-за особенностей в развитии ребенка. Из-за этого сужается круг восприятия, и информация становится искаженной. Сенсорная коррекция способствует восполнению недостатка ощущений и правильному распознаванию сенсорных сигналов, влияет на все сферы и функции психики. Благодаря разнообразию упражнений и широкому спектру применения, возможно подобрать тренажеры, исходя из особенностей развития ребенка.

Литература:

- ; . Аутизм: Коррекционная работа при тяжелых и осложненных формах / Светлана Морозова; — Владос, 2010 г.- 389 с.
- <. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. Изд. 10-е. — М.: Теревинф, 2016. — (Особый ребенок). — 288 с.
- =. Развитие основных навыков у детей с аутизмом. Эффективная методика игровых занятий с особыми детьми / Делани Тара; переводчик: Дегтярева В. И., редактор: Сапожникова Светлана — Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2016. — 272 стр.
- >. Янушко Е.А. Игры с аутичным ребенком. Установление контакта, способы взаимодействия, развитие речи, психотерапия. -- М.: Теревинф, 2004. - 136 с.

Сенсорная интеграция детей с расстройствами аутистического спектра

Сенсорная интеграция - это бессознательный процесс, который происходит в головном мозге и организует информацию, полученную с помощью органов чувств, упорядочивая ощущения.

Основная мысль, лежащая в основе метода сенсорной интеграции, заключена в том, что для правильной и комфортной работы мозга ему необходимо получать ответ от различных сенсорных систем на определенном уровне.

К сенсорным системам относят слуховую, зрительную, обонятельную, тактильную, проприоцептивную, вестибулярную и вкусовую системы. В каждой системе могут проявляться различные отклонения, связанные с очень высокой и очень низкой чувствительностью человека, а также у некоторых очень высокая и низкая чувствительность может встречаться одновременно. Рассмотрим подробнее.

Слуховая система

Слуховая система - одна из важнейших дистантных сенсорных систем человека. Благодаря слуховой системе мы получаем информацию о звуках мира, который нас окружает. У детей с РАС нарушение данной сенсорной системы могут включать в себя следующее:

При низкой чувствительности:

- звуки воспринимает только одно ухо, тогда как в другом слух снижен или отсутствует;
- ребенок не распознает определенные звуки;
- наслаждается шумными местами, специально стучит дверью или предметами.

При высокой чувствительности:

- ребенок выглядит рассеянным, ошарашенным, зажимает уши, когда все вокруг смеются, шумят, разговаривают;
- концентрация внимания затруднена из-за невозможности абстрагироваться от посторонних звуков;
- порог слышимости снижен, поэтому они чувствительны к слуховой стимуляции и слышат беседу на приличном расстоянии.

Как помочь ребенку?

При низкой чувствительности:

- включать ребенку любимую музыку;
- использовать в работе музыкотерапию.

При высокой чувствительности:

- научить ребенка пользоваться шумопоглощающими наушниками или берушами;
- сажать ребенка дальше от источников шума: открытых окна, дверей, гудящих аквариумов и пр.;
- предложить провести перемену в тихом месте (библиотеке, сенсорной комнате);
- во время шумных массовых мероприятий посадить ребенка ближе к выходу,

чтобы он имел возможность выйти в коридор и отдохнуть;

- в шумных местах предлагать использовать плеер, чтобы слушать любимую музыку через наушники.

Зрительная система

Зрительная система передает нашему мозгу около 90% информации и является основным сенсорным каналом связи человека с окружающим миром. Проблемы в зрительной сенсорной системе детей с РАС могут заключаться, например:

При низкой чувствительности:

- восприятие предметов в более темной цветовой гамме, проблемы в распознавании линий и очертаний предметов;

- с трудом оценивает расстояние, что сопровождается затруднениями с бросками и ловлей предметов, проявлением неуклюжести;

- лучше развито периферическое зрение, когда ребенок смотрит как бы вскользь или боковым зрением, но не напрямую: прямой взгляд доставляет ему дискомфорт, так как присутствует фрагментарность визуального внимания, изображение искажается, становится нечетким и пугающим;

- затруднения в различении признаков предметов, таких, как: цвет, форма, величина - при этом ребенок может ими интересоваться, заикливаться на них, но это будет своего рода самостимуляция, а не познавательный интерес (он крутит предметы, «залипает» на том, как эти цвета, формы, величины бликуют, перемещаются в движении по пространству и т.д.);

- невозможность узнавать объекты в перевернутом состоянии, собрать целостный образ из фрагментов, удержать в поле зрения несколько предметов.

При высокой чувствительности:

- негативная реакция на световые, цветовые, двигательный раздражители, а именно: не любит яркий свет, избегает яркие цвета, раздражается, когда перед глазами двигаются несколько объектов (раздвигаются шторы, двери);

- доставляет удовольствие сосредоточение внимания на мелких деталях, а не на общей картине.

Как помочь ребенку?

При низкой чувствительности:

- использовать в помещении разные зрительные стимулы, которые нравятся ребенку;

- учить ребенка собирать пазлы, сюжетные кубики по принципу от простого к сложному;

- выполнять различные задания на классификации форм, цветов, размеров.

При высокой чувствительности:

- на прогулке носить кепки с козырьком, шляпы, капюшоны, солнцезащитные очки;

- по возможности избегать яркого освещения, особенно люминесцентного, использовать лампы низкой мощности с матовым стеклом: они дают мягкий и равномерный свет;

- при необходимости использовать очки для блокировки бликов;

- не перегружать помещение разнообразными зрительными стимулами (плакаты, картины и пр.).

Обонятельная система

Самым первым чувством, предоставляющим нам информацию об окружающем мире, является запах. Для детей с РАС затруднения в обонятельной сенсорной системе могут включать в себя:

При низкой чувствительности:

- отсутствие чувствительности к запахам, даже самым неприятным или зловонным;
- иногда наблюдается потребность в облизывании предметов;
- может выпить или съесть, что-то несъедобное.

При высокой чувствительности:

- отказывается заходить в определенные места с ярко выраженными запахами (например, в туалет);
- отказывается употреблять определенную пищу из-за запаха;
- может испытывать неприязнь к людям с определенным запахом, ароматом духов, шампуня и т.д.

Как помочь ребенку?

При низкой чувствительности:

- стараться переключать внимание ребенка от неприятных обонятельных стимулов на что-то другое;
- в качестве поощрения использовать метод ароматерапии.

При высокой чувствительности:

- взрослым, которые работают с ребенком, рекомендуется не использовать парфюмерные средства с сильным запахом (духи, дезодоранты и пр.);
- родителям приобретать мыло, шампуни без химических отдушек;
- стараться избавить окружающую ребенка среду обитания от неприятных для него запахов.

Тактильная система

На особенности функционирования тактильной системы могут указывать такие поведенческие особенности, как:

При низкой чувствительности:

- любит сильно обнимать близких;
- порог боли высок - низкая чувствительность болевых и температурных ощущений;
- часто занимается самоповреждением (аутоагрессия);
- получает удовольствия от нахождения на себе тяжелых предметов;
- не узнает объекты на ощупь, не может сказать без зрительного контроля, до какой части тела дотронулись.
- льет на себя очень холодную или очень горячую воду.

При высокой чувствительности:

- прикосновения других могут доставлять боль или дискомфорт, вызывающие избегание любых прикосновений, что оказывает негативное влияние на межличностные отношения;
- испытывает дискомфорт при надевании предметов одежды на руки и ноги;
- избегает определенные виды одежды или материалов (например, шероховатых или с грубой текстурой);
- стремится стоять в конце ряда, чтобы не контактировать с другими;

- избегает игры, связанные с телесным контактом, что иногда проявляется стремлением играть в одиночестве;
- испытывает дискомфорт при мытье и расчесывании волос, стрижке ногтей, волос, сопротивляется при чистке зубов;
- испытывает отвращение к материалам для творчества, например, избегает пальчиковых красок, теста или песка.

Как помочь ребенку?

При низкой сенсорной чувствительности рекомендуют:

- укрывать ребенка на ночь тяжелым одеялом;
- использовать массажные коврики;
- использовать жесткую мочалку;
- выполнять упражнения для развития мелкой моторики;
- использовать в работе с ребенком материал разной фактуры и плотности.

При высокой сенсорной чувствительности:

- к ребенку приближаться нужно только спереди, всегда предупреждая его о своем желании прикоснуться к нему;
- учите ребенка действовать самостоятельно в тех моментах, которые задевают его чувствительность (сам мыть волосы и расчесывать их);
- позвольте ребенку находиться на некотором расстоянии от других (стоять последним в ряду, сидеть не в круге, а сзади, и т.п.);
- постепенно и осторожно приучайте ребенка к прикосновениям: на короткое время слегка прикасаться к руке, совмещая это с чем-то приятным для ребенка, постепенно увеличивая время прикосновения;
- регулярно сильно сжимайте руки и крепко обнимайте.

Проприоцептивная система

Функции проприоцепции заключаются в том, чтобы увеличить ощущение тела и управлять двигательным контролем и двигательным планированием. Данная система позволяет нам плавно ходить, быстро бегать, сидеть, стоять, потягиваться и лежать.

При низкой чувствительности:

- ищет давления на тело (от слабого до сильного), любит очень крепкие объятия;
- врезается и наталкивается на людей и предметы вокруг себя;
- модулирует уровень возбуждения, включаясь в самостимулирующую деятельность, например: бьется головой, кусает ногти, сосет палец, хрустит суставами пальцев, скрипит зубами;
- прикладывает неоправданно большие усилия, когда что-либо делает, поэтому часто ломает предметы;
- любит постоянно жевать предметы, например: воротничок рубашки, завязки от шапочки, манжеты, грызть карандаши, игрушки и резинки, может любить еду, которую нужно долго жевать.

При высокой чувствительности:

- предпочитает не двигаться - если двигается, то движения слабо дифференцированы, ребенок движется всем телом, плохо манипулирует мелкими предметами;
- приходит в волнение, когда его конечности двигаются активно;
- избегает движения, связанные с преодолением собственного веса, например:

- прыгать, бегать, ползать, крутиться, скакать, и другие физические действия, которые способствуют сильным проприоцептивным ощущениям в мышцах;
- наблюдается слабость при нажиме на пишущие предметы;
 - может быть разборчивым в еде.

Как помочь ребенку?

При низкой чувствительности:

- упрощение обстановки комнаты путем сдвигания мебели к стенам для упрощения процесса навигации ребенка по помещению;
- необходимо постепенно прививать ребенку правило «вытянутой руки» по отношению к другим людям;
- предоставлять ребенку крепкие объятия, делать массаж;
- использовать утяжеляющие жилеты, подушки на колени, поясные накладки.

При высокой чувствительности:

- заниматься с ребенком любыми видами занятий, способствующих развитию мелкой моторики;
- использовать упражнения с использованием специальных тренировочных материалов (массы для лепки, жвачки для рук и пр.);
- выполнять действия, требующие физических усилий, – рекомендуется подобрать те виды физической активности, которые не вызывают у ребенка страха, и постепенно развивать их;
- постепенно учить ребенка качаться на качелях, залезать на горки.

Вестибулярная система

Вестибулярная сенсорная система — группа органов чувств, используемая для анализа положения и движения тела в пространстве. Информация вестибулярной сенсорной системы используется для управления положением головы и туловища. Особенности данной системы у детей с РАС:

При низкой чувствительности:

- быстро устает, ему тяжело держать голову, он постоянно ложится, «растекается» по парте;
- может раскачиваться из стороны в сторону, трясти ногой, головой;
- находится в постоянном движении, кружится, не испытывая головокружения;
- плохо координирует движения конечностей, в связи с этим он испытывает трудности с завязыванием шнурков, ездой на велосипеде и т.п.;
- любит сильные неожиданные движения: подбрасывание, сильное раскачивание на качелях и др.;
- не замечает, когда падает, не выбрасывает руки вперед, пытаясь защититься.

Высокая чувствительность в вестибулярной системе проявляется в виде гравитационной неуверенности и в виде опаски при движениях, когда тело отклоняется от вертикального положения, или когда ноги оторваны от земли.

При гравитационной неуверенности, бывает, что:

- ребенок старается держаться в стороне от других людей, чтобы его кто-то не подвинул, не толкнул;
- медленно ходит по лестнице, чаще других хватается за перила;
- не любит наклоны головы, перекаты, кувырки;
- ребенок не любит, боится прыжков, качелей, каруселей;
- боится упасть и редко падает;

- испытывает сложности с выполнением заданий, в которых голова не находится в вертикальном положении, или ноги оторваны от земли;
- ребенок очень боится ездить на эскалаторе, лифте.

Как помочь ребенку?

При низкой чувствительности приносят хорошие результаты занятия, способствующие развитию вестибулярного аппарата: кресла-качалки, качели, лошади-качалки, лечебная верховая езда.

При высокой сенсорной чувствительности:

- постепенно учите ребенка качаться на качелях;
- разрешите держаться ребенку в стороне от группы детей;
- учите ребенка прыгать на батуте, на первых этапах это могут быть обычные покачивания.
- включите в работу мяч - фитбол, выполняйте простые упражнения, обязательно придерживая ребенка, постепенно учите ребенка выполнять задания с минимальной помощью со стороны взрослого.

Вкусовая система

Вкусовая система обеспечивает качественную оценку пищи (сладкая, горькая и т.д.), анализирует действия химических раздражителей на органы вкуса. Проблемами во вкусовой системе у детей с РАС могут быть такими:

При низкой чувствительности:

- чрезмерная любовь к острой пище;
- в качестве еды может употреблять несъедобные вещи: ткани, зубную пасту, клей, землю, любые растения и т.п.

При высокой чувствительности:

- некоторые виды вкусовых ощущений и продукты воспринимаются как слишком интенсивные и невыносимые;
- дискомфортными могут быть различные по структуре виды еды: едят или совсем мягкую (пюре, каша) или совсем твердую пищу.

Как помочь ребенку?

При низкой чувствительности:

- постарайтесь максимально обезопасить квартиру от несъедобных/ядовитых предметов (храните бытовую химию, таблетки и т.д. в не зоне досягаемости ребенка);
- предложите ребенку различные продукты, которые обеспечивают наиболее сильную сенсорную стимуляцию во время жевания, например, они хрустят, их надо грызть или долго жевать. Это может быть свежая морковь, сушеные фрукты, батончики мюсли и т.д.;
- предложите ребенку пить густые напитки через соломинку. Это может быть яблочное пюре, йогурт, молочный коктейль и т.д..

При высокой чувствительности:

- не заставляйте ребенка есть еду, которая ему не нравится. Прием пищи не должен ассоциироваться с негативным опытом;
- дети любят постоянство и контроль, поэтому без сюрпризов. Когда даем новый продукт, то максимально точно его описываем, например, хрустящее, нежное, вкус как у дыни, которую мы ели вчера, но намного вкуснее и сочнее и т.п.

Дети с РАС особым образом воспринимают окружающий мир. В

значительной степени это обусловлено спецификой функционирования сенсорных систем. Все перечисленные выше особенности приводят к специфическим формам поведения, которые могут затруднять обучение и социализацию ребенка.

Пониженная чувствительность приводит к тому, что ребенок плохо или совсем не реагирует на некоторые стимулы, например, не чувствует боль или затрудняется при выполнении некоторых движений, например, делает слишком сильный нажим при письме.

При повышенной чувствительности многие стимулы воспринимаются как неприятные или болезненные, что вынуждает ребенка защищать себя от таких воздействий. Это может проявляться в попытках избежать определенных мест или видов деятельности. Нередко повышенная чувствительность приводит к нарушениям внимания, поскольку даже очень слабый и нейтральный для других людей раздражитель вызывает реакцию и мешает сосредоточиться.

Создание дружелюбной сенсорной среды, применение специальных занятий и видов активности, использование специального оборудования помогают ребенку справиться с имеющимися у него проблемами и облегчить процессы обучения и социализации.

Мы очень надеемся, что данная лекция даст возможность специалистам и родителям лучше понять проблему и воспользоваться разнообразными приемами, чтобы помочь детям справиться с имеющимися трудностями.

Литература:

1. Айрэс Э. Дж. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем в развитии. М.: Теревинф, 2009. 272 с.
2. Банди А. Лейн Ш., Мюррей Э. Сенсорная интеграция: теория и практика. М.: Теревинф, 2017. 768 с.
3. Богдашина О.Б. Особенности сенсорного восприятия при аутизме: введение в проблему / Пер. с англ. Т. Сафронова, А. Недомовная, М. Шахтарин // Сибирский вестник специального образования, 2012. № 2 (6).
4. Кислинг У. Сенсорная интеграция в диалоге: понять ребенка, распознать проблему, помочь обрести равновесие. М.: Теревинф, 2010. 240 с.
5. Крановиц К.С. Разбалансированный ребенок. Как распознать и справиться с нарушениями процесса обработки сенсорной информации / Кэрол Сток Крановиц / Пер. с англ. 1-е изд. СПб.: Редактор, 2012. 396 с.

Адаптация воспитанников с атипичным аутизмом и умственной отсталостью к быту, развитие гигиенических и туалетных навыков

АННОТАЦИЯ

В статье рассматриваются особенности воспитанников с атипичным аутизмом, их адаптация в быту, формирование гигиенических и туалетных навыков.

Ключевые слова: аутизм, атипичный аутизм, умственная отсталость, быт, адаптация в быту, гигиенические навыки, туалетные навыки.

В современном мире проблема рождаемости детей с различными отклонениями растет. По данным статистического сборника здравоохранения в России за 2019 год, с 2005 года количество детей, страдающих психическими расстройствами и расстройствами поведения выросло на 1,7% [2]. С каждым годом все большему количеству детей требуется качественная коррекционная помощь.

Часто случается, что у одного ребенка встречается не одно, а сразу несколько нарушений, примером служит атипичный аутизм с умственной отсталостью.

Рассмотрим понятие детский аутизм и атипичный аутизм. По данным Л.М. Шипицыной детский аутизм характеризуется качественными нарушениями социального взаимодействия, неумением пользоваться речевыми навыками, отмечается стереотипное поведение. Атипичный аутизм наиболее часто возникает при умственной отсталости тяжелой или глубокой степени. И часто наблюдается нарушение либо социального взаимодействия, либо неумение пользоваться речевыми навыками [1].

Но несмотря на диагноз, ребенок живет в социуме, растет, развивается (в силу своих возможностей), и ему необходима помощь в формировании гигиенических, туалетных навыков, адаптации к быту. Как же педагогам и родителям научить ребенка элементарным вещам?

Наша работа строится на базе ОГБУ «Валдгеймский детский дом- интернат», где живут и обучаются два воспитанника, имеющие диагноз «Атипичный аутизм с умственной отсталостью» в возрасте 10-ти и 17-ти лет. Оба воспитанника мужского пола, имеют различные черты характера, особенности поведения, по-разному адаптированы к быту.

Десятилетний Максим прибыл в наш интернат в 2018 году и проходил длительный адаптационный период, бытовые навыки и навыки самообслуживания у воспитанника практически отсутствуют. Максим недоверчивый, ко взрослым и детям относится настороженно, предпочитает одиночество.

Семнадцатилетний Михаил в интернате с четырех лет. Подозрительно относится к незнакомым людям, часами сидит один и играет с одним и тем же

предметом. Навыки самообслуживания и бытовые навыки сформированы частично.

В своей работе мы используем различные технологии и методы взаимодействия с воспитанниками, причем, к каждому воспитаннику применяется индивидуальный подход.

Опираясь на научные труды Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной [3], О.С. Никольской [4], мы обозначили «правила» взаимодействия с данными воспитанниками:

- не ругаться;
- не настаивать;
- научиться ждать;
- иметь «в запасе» несколько игр;
- взаимодействовать через какого-либо героя.

При обучении воспитанников особенности поведения играют немаловажную роль. Часто воспитанники не понимают, чего от них хотят, убегают, прячутся, игнорируют предъявляемые инструкции. Нужно не только попытаться усадить ребенка, но и заинтересовать. Бывают случаи, когда воспитанники категорически отказываются работать за столом, в таком случае педагог может использовать для занятия любимое место воспитанника, где ему будет комфортно.

При обучении детей с атипичным аутизмом и умственной отсталостью не стоит опираться на метод подражания. Воспитанники крайне редко обращают внимание на поведение окружающих, а если и обращают, то желание сделать также появится в очень редком случае.

Важно создавать для ребенка ситуацию успеха. Хвалить, радоваться вместе с ним успеху. Постепенно предоставлять самостоятельность.

Формирование бытовых навыков у воспитанников с атипичным аутизмом и умственной отсталостью включает в себя следующие требования:

- одеваться, раздеваться;
- заправлять постель;
- ждать своей очереди;
- не брать чужие вещи, запрещенные вещи;
- не грызть, не ломать игрушки и иные предметы;
- убирать вещи на место.

Формирование гигиенических навыков у воспитанников с атипичным аутизмом и умственной отсталостью включает в себя:

- мыть руки после прогулки, посещения туалета, перед употреблением пищи;
- использовать зубную щетку, мыло, при этом только свою;
- принимать спокойно душ.

Формирование туалетных навыков у воспитанников с атипичным аутизмом и умственной отсталостью включает в себя:

- умение пользоваться унитазом/горшком, туалетной бумагой.

При этом, ко всем перечисленным выше навыкам и их составляющим у воспитанников формируется адекватное отношение к ним и самостоятельность.

Мы выделили следующие этапы работы с данными воспитанниками.

1.ЗНАКОМСТВО

В первую очередь при обучении воспитанников мы должны наладить контакт, познакомиться, и добиться того, чтобы воспитанник начал нам доверять.

Например, при знакомстве с Максимом, мы заметили, что его раздражает шум, но он очень любит прикосновения, и каждый день, здороваясь с ним, мы гладили ему щеки, говорили шепотом «привет». Таким образом он к нам привык.

А вот Михаил наоборот, всегда прятал лицо и руки, предпочитал не общаться, однако присутствие педагога ему нравилось, и мы наблюдали за его действиями со стороны, к нашему присутствию он привык и затем сам подошел, для знакомства.

2.СОЗДАНИЕ КОМФОРТНОЙ СРЕДЫ

Для обучения воспитанников мы искали подходящее место и время. И отметили, что Михаилу намного комфортнее в своей группе, где он находится постоянно, при этом работа по расписанию его очень радует, и он всегда ждет педагога.

А вот для Максима выход из группы оказался радостным событием, мальчик предпочитает сенсорную комнату, при этом занятия по расписанию его совсем не радуют, и видя педагога издалека, он бежит, чтобы поскорее туда пойти.

3.РАЗВИТИЕ МОТОРНОЙ СФЕРЫ

При обучении воспитанников бытовым навыкам и навыкам самообслуживания мы обратили внимание на общую и мелкую моторику. Именно отсутствие моторных навыков очень часто мешает ребенку научиться элементарным вещам: одеться, застегнуть одежду, завязать шнурки, открыть дверь, переступить порог. Поэтому вначале каждого занятия выполняются задания на развитие моторной сферы: игры с массажными мячиками, выполнение заданий на откручивание-закручивание, упражнение «Нажми кнопку», различные шнуровки. Данные задания на тонкую моторику позволяют ребенку развивать мышцы пальцев рук, стимулируют работу мозговых структур. Затем осуществляется развитие общей моторики. Воспитаннику предлагается прыгать, перепрыгивать, наступать и переступать, поднимать руки в различные стороны.

Отношение к данным видам заданий у воспитанников преимущественно одинаковое. Им нравится перебирать в руках мячики, прыгать и т.д.

4.НОВЫЙ НАВЫК – ЗНАМЕНАТЕЛЬНОЕ СОБЫТИЕ

Для того, чтобы ребенок чувствовал себя в быту комфортно, необходимо, чтобы какая-либо бытовая ситуация представляла для ребенка особую значимость. Мы обращаем внимание на то, что ребенок любит и используем как стимул для выполнения того или иного задания.

Например, наш младший воспитанник Максим очень любит посещать сенсорную комнату и после занятий полежать на мягких пуфах. Поэтому при обучении ребенка, мы стимулируем его возможностью полежать после занятия, отдохнуть.

5.ФОРМИРОВАНИЕ ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ

Прежде всего мы намечаем для себя определенную схему работы по формированию данных навыков и знакомим с данной схемой всех сотрудников, работающих с данным ребенком. Отмечаем, что предметы личной гигиены (зубная щетка, паста, полотенце, мыло) должны лежать в определенных местах и не перекладываться, порядок применения данных средств должен быть

одинаковым каждый раз. Например, при чистке зубов мы используем следующую последовательность:

- открываем кран;
- мочим зубную щетку;
- выдавливаем зубную пасту на щетку;
- помещаем зубную щетку в область рта;
- чистим верхние зубы со внешней и внутренней стороны;
- чистим нижние зубы со внешней и внутренней стороны;
- моем зубную щетку; - ставим в стаканчик;
- набираем воду в стакан;
- поласкаем ротовую область;
- закрываем кран;
- берем полотенце;
- вытираем лицо.

Таким образом, воспитанник будет знать четкую последовательность действий, где лежат средства гигиены и кому они принадлежат, со временем воспитанник будет выполнять предложенные действия самостоятельно.

То же самое касается и мытья рук, для воспитанника это должно стать определенным ритуалом.

6.ФОРМИРОВАНИЕ ТУАЛЕТНЫХ НАВЫКОВ

Для начала стоит познакомить воспитанника с оборудованием туалетной комнаты, предназначением каждого предмета.

Затем, в игровых ситуациях необходимо составить схему действий, после чего несколько раз усаживать ребенка на горшок/унитаз, и затем ребенок самостоятельно начнет пользоваться туалетной комнатой.

Однако, стоит отметить, что даже при успешном обучении ребенка туалетным навыкам, могут возникать сложности из-за физиологических особенностей организма.

7.АДАПТАЦИЯ В БЫТУ

Существует немало бытовых правил, которых должен придерживаться каждый человек. И каждому такому правилу стоит обучить ребенка через игру.

Например, при обучении одеванию/раздеванию, необходимо показать ребенку куклу, помочь ее собрать на прогулку, или пригласить ее в кафе. При этом объяснить назначение той или иной одежды, в какое время года ее используют, из каких материалов она сделана. Затем педагог может предложить ребенку самому собраться на прогулку и выбрать себе наряд. При этом важно отмечать, где вещи воспитанника, а где чужие.

Ребенок должен быть приучен к порядку, поэтому он должен убирать постель и игрушки, но начать следует с небольших и ненавязчивых поручений. Инструкция может быть дана следующая: «Посмотри, на полу так много игрушек... Давай ты мне будешь каждую показывать, и мы их посадим на место, а то им очень грустно». Затем инструкция усложняется и на конечном этапе формирования навыка, ребенок должен понять, что игрушки на полу не живут, их нужно убирать.

Ребенку необходимо давать некую самостоятельность, часто отлучаться, наблюдать издали. Но учитывая сопутствующий диагноз, контроль за деятельностью ребенка должен быть постоянным.

Таким образом, воспитанник имеющий диагноз: «Аутизм с умственной отсталостью», сможет адаптироваться в быту при правильно подобранной коррекционной помощи, при этом родители и педагоги должны быть готовы, что процесс формирования бытовых навыков и навыков самообслуживания трудоемкий и длительный.

Литература:

1. Детский аутизм: хрестоматия/ Сост. Л.М. Шипицына. -- СПб.: Международный университет семьи и ребенка им Р. Валленберга, 1997 . – 254 с.
2. Здоровоохранение в России. 2019: Стат.сб./Росстат.– М., 2019. – 170 с.
3. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. -- М., 2000
4. Никольская О.С. Аутичный ребенок. Пути помощи / Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. -- М.: Теревинф, 1997

Навыки приема пищи. Избирательность в еде у детей с РАС

Для более чем половины детей с РАС характерны различные затруднения при приеме пищи. Иногда они связаны с пищевой избирательностью – например, ребенок соглашается есть исключительно продукты желтого цвета, требует только сладкого, игнорируя «серьезные» блюда, или отказывается от еды, которую он не может сосчитать. Но достаточно часто причина проблем скрывается глубже – в орально-моторном расстройстве, которое и вызывает трудности с жеванием или глотанием еды, использованием столовыми приборами и т. д.

ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ, СВЯЗАННЫЕ С ПРИЕМОМ ПИЩИ.

Перед тем, как научить ребенка с аутизмом жевать, необходимо ознакомиться с принципом физиологически правильного жевания. В норме жевательные движения являются вращательными: они обеспечивают перемещение пищи из центра ротовой полости к коренным зубам, а затем возвращение ее обратно к центру. Также правильное жевание предполагает движения языком из стороны в сторону.

Из-за орально-моторного расстройства дети не могут инстинктивно выполнять движения, необходимые для жевания твердой пищи – мяса, овощей, фруктов – то есть всего того, что не растворяется во рту само. При тяжелых нарушениях некоторые дети вообще не могут есть и пить, получая питательные смеси через зонды или гастростомы.

Очень распространена ситуация, когда ребенок с РАС может есть практически любые продукты, но при одном условии: если они будут измельчены до состояния пюре, которое не нужно жевать. Такая симптоматика указывает на орально-моторное расстройство, для которого в той или иной степени также **характерны следующие проблемы:**

- речевые трудности (ребенок с трудом произносит звуки);
- избыточное слюноотделение;
- ребенок категорически отказывается от жевания твердых кусочков или
- жует их слишком долго;
- не умеет пить через соломинку или задувать свечи, выдувать мыльные пузыри;
- всегда держит рот чуть приоткрытым;
- не пользуется ложкой/вилкой, предпочитая отправлять еду в рот пальцами.

Как научить ребенка с аутизмом кушать нормально, может подсказать специалист, которому обязательно нужно показать ребенка до того, как начать самостоятельное обучение жеванию. Таким специалистом может быть психиатр, логопед, эрготерапевт, АВА-терапевт – главное, чтобы он имел достаточный опыт работы именно с проблемами приема пищи.

Специалист должен подтвердить, что твердая пища не нанесет вред ребенку и определить насколько твердой может быть эта пища, чтобы свести к минимуму

риск поперхнуться ею. Также необходимо провести специальное обследование для выявления скрытых причин трудностей с жеванием, поскольку они могут лежать в разных плоскостях – как в поведенческой, так и в сенсорной. Чтобы быстрее понять суть проблемы и дать наиболее эффективные рекомендации, специалисту стоит лично понаблюдать процесс еды (если ребенок не будет против присутствия нового человека при трапезе).

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА С АУТИЗМОМ ЕСТЬ РАЗНУЮ ПИЩУ

После того, как вы при помощи специалиста убедитесь, что жевание твердой пищи не представляет опасности для здоровья малыша, можно приступать к его обучению. Чтобы ускорить учебный процесс и сделать его максимально эффективным, воспользуйтесь следующими рекомендациями:

- если ребенок предпочитает есть пюреобразную массу – делайте пюре все более густым, но не путем добавления кусков твердой пищи. Загустить пюре можно при помощи добавления крахмала, измельченных хлопьев, желатина, агар-агара – в зависимости от исходных ингредиентов. Делая гуще мягкую еду, вы будете увеличивать нагрузку на жевательные мышцы постепенно, а не «рывком», что благоприятно скажется на процессе обучения жеванию;
- предлагайте на пробу различные продукты, из которых можно делать пюре, например: вареный картофель, яблоки и т. д. Если ребенок полюбит картофельное пюре, со временем можно будет давать ему ломтики вареного картофеля, вкус которого будет ему уже знаком. Если ребенок не против разнообразия, предложите ему еду с консистенцией «уже не пюре, но еще не твердая» (творог, омлет-болтушка, банан и т. д.);
- не кладите кусочки пищи в рот ребенку, а лично демонстрируйте ему откусывание маленьких кусочков от больших;
- показывайте ему, как правильно жевать, жуйте с открытым ртом, утрируя и преувеличивая жевательные движения, чтобы ребенок мог наглядно изучать передвижение пищи во рту, жевание при помощи коренных зубов, принцип работы жевательного аппарата;
- старайтесь придерживаться четкого режима еды, причем каждый прием пищи не должен занимать более получаса;
- чтобы ребенок не мог встать и уйти во время еды, первое время сажайте его в детский стульчик;
- следите за тем, чтобы рядом не было никаких отвлекающих факторов: планшета, работающего телевизора, любимых игрушек и т. д.;
- почаще предлагайте продукты с новыми вкусами, новые блюда, но вводите их небольшими порциями;
- ешьте вместе с ребенком, демонстрируя преувеличенное удовольствие от еды – пусть малыш «копирует» ваши эмоции.

Рассказывая о том, как научить ребенка с РАС есть твердую пищу, многие родители делятся опытом использования продуктов, которые нужно жевать долго. Такой способ можно использовать, если перед вами не стоит цель отучения ребенка от длительного жевания. «Долгоиграющую» еду выбирают в зависимости от предпочтений малыша: это могут быть тонкие ломтики вяленого

мяса, сушеное манго и т. д. – словом, то, от чего нельзя откусить кусочек, а можно только жевать.

Если ребенок не удерживает пищу во рту, можно попробовать помочь ему при помощи метода «переворачивание ложки». Ложку с небольшим количеством пищи нужно поднести ко рту ребенка, держа ее перпендикулярно его лицу. Затем следует поместить ложку в рот малыша (примерно на зону середины языка) и надавить ею на язык. После этого ложку необходимо перевернуть на 180 градусов, чтобы пища осталась во рту, и вынуть изо рта. Главное – проводить весь комплекс движений быстро, не задерживая ложку во рту до срабатывания сосательного рефлекса.

Если ребенок ест с открытым ртом, наклонив голову вперед, и еда выпадает изо рта, легонько придерживайте его подбородок.

Иногда дети с аутизмом с проблемами жевания пытаются проглотить пищу до того, как разжуют, или же размять ее, прижимая язык к небу. В данном случае, чтобы научить ребенка с аутизмом жевать, нужно, как только пища оказывается у него во рту, четко и громко сказать: «Жуй семь раз» (или меньше/больше, смотря по консистенции блюда). При этом нужно и самому демонстрировать жевание, разъяснять, что именно требуется от ребенка, считать вслух жевательные движения и хвалить ребенка, если он все делает правильно.

В некоторых случаях преодолеть проблемы с жеванием помогает специальный логопедический массаж, который можно делать руками или портативным прибором – электромассажером для логомассажа. Такой массаж применяется для проработки артикуляционных мышц при проблемах с речью, но достаточно часто используется и при жевательных затруднениях.

ОШИБКИ РОДИТЕЛЕЙ ПРИ ПОПЫТКАХ НАУЧИТЬ РЕБЕНКА С РАС КУШАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО

Обучение ребенка с РАС жеванию подчас превращается в долгую и трудную работу для родителей, однако важность жевательного навыка трудно переоценить. Приступая к выполнению этой непростой задачи, необходимо принять к сведению самые распространенные родительские ошибки и постараться их избежать. К таким **ошибкам** относятся:

2 подкрепление нежелательного поведения в случае отказа. Если подопечный протестует, кричит, отворачивается, сбрасывает еду со стола, некоторые родители просто убирают еду и «оставляют ребенка в покое». Нужно мягко настаивать на приеме пищи, иначе в обозримом будущем вам не удастся достигнуть успехов в обучении;

2 отсутствие похвалы, поощрения. Если малыш начинает делать хотя бы минимальные успехи и пытаться правильно жевать, всячески выражайте радость, улыбайтесь, кивайте головой, приговаривайте слова похвалы и т. д.;

2 неадекватный темп кормления. Следите за тем, чтобы кормление было не слишком быстрым, но и не слишком медленным, чтобы малыш не мог отвлекаться «между ложками» на что-нибудь другое.

И, разумеется, нельзя обучать ребенка жеванию, используя продукты, которые он не любит, даже если по консистенции они кажутся очень подходящими в качестве жевательных «тренажеров». А вот любимую еду можно и нужно использовать почаще, например, если малыш всегда любил орехи,

размолотые в кофемолке, можно сначала посыпать ими жидкие каши, затем салаты из мягких фруктов, а в дальнейшем потихоньку начинать давать более крупные кусочки орехов, постепенно переходя и к целым.

Знакомство с ложкой. Формирование умения пользоваться столовыми приборами начинается с их демонстрации. Ребенку показывают ложку, привлекают внимание к ней, называют. Затем пальцы малыша располагают на ложке так, чтобы он обхватил ее сверху всей рукой. Кулачок взрослый берет в свою руку, чтобы ребенок не уронил или не выбросил ложку. Помочь ее удерживать предложенным способом сначала несколько секунд, ласково разговаривая. Затем время удерживания ложки ребенком увеличить, постепенно уменьшать силу давления на руку малыша. Затем убрать свою руку совсем, чтобы позволить ему самостоятельно держать ложку.

Для закрепления умения держать ложку можно использовать упражнение в переносе содержимого из одной емкости в другую. Действие повторяется многократно, пока у малыша не появится самостоятельный интерес к выполняемой работе.

После того как ребенок овладел умением брать пищу с помощью взрослого, его учат использовать ложку для самостоятельного приема пищи.

После двух, а иногда и трех лет ребенка учат держать ложку пониже широкой части ручки тремя пальцами. Когда он овладевает этим приемом, его учат правильно зачерпывать пищу, подносить ложку ко рту не сужающейся частью, а боковой стороной, не засовывать ложку в широко раскрытый рот и не засасывать ее кончик.

Знакомство с вилкой. Умение владеть вилкой прививается ребенку тогда, когда он уверенно будет пользоваться ложкой.

Для этого используется легкая, пластиковая вилка со слегка закругленными концами. Для упражнения выбираются продукты, которые легко накальваются, желательны любимые блюда ребенка. Вначале взрослый показывает, как он сам держит вилку, как подносит ее к губам. Затем дает вилку ребенку, обхватывая своей рукой его руку, и медленно подносит ему ко рту и возвращает ее на стол. Это движение повторяется несколько раз, вилка попеременно подносится ко рту взрослого и ребенка. Когда малыш хорошо ознакомится с вилкой и движениями с ней, на его тарелку кладут нарезанные сосиски, вареную морковь, свеклу. Взрослый берет руку малыша и накальвает кусочек пищи. Затем медленно подносит вилку к своему рту, следя за тем, чтобы ребенок наблюдал и медленно убирает вилку. Затем повторяет то же самое действие, поднося вилку ко рту ребенка. Далее ребенок пробует выполнить сам под контролем взрослого. Постепенно контроль за рукой ребенка снижается.

Необходимо помнить о безопасности. Обязательно показать ребенку острые зубья вилки и объяснить, что можно пораниться, но при этом не напугать малыша. Взрослый сам определяет время знакомства с вилкой. Вилка для ребенка должна быть маленькой и не слишком острой. Вначале малыша обучают держать вилку в правой руке. Затем можно показать, что вилку держат по-разному, в зависимости от того, что едят.

Знакомство с чашкой. Обучая ребенка пить из чашки, тренируют его в удерживании чашки двумя руками и умении подносить ее ко рту. После того, как

малыш научится пить из чашки, которую держит взрослый, постепенно вводят новые образцы движений, понятные ему. Постепенно переходят от одного этапа к другому, после овладения предыдущим.

1-й этап — стать позади ребенка, взять чашку и прижать ее к губам малыша.

2-й этап — стать позади ребенка, подвести его руку к чашке, легонько прижать своей рукой и таким образом вместе с рукой ребенка поднести ее к губам ребенка.

3-й этап — стать позади ребенка, подвести его руку к чашке. На тыльную сторону руки ребенка положить руку взрослого, чтобы предохранить (подстраховать) захват его руки.

4-й этап — ослабить захват своей руки, чтобы придать уверенность ребенку, но чашку продолжает держать взрослый.

5-й этап — сократить помощь взрослого вплоть до легкого касания руки, чтобы напомнить ребенку, что он должен делать.

В возрасте от одного до двух лет обучают ребенка удерживать чашку обеими руками и пить из нее самостоятельно, не проливая жидкость. Для приобретения такого навыка нужны длительные многократные упражнения.

Формирование и генерализация навыка самостоятельного приема пищи у ребенка с РАС.

Дети с расстройствами аутистического спектра зачастую имеют трудности в приобретении и закреплении навыков самообслуживания, навыка самостоятельного приема пищи родителям, педагогам приходится применять специальные приемы и методы для их научения.

Способы обучения ребенка самостоятельному приему пищи и генерализации этого навыка в рамках коррекционных занятий.

Пример. Мальчик не удерживает ложку. Самостоятельно не ест. Употребляет только жидкую или протертую пищу. Не жует.

Одной из коррекционных целей было научить ребенка пользоваться ложкой и самостоятельно есть. Работа дефектологом по формированию данного навыка велась следующим образом.

Родители приносили на занятия детское питание, которое мальчик любит, глубокую маленькую тарелку, ложку, фартучек, салфетки.

На первом-втором занятии педагог предлагает мальчику самостоятельно доставать из рюкзака столовые принадлежности и пюре, расставлять их на столе. Поначалу мальчик отказывался брать в руки любой из этих предметов. Тогда в рюкзак были добавлены игрушки, вызывающие у него интерес. Удалось включить его в игру. Он запускал руку в рюкзак и, не глядя, не выбирая, доставал предмет, называл его и складывал на стол. В предложенной игровой ситуации ребенок негативизма, связанного с предметами для приема пищи, не проявлял.

На третьем занятии мальчику было предложено убирать предметы на предназначенные для них места (в коробку, на полку, в корзину) или расставлять на столе. Задавались вопросы: «Что ты достал?», «Где это лежит?», «Куда ты поставишь (положишь) шарик (машинку, ежика, салфетки, ложку, кубик и т.д.)?». С этой задачей мальчик справился.

С четвертого занятия количество игрушек стали уменьшать.

На шестом занятии в рюкзачке лежали только предметы для еды и баночка с пюре. Негативизма мальчик не проявлял. Спокойно их доставал, называл, выставляя на стол. Самостоятельно стал пытаться надеть фартучек. На этом же занятии дефектолог открыла баночку с пюре, выложила его в тарелочку, вложила ложку в руку ребенка. Используя прием «рука в руке», педагог мальчика покормила.

Начиная с **седьмого занятия**, помощь взрослого постепенно уменьшалась. Начиная откручивать крышку у баночки, педагог предлагала мальчику открутить ее до конца. Потом, удерживая кисть ребенка с ложкой, постепенно переводила свою руку на его запястье, затем к локтю, затем придерживала за плечо, уменьшая нажим и лишь делая посыл руки мальчика с ложкой в нужном направлении.

После еды мальчику предлагалось отнести посуду в раковину. На данном этапе трудности не возникли. В процессе обучения стало понятно, что ребенок очень нервничает, когда еда капает на стол, и пачкается рот, подбородок и руки.

Из беседы с родителями выяснилось, что значимые взрослые, приучая мальчика каккратности, ругались, если мальчик не соответствовал их требованиям. Психические особенности ребенка и трудности в развитии мелкой моторики совсем не учитывались. Чтобы справиться с этой задачей, были приготовлены влажные салфетки и положены рядом с тарелкой. Как только первые капли пюре попадали на фартучек, сразу же, удерживая руку ребенка, педагог вместе с ним вытирала их, и использованные салфетки складывались на край стола. Также применялся прием «рука в руке». При этом мальчика хвалили и поощряли поглаживанием по голове и по спине.

На одиннадцатом занятии мальчик доставал из рюкзачка еду, ложку, тарелочку, салфетки. С помощью педагога откручивал крышку баночки. В тарелочку еду выкладывал взрослый. Самостоятельно удерживая ложку, мальчик съедал почти весь объем пищи.

Результаты

В рамках занятий с дефектологом за 5 месяцев мальчик овладел умением пользоваться ложкой, убирать посуду со стола в раковину. Сейчас мальчик может самостоятельно есть за общим столом со знакомыми взрослыми. При этом он не боится испачкаться и накапать на стол.

Избирательность в пище

Избирательность в пище и ограниченный рацион – частая проблема детей с аутизмом, 50-70% родителей данных детей сообщают, что у их детей есть проблемы с расширением рациона и использованием некоторых продуктов.

Что означает проблема избирательности в пище? Проблема чрезмерной избирательности в пище у детей с аутизмом чаще всего приводит к серьезной ограниченности рациона, ребенок может отказываться от еды, есть только некоторые или строго определенные виды продуктов, соблюдать всевозможные ритуалы, связанные с самой едой и приемами пищи.

Почему у ребенка возникла такая проблема?

Нельзя точно сказать, с чем может быть связана чрезмерная избирательность в пище, но некоторые пищевые привычки может объяснить **медицинские причины**:

- Длительная болезнь, которая повлияла на интерес к еде и способность принимать пищу.
- Некоторые особые состояния, среди которых аутизм.
- Хронические запоры.
- Тенденция к возникновению проблем пищеварения, например рефлюкса (изжоги).
- Прием медикаментов, некоторые из них могут притуплять чувство вкуса.

В дополнение к медицинским проблемам, факторы, влияющие на возникновение проблем с питанием, могут включать в себя, а именно:

- Нарушения сенсорной обработки – чрезмерную сенсорную чувствительность, слишком сильное восприятие вкусов, запахов или текстур;
- Стремление к постоянству и болезненное восприятие перемен, среди которых марки и цвет продуктов.

Непреднамеренное подкрепление склонностей к избирательности в еде. Как и с большинством поведенческих проблем, прежде всего следует убедиться, что у ребенка нет проблем со здоровьем.

Повышенная сенсорная чувствительность часто встречается у детей с РАС и может быть одной из причин избирательности в еде. Дети с аутизмом могут особенно остро воспринимать некоторые вкусы, температуру, запахи.

Неприятная пища может стать причиной проявлений крайних форм тревожности. Если они пытаются съесть что-то новое, то могут начать корчить гримасы, откашливать еду, пытаться оторвать или вырвать, а после такого неприятного опыта скорее всего будут отказываться даже попробовать что-то хоть отдаленно похожее на неприятный продукт. Такие дети с трудом соглашаются пробовать что-то новое, а иногда могут отказываться даже от привычной еды, если она лежала рядом с чем-то неприятным или незнакомым.

Из-за особенностей сенсорного восприятия дети начинают связывать саму процедуру приема пищи с чувствами тревоги и страха, а кроме того это приводит к конфликтным ситуациям со взрослыми. В результате всего вышесказанного завтраки, обеды и ужины становятся для всех непростым испытанием.

Сенсорные проблемы могут быть связаны как с самой пищей, так и с окружающей обстановкой. Например, место в ресторане может быть напротив кухни, где будет постоянно шуметь вода и греметь посуда. Слишком шумная и людная обстановка сама по себе может стать источником сенсорной перегрузки для ребенка.

Проблемы с питанием могут быть источником повышенного стресса, в том числе для родителей, поскольку они чувствуют ответственность за жизнь и здоровье своего малыша. Чрезмерная ограниченность рациона, вкупе с проблемным поведением во время приемов пищи, может привести к тому, что членам семьи будет трудно собираться за столом всем вместе, посещать рестораны и семейные праздники.

Признаки дисфункции орального сигнала

1. Гиперсенситивность к оральному сигналу (оральная защитная реакция):

- капризность в еде, часто имеет крайние предпочтения, например, очень ограниченный набор продуктов, отказывается пробовать новую еду в кафе, отказывается есть в гостях;
- может есть только мягкую или пюреобразную еду после 2-х лет;
- может давиться едой плотной консистенции;
- сложности с сосанием, жеванием и глотанием; может давиться или
- испытывать страх подавиться;
- отказывается или чрезвычайно боится идти к дантисту и проделывать любые манипуляции с зубами;
- может есть только горячее или только холодное;
- отказывается лизать конверты, марки, стикеры из-за их вкуса;
- не любит зубную пасту и жидкости для полоскания рта, выражает недовольство при пользовании ими;
- избегает маринованной, острой, сладкой, кислой и соленой пищи; предпочитает пресную.

2. Гипосенситивность к оральному сигналу (низкий уровень регистрации):

- может лизать, пробовать на вкус, жевать несъедобные объекты;
- предпочитает пищу с интенсивным вкусом и запахом: очень острую, сладкую, соленую;
- избыточное слюноотделение по прошествии возраста прорезывания зубов;
- часто жуёт волосы, рубашку, пальцы;
- постоянно кладет объекты в рот по прошествии малышового возраста;
- реагирует так, как если бы вся еда имела один вкус;
- любит добавлять чрезмерное количество специй и маринадов в пищу;
- любит крутить во рту зубную щетку и даже ходить к дантисту.

Возможная помощь

Чрезмерная избирательность и отказ от еды – комплексная проблема, которая может быть решена при поддержке междисциплинарной команды специалистов, в которую должен входить педиатр, гастроэнтеролог, диетолог, эрготерапевт, специалист по коммуникации, психолог, поведенческий аналитик, психиатр и социальный работник. Отказ от пищи может спровоцировать множество факторов. При наличии состояний, требующих медицинского вмешательства, таких как проблемы пищеварения, прежде всего необходима врачебная помощь.

Чаще всего, при работе с детьми с аутизмом, родители и специалисты обращаются к поведенческому подходу.

Методы поведенческой терапии (лучше всего подходят, если не изменена чувствительность, но есть определенная закрепившаяся в поведении избегающая реакция):

1) Подкрепление в случае, когда ребенок пробует какой-либо новый вид пищи. Например, можно завести специальную доску почета (или «тарелку славы»), куда наклеивать либо изображение того продукта, который ребенок попробовал, либо просто интересную для ребенка наклейку. Этот способ будет усиливать желательное поведение – пробовать что-то новое. Поведенческие

психологи назвали бы такой способ «позитивным усилением», когда мы усиливаем поведение через позитивные с точки зрения ребенка последствия. Один из вариантов работы – после того как ребенок попробует кусочек непривычной или нелюбимой пищи предоставлять ему положительное подкрепление: похвалу, лакомство, доступ к любимым игрушкам или занятиям. В данном случае позитивным последствием будет эмоциональное поощрение.

2) Игнорирование нежелательного поведения. Еще одна поведенческая стратегия, к которой часто прибегают в подобных случаях – гашение, куда входит намеренное игнорирование нежелательного поведения ребенка во время приема пищи (истерики, уход из-за стола, расшвыривание пищи) и предоставление позитивного внимания в ситуации, когда ребенок ведет себя как следует, спокойно ест то, что вы предлагаете. В некоторых случаях ребенку не разрешают вставать из-за стола, чтобы он не имел возможности избежать самой процедуры приема пищи. Еще одна поведенческая стратегия – снижение интенсивности стимула. Как вариант – смешивание любимой пищи и новой, или неприятной, сочетание небольшой порции нового продукта и большого количества любимой пищи (например 10% нового и 90% любимого).

Сенсорно-интегративные методы, направленные на расширение рациона и изменение чувствительности.

1) Развивающая работа, направленная на дифференциацию разных видов чувствительности. Это позволит постепенно разделить восприятие качеств объекта друг от друга, и ребенок сможет не распространять свое негативное отношение на весь объект (например, поймет, что зеленый и горький это совершенно разные, не связанные друг с другом свойства).

2) Специальные игры, направленные на развитие глубокой чувствительности рта и подвижности всех составляющих жевательно- глотательного аппарата (mouth games). На самом деле, все эти игры очень напоминают логопедическую гимнастику. Также существует целый ряд средств, стимулирующих чувствительность рта, начиная от лимонно-сладких кубиков льда, заканчивая специальной щеточкой (NUK brush), которую используют для массажа и для кормления.

3) При проблеме восприятия текстуры пищи - введение новых продуктов в виде гомогенного пюре. При проблеме вкуса следует начинать с введения тех продуктов, которые по вкусу наиболее близки к предпочитаемым, добавлять в любимую пищу немного нелюбимой, постепенно изменяя пропорцию.

4) При проблеме с приемом твердой пищи - исключить слабость жевательных мышц, мышц языка и гортани, а если она обнаружится, выполнять соответствующие развивающие упражнения.

5) Некоторым детям проще пробовать новую пищу, если перед этим снизить чувствительность вкусовых рецепторов, например, дав пососать ребенку кубик льда.

6) В ряде случаев необходимо уделить внимание положению головы и тела ребенка при кормлении, использовать специальные стулья и подушки, регулировать количество принимаемой за один раз пищи (не ложку с горкой, а неполную ложку), использовать специальные ложки и стаканы.

Эрготерапевты учат родителей принимать в расчет сенсорное воздействие самой пищи. Прежде всего нужно определить, что ребенок точно будет есть, а что не захочет даже пробовать. Новые продукты следует вводить постепенно, начиная с тех, которые с сенсорной точки зрения будут ребенку наиболее приятны. Каждый новый продукт следует вводить по несколько дней, чтобы ребенок привык к нему, но нужно помнить, что новая пища будет входить в его рацион очень и очень медленно. Процесс дегустации новых продуктов лучше проводить в то время дня, когда ребенок чувствует себя максимально хорошо. Вы, и ваш ребенок, должны быть спокойны и пребывать в хорошем расположении духа.

Сенсорные истории. Сенсорные истории – набор из 30-ти иллюстрированных описаний различных социальных ситуаций (например поход в кафе), в которых детям показывают, каким образом они могут справиться с сенсорной перегрузкой. Сенсорные истории можно заказать на сайте <http://www.therapro.com> в виде файла для скачивания, или непосредственно набора картинок.

Обеденные рассказы: руководство для специалистов по кормлению, 2-ое издание, созданное двумя эрготерапевтами, для того чтобы помочь терапевтам и родителям создать короткий, персональный буклет, который поможет ребенку почувствовать, что он контролирует ситуацию, и сможет решить проблемы и трудности, связанные с приемами пищи. В книжке содержатся шаблоны и более 600 тематических картинок и фотографий, а также инструкции по написанию социальных историй. Изначально эта книга не была предназначена для детей с аутизмом, но вполне подходит для них. Книгу можно заказать: <http://www.amazon.com/Mealtime-Stories-Feeding-Therapists-Edition/dp/0981653138>

Магазинные детские книги. Существует несколько детских книг о новой пище, например «Я никогда в жизни не возьму в рот помидор» (“I will never not ever eat a tomato”) автора Lauren Child, или DW разборчивый едок автор — Marc Brown. Обе книги можно заказать на сайте amazon.com

Создайте собственную историю. Сделайте действующими лицами любимых героев вашего ребенка, того же Спайдермена, и заставьте его перепробовать как можно больше продуктов.

Песни. Некоторые песни могут поддержать ребенка во время дегустирования новых видов пищи. Пример: Великий продуктовый исследователь из сборника Песни для чувствительных детей (Songs for sensational kids, Vol. 2: I'm ok, ole! [CD]. Portland, OR: CD Baby (Apr. 21, 2005)

Предъявление разных вкусов как коррекция пищевых предпочтений

На самом начальном этапе, развитие новых предпочтений в еде требует только одного: многократно пробовать конкретную еду в течение длительного времени. Для многих детей с РАС этот этап не является легким или простым. Однако существует ряд вмешательств, которые обеспечивают повторяющееся предъявление разных вкусов и, как было показано, эффективны для увеличения разнообразия рациона (см. обзор Williams & Seiverling, 2014). Эти вмешательства часто включают один или несколько из следующих компонентов:

1) **Многократное предъявление маленьких кусочков** (например, от размера крошки до размера горошины) каждого нового блюда в течение нескольких дней или недель. Лучше всего начинать с продуктов, которые по вкусу и текстуре похожи на продукты, которые уже есть в рационе Вашего ребенка, а также продуктов, которые ваш ребенок раньше хорошо ел, но больше не ест. Кроме того, иногда легче начать с продуктов, которые не требуют жевания (например, йогурт или пудинг), чтобы уменьшить вероятность, что ваш ребенок будет держать пищу во рту или выплюнет её. Также может быть полезно во время первых нескольких предъявлений (exposures) разрешить ребенку сделать глоток любимого напитка сразу после того, как он съел кусочек новой еды.

2) **Снижение интенсивности стимула**, которое часто включает постепенное увеличение размера кусочков вводимой новой пищи (например, от крошки или размером с горошину до половины ложки и, наконец, полной ложки). Мы рекомендуем увеличивать размеры порции, когда Ваш ребенок съел, по крайней мере, три кусочка/ложки пищи подряд в течение 30 секунд без рвотных позывов и нежелательных поведений, таких как крики и плач.

3) **Позитивное подкрепление положительного отношения к новым продуктам** и приемлемого поведения за столом во время еды в форме вербальной похвалы. А также в форме доступа к предпочитаемой еде, игрушкам или занятиям (т.е. подкреплениям), предназначенным только для случаев, когда ребенок соглашается попробовать новую еду. Целесообразно ограничить доступ к данным подкреплениям, чтобы они мотивировали Вашего ребенка как можно дольше.

4) **Намеренное игнорирование неуместного поведения ребенка во время еды**, которое предполагает, что Вы уделяете минимальное, насколько это возможно, количество внимания агрессивному или нежелательному поведению ребенка во время еды. Бывает трудно намеренно игнорировать поведение ребенка после того, как Вы потратили время и силы на приготовление всех блюд или одного нового блюда, а Ваш ребенок кричит, у него истерика, и он отказывается есть то, что ему дают. Однако Вам не стоит отвечать тем же. Намеренное игнорирование позволяет именно Вам, а не Вашему ребенку, задавать тон во время приемов пищи. Игнорирование нежелательных поведений в конечном итоге приведет к их снижению, но с Вашей стороны потребуется много терпения. Скорее всего, Ваш ребенок уже некоторое время практикует эти поведения, поэтому помощь в их изменении посредством намеренного игнорирования также займет время. Кроме того, важно знать, что частота и интенсивность нежелательных поведений Вашего ребенка могут сначала увеличиться, прежде чем произойдут улучшения благодаря тому, что Вы больше не реагируете на данные поведения. И помните, что, хотя вы должны игнорировать нежелательное поведение Вашего сына во время еды, обязательно уделяйте позитивное внимание его уместному поведению во время приёмов пищи.

5) **Предупреждение поведения избегания** посредством того, что новую еду не убирают, если ребенок демонстрирует проблемное поведение во время приемов пищи (например, отталкивание еды и крики). Часто также включает

требование, чтобы ребенок согласился съесть хотя бы один кусочек предлагаемой ему еды, прежде он покинет зону приема пищи.

б) Установление режима питания, чтобы исключить для ребенка перекусы между приемами пищи и повысить его аппетит и мотивацию во время еды.

Для того чтобы отслеживать успехи Вашего сына во время применения вмешательств по расширению разнообразия его рациона, может быть полезно использовать таблицу данных, чтобы указать, какие продукты вы ввели, размер порций (например, размером с горошину, половина ложки, или полная ложка), соглашается ли Ваш ребенок попробовать новую еду без каких-либо проблем или демонстрирует такое поведение, как рвота и плач. Отслеживание поведения вашего ребенка во время еды может помочь вам принять решение, когда увеличивать размеры порции новой пищи, которую Вы вводите, или когда нужно внести изменения во вмешательство, которое Вы применяете (если не происходит никакого прогресса).

Использование визуальных опор

Многие родители детей с аутизмом выражают обеспокоенность по поводу успешности вмешательства из-за того, что у их ребенка ограниченные навыки понимания и использования речи. Визуальные опоры – отличный способ решения этих проблем. Было показано, что визуальные опоры также способствуют развитию самостоятельности и уменьшению поведенческих проблем, связанных с изменениями в расписании (Carnahan, Musti-Rao, & Bailey, 2009; Dettmer, Simpson, Myles, & Ganz, 2000).

Визуальные опоры могут быть следующими:

- Таблица, в которой указано, когда еда или закуски будут предлагаться в течение дня;
- Таблица или схема выдачи жетонов (например, таблица с наклейками), которая показывает, сколько кусочков/ложек пищи должен съесть ребенок, прежде чем он заработает доступ к любимому занятию, игрушке или еде;
- Подробный список или набор картинок, показывающих, какие продукты будут предлагаться во время еды и в каком порядке.

Формирование новых привычек, связанных с приемом пищи

При работе с детьми с РАС, демонстрирующими избирательное пищевое поведение, важной целью является установление нового режима приема пищи. И эта цель может быть достигнута, если родители будут последовательно реализовывать структурированный план питания, который заменит привычный для ребенка порядок употребления ограниченного числа продуктов. Этот план может включать последовательное обеспечение подкрепления (например, доступа к предпочитаемой пище или игрушке) за то что ребенок пробует новые продукты, предъявление на начальном этапе очень маленьких кусочков новой пищи, а также требование, чтобы ребенок сидел за столом в течение установленного количества времени до того, как ему разрешат уйти. Стоит только сформировать новый режим питания, и многим детям с аутизмом становится комфортно пробовать новые продукты в рамках данного режима. Со временем, когда ваш ребенок начнет есть разные новые продукты, которые вы ввели, и больше не будет демонстрировать нежелательное поведение во время еды, вы сможете постепенно убрать некоторые компоненты структурированного

плана питания. В целях сохранения успехов, которых достиг Ваш ребенок в расширении разнообразия своего рациона, может быть полезно составить еженедельное расписание и использовать его в качестве руководства для того, чтобы продолжать предлагать ребенку продукты, успешно введенные ранее. Если между презентациями введенной пищи проходит несколько недель или месяцев, ребенок может начать сопротивляться употреблению этой пищи, потому что ее не предлагали регулярно.

Хотя избирательное пищевое поведение широко распространено среди детей с аутизмом, хорошие новости заключаются в том, что эту проблему можно решить путем целенаправленных, индивидуально подобранных вмешательств и их последовательного применения. Но несмотря на то, что мы наблюдали, как многие дети с помощью различных поведенческих вмешательств переходят от употребления нескольких продуктов к употреблению десятков продуктов, важно понимать, что успех конкретного вмешательства в пищевое поведение одного ребенка не позволяет предсказать успех применения того же самого вмешательства в случае другого ребенка. Более того может оказаться, что вмешательства, которые используют одни семьи, могут не подойти для других семей из-за таких факторов, как расписание приемов пищи и возможности родителей физически присутствовать во время приемов пищи. Определение, какие вмешательства будут наиболее эффективными в контексте режима питания и распорядка дня Вашей семьи – это важный первый шаг в составлении плана. В наиболее тяжелых случаях рекомендуется обратиться за помощью к сертифицированному поведенческому аналитику (BCBA) или детскому психологу, который может помочь определить конкретные проблемы с питанием у Вашего ребенка и разработать соответствующий план вмешательства. Кроме того, на нашем веб-сайте www.broccolibootcamp.com вы можете получить доступ к множеству бесплатных ресурсов, в том числе к планам питания, различным типам таблиц, данных для отслеживания прогресса вашего ребенка и средствам визуальной поддержки.

Что еще можно сделать? Рекомендации родителям.

Сделайте приемы пищи веселыми и интересными.

- Разрешите ребенку поиграть с едой, сложить из продуктов смешную рожицу, расковырять ее вилкой или раскатать скалкой.
- Используйте яркие и забавные столовые приборы, и посуду.
- Сделайте специальную «тарелку славы», прикрепите на холодильник пластиковую тарелку и наклеивайте на нее каждый новый вид продуктов, который ребенок решился попробовать.
- Разрешите ребенку участвовать в приготовлении пищи.
- Сделайте специальный график и отмечайте на нем каждый раз, когда ребенок решился попробовать что-то новое. Выберите цель и двигайтесь к ней вместе с ребенком. После ее достижения можно устроить вечеринку, на которой будут угощать только той едой, которая нравится вашему малышу.

Моделинг. Предложите брату или сестре на глазах у ребенка попробовать что-то новое.

Подберите альтернативу. Проконсультируйтесь с диетологом, чтобы подобрать другие виды продуктов, которые помогут вашему ребенку получить

необходимое количество питательных веществ. Ни одну пищевую группу нельзя полностью исключить из рациона без вреда для здоровья. Например, чтобы не есть мяса, нужно включить в рацион другие равноценные источники протеина. Если ребенок не ест фрукты, но ест много овощей, дефицит питательных веществ ему не грозит. Если ребенок не ест хлеб, но любит кашу, хлопья или галеты, он скорее всего получает достаточно углеводов.

Литература:

1. Волкмар, Ф. Р., Вайзнер, Л.А. Аутизм: Практическое руководство для родителей, членов семьи и учителей: - Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2014. – 288 с.
2. Делани, Т. Развитие основных навыков у детей с аутизмом: эффективная методика игровых занятий с особыми детьми / Тара Делани; пер. с англ. В. Дегтяревой; науч. ред. С. Анисимова. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2014. – 272 с.
3. Ерофеева Ю.И. Формирование и генерализация навыка самостоятельного приема пищи у ребенка с РАС // Аутизм и нарушения развития. 2014. Том 12. № 3. С. 18–21.
4. Лебединская К. С., Никольская О. С. Диагностика раннего детского аутизма: Начальные проявления. — М.: Просвещение, 1991. — С. 88-97.
5. Максимова Е.В. Уровни общения. Причины возникновения раннего детского аутизма и его коррекция на основе теории Н.А. Бернштейна. — М.: Издательство «Диалог-МИФИ», 2008. — 288 с.
6. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либ-линг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. - М.: Теревинф, 2000. — 336 с.

Развитие социально-бытовых навыков детей с РАС

1. Навыки одевания и раздевания. Визуальное расписание.

Важно помнить, что прежде чем начинать учить ребенка чему-то новому, ребенок должен быть спокоен, доволен и готов к сотрудничеству, а родители в хорошем расположении духа. Необходим ровный эмоциональный настрой родителя.



Навык одевания - важный навык в развитии ребенка. Ведь он значительно влияет на дальнейшее течение жизни ребенка.

Навык одевания - сложный навык и в то же время полезный, так как у ребенка развиваются мышление, речь, сенсомоторная координация и мелкая моторика.

Для того, чтобы успешно привить навыки одевания было бы неплохо, чтобы ребенок:

- умел сидеть, ходить, вставать...



- имел представление о собственном теле (где ручки, ножки, голова и т. д.)



- хорошо владел мелкими предметами (развита мелкая моторика)



Для детей с РАС нужно и важно:

- четко структурировать фразы;
- корректировать жесты;
- говорить коротко и давать команды;
- временной распорядок и ритм взаимодействия;
- **МНОГОКРАТНО** прорабатывать каждое движение;
- обязательно использовать метод безошибочного обучения. Малыш должен быть уверен, что у него все получится, и он будет успешен;
- обязательно используйте подсказки. Начинаем с полной физической подсказки, но по мере овладения навыком они становятся частичными; используются вербальные, жестовые подсказки, моделирование. Постепенно подсказки убираем;
- социальное поощрение в гипертрофированной форме: «Ты такой молодец, так быстро надел ботинки!». При этом взрослый должен находиться впереди ребенка, чтобы он хорошо видел лицо родителя и его эмоции.

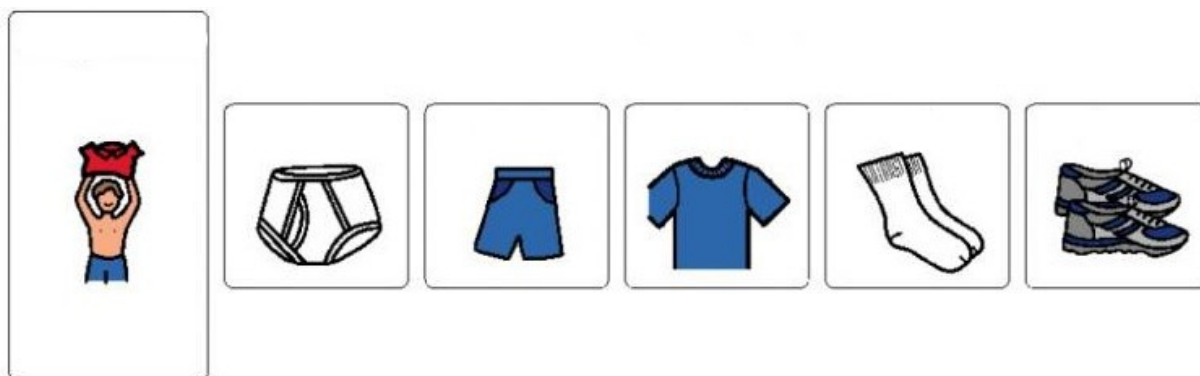
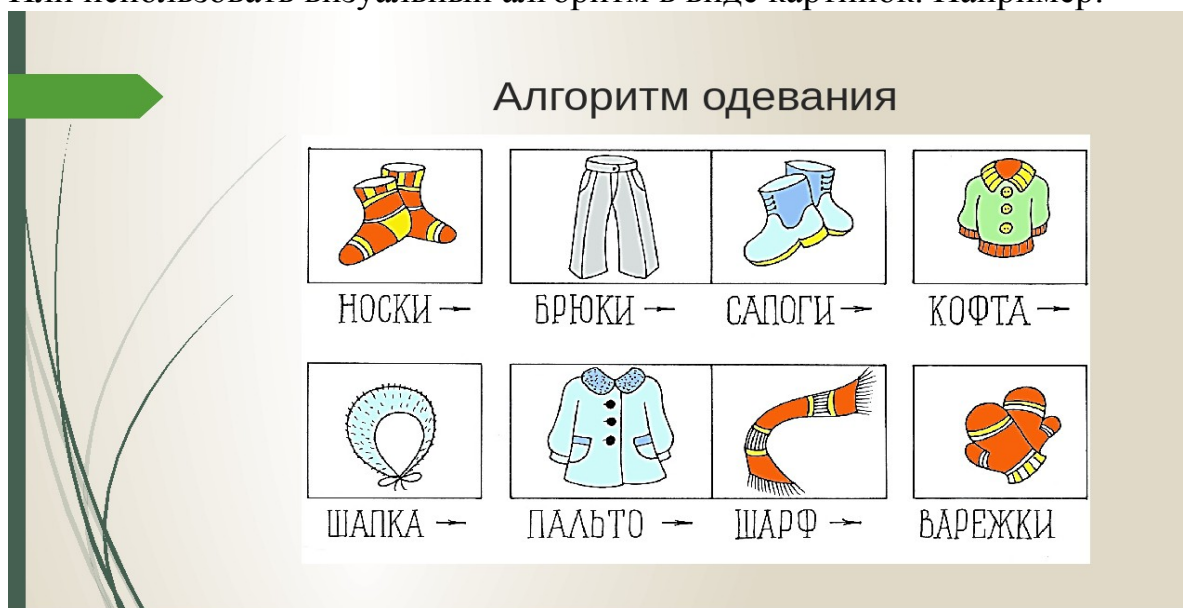
Прежде чем приступить к обучению ребенка навыку одевания:

1. Понаблюдайте и оцените состояние ребенка, что он умеет делать на данный момент (что делает хорошо, что получается отчасти и что совсем не умеет). **НЕ ТОРОПИТЕСЬ ДЕЛАТЬ ЗА РЕБЕНКА ТО, ЧТО ВОЗМОЖНО ОН УМЕЕТ САМ, ПРОЯВИТЕ ТЕРПЕНИЕ!**

2. Необходима последовательность, но **НЕ ЗАБЫВАЙТЕ, ЧТО КАЖДЫЙ РЕБЕНОК ОДЕВАЕТСЯ ИНДИВИДУАЛЬНО, СОГЛАСНО ЕГО ОСОБЕННОСТЯМ И УРОВНЮ РАЗВИТИЯ.** Учим последовательно снимать или надевать вещи. Сначала носки (так лучше будет скользить по штанине), затем штаны, футболку, свитер. Необходимо разложить вещи в определенном порядке, чтобы ребенок мог последовательно надевать одну вещь за другой, или разложить вещи на полу дорожкой в определенной последовательности. Например:



Или использовать визуальный алгоритм в виде картинок. Например:



Для того, чтобы привить навык одевания ребенку используйте пошаговое (поэтапное) обучение. Разберем пример одевания штанов, используя пошаговое обучение. Обязательным условием является то, что штаны должны быть на резинке (для удобства), наличие стула или дивана (для того, чтобы ребенок мог облокотиться). Каждый этап проделываем многократно, столько раз, пока ребенок не будет выполнять его самостоятельно):

1 этап	<i>Взрослый</i> надевает штаны до бедер <i>Ребенок</i> сам натягивает штаны до талии
2 этап	<i>Взрослый</i> надевает штаны до колен <i>Ребенок</i> наклоняется и натягивает штаны сам до талии
3 этап	<i>Взрослый</i> продевает каждую ногу в штанину <i>Ребенок</i> наклоняется и натягивает штаны до талии
4 этап	<i>Взрослый</i> продевает только одну ногу в штанину <i>Ребенок</i> сам наклоняется, продевает вторую ногу в штанину и натягивает их до талии
5 этап	<i>Взрослый</i> подает штаны в руки ребенку <i>Ребенок</i> берет штаны у взрослого, наклоняется, продевает ноги в штанины и натягивает штаны до талии
6 этап	<i>Ребенок</i> надевает штаны самостоятельно

На каждом этапе НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ХВАЛИТЬ ребенка!

Каждый этап (шаг) должен быть составлен согласно индивидуальности ребенка, используя подсказки. Постепенно подсказки нужно убирать, чтобы ребенок не привык.

ВАЖНО:

- Не подавлять инициативу ребенка;
- Вещи должны быть подобраны правильно;
- Не акцентировать внимание на неудачах;
- Чаще хвалить;
- Помогать ребенку, постепенно уменьшая подсказки.

Навык раздевания.

Ребенку легче раздеться, чем одеться!

1. Ребенок часто пытается самостоятельно снять с себя обувь или шапку сопровождая словами: «Я сам!». Это связано с тем, что ему нравится больше раздеваться, чтобы освободить свое тело от большого количества одежды
2. Сначала лучше будет научиться раздеваться. Ведь снять легче, чем надеть!

2 способа эффективного навыка раздевания:

1. «ПОПРОБУЙ САМОСТОЯТЕЛЬНО!». Сначала взрослый показывает как снять штаны, а потом говорит ребенку: «Попробуй сам!»
2. «ДАВАЙ ПОМОГУ!». Взрослый помогает ребенку раздеться его же руками. Надо постараться, чтобы ребенок почувствовал успех. Начинаете вместе, а продолжает он один. Тогда у него появится стремление к самостоятельности.

Но не забывайте, что **КАЖДЫЙ РЕБЕНОК ИНДИВИДУАЛЕН!**

Визуальное расписание – это наглядное отображение того, что будет происходить в течение дня, или во время одного занятия.

Визуальное расписание — позитивная стратегия обучения и воспитания ребенка с расстройством аутистического спектра. Наличие наглядной структуры значительно улучшает качество жизни ребенка. Помогает осваивать новые сложные навыки, снижает тревожность, дает возможность выбора, а главное учит эффективной коммуникации.

Визуальное расписание для ребенка выполняет ту же функцию, что и ежедневник для взрослого.



Формат расписания:

- Расписание из предметов (такое расписание наиболее уместно для людей с очень низкими речевыми навыками или невербальных. Самое главное при составлении расписания из предметов — определить, какой небольшой предмет может использоваться во время каждого занятия, либо какой предмет может символизировать то или иное событие). *Например, сначала ты идешь чистить зубы, затем - кушаешь, и только потом — играешь.*



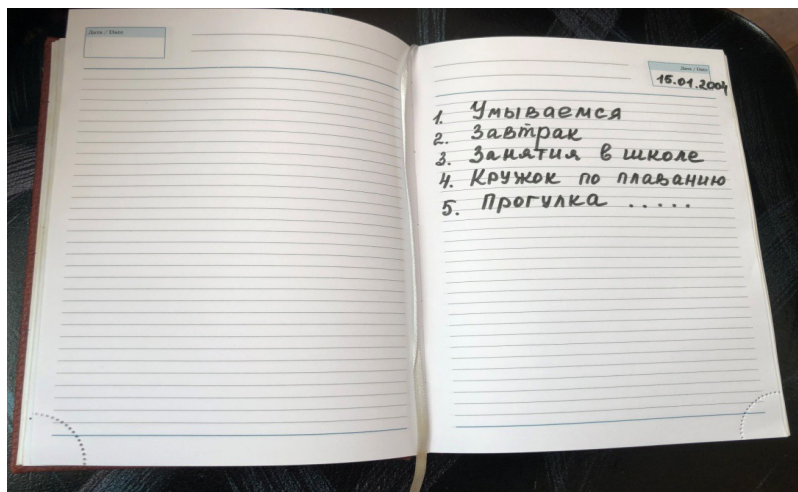
Пример визуального расписания из предметов

• Расписание из рисунков или фотографий (некоторым людям проще распознавать фотографии, в то время как другим проще распознавать рисунки. Вы можете или нарисовать их самостоятельно, либо использовать готовые рисунки. Лучше сделать фото ребенка, для того, чтобы он мог идентифицировать себя с изображением на фотографии и понимать, что он должен сделать: «Я кушаю!», «Я обуваюсь!» и тд.)

 ПИРАМИДКА	 МАТРЁШКА	 МАШИНКА	 КУБИКИ	 МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ	 КУКЛА
 ТЕЛЕФОН	 ПАЗЛЫ	 ВЕЛОСИПЕД	 СОРТЕР	 СОРТЕР	 ПИРАМИДКА
 МЯЧ	 ШАРИК	 ДУДОЧКА	 НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ	 ПРЫГАТЬ НА БАТУТЕ	 КАТАТЬСЯ НА САМОКАТЕ
 СТРОИТЬ ИЗ КУБИКОВ	 КАЧАТЬСЯ НА КАЧЕЛИ	 КАТАТЬСЯ С ГОРКИ	 КАТАТЬСЯ НА КАРУСЕЛИ	 ИГРАТЬ С МЯЧОМ	 ИГРАТЬ В ПЕСОЧНИЦЕ

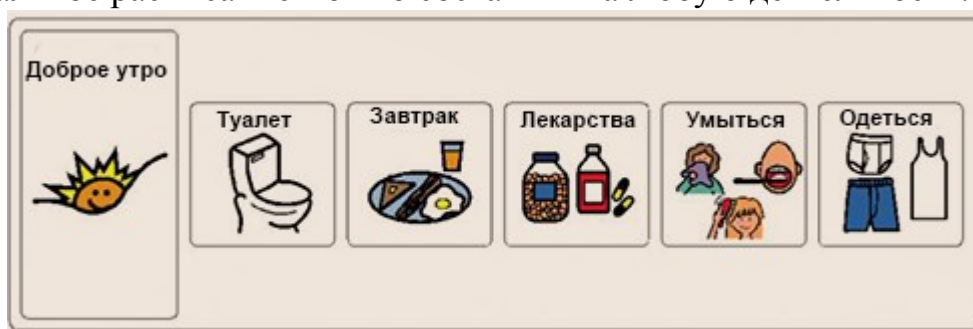
Пример готовых рисунков для визуального расписания

• Письменные расписания (это расписание подходит для тех, кто умеет читать. К такому формату расписания нужно стремиться, проходя этапы расписания из предметов, рисунков и фотографий).



Оптимальный формат визуального расписания должен быть самым простым, с которым ваш ребенок точно справится в любом состоянии.

Визуальное расписание можно составить на любую деятельность:



Пример утреннего визуального расписания



Пример, как правильно сморкаться



Пример приемов пищи и т.д.

Даже самого маленького ребенка (2-2,5 года) можно научить ориентироваться в визуальном расписании. Для малышей в него следует включать простые развивающие задачи с пазлами, кубиками, наклейкой, детскими сортерами, мыльными пузырями. Например,



СКЛАДЫВАТЬ
ПАЗЛЫ



ВЫДУВАТЬ ПУЗЫРИ



СТРОИТЬ ИЗ
КУБИКОВ

А для более взрослых детей уже можно разнообразить план действий полезными бытовыми заданиями, например:



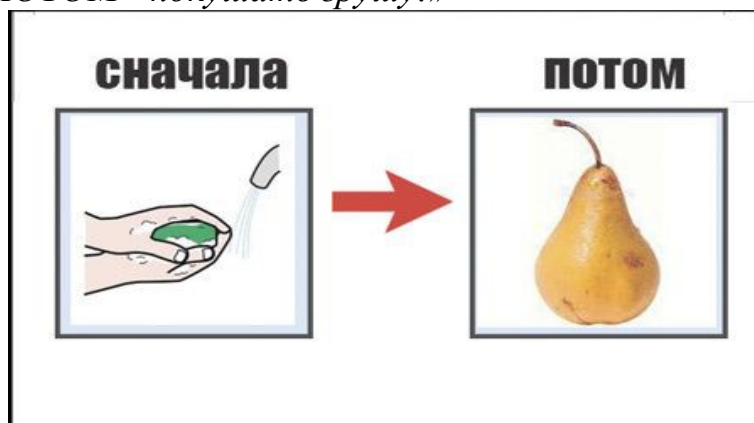
вытереть стол



складывать вещи
в шкаф

и т.д.

Начните вводить визуальное расписание с самой простой формы «Сначала – Потом». Под словом «*потом*» - приятное занятие, а под словом «*сначала*» - нужное, которое часто не нравится ребёнку. При этом произносим меньше слов, конкретно обозначаем ребёнку, что нужно сделать. Например, «*СНАЧАЛА - помыть руки, а ПОТОМ - покушать грушу!*»



Определите, где будет располагаться визуальное расписание и в какой форме выглядеть, например, это может быть на каком-либо планшете:



На холодильнике, стене или на шкафу:



В корзиночках, коробочках (если это расписание из предметов) и тд.



Длина расписания должна зависеть от потребностей и возможностей ребенка. Начать нужно с такого количества пунктов, которое будет оптимально именно для вашего ребенка, а потом модифицировать его по необходимости.

 ПРОСЫПАЕМСЯ	 УМЫВАЕМСЯ	 ЧИСТИМ ЗУБЫ	 ЗАПРАВЛЯЕМ КРОВАТЬ
 ИДЁМ В ТУАЛЕТ	 МОЕМ РУКИ	 КУШАЕМ	 ДЕЛАЕМ ЗАРЯДКУ
 ОДЕВАЕМСЯ	 ПРИЧЕСЫВАЕМСЯ	 ГУЛЯЕМ НА ПЛОЩАДКЕ	 ГУЛЯЕМ НА УЛИЦЕ

Пример визуального расписания

Когда по визуальному расписанию наступает время для определенного занятия:

1. Дайте краткую словесную инструкцию: «Посмотри в расписание!», или, находясь сзади ребенка направить его к расписанию (можно использовать небольшую физическую подсказку).

2. Подводим ребенка к расписанию.
3. Берем своей рукой руку ребенка и указательным пальцем указываем на первое действие
4. Озвучиваем его. Например, «*Чистить зубы!*» и направляем ребенка к тому месту, где должно произойти действие, в ванную.
5. Затем. После выполнения задания, подводим ребенка к расписанию, и опять же используя метод «рука в руке», снимаем карточку «*Чистить зубы!*» и говорим: «Выполнил!»
6. Преступаем к следующему действию.

Со временем, когда ребенок будет лучше ориентироваться в расписании, физические подсказки можно будет сводить на нет. И постепенно увеличивать количество заданий. И НЕ ЗАБЫВАЙТЕ, хвалите или награждайте ребенка за малейшие успехи!

Таким образом, визуальное расписание помогает быть ребёнку более спокойным, уверенным, иметь возможность более самостоятельно контролировать свои действия опираясь на визуальные подсказки.

Литература:

1. Аутизм: Практические рекомендации для родителей.: Изд-во «СигналЪ», 2002.
2. Брюс Л. Бейкер. Путь к независимости: обучение детей с особенностями развития бытовым навыкам/Б.Л. Бейкер, Д.Б. Алан – Москва: Теревинф, 2000.
3. Веденина М.Ю. Использование поведенческой терапии аутичных детей для формирования навыков бытовой адаптации/М.Ю. Веденина //Дефектология.- 1997.
4. Волкова С.М. Детский аутизм. Проблемы обучения/ С.М. Волкова. -Москва: Тритон. 2002.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Как помочь особому ребенку. Книга для педагогов и родителей/Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л.А. Нисневич. СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
6. Никольская О.С. Аутичный ребенок. Пути помощи/О.С. Никольская, Е.Р. Баенская, М.М. Либлинг Москва: Теревинф, 1997.

Поведение в общественных местах ребенка с РАС

Введение Свою статью я начну с обращения мамы в социальные сети «Крик души».

«Девочки, крик души. Как вы научились адекватно реагировать на замечания окружающих и поведение ребёнка. У сына аутизм на фоне органики. Почти приняла диагноз, но до конца не могу. Сама понимаю. Постоянно косые взгляды мамочек на площадке, родственников...это больно. Слышу, как другие дети спрашивали у родителей: «Чего он орет?». После каждой ситуации рыдаю часами в подушку. Пытаюсь всем и самой себе доказать, это пройдет, это не навсегда. На классику мы не тянем, сын контактный, веселый, ласковый, но очень взрывной, неуправляемый и эмоционально нестабильный. Речь очень скудная, хотя нам 6 лет. Врачи категоричны, примите ребенка, оформляйте инвалидность и живите дальше...Но полностью принять не могу, не получается с гордо поднятой головой нести этот крест. Очень люблю сына, все бы отдала, чтобы он был здоров! Как принять до конца диагноз и перестать рыдать без конца, как вы пришли к принятию?».

После такого «крика души» возникает вопрос, что ждёт в дальнейшем ребёнка, имеющего аутистический синдром? Полностью преодолеть этот дефект нельзя, можно максимально постараться его сгладить, чтобы он был, как можно менее заметен. Точного прогноза никто дать не сможет. Всё зависит от степени тяжести аутистического расстройства и от того, насколько рано стала проводиться коррекционная работа. Поведение детей с РАС довольно специфично, и даже при успешной интеграции в социум аутистические черты всё равно останутся, просто не будут ярко выраженными

Основная часть

По понятным причинам многие родители детей, у которых был диагностирован аутизм, чувствуют себя в изоляции и отрезанными от общества. Дети в спектре аутизма предпочитают знакомую обстановку. Рутинная и ритуальная домашняя жизнь помогает справиться с расстройством аутистического спектра, так что зачастую родители неохотно покидают дом вместе с ребенком. Многие волнуются, что общественные места вызовут у ребенка перегрузку из-за яркого света, звуков или запахов. Другие боятся косых взглядов и комментариев незнакомцев в ответ на некоторые виды поведения аутичного ребенка. Даже простой визит к друзьям может показаться непосильной задачей. Однако оставаться дома тоже не вариант. И вам, и вашему ребенку нужны контакты с внешним миром. Благодаря терпению, постоянной практике и верному настрою, вы с ребенком сможете посетить многие места, которые сейчас кажутся недоступными. Вот некоторые рекомендации, которые могут в этом помочь родителям:

Контакты с незнакомцами.

С физической точки зрения, ваш ребенок выглядит точно так же, как и любой другой малыш на детской площадке. Среднестатистический человек мало что знает про аутизм, так что если у ребенка с РАС начнется сильная истерика, или он будет «плохо себя вести», то первой реакцией окружающих может быть осуждение.

Как это ни тяжело, вы можете решить, что будете игнорировать реакции окружающих и заниматься своими делами. Либо вы можете спокойно ответить на грубые комментарии, а затем объяснить инвалидность вашего ребенка. Некоторые родители делают специальные визитки или листовки, на которых написано «У моего ребенка аутизм», после чего следует краткое пояснение, что именно это значит. Информирование окружающих может помочь преодолеть чувство вины и уменьшить стресс от выхода из дома.

Контакты с друзьями.

Посещение общественных мест с друзьями может быть тяжело, особенно если другие дети весело носятся вокруг, а ваш ребенок интересуется только кручением колесика. Вам будет легче общаться, если вы постараетесь не сравнивать своего ребенка с другими, но вы тоже человек, и нахождение рядом с типичными детьми может вызвать у вас чувства зависти или отчаяния. Друзья могут не входить в ваше положение, но если вы поделитесь своими настоящими чувствами, то они проявят больше понимания.

Выбирайте, кого вы хотели бы видеть рядом с собой и вашим ребенком. Вы не обязаны ходить на каждую встречу с детьми и вечеринку в честь дня рождения, особенно если эта ситуация гарантированно вызовет стресс у вашего ребенка. И не ваша работа все улаживать вместо друзей, которые не могут или не хотят вникнуть в вашу ситуацию. Держитесь за отношения с людьми, которые вас поддерживают, и оставляйте тех друзей, от общения с которыми вы впадаете в отчаяние.

Поиск внешней поддержки

Хотя вы можете чувствовать себя в изоляции, со временем вы поймете, что по соседству живут другие семьи с детьми с аутизмом. Общение с теми, кто по собственному опыту знает, через что вам пришлось пройти, поможет вам уменьшить стресс и чувство одиночества. Когда вы начнете заниматься лечением ребенка, у вас появятся возможности для знакомства с другими родителями, а также для активного участия в сообществе родителей детей с особыми потребностями. В вашем регионе или в Интернете можно найти группы поддержки родителей, в которые можно обратиться за советом, информацией или дружеским участием. Используйте эти возможности по максимуму, знакомьтесь и общайтесь. Верите или нет, но когда-нибудь другие родители начнут обращаться к вам за поддержкой и советом.

Как помочь ребенку справиться с посещением общественных мест

1. Используйте знание о вашем ребенке. Если вашему ребенку не нравится быть в толпе, то вряд ли нужно вести его на елку. Если ваш ребенок очень придирчивый едок, то ресторан может и подождать. Прежде чем вести куда-нибудь ребенка, продумайте все возможные сценарии того, что может вызвать у ребенка дискомфорт или спровоцировать проблемное поведение и поначалу постарайтесь минимизировать эти факторы, когда куда-нибудь идете. Например,

сходите с ребенком за покупками в тот день, когда в магазинах меньше всего народа, а очереди короче всего. Выберите дружественный к детям семейный ресторан, где подают еду, которая точно нравится вашему ребенку. Если ваш ребенок достаточно большой, то обязательно заранее предупредите его, когда вы куда-нибудь пойдете, чтобы он знал, чего ожидать.

2. Начинайте с малого. Лучше всего начать с малого, поскорее вернуться домой или вернуться в это место после продолжительного перерыва. Так что если вы планируете первый визит в ресторан, то закажите только закуску, десерт или напиток, а потом уходите. Возвращаясь в продовольственный магазин после долгого перерыва, возьмите только один товар и сразу направляйтесь домой. Постепенно увеличивайте время, которое ребенок проводит в людных местах, определяя его готовность по его поведению. Помните, один успех ведет за собой другой.

3. Планируйте заранее. Расставляйте приоритеты, и пусть во время каждого выхода из дома ваш список дел будет как можно короче. Всегда заранее знайте, куда вы идете, и сколько времени вы там пробудете. Продумывайте возможные проблемы и составляйте планы действий на случай их возникновения. Проиграйте по ролям поход в магазин, библиотеку, ресторан или любое другое место, куда вы планируете отправиться с ребенком. Помогите ребенку потренироваться в хорошем поведении во время ролевой игры. Проигрывайте и возникновение потенциальных проблем. Такие репетиции проблем могут помочь вашему ребенку выстоять длинную очередь или смириться с тем, что в магазине нет его любимой игрушки.

4. Используйте изображения для подсказок и визуального расписания. Перед тем как выйти из дома, покажите ребенку, куда вы идете, и как можно чаще прибегайте к изображениям в дороге. Таким образом, ребенок будет готов к тому, что произойдет потом. Для детей с аутизмом особенно полезны визуальные подсказки и **социальные истории**, которые позволяют им лучше понять ваши ожидания. Вы можете написать отдельную социальную историю для каждого посещения общественного места, которое предстоит вам с ребенком. Например, это может быть история о том, как ребенок идет в продовольственный магазин вместе со своей мамой, и как ему не нравится, что там слишком шумно. Ему хочется закричать, но вместо этого он просит маму о помощи. Она его крепко обнимает, чтобы помочь ему успокоиться, и говорит ему, что они уйдут из магазина через 5 минут, а также предлагает ему наушники для ушей. Вы можете использовать изображения, чтобы рассказать ребенку историю или иначе сообщить о своих ожиданиях от его поведения. Вы можете сделать специальную карточку, которую ваш ребенок сможет вам дать, когда он чувствует слишком сильное напряжение и нуждается в перерыве.

5. Держите наготове игрушки или другие предметы, чтобы отвлечь ребенка. Любому ребенку проще перенести стресс с помощью маленькой любимой игрушки или компьютерной игры. Возьмите с собой любимые игрушки или игры ребенка, которые смогут занять его в общественном месте (например, пока вы едите в ресторане). У некоторых родителей есть специальная игрушка, которую они дают ребенку только во время выхода из дома. Это отличный

способ помочь ребенку сохранять спокойствие и хорошее настроение, пока вы застряли в пробке или ждете в очереди к врачу.

6. Хвалите и поощряйте ребенка. Попробуйте сделать основной акцент на хорошем поведении ребенка. Обязательно похвалите дочку или сына за то, что она тихо стояла в очереди, или похвалите сына за то, что в супермаркете он держал руки при себе. После похвалы тут же дайте ребенку какое-нибудь особенное лакомство или награду. Чем больше вы будете награждать желательное для вас поведение, тем чаще вы будете его наблюдать!

7. Вовлекайте вашего ребенка. Помогайте вашему ребенку выполнять как можно более активную и ответственную роль во время визитов в общественные места. Например, поручите ему складывать все товары в тележку в супермаркете. Или позвольте ему самому выбрать книгу в библиотеке.

8. Обучайте ребенка стратегиям самоуспокоения. Полезно придумать сразу несколько возможных вариантов того, что может успокоить вашего ребенка. Вы сами лучше всего знаете, что могло бы ему помочь. Одна такая стратегия: подсказать ребенку, как делать глубокие вдохи. Другая стратегия — попросить его закрыть глаза и сосчитать до 10 или подумать о своем любимом месте. Другие дети могут взять в руки любимую мягкую игрушку или напевать под нос любимую песенку. Очень важно определить все возможные стратегии для самоуспокоения и попрактиковаться их в комфортной обстановке, когда ребенок спокоен. Только тогда ребенку будет несложно прибегнуть к этим стратегиям в состоянии стресса.

9. Скажите свидетелям истерики, что им лучше сделать. В случае необходимости вы можете сказать что-то вроде: «У моего сына аутизм. Пожалуйста, отойдите. Свободное пространство поможет ему успокоиться». Не бойтесь попросить постороннего человека позвать менеджера торгового зала на подмогу или помочь убрать опасные предметы подальше от ребенка. В любом случае, на первом месте должна стоять безопасность ребенка и окружающих.

10. Не сдавайтесь. Когда вы впервые посещаете новое место, то все может пройти отлично, либо вас ждет полный провал. Вы не узнаете, пока не попробуете, и чем чаще вы будете выбираться из дома, тем увереннее будете и вы сами, и ваш ребенок. Измените свои ожидания и будьте готовы реагировать, если все пойдет не так, как запланировано. Если выход из дома оказался слишком трудным, то следующий поход планируйте по-другому. Проконсультируйтесь с квалифицированным специалистом о том, как можно улучшить поведение ребенка во время посещения общественных мест.

Многие из Вас скажут: «Я все это знаю», давайте попробуем рассмотреть эту проблему конкретнее, шире. Где вы чаще всего бываете со своими детьми: магазин, кафе, парикмахерская.

ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ ДЛЯ СЕМЬИ, В КОТОРОЙ РАСТЕТ РЕБЕНОК С АУТИЗМОМ.

Как сводить ребенка в магазин за покупками.

Поход в магазин может быть очень стрессовым опытом как для ребенка с аутизмом, так и для всей остальной семьи. Вот несколько стратегий, которые могут уменьшить некоторые из этих трудностей.

Возможные источники стресса в магазине

Звуки

Дети с аутизмом могут с трудом игнорировать звуки, которые для остальных людей не более, чем фоновый шум, его слух постоянно воспринимает все звуки вокруг на максимальной громкости. Более того, многие шумы, например, объявления по громкоговорителю – это неожиданные, непредсказуемые и громкие звуки, которые усиливают сенсорную перегрузку. Наушники и другие приспособления для блокировки шума могут расширить возможности ребенка, при походе за покупками в магазин.



Запахи

Дети с аутизмом могут испытывать перегрузку из-за очень тонких запахов, которые вы можете даже не замечать. Вы могли замечать, что в некоторых отделах магазинов ребенок очень сильно расстраивается, и, вполне возможно, причина именно в неприятных запахах. Другие дети с трудом отличают один запах от другого, и им трудно справиться с нагрузкой, если в магазине есть много самых разных запахов. Представьте, что вы оказались в парфюмерном магазине, где вы сразу чувствуете очень сильный запах самых разных духов. Возможно, ваш ребенок чувствует то же самое в любом магазине.

Зрительная информация

Дети с РАС могут испытывать проблемы с визуальным восприятием. Флуоресцентные лампы, мигание ламп или отраженный свет могут вызывать у ребенка боль в глазах или завораживать его, вызывая замешательство и растерянность. В магазине слишком много объектов, привлекающих внимание, на прилавках или в витринах. Ребенку с РАС может быть сложно сосредоточиться на одном или нескольких предметах, слишком большое обилие вещей и слишком сложная окружающая обстановка могут вызвать у него «визуальную перегрузку».

Прикосновения

Некоторые дети с аутизмом могут быть очень чувствительными к прикосновениям. Это может создавать затруднения для детей, если им предстоит мерить новую одежду или обувь.

Недостаточное понимание ситуации

Если раньше ребенку этого не объясняли и не демонстрировали, ему или ей будет сложно понять, зачем вообще идти в магазин. Он или она может не понимать, что всем людям приходится это делать. Это может вызвать сильное раздражение и стресс, которые будут выражаться в поведенческих проблемах.



Использование визуальных подсказок из этикеток и фотографий продуктов поможет ребенку сосредоточиться на том, что нужно купить, и меньше отвлекаться на другие товары.

Вторжение в личное пространство

В переполненных супермаркетах и магазинах одежды ребенка с аутизмом может пугать, что вокруг так много людей, и что многие из них стоят так близко.

Стратегии для преодоления этих проблем

Дневник

Когда вы пытаетесь понять любое поведение, очень важно использовать метод дневника поведения, чтобы определить, какие именно факторы ему предшествуют. Тогда вам будет проще подобрать возможные решения.

Например, если определенное поведение чаще всего возникает в определенных отделах магазина, отмечайте в дневнике, где именно и когда возникло поведение, чтобы обнаружить сенсорные стимулы, например, запахи, которые могут быть причиной. Также отмечайте в дневнике время и день недели, когда вы ходили за покупками. Может быть, какое-то время суток или дни лучше, чем другие? Может быть, лучше воздержаться от покупок в субботу, когда покупателей больше всего, и пойти в магазин в будний день? Если примерка обуви и одежды дается труднее всего, то нужен сенсорный дневник, чтобы определить, какие именно цвета, ткани или тип обуви кажутся невыносимыми вашему ребенку.

Предварительная подготовка

Существует несколько способов, которые позволяют вам подготовить ребенка к походу в магазин, что значительно уменьшит замешательство и раздражение. Для этого вы можете просто показать ребенку фотографию магазина, до того как выйти из дома, или отметить время покупок специальным символом в визуальном расписании ребенка.

Некоторым детям сложно понять, зачем вообще ходить за покупками. Существуют специальные книги, в которых разъясняется это занятие, или вы можете подготовить специальную социальную историю о том, зачем нужно ходить в магазин. Социальные истории могут быть полезны не только для объяснения того, почему происходит то или иное событие, но и что ожидается от человека в этот момент (более подробную информацию можно найти в статье **«Как обучать детей с аутизмом с помощью социальных историй»**).

Полезно написать социальную историю самим, если есть какой-то конкретный аспект похода за покупками, который ваш ребенок не совсем

понимает, например, примерка новой одежды или обуви. К примеру, вы можете написать историю о том, что снимать одежду в примерочной магазина - это нормально, но в других местах это делать нельзя.

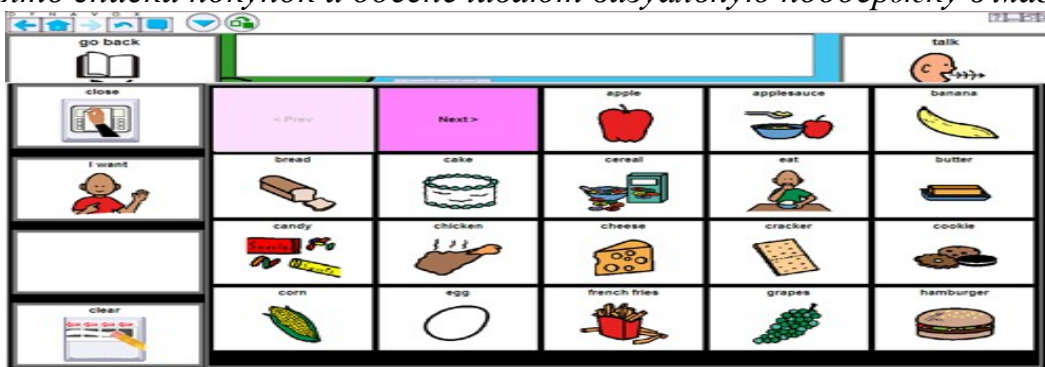
Некоторые дети могут ассоциировать поход в определенный магазин с конкретной дорогой. Очень важно, чтобы вы придерживались привычного для ребенка пути, или как можно чаще меняли дорогу, чтобы ваш ребенок не впал в замешательство от неожиданного отклонения от маршрута.

Вашему ребенку может помочь ролевая игра в магазин в доме, которая подготовит его к этому опыту. Часто продаются специальные игрушки «про магазин», которые могут вам в этом помочь. Есть и компьютерные программы о жизненных навыках, где можно посмотреть, чего именно вы можете ожидать в магазине.

Хорошая идея – заранее проговорить с ребенком правила поведения в магазине, сформулировав их в позитивной форме, например, «В супермаркете я могу делать...». Некоторым детям даже можно написать список всех правил и заключить с ними «контракт» о поведении. Вы можете превратить поход в магазин в урок социальных навыков для детей старшего возраста, например, учить их ценности денег и тому, как нужно расплачиваться в магазине.

Не менее важно обучение ребенка техникам релаксации для облегчения симптомов стресса. Есть несколько книг и статей о том, как учить детей с аутизмом расслабляться.

Специальные компьютерные программы для планшетов помогают составлять списки покупок и обеспечивают визуальную поддержку в магазине.



Визуальная поддержка

Большинство детей с аутизмом лучше воспринимают визуальные образы, чем устную речь. Визуальные подсказки помогают детям лучше понять, какие именно шаги входят в поход по магазинам, и они напоминают ребенку, когда поход в магазин закончится. Вы можете использовать несколько видов визуальных подсказок:

Доска «Сейчас» и «Потом»

Вы можете принести в магазин доску «Сейчас» и «Потом» (она поделена на две части с крупными словами «сейчас» и «потом»), можете поместить фотографию магазина под словом «сейчас» и фотографию места, куда вы отправитесь после магазина, под словом «потом»). Такую доску можно все время держать в руках в магазине, чтобы напоминать ребенку, что поход в магазин скоро закончится.

Визуальное расписание

Визуальное расписание из последовательности картинок или фотографий может включать различные шаги похода по магазинам. Такое расписание поможет вашему ребенку понять, что именно происходит. Некоторые дети предпочитают, чтобы им показывали каждый шаг. Другим детям нужны подсказки только для одного или двух шагов.

Списки покупок

Небольшие списки покупок в визуальном оформлении помогут ребенку придерживаться задачи. На некоторых веб-сайтах можно скачать готовые картинки для визуального расписания или списков покупок.

Шкалы стресса

Визуальная поддержка может быть использована для того, чтобы помочь ребенку объяснить взрослому свое состояние, в том числе недовольство или стресс. Для этого можно положить в карман ребенку специальную карточку, которую он может просто показать сопровождающему взрослому, если больше не может справиться с ситуацией. Можно использовать шкалу стресса, например, в виде «светофора», где зеленый огонек значит «Я в порядке», а красный «Мне нужна помощь». Такая шкала позволит ребенку объяснить взрослому, как он или она себя чувствует, а взрослый сможет всегда определить, насколько хорошо ребенок справляется с ситуацией.

Защитное оборудование

Если вашему ребенку трудно воспринимать свет или звук, то наушники или беруши помогут блокировать внешние шумы или же предоставят ребенку приятный звук (например, музыку), на котором он сможет сосредоточиться. Солнцезащитные очки помогают ребенку воспринимать свет, уменьшая яркость и мигание. Бейсболки могут быть полезны, так как они блокируют излишки света, а также уменьшают уровень шума, воспринимаемого ребенком.

Некоторые дети с аутизмом плохо понимают опасные ситуации. Если окружающая среда вызывает у них стресс, с которым они не могут справиться, они могут выбежать из магазина. Другие дети не понимают потенциальные опасности в таких местах, как оживленная парковка машин. В результате некоторые родители используют специальное оборудование для поиска, потерявшегося ребенка, а также дают ребенку жетоны на шею или браслеты с именем ребенка и контактной информацией.

Таймеры

Вы можете брать ребенка в магазин совсем ненадолго, только за одной покупкой, или даже просто заходить в магазин лишь на две минуты, помогая ребенку постепенно привыкать к новому месту. Начинать с местного магазинчика, который находится ближе всего к вашему дому, а потом постепенно переходите к большому супермаркету. Другая стратегия – брать с собой таймер, чтобы ребенок всегда видел, сколько еще времени он или она будет находиться в магазине. Это может уменьшить стресс ребенка от этой ситуации.

Награды

Если вы успешно сходили в магазин, то важно вознаградить ребенка после этого, чтобы поддержать хорошее поведение. Награды могут быть разными: наклейка, пять минут просмотра любимого мультфильма или небольшое

лакомство. Очень важно дать ребенку его награду практически после события, чтобы ребенок научился ассоциировать поход в магазин с чем-то приятным.

После похода за покупками

Не менее важно помнить о том, что вашему ребенку может потребоваться время для отдыха после такой интенсивной стимуляции. Если это так, очень важно дать ребенку достаточно времени для отдыха, прежде чем обращаться к нему с какими-либо просьбами. В противном случае вы можете снова увеличить уровень стресса у ребенка. Как только толерантность ребенка к походу в магазин увеличится, вы сможете постепенно уменьшать время для отдыха. Однако некоторым детям всегда будут нужны перерывы для снятия стресса сразу после магазина.

Как облегчить посещение парикмахерской ребенка с аутизмом.

Многим родителям очень сложно отвести своего ребенка к парикмахеру. Любой ребенок может испытывать серьезный стресс в парикмахерской, для ребенка с аутизмом визит в салон может быть особенно травматичным. Рассмотрим несколько стратегий, которые могут уменьшить некоторые из этих трудностей.

Сенсорные трудности

Планируя визит к парикмахеру, очень важно принимать во внимание сенсорные проблемы. Процесс стрижки от начала и до конца необходимо разбить на отдельные шаги, после чего каждый шаг нужно проанализировать с сенсорной точки зрения, чтобы выявить потенциальные источники стресса. Основные источники стресса - чужие прикосновения, их некоторые воспринимают как боль, и именно эта проблема затрудняет стрижку, кроме того, парикмахер или стилист стоят слишком близко к человеку, могут задеть его своим телом, что также может стать источником стресса. Источником дискомфорта может стать и необходимость наклонять голову назад или вперед. Обрызгивание водой из пульверизатора тоже может сильно раздражать некоторых детей с аутизмом.

Если ребенок слишком чувствителен к шуму, то нужно учесть и это, готовясь к визиту в парикмахерскую. Этот опыт связан с очень сильными шумами – звуками фена, машинки для стрижки и разговоров окружающих людей. В большинстве салонов установлено очень сильное освещение и яркие лампы, которые могут отражаться в многочисленных зеркалах и вызывать зрительный дискомфорт. Некоторым людям очень неприятен запах средств для волос.



Если ребенка не готовить специально к такому визиту и не объяснять, чего ему ждать, то один вид человека с ножницами может сильно его напугать.

Бывает, что уже одно слово запускает негативную реакцию. Например, если это слово «стрижка», то можно вместо этого сказать «подровнять волосы» или «изменить прическу». Проблема также может быть связана с тем, что человек не понимает, зачем именно ему нужно стричь волосы. Возможно, человек просто не хочет, чтобы его волосы были короче.

Возможные решения

Вы можете попробовать следующие рекомендации.

– Многие родители сначала водят ребенка в парикмахерскую, чтобы посмотреть, как другому человеку стригут волосы. Таким образом, ребенок будет знать, чего ему ожидать. Если возможно, снимите весь процесс стрижки на видео. Можно снять видео про то, как брат или сестра, или другой член семьи посещают парикмахерскую. Важно заснять весь процесс стрижки и, если это уместно, награждение ребенка, которого подстригли.

– Некоторым детям помогает проигрывание по ролям – например, когда стрижку делают кукле понарошку. Очень важно сделать такую игру максимально приближенной к происходящему в реальности; также нужно подчеркнуть сенсорные аспекты этого процесса. Вы можете взять безопасные детские ножницы и резать бумагу вместе с ребенком. Если ребенок привыкнет к использованию ножниц, то их вид в парикмахерской будет для него менее пугающим.

– Существуют другие методы визуальной поддержки, которые можно использовать в такой ситуации. Вместо того, чтобы устроить ребенку сюрприз, лучше заблаговременно разместить карточку, обозначающую стрижку, на календаре так, чтобы ребенок понимал, когда именно он пойдет стричься.

В книге Кэрол Грей «Моя книга социальных историй» есть несколько примеров социальных историй о стрижке. Это хороший способ познакомить ребенка с концепцией стрижки волос. (Смотрите статью: «Как обучать детей с аутизмом с помощью социальных историй».)

Как сходить в ресторан (кафе) вместе с ребенком с РАС?

Существуют различные способы для того, чтобы подготовить вашего ребенка к походу в ресторан. Вы можете начать со следующих нехитрых шагов:

— Для начала отрепетируйте дома весь процесс посещения ресторана. Покажите, как вы изучаете меню, делаете заказ, рисуете или занимаетесь другими спокойными играми во время ожидания и напоминайте ребенку, что важно оставаться на своем месте.

— Посетите ресторан (кафе) сразу после его открытия или в часы затишья, и тогда наименьшее количество народа станет свидетелем тех проблем, с которыми вы можете столкнуться. Планируйте заказ не более чем одного блюда, например, закусок или десерта.

2 Проследите за тем, чтобы ребенок сходил в туалет до того, как выйти из дома, чтобы по возможности избежать сложностей, связанных с посещением общественного туалета (или — что еще хуже — вызвать у ребенка отвращение к туалетной тематике).

2 Подумайте, как поставить в известность официанта о том, что у вас особый ребенок — это возможно сделать в контексте просьбы побыстрее вас обслужить.

2 Постоянно находитесь рядом со своим ребенком, старайтесь, чтобы поглощение восхитительного блюда или интересная беседа не увлекли вас настолько, что вы забыли посматривать за тем, чем он занят.

2 Не дожидайтесь, пока на ваши штаны опрокинут сок, а лучше сразу попросите, чтобы напиток для вашего ребенка принесли в специальной детской чашке, закрытой крышкой.

2 Попробуйте не занимать места возле туалетов, кухни или главного входа, поскольку это будет означать постоянный поток людей рядом с вашим столиком.

2 Разместитесь в углу, чтобы звук не шел к вам с четырех сторон.

2 Если ваш ребенок не возражает против использования беруш или противозумных наушников, всегда держите их под рукой.

2 Выведите ребенка на улицу или посидите с ним в машине, если общая обстановка будет слишком возбуждающей.

Заключение.

ЛЮБОВЬ. МНОГО ЛЮБВИ. Это первоочередной шаг. Когда Вы твердо решили помочь ребенку с аутизмом "выйти в свет". Любовь к нему, к ребенку. Любовь в буквальном смысле должна зародиться в Вас, независимо от степени заболевания. Что Вам это даст? Я объясню. Вы можете подумать, для чего любовь, если он болен и не понимает. Когда Вы относитесь к ребенку с аутизмом нейтрально, и он будет нейтрален. Когда Вы относитесь к ребенку с аутизмом с агрессией, и он отвечает агрессией Вам. Когда Вы относитесь к ребенку с аутизмом с ЛЮБОВЬЮ, и он к Вам будет относиться с ЛЮБОВЬЮ. Он увидит Вас, а потом и начнет слышать Вас. Это Ваш шанс! Добиться от него то, что Вы хотите. Скажу даже больше, что это во многих случаях единственный шанс с помощью любви и терпения делать новые открытия в жизни вашего ребенка.

Полезные книги для родителей детей с аутизмом.

1. "10 вещей о которых Вам бы хотел рассказать ребёнок с аутизмом" / Эллен Нотбом.
2. "Особые дети. Введение в прикладной анализ поведения."/О. Мелешкевич, Ю. Эрц
3. "Детский аутизм и вербально-поведенческий подход". / Б. М. Линч, Р. Трейси.
4. "Путь к независимости: обучение детей с особенностями развития бытовым навыкам." / Б. Л. Бейкер, А. Д. Брайтман.
5. "Детский аутизм и АВА. АВА: терапия, основанная на методах прикладного анализа поведения." / Р. Шрамм.
6. «Книга новых социальных историй» Кэррол Грей
7. Пособие для родителей Аутизм. Дружелюбная среда. Руководство для родительских организаций по созданию дружелюбной среды в учреждениях культуры для людей с аутизмом и ментальными расстройствами. ФОНД «Выход», - Москва 2016. - 84с.
8. Пособие для родителей, семьи и друзей. Обратите внимание: аутизм. Фонд «Выход», - Москва 2014.- 36с.

ПРИМЕРНЫЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ

СТРИЖКА У ПАРИКМАХЕРА



ЛЕЖАТЬ НА ПОЛУ И КРИЧАТЬ - ПЛОХО



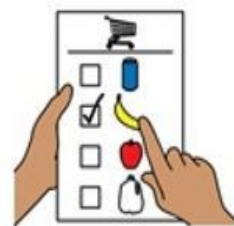
Поход в магазин



Если мама или папа просят меня сходить в магазин, я соглашаюсь им помочь.



Они дают мне деньги и говорят, что надо купить.



Если продуктов много, я могу записать их на листочке, который возьму с собой.



Когда я прихожу в магазин, я беру корзину или тележку на входе, а затем иду к прилавкам за продуктами по списку.



Если чего-то из моего списка нет в магазине - закончилось. Я не расстраиваюсь, я могу купить похожий продукт или не покупать вовсе.



Когда продукты уже лежат в корзинке, я иду к кассе, где смогу оплатить продукты. Там может быть очередь, тогда я становлюсь в конец очереди и спокойно жду, когда смогу оплатить продукты.



Нужно выложить продукты на ленту или прилавок, чтобы продавец смог посчитать, сколько я должен дать денег.



Затем я отдаю деньги, и если моих денег больше, чем сказал продавец, жду, когда мне дадут сдачу.



Забираю продукты, сдачу и ухожу.



Если мне не хватает денег, я могу спокойно отказаться от покупки, никто меня не наругает и никто не расстроится.



После магазина я должен сразу идти домой, ведь родители ждут меня.



Когда я приду с магазина, мама и папа будут очень гордиться тем, что я настоящий помощник.

Как вести себя, если слишком шумно



Иногда я слышу слишком много громких звуков, и они сводят меня с ума.

Что делать **МОЖНО**



Надеть наушники и послушать спокойную негромкую музыку



Если шум очень громкий, вставить в уши беруши



Если шум создает знакомый человек, попросить его: "Не мог бы ты потише, пожалуйста!"
Если он перестанет шуметь, сказать ему: "Спасибо!"



Попросить помощи у взрослых. Сказать: "Мне плохо от этого шума! Пожалуйста, помогите!"



Уйти подальше от источника шума (например, прогуляться)



Найти спокойное, тихое место и побыть там какое-то время, пока не перестану чувствовать себя плохо.

Что делать **НЕЛЬЗЯ**



Кусать себя!



Кусать других людей!



Кричать и истерить!



Биться головой об стены или предметы!



Пинать и толкать других людей!

ПРОБЛЕМЫ ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

На рождение второго ребенка я решалась очень долго. Все переживала, что не смогу его любить так же сильно, как первого. (Глупая!) Быть мамой – это здорово. 9 лет назад родился наш второй сын, а 6 лет назад мы узнали про аутизм. Мы стали обращать внимание на то, что ребенку не очень интересны игрушки, но он с азартом смотрит телевизор, иногда полностью погружаясь в свой мир. Муж категорически отказывался рассматривать вариант, что что-то идет не так. Постоянно оспаривал мои сомнения, аргументируя тем, что сын заговорил, научился четко произносить с десятков слов. Утверждал, что это нормально для ребенка 2х лет. И вообще он самый замечательный и талантливый ребенок на всем белом свете. Да, малыш не подавал физических намеков на то, что он не здоров: не раскачивался, не тряс руками или головой. Но время шло, а сын не менялся. Всё те же 10 слов, всё тот же интерес к телевизору. Добавилось отсутствие зрительного контакта, заметили, что он не откликается на имя. Когда отдали в детский сад, поняли, что наш ребенок не контактирует с детьми, не проявляет никакого интереса к сверстникам. И началась череда обследований, посещений различных врачей и постановка диагноза: аутизм. Так как уже были собственные подозрения, эффекта разорвавшейся бомбы не было. После оформления инвалидности начались занятия со специалистами, подбор развивающих программ, медикаментозная терапия. Что-то подсказывали родители детей с таким же диагнозом, что-то – специалисты, до чего-то додумывались сами. Воспитание ребенка-аутиста, на мой взгляд, это постоянное обращение к деталям. Нужно помнить то, что вам кажется само-собой разумеющимся, для такого малыша сплошные дебри, в которых необходимо помочь разобраться: едим только приборами и никак иначе, переходим дорогу только на зеленый сигнал светофора, зимой носим шапку и т.п. Казалось бы, обычные и понятные вещи, но не для нашего ребенка.

В своей статье хочу рассказать о тех проблемах повседневной жизни, с которыми столкнулась наша семья. Возможно, описанные мною ситуации помогут кому-то из родителей посмотреть на свои проблемы с другой стороны и подскажут варианты решений бытовых вопросов.

Туалет

О трудностях, связанных с туалетом или горшком, можно говорить много. Для нас это было достижение. Мы упорно шли к умению пользоваться горшком. «Караулили», следили, перебирали различные варианты горшков: синенький, с ручками, музыкальный, в виде лягушки и т.п. Выбирали самые интересные варианты. Когда уже совсем отчаялись, привели сына в магазин и предложили самому выбрать. Так как ребенок не проявлял интереса к окружающей его среде, не надеялись на результат. Оказалось зря! Проблемы с туалетом были решены.

Навыки личной гигиены: чистка зубов

Наш аутичный ребенок сильно протестовал против попытки почистить ему зубы и отказывается брать зубную щетку в рот до 3х лет. Стал подрастать, начал

интересоваться мультфильмами. Но из-за рассеянного внимания не смотрел полнометражные, а только короткие в объеме, не больше 5-6 минут. Мы нашли музыкальный мультипликационный ролик о том, что нужно чистить зубы и как это делать. Ему понравилось. Очень многие дети не умеют полоскать рот и сплевывать воду. Поэтому для себя мы поставили это первостепенной задачей. Одновременно с ребенком набирали в рот воду и демонстративно сплевывали. После ее решения, приступили непосредственно к чистке. Помня историю о горшке, свозили сына в магазин за щеткой и пастой, он выбрал те, которые ему понравились. На первых этапах помогали, показывали на своем примере, предлагали выбор с кем идти чистить зубки (с мамой или папой). Мы понимали, что, как и при обучении другим навыкам, необходимо продумать четкую последовательность действий и придерживаться ее, пока ребенок не научится данной деятельности.

Еда

Родители аутичного ребенка сталкиваются с большими трудностями в связи с его избирательностью в еде. Мы не исключение. В рационе отсутствуют какие-либо салаты, овощи (кроме картофеля), фрукты (кроме бананов), мясо. Можно по пальцам пересчитать то, что кушает ребенок. Расширить гастрономический диапазон (как это ни странно) нам хорошо помогает реклама. Он смотрит, интересуется, просит. Мы не сразу соглашаемся это купить, подогревая интерес к продукту. После покупаем и преподносим как вознаграждение за ту или иную работу. Конечно, бывает, что продукт не нравится и не задерживается в рационе. Но бывает и наоборот. Так реклама помогла нам ввести в рацион йогурты, молоко и рис.

Одежда

С одеждой в нашей семье нет проблем. Он никогда не пытался снять с себя все при первой удобной возможности и дома не бегал голым. Не проявлял стереотипность в выборе одежды. Единственное неудобство заключается в молнии и пуговке брюк. Чтобы одевание не превратить в мучительную пытку для ребенка, джинсы, брюки, шорты и т.п. мы покупаем на резинке.

Безопасность

Чаще всего вопрос о безопасности встает, когда ребенок находится на улице. Он расторможен, рассеян, абсолютно не обращает внимания на окружающие его детали. В раннем возрасте легко мог бежать и ничего не видеть вокруг, не испытывая страха.

Учили ребенка ходить за руку или рядом со взрослым. Не давали «уходить в себя», постоянно разговаривали с ним, что-то спрашивали или объясняли, обращали внимание на светофоры.

Магазин

Для того, чтобы избежать стрессовых ситуаций в очереди, мы акцентировали внимание ребенка на покупках. Просили помочь выложить продукты, обязательно подбадривая и словесно поощряя. Рассматривали его личные покупки, попутно повторяя цвета, формы и т.п.

Навыки помощи по дому

С раннего детства давали возможность участвовать в повседневных домашних делах, не отгоняли со словами «Не мешайся!». С года сын убирает

свои игрушки перед сном. Постепенно многому научился. В 9 лет помогает мне в уборке, пылесосит, поливает цветы, заправляет кровать после сна, убирает посуду в раковину за собой. Сейчас мы учимся вытирать пыль. И это сложный процесс для нашего ребенка: понять, что такое пыль, почему и когда ее нужно вытирать.

Многое в воспитании и обучении получается, что-то не очень. Но мы постоянно работаем над ошибками, стараемся сделать все от нас зависящее, чтобы максимально облегчить ребенку жизнь в окружающем мире, в социальной среде.

Конечно, описанные выше трудности в большей или меньшей степени касаются семей, воспитывающих детей-аутистов. Но, по моему мнению, сложность заключается в том, что решение проблем у каждой семьи разные. Повторю известную фразу: если вы знаете одного ребенка-аутиста, вы знаете одного ребенка-аутиста. Он один в своем роде. Так как что подходит одному аутисту, совершенно точно не подойдет другому или подойдет, но с некой разницей. Нет четких методик. Родители и специалисты всё решают индивидуально. Поэтому рекомендации только такие: любите своих детей. Не отталкивайте невниманием. Старайтесь помочь своему ребенку, основываясь не на умную литературу, а на том, что важно именно для него. И тогда, взявшись за руки, вы вместе с ребенком будете идти по жизненному пути, шаг за шагом, преодолевая трудности.

Наши будни

Я мама ребенка с расстройством аутистического спектра. Диагноз был поставлен в возрасте 3 лет. Об этом заболевании я имела довольно смутное представление и не понимала, как вести себя с ребенком, с чего начать структурировать образовательный процесс, как обучить общению и поведению в общественных местах. На тот момент разговорная речь сына сильно отставала от нормы. Я узнала, что детей с РАС нашего возраста обучают в развивающем центре «Элефант» и обратилась туда.

Посещали мы центр около года. Благодаря работе руководителя у меня появились первые знания, необходимые для организации самостоятельного обучения моего ребенка. Так как я мама, имеющая педагогическое, психологическое и медицинское образования, было принято решение самостоятельно и систематически, не реже 4 дней в неделю, заниматься с ребенком в домашних условиях. Что мы и делали.

Однако чуть позже, непосредственно перед школой, ребенок стал посещать «Центр реабилитации», расположенный по адресу: ул. Тихонькая 5, где с ним занимались психолог, дефектолог и логопед.

Изначально основной целью обучения ребенка было формирование речи и способности к классификации всего окружающего мира и отдельных предметов. Я посчитала, что для минимального общения ребенка с миром именно с учетом речи необходимо около 1000 слов, поэтому акцент делался на употребление слов, необходимых в быту. Произносились различные простые фразы, например: «Дай кружку», и от ребенка требовалось повторение данной фразы несколько раз для запоминания звучания данного предложения.

Для возможности структурирования в памяти ребенка окружающего мира и находящихся вокруг предметов детально разбирался состав предметов. Например, из чего состоит машина (кузов, колеса, двери и т. д.), дома и др.

Когда ребенок немного усвоил, из чего все-таки состоит мир и окружение (люди, звери, птицы) стали прививаться правила поведения человека с человеком, человека с животными, человека с предметами.

При выходе сына из дома на улицу около 10-15 минут он плакал и кричал – все окружающее пространство и звуки сильно его пугали. Поэтому приходилось отходить на несколько минут в более тихое место и успокаивать ребенка, затем спокойно можно было продолжить путь.

Когда посещали магазин, то до 5 лет мой сын просто бегал между прилавками с игрушками, ни на чем не концентрируя внимание, не останавливаясь ни перед одной из игрушек. Как только он фиксировал взгляд на чем-либо, то я сразу эту вещь приобретала (конечно, по мере возможности).

Никогда не ограждала ребенка от неприятных для него ситуаций. Ему не нравились места, где много людей и шума, я старалась постепенно развивать в нем привыкание к этим местам, понемногу увеличивая время пребывания там, где он чувствовал себя не очень комфортно. Понимание, что по мере

взросления и развития ему придется посещать различные общественные места, позволило найти правильный путь адаптации моего ребенка в окружающем социальном пространстве.

В 4 года мы совершили первое длительное путешествие на поезде, в течение 7 дней. В первые два дня сына тревожили чужие люди в вагоне, звуки, издаваемые поездом, гудки, стук колес. Но в последующие дни он постепенно успокоился, воспринимал окружающую обстановку как естественный фон, был готов к общению с соседями. Под конец поездки ребенок уже познакомился с американцами, путешествующими по России, и даже спел с ними песенку на английском языке.

Я всегда настаивала на передвижении по городу на общественном транспорте, считая, что именно там мой ребенок приобретает необходимые знания о поведении в общественном месте и навыки общения с другими людьми.

Вначале (в течение около 2 лет) во время передвижения по городу на автобусе ребенок мог громко закричать, начать кривляться, плакать.

Я объясняла ему правила поведения в общественном транспорте, обращала внимание на поведение окружающих, а особенно на детей. Они молчат, не плачут, слушают своих родителей, не реагируют на них бурно, а пытаются спокойно разговаривать. С самого начала старалась с ребенком в автобусе не ехать молча, просто смотря в окно, а показывала и рассказывала, что происходит вокруг.

В людном месте, если возникала истерика или громкие крики и невозможно было определить причину плача, начинала уговаривать, либо давала пожевать жвачку, особенно это помогало в автобусе. Однообразные жевательные действия отвлекали его внимание. Когда это не помогало, просто оставляла ребенка на 5-10 минут и отходила в сторону, наблюдая со стороны, не входя в поле зрения ребенка.

В возрасте 6-7 лет, после того как начали посещать школу истерики усилились, сон стал тревожным. После школы шли домой пешком, через городской парк, так как ехать в автобусе было невозможно из-за перевозбужденного состояния. Через пол года договорилась с ребенком о том, что если у него появилось плохое самочувствие и огромное желание громко кричать или плакать, надо об этом сообщить маме. В таком случае мы нигде не останавливаемся, а прямиком бежим домой. Дома он сможет в своей комнате громко кричать и плакать, спрятаться в шкафу или под одеялом. Обычно этот ритуал занимает у ребенка минут 20. После чего он успокаивается и его внимание переключается на что-то другое.

На этом работа по социальной адаптации моего ребенка не закончена, еще много предстоит сделать впереди. Но первые успехи убеждают меня в том, что я выбрала правильную тактику работы с ним.

Из опыта работы

Проблемы обучения и воспитания детей с особыми образовательными потребностями, в том числе с ранним детским аутизмом

Составитель:

Прутовых Татьяна Александровна

Ответственный за выпуск: В.Н. Неупокоева

Компьютерный дизайн и оформление: Н.В. Черкасова

ОГАОУ «Центр образования «Ступени»

Региональный ресурсно-методический Центр по оказанию комплексной помощи детям с особыми образовательными потребностями, в том числе с ранним детским аутизмом

679000, Еврейская автономная область, г. Биробиджан, ул. Советская, д. 49

Телефон: 8 (42622) 4-70-15, 4-57-74

E-mail: resource.center.ras@bk.ru