

**Рекомендации для специалистов и родителей,
воспитывающих и работающих с детьми,
страдающими расстройствами аутистического спектра.**

Основная нагрузка по воспитанию и обучению аутичного ребенка ложится на его близких, семью. Важно правильно организовать всю его жизнь с продумыванием каждой мелочи. Специалисты могут помочь, научить, поддержать, но путь освоения мира аутичный ребенок может пройти только вместе с родственниками. Это потребует от родителей большого мужества и выдержки, которые позволят посмотреть в глаза реальности и принять правду такой, какая она есть.

Часты случаи, когда близкие не хотят признать диагноз психического расстройства. Они начинают водить ребенка на консультации к разным специалистам в надежде, что диагноз будет опровергнут. Это защитная реакция, попытка спрятаться от жестокой правды. Стесняясь проблем своего ребенка, испытывая по этому поводу комплекс неполноценности и боль разочарования, родители аутичного ребенка не до конца откровенны даже с профессионалами, часто стараются скрыть все нюансы неадекватного поведения своего ребенка или же интерпретируют их в выгодном для него свете. Важно постараться понять близких аутичных детей, видя в какой нелегкой ситуации они находятся.

Помощь педагога-психолога в работе с родителями, воспитывающими ребенка с РАС призвать думать в первую очередь не о себе и своих страданиях, а об интересах ребенка. Главный принцип — соблюдение интересов ребенка. Родителям аутичного ребенка важно научиться не сравнивать своего малыша с остальными детьми. Нужно адекватно оценивать реальный уровень его развития, его особенности и ориентироваться на динамику достижений самого ребенка, а не на возрастные нормы.

Важно донести до родителей, что они должны:

- Создать дома спокойную, доброжелательную атмосферу с теми режимными ограничениями и особенностями, которые связаны с отклонениями в психическом здоровье ребенка.

- Обеспечить своевременный прием медикаментозных средств.
- Постоянно наблюдать за соматическим и психологическим состоянием ребенка.
- Овладеть основами детской психологии и специальной педагогики с проведением в домашних условиях занятий, рекомендованных специалистами.
- Открыто обсуждать в семье все проблемы ребенка, выбрать кого-то из ее членов, кто наиболее морально и физически готов к участию в реабилитационном процессе.

Близкие оказываются перед необходимостью переустройства жизни семьи с учетом интересов малыша. Приходится думать о целесообразности и пользе происходящего в доме для развития ребенка.

Такой подход требует от родителей самоотверженности и сил.

Организация пространственной среды аутичного ребенка

Жизненное пространство аутичного ребенка требует особой заботы и специальной организации. Он очень раним, и это делает его беззащитным перед окружающим миром. Пространство, в котором он живет и развивается, приобретает особую терапевтическую значимость.

По виду деятельности ребенка пространство можно условно разграничить на:

- бытовое (прием пищи, подготовка ко сну, туалет и т.д.);
- игровое (место для разнообразных игр);
- учебное (место для специальных развивающих занятий);
- ближайшее социальное окружение (лестничная клетка, детская площадка, магазин, улица).

Позаботьтесь о том, чтобы детская комната стала для ребенка «крепостью», комфортным местом, в котором он чувствовал себя в безопасности. Это потребует от родителей чуткости и любви, а также выполнения ряда необходимых условий.

Первое условие – безопасность:

- обставить устойчивой мебелью, без острых углов, так как у ребенка с аутизмом часто отсутствует «чувство края» и в состоянии аффекта он может перестать контролировать свои движения и действия;
- в комнате не должно быть опасных предметов (тяжелых, острых, бьющихся и др.).

Второе условие – обеспечение комфорта и уюта:

- оформите комнату в приятных, неярких, успокаивающих тонах;
- электрическое освещение должно быть мягким, не режущим глаза.

Третье условие – наличие необходимого оборудования. Поскольку детская комната - это место, где ребенок играет и учиться, она требует содержательного наполнения:

- столик со стульчиком или парта;
- детские книжки для домашней библиотеки должны быть специально подобраны: с учетом возраста и предпочтений ребенка; понятные ему; без абстрактных и фантастических сюжетов; полезные для освоения окружающего мира; вызывающие положительные эмоции.
- игрушки: деревянные и пластмассовые строительные наборы, конструкторы; разнообразные пирамидки, матрешки; звучащие игрушки, набор игрушечных музыкальных инструментов.
- игры для развития мелкой моторики-мозаики, деревянные бусы, игры со шнурками;
- развивающие игрушки (лото, домино, разрезные картинки и др.);
- игрушки для сюжетно-ролевых игр: куклы, мягкие, резиновые игрушки, машинки, кукольные домики, мебель, аптечка, посуда.
- материалы для творчества: цветные карандаши, фломастеры; акварельные и гуашевые краски; пастельные мелки и мелки для рисования на асфальте; цветная бумага и картон; пластилин.
- спортивное оборудование для физического развития ребенка: шведская стенка; обручи, скакалки, мячи; велосипед; самокат.

Четвертое условие – поддержание порядка.

- В комнате ребенка должен быть установлен и поддерживаться определенный порядок - все предметы, вещи и игрушки должны иметь свое фиксированное место. Порядок в окружающем мире предметов важен для любого ребенка, но для аутичного, с его стереотипностью поведения, он – необходимое условие его жизни. Однако, избегайте раз и навсегда установленной завершенности.

- Вводите новые приятные ребенку детали, например, развесьте на стене его рисунки, выберите с ним новые занавески, купите и повесьте на стену картину. Если ребенок сопротивляется малейшим переменам, отложите их, но обязательно попробуйте вновь.

- Создайте эмоционально положительное настроение: обсудите с ребенком предстоящую перемену в интерьере, поговорите о том, как это будет хорошо, организуйте его активное участие в процессе внесения новых элементов в интерьер. Пространство квартиры в большинстве случаев связано с освоением ребенком бытовых навыков.

Аутичному ребенку необходимо помочь осознать предназначение самых разных предметов, вещей. Для этого следует, *во-первых*, комментировать разнообразные бытовые моменты (например: мытье рук). *Во-вторых*, вовлекать ребенка в работу по дому (приготовление обеда, мытье посуды, засыпание порошка в стиральную машину и т.д.). Конечно, следует учитывать возраст ребенка и его возможности. Помимо хозяйственно-бытовой деятельности, постарайтесь создать такие условия для ребенка, чтобы он мог затевать игру в любом месте квартиры. Свобода перемещения наполнит малыша новыми интересными впечатлениями и полезными знаниями. Под «ближайшим социальным окружением» подразумевается территория за пределами квартиры, которая рассматривается в социальном контексте: так, на лестничной площадке для нас важны встречи и общение с соседями; на детской площадке – контакты с детьми; в магазине – общение с продавцом и покупателями и т.д.

Покидая пределы квартиры, аутичный ребенок оказывается «на враждебной территории», необходимо помочь ему:

- шаг за шагом осваивать пространство вокруг, постепенно избавляясь от страхов и накапливая позитивный опыт;
- постепенно обживать новые участки пространства;
- в общении с другими детьми;
- научиться выбирать в магазине продукты;
- осваивать новые маршруты, разнообразить их.

Гуляя на улице, описывайте все, что видите по дороге, причем делайте это многократно, даже если ребенок не обращает на эти описания внимание. Если ваш малыш достаточно подрос, отправляйтесь с ним на почту, в аптеку, кинотеатр. Удаляясь от знакомых «мест обитания», ребенок теряет уверенность и оказывается во власти страха и дискомфорта. Может возникать острая реакция - плачь, метание с криками просьбой вернуться. Это реакция самозащиты, когда ребенок пытается выйти из состояния дискомфорта. В этом случае надо не уговаривать ребенка, не ругать его, а дать ему возможность успокоиться. Не укоряйте ребенка за такое его поведение, чтобы не укрепить возникший страх. Действуйте по ситуации: остановитесь, поглядите по сторонам, поговорите, а затем продолжите дальше путь или вернитесь домой.

Основные правила при проведении дальних прогулок:

- осваивайте пространство постепенно;
- готовьтесь к походу заранее, обсуждая, куда собираетесь пойти, что вас там ждет;
- приучайте пользоваться ребенка общественным транспортом (можно взять с собой любимую игрушку и т.д.);
- места для посещения выбирайте осторожно, для начала выберите что-нибудь поближе к дому и где поменьше людей;
- посещая новые места, где находятся незнакомые дети и взрослые, поначалу приводите ребенка ненадолго, дайте ему возможность привыкнуть к новой обстановке;
- действуйте по обстановке: будьте готовы к тому, что ребенок способен повести себя по-разному: так в любой момент он захочет уединиться –

найдите такое место, где можно передохнуть, а если ребенок захочет вернуться домой - не противьтесь, избегайте давления, иначе в следующий раз малыш будет сопротивляться отправиться в путешествие; - дома вспоминайте, обсуждайте увиденное, смакуйте интересные детали.

Закрепляйте и расширяйте новые представления, используя разные приемы и возможности: нарисуйте картинку, выучите стишок, организуйте игру.

Практика работы с аутичным ребенком показывает, что, правильно организовав поэтапное освоение окружающего мира, можно преодолеть ограничения, обусловленные трудностями ребенка. Не бойтесь пробовать. Помните, что результат будет достигнут лишь в ходе постоянной, регулярной тренировки.

Бытовые ритуалы

Аутичному ребенку требуется специально организованное обучение и многократное, совместное со взрослыми проживание повседневных бытовых ритуалов.

Под «бытовыми ритуалами» подразумевается организация обучения ребенка отдельным бытовым навыкам, а также усвоение им распорядка повседневной жизни, ее социальных контекстов.

В норме ребенок многому учится, наблюдая за взрослыми и подражая их действиям. При этом малыш действует методом проб и ошибок, неумолимо совершенствуя свои навыки. Ребенок с аутизмом не подражает взрослому. Выработка им умения обслуживать себя, потребует от близких специальной работы, терпения и такта.

Эта работа будет опираться на усвоенные ребенком стереотипы поведения в бытовых ситуациях, на основе которых затем можно формировать и закрепить новые навыки.

При обучении стереотипам поведения в быту следуют соблюдать следующие правила:

- требовать от ребенка выполнить какое-либо действие допустимо только в том случае, если он это может;

- соблюдайте принцип «от простого к сложному»;
- обучение требует постепенности, не старайтесь обучать всему сразу;
- необходим положительный настрой: радуйтесь успеху ребенка, игнорируйте неуспех, предупреждайте ошибки;
- все взрослые, участвующие в этом процессе, должны действовать в одном ключе - схема действия должна быть во всех случаях одинаковой.

Организация четкого распорядка и режима дня помогает детям в усвоении бытовых навыков: со временем ребенок начинает осознавать, что пока не оденется, на прогулку не пойдет, пока не помоеет руки, не сядет есть и т.д.

Поддержание режима дня имеет первостепенное значение для развития ребенка. Распорядок дня должен иметь определенную последовательность и повторяемость и складываться исходя из индивидуальных особенностей ребенка, особенностей внутри семейных отношений и социальных аспектов семьи и меняться по мере взросления ребенка.

Совместное рисование

Совместное рисование – это особый игровой метод, в ходе которого взрослый вместе с ребенком рисует различные предметы, ситуации из жизни ребенка и его семьи.

Такое рисование обязательно сопровождается эмоциональным комментарием. Метод совместного рисования предоставляет новые интересные возможности:

- Возникает ситуация, побуждающая ребенка к активным действиям.
- Ситуация совместного рисования дает новые возможности для знакомства ребенка с окружающим миром.
- При совместном рисовании удастся уточнить представления, которые уже есть у ребенка.
- Главным успехом такой работы станет перенос знаний в реальную жизнь. Это показатель того, что ребенок усвоил новые знания о мире и может пользоваться ими.

- Использование метода совместного рисования дает возможность развить средства коммуникации.

Этапы развития совместного рисования

1 этап: налаживание эмоционального контакта, развитие интереса к новому виду деятельности. Начинать следует с изображения предметов, особенно значимых для ребенка.

2 этап: рисование «по заказу» ребенка. Рисуйте то, что нравится ребенку, закрепляя его интерес к совместному рисованию.

3 этап: постепенное введение различных вариантов исполнения одного рисунка, новых деталей изображения. Используйте различные материалы: попробуйте помимо карандашей и фломастеров использовать мелки, краски, не только белую бумагу, но и цветную, картон. Сам рисунок варьируйте по размеру, форме, цвету и положению в пространстве.

4 этап: вовлечение ребенка в процесс рисования, побуждение к активным действиям. Ребенок не проявляет активность, если ее не стимулировать специально. Задавая вопросы, побуждайте ребенка делать «заказ» на разных этапах рисунка и каждый раз выполняйте его просьбу. «Забывайте» дорисовать в изображении важную деталь, а когда ребенок заметит это и потребует завершения изображения, предложите дорисовать эту деталь самостоятельно.

5 этап: введение сюжета. На этом этапе, ставшие близкими ребенку изображения его любимых предметов, помещают внутрь сюжета. Такой сюжет должен быть, с одной стороны, близок опыту ребенка, а с другой стороны - должен давать возможность уточнить уже сформированные у ребенка представления.

6 этап: перенос сюжета в другие ситуации. Теперь возможно переходить к проигрыванию этого сюжета с использованием игрушек и предметов, использовать полученные знания в других видах деятельности (лепке, конструировании).

Цель данных рекомендаций – показать, как должен быть организован первый этап оказания помощи детям с РАС. В идеале, в дальнейшем, на помощь семье аутичного ребенка должна прийти целая команда профессионалов: врач-педиатр, врач-невролог, логопед, психолог, коррекционный педагог, детский психотерапевт и детский психиатр. Работа с таким ребенком должна вестись годами, все это время разные специалисты выполняют каждый свою часть работы, согласуя с остальными общее направление.