

Аутизм - что это за болезнь?

Трудно оставаться равнодушным, наблюдая за тем, как ребенок болен аутизмом пытается адаптироваться в скоротечном современном мире. Хотя формы подобных расстройств варьируют от легких до тяжелых, многие больные этой болезнью проявляют исключительные способности к музыке или других видов искусств. Стоит их немного поддержать и адаптация их в обществе станет вполне реальной.

Аутизм не является результатом плохого воспитания. Аутизм - это расстройство, возникающее вследствие нарушения развития мозга и характеризующееся отклонениями в социальном взаимодействии и общении, а также стереотипностью в поведении и интересах. Все указанные признаки появляются в возрасте до 3 лет.

В отличие от всех других детей с психофизическими нарушениями и без них, аутичный ребенок не идет навстречу другому человеку и не радуется, когда любой, ребенок или взрослый, хочет, например, играть вместе с ней.

Наиболее типичные симптомы аутизма

Недостаточное развитие языка, отсутствие речи. У детей раннего возраста, как правило, наблюдаются нарушения зрения, речи (им трудно говорить), они чрезмерно застенчивы, часто повторяют одни и те же слова по несколько раз подряд. Ребенок не понимает речь других людей, сама не стремится разговаривать, общаться с другими людьми, даже матерью. В речи ребенка, в основном, присутствуют эхололии, ребенок иногда повторяет обрывки элементов речи, которые она услышала от других людей или по телевизору. Ребенок не понимает сложных языковых конструкций. Ребенок с аутизмом понимает только односложные слова-команды: «Ешь», «Сядь». Ребенок не может абстрактно мыслить, анализировать и обобщать. Чаще всего ребенок не понимает местоимений мой, твой, их и т. Д. В то же время у него может достаточно интенсивно развиваться «автономная речь», «речь для себя».

Ребенок не воспринимает окружающий мир, не реагирует на происходящее вокруг него. Родителям порой совершенно невозможно привлечь внимание ребенка, она не реагирует на свое имя и на звуки голосов мамы и папы. Более того, со временем ребенок начинает активно избегать общения, скрывается, уходит. Ребенок не фиксирует взгляд на лице родителей, нет контакта взглядов, не обращающихся на язык.

Зрительное внимание детей с аутизмом крайне выборочно и очень кратковременно, ребенок смотрит как мимо людей, не замечая их и относится к ним как к неодушевленным предметам. В то же время ей характерна повышенная впечатлительность, его реакции на окружающее часто непредсказуемы и непонятны. Такой ребенок может не замечать отсутствия близких родственников, родителей и чрезмерно болезненно и возбужденно реагировать даже на незначительные перемещения и перестановки предметов в комнате.

Ребенок с аутизмом не переносит эмоционального контакта с родителями. Даже в первые месяцы жизни ребенок не тянет ручки, не прижимается к матери, а, находясь на руках у родителей, сопротивляется физического контакта, напрягает спину, пытается вырваться из объятий родителей.

Ребенок, страдающий аутизмом, никогда не играет с игрушками, и даже не проявляет к ним интереса. Игра ребенка с аутизмом заключается в наборе простых движений - она дергает кусок одежды, крутит веревку, сосет или нюхает части игрушек. Эти признаки аутизма также проявляются после достижения ребенком возраста 1 года. Ребенок не проявляет интерес к другим детям, не играет со сверстниками. Аутист не проявляет интерес к играм детей. На втором году жизни заметно, что ребенок - аутист не имеет даже простейших игровых навыков. Единственная игра, которую аутист может

поддерживать, это простые механические движения «возьми – дай». При аутизме своеобразный характер имеет игровая деятельность. Ее характерной чертой является то, что обычно ребенок играет сам, преимущественно используя не игровой материал, а предметы домашнего обихода. Она может долго и однообразно играть с обувью, шнурками, бумагой, выключателями, проводами и тому подобное. Сюжетно-ролевые игры со сверстниками у таких детей не развиваются. Наблюдаются своеобразные патологические перевоплощения в тот или иной образ в сочетании с аутичными фантазиями. При этом ребенок не замечает окружающих, не вступает с ними в речевой контакт.

Ребенок, страдающий аутизмом, не может научиться простейшим навыкам самообслуживания. Такому ребенку порой невозможно научиться одеваться самому, самостоятельно ходить в туалет, умываться, принимать пищу и пользоваться столовыми приборами.

Ребенок с аутизмом требует постоянного контроля, она не понимает и не может оценить опасности окружающего мира. Малыш не может переходить улицу, потому что не воспринимает движущиеся машины и может пострадать. Такой ребенок не понимает опасность, исходящую от падения с высоты, игры с электроприборами, острых предметов и т.д.

Несмотря на безразличие к окружающему миру, ребенок с аутизмом может очень часто проявлять вспышки гнева и агрессии. В основном, эта агрессия направлена на самого себя. Ребенок до крови кусает свои руки, бьется головой о мебель и пол, бьет кулаками себя по телу и лицу. Иногда эта агрессия возникает против других людей, и ребенок при любой попытке контакта царапает, кусает или бьет родителей. На любое запрещение или попытку связаться ребенок - аутист может внезапно проявить безудержную агрессию. Ребенок не умеет испытывать чувство сожаления, по просьбе или мольбе родителей она не реагирует, безразлична до слез.

У ребенка с аутизмом часто присутствует синдром навязчивых движений - она раскачивается стоя или сидя, долгое время бесцельно хлопает в ладоши, вращает и крутит различные предметы, долгое время смотрит на мир, огонь, вентилятор. Ребенок вместо игры может выстраивать различные предметы и игрушки в аккуратные ряды. Ребенок может долгое время безэмоционально подпрыгивать, приседать.

Что можно посоветовать родителям и близким детей, страдающих аутизмом?

Если для родителей заметными становятся вышеперечисленные признаки аутичного типа развития, то обязательно нужно обратиться к детскому психиатру, чтобы убедиться, насколько эти особенности развития ребенка имеют основание. Диагноз «ранний детский аутизм» может быть поставлен только специалистом - детским психоневрологом после тщательного обследования малыша. Если этот диагноз ребенку поставлен, то родителям нужно определиться с программой дальнейшего обучения и развития малыша. Для этого важно проконсультироваться у специального психолога или коррекционного педагога, которые имеют опыт работы с такими детьми, могут предоставить развернутую характеристику состояния психического развития ребенка, а также определить формы и направления коррекционных занятий для ребенка.

Родителям нужно набраться терпения, твердо верить в успех и не терять надежду. Сегодня во многих городах открыты специальные курсы и школы для родителей, чьи дети страдают аутизмом.

Основой успешного преодоления аутизма, является выполнение в домашних условиях и в условиях специальных центров индивидуальной программы реабилитации больного ребенка. Естественно, главная задача здесь ложится на плечи родителей. Поэтому первоочередным шагом должно стать принятие того, что их ребенок страдает аутизмом. Ведь она не психически больной человек, у него просто «другой способ

видения мира», ей немного труднее выразить свои чувства. Вот здесь и нужно ей помочь, поддержать, научить.

При правильном, упорном подходе к выполнению лечебной (реабилитационной) программы дети, больные аутизмом, показывают отличные результаты и могут в значительной мере восстанавливаться, адаптироваться к нормальной жизни. Нередко они обладают даром или талантом в какой-то области искусства или знания.

Гиперчувствительность к звукам и прикосновениям, задержка речевого развития, неуравновешенность. Такие проблемы развития детей с аутизмом возникают перед родителями особых детей.

Интеллектуальное развитие этих детей достаточно разнообразно. Среди них могут быть дети с нормальным, ускоренным, резко задержанным и неравномерным умственным развитием. Отмечается также как частичная или общая одаренность, так и умственная отсталость.

Первый возрастной кризис приходится на возраст между двумя и тремя годами, когда каждый ребенок дифференцирует себя из людей и дифференцирует людей на своих и чужих. В этот период ребенок начинает узнавать себя в зеркале и говорить о себе в первом лице. Рост самосознания и стремление к самостоятельности обуславливают частоту эмоционально-поведенческих расстройств на этом этапе. Стремясь к независимости, ребенок проявляет негативизм и упрямство на замечания и запреты взрослых.

Для предупреждения эмоциональных и поведенческих расстройств очень важно, чтобы взрослые относились к малышу бережно, с большим терпением и уважением. При этом ни в коем случае нельзя подавлять или запугивать ребенка, необходимо одновременно стимулировать и организовывать его активность, формировать произвольную регуляцию поведения.

Особенно важное значение в воспитании аутичного ребенка имеет организация его целенаправленного поведения четкого распорядка дня, формирование стереотипного поведения в определенных ситуациях.

Поскольку нарушения аутистического спектра являются сквозными, то положительное влияние на развитие ребенка должно происходить комплексно. Речь идет о том, что в центр внимания должны попадать моторная, эмоциональная и познавательная сферы.

Помоторной сферы стоит получить консультацию специалистов (особенно важно - еще и отработать определенные навыки), как помогать ребенку в этом направлении. Уметь: активизировать проявления ребенка, выполнять упражнения на перераспределение мышечного напряжения, владеть различными способами снятия напряжения, способствовать гармонизации тонической регуляции в целом, поскольку именно она является основой полноценного психического развития.

Советы взрослым из ближнего и дальнего окружения ребенка аутиста

Применяйте планомерное сотрудничество ребенка с взрослым для того, чтобы у него перед глазами всегда был эталонный вариант, с которым он хотя бы изредка пытался сравнить свое изделие и другие результаты своей деятельности, а также созерцать действия, движения взрослого, слышать его мысли. Партнерство с ребенком в различных совместных с ним делах помогает успокоить и дать ему чувство защищенности.

Соблюдайте с подавляющим большинством аутичных детей постоянного их страхования: будьте готовы их поймать, схватить, подложить руку на опасное место и т.д., будьте готовы предотвратить возникновение ситуации, провоцирует физическую самоагрессию ребенка. Действенным способом свести к минимуму опасные действия ребенка является их подкрепления вами своими бурными реакциями (не пугаться, не расстраиваться, не сердиться). Помните, что некоторые дети могут провоцировать такие реакции взрослого и при этом испытывать удовольствие и радость.

Целенаправленно опекайте предметную деятельность и игру ребенка. В этой связи обеспечит взвешенное отношение к подбору игрушек и предметов, продумывайте цели с позиции степени их сложности (должны соответствовать возрасту, возможностям и интересам ребенка), тщательно относитесь к организации и руководства детской деятельностью.

Используйте большую привязанность ребенка с аутизмом в отношении к предметам, чем к людям. На этой основе косвенно налаживайте диалог с ними, например, через музыкальные инструменты, танцы, спортивные игры. В то же время налаживайте слухо-вокальную, слухо-двигательную и зрительно-двигательную координацию общей и мелкой моторики, формируйте, доступен для ребенка уровень способности синтезировать их в одной деятельности (побуждайте ребенка к поиску слева справа, сверху-снизу мелодической игрушки или взрослого, который ей напевает или что-то говорит и т.п.).

Устранение из окружения ребенка все то, что может напугать его: резкие звуки (хлопанье дверью, грохот посудой, ссору, громкую музыку); резкие зрительные впечатления (мощные, не защищены источника света, внезапное движение в поле зрения ребенка); резкие запахи, грубые обращения и тому подобное. Помните, что взгляд взрослого, звуки его голоса, приближения и касания могут вызвать у ребенка только оборонительную реакцию в виде различных вариантов отстранения и избегания (предотвращения и отвода глаз, нежелание слушать, касаться, вступать в любой контакт).

Поддерживайте элементы общения, попытки вступить в контакт, реакции на обращение взрослого. При этом всячески учитывайте особенности их осуществления ребенком, поскольку, несмотря на то, что ребенок «ходит мимо людей», она никогда не наталкивается на них, может заплакать, когда на нее или при ней кричат.

- Систематически используйте возможности арт-терапевтических средств как социально приемлемого выхода агрессивности и негативных эмоций ребенка с аутизмом, безопасного способа снятия напряжения, уменьшения страхов, агрессии и жестокости.

Совместное участие в рисовании, в музыкальных занятиях, в элементарных спортивных играх будет способствовать формированию отношений эмпатии и взаимной поддержки.

Советы родителям ребенка аутиста

Основным ориентиром развития ребенка с аутизмом должен быть разнообразное, эмоционально насыщенное общение с ним родителей. Родители должны разговаривать с ним больше, чем со здоровым ребенком.

Постоянно стимулируйте интерес ребенка к внешнему миру. Заинтересовано выполнения вами режимных моментов и не безразлично, ласковое отношение к ребенку, обозначения эмоциональных состояний различными звукосочетаниями способствовать эмоциональному «заражению» малыша. Это, в свою очередь, постепенно вызовет у него потребность в контакте и постепенное изменение ребенком своего собственного эмоционального (часто агрессивного) состояния.

Постоянно привлекайте внимание ребенка к своим действиям. Купая, одевая, осматривая т.д. ребенка, не молчите и не игнорируйте ребенка, а, наоборот, постоянно ласково стимулируйте ее к подражанию. При этом помните, что ребенок способен подражать лишь то, что в общей форме он уже сам может сделать. Хорошо, когда мама поет, причем это могут быть не только песни: несмотря на то, что дети с аутизмом лучше реагируют на музыку, чем на вещание, стоит речевые проявления делать музыкальными, пропевать имя ребенка, свои комментарии, свои просьбы, рассказы, похвалу и тому подобное. А разговаривать с таким ребенком - спокойным (желательно даже тихим) голосом.

Способствует более легкому прохождению ребенком момента физического отрыва от себя с тем, чтобы предотвратить проявления тяжелых форм «чувство края», когда ребенок становится абсолютно несдержанным, неуправляемой, непослушным. Постоянно формируйте у малыша «ощущение края» с тем, чтобы он постепенно переставал бояться нового в окружающей среде.

Учитывайте, что рядом с равнодушием, аффективной блокадой (изоляция) по отношению к вам, возможно также симбиотическая форма контакта, когда ребенок отказывается хотя бы на некоторое время оставаться без вас при том, что никогда не бывает с вами мягкой.

На всех этапах установления контакта подбирайте безопасную дистанцию для общения и ненавязчиво демонстрируйте свою готовность к контакту, каждый раз обязательно начиная с того психического уровня, на котором находится ребенок. Во время тактильного контакта с ребенком говорить ему о своих чувствах, включая даже проявления гнева на его сопротивление. При этом учитывайте, что аутичный ребенок может понимать ваши чувства и речи. Однако эмоциональные особенности малыша является препятствием процесса восприятия материнской ласки. Важно продолжать устранять детский сопротивление такими стимулами, которые для нее эмоционально сверхчувствительными, дискомфортными (длинный поцелуй, шепот в ухо и т.д.). Вместе с тем, применяйте определенную трансформацию отношений с ребенком, которого (ситуацию) условно называют «отпусти», когда ребенок старается избегать длительных эмоциональных контактов, объятий, поцелуев. Однако, учитывая естественную автономию ребенка с аутизмом, эту возможность надо использовать осторожно. используйте (Как возможный) метод мобилизации ребенка к игре без всяких требований и инструкций только с целью налаживания эмоционально благоприятного, доверительного контакта, даже несмотря на то, что ребенок может не обращать на вас внимание.

Постоянно стимулируйте эмоциональные реакции ребенка на тепло, прохладу, ветер, красочные листья, яркое солнце, талый снег, ручьи воды, пение птиц, зеленую траву, цветы; на загрязненные места в окружающей среде (засорены, с неприятным запахом, грязной водой) и чистые и уютные поляны и тому подобное. При этом многократно учите и поощряйте ребенка использовать соответствующие жесты и телодвижения, вокализации, несовершенные слова; одобряйте такое его поведение.

Постоянно смягчает недостаточную или полное отсутствие потребности в контактах, а также активное, часто с агрессивным проявлением стремления одиночества и отгороженности от внешнего мира. При этом учитывайте, что дети чувствуют себя заметно лучше, когда их оставляют наедине. Однако присоединяйтесь к действиям ребенка, а потом тактично настаивайте на совместных действиях, например, с предметом, которым играет ребенок, с книгой, которую «вместе» читают, с мatriйкою, которую поочередно составляют, с мячом, который поочередно прокатывают по полу и тому подобное.

Научитесь считывать его элементарные попытки вступить с вами в контакт и улыбкой (ласковым голосом, нежным взглядом, объятиями, многократным повторением ее имени и т.д.) поощряйте ребенка к продолжению этого контакта.

Советы родителям детей с аутизмом



Многие родители задаются вопросом, как вести себя с ребенком, болеющим аутизмом.

Ниже приведено несколько советов для родителей:



Будьте логичны и последовательны. Если вы избрали определенную модель поведения с ребенком — придерживайтесь ее. Изменение вашего поведения приведет ребенка в растерянность и неблагоприятно скажется на его эмоциональном состоянии. Будьте терпеливы. Поведение вашего ребенка не изменится за один день или за неделю. Можете завести дневник, в котором будете записывать все (даже небольшие) успехи ребенка. Эти записи будут напоминать вам о том, что вы движетесь в правильном направлении.

Не наказывайте ребенка. Ребенок, больной аутизмом, не способен провести параллель между плохим поведением и наказанием, поэтому просто не поймет, за что его ругают.

Делайте с ребенком физические упражнения: они помогают снизить стресс и приносят положительные эмоции. Например, большинство детей с аутизмом любят прыгать на батуте.

В течение дня устраивайте ребенку перерывы, во время которых он сможет побыть один. Вы можете оставить его в детской комнате, во дворе и т. д. Обязательно позаботьтесь о том, чтобы ребенок находился в безопасной обстановке и не мог себе навредить.

Приобретенные ребенком новые навыки проявляются не сразу. Иногда ребенок, научившись определенному действию (например, ходить в туалет дома) не сразу может применить его в других областях своей жизни (на пример, пойти в туалет в школе).

Показывайте ребенку, в каких еще ситуациях он может использовать свои навыки.

Постоянно повторяйте пройденное, чтобы ребенок не забывал полученные навыки и знания. В периоды стрессов и болезней ребенок может вернуться к своему первоначальному поведению.

Разговаривайте с ребенком медленно, ясно и спокойно. Лучше использовать короткие предложения, в начале, которых произносить имя ребенка, чтобы он понял, что обращаются к нему.

Если ребенок затрудняется ответить вам словами, найдите другие способы общения, например, с помощью картинок или фотографий. Хвалите ребенка, когда он делает успехи. Это может быть словесная похвала, либо награждение любимой игрушкой, просмотром любимого мультфильма и т. д.

Как помочь ребенку научиться общаться?

Общение подразумевает обмен вербальными (с помощью слов) и невербальными (с помощью жестов, мимики) сообщениями между людьми. Большинство детей с аутизмом имеют затруднения при общении с другими людьми.

Вот несколько советов, которые могут вам помочь:



Даже если ваш ребенок не способен общаться с помощью слов, он все еще может поддерживать контакт с окружающими с помощью звуков, взгляда, жестов, картинок, предметов и т. д.

Постарайтесь найти способ общения, подходящий вашему ребенку, попробовав по очереди все возможные варианты.

Если ребенок не может самостоятельно сообщить о том, что ему нужна помощь, для родителей бывает соблазнительно сделать что-то вместо ребенка. Например, мама не ждет, пока ребенок постарается сам завязать шнурки и завязывает их за ребенка. Так поступать не желательно, так как вы не развиваете у ребенка инициативу. Лучше сначала спросить, нужна ли ребенку помощь и при получении положительного ответа можете помочь.

Старайтесь вовлечь ребенка в игры с другими детьми. Дети с аутизмом стремятся играть в одиночестве, поэтому родители должны стимулировать его общаться с другими детьми. Даже если ваш ребенок злится на других детей — продолжайте попытки приобщить его к игре. Злость и раздражение — это тоже способ общения и выражения своих эмоций. Вскоре ребенок поймет, что общаться с другими детьми может быть интересным.

Не торопите ребенка, когда он выполняет свои повседневные задачи. Детям с аутизмом требуется несколько дополнительных минут для того, чтобы осмыслить свои действия.

Во время игр с ребенком будьте его партнером, а не лидером. По мере развития навыков общения необходимо также формировать у ребенка инициативу.

Всегда хвалите ребенка, когда он начинает общение самостоятельно. Вскоре он поймет связь между похвалой и своими действиями.

Создавайте повод для общения. Если у ребенка есть все, что ему надо, у него не будет стимула что-то просить у взрослых, и, соответственно, общаться.

Позвольте ребенку самому определить, когда пора закончить игру или занятие. Следите за мимикой ребенка — она может подсказать вам, когда ребенок устал или ему надоело играть с вами. Если ребенок не может самостоятельно выразить словами, что он устал, подскажите ему фразы, которые помогут вам понять друг друга, например «Хватит», «Все» и т. п.

Как научить ребенка с аутизмом повседневным навыкам?

Чистка зубов очень важна, так как позволяет предотвратить развитие кариеса и других заболеваний зубов и ротовой полости. У вас есть два варианта: чистить зубы ребенку, либо научить ребенка делать эту процедуру самостоятельно. Обучение ребенка чистке зубов может быть длительным, но все-таки это возможно. Не существует универсальных методов обучения, которые подошли бы любому ребенку с аутизмом: иногда этого можно добиться с помощью карточек, на которых имеются пошаговые картинки-инструкции, иногда в процессе игры с ребенком, иногда на собственном примере.

Посещение туалета может оказаться сложным для любого ребенка, но у детей с аутизмом этот процесс может вызвать особые затруднения. Обучение ребенка посещать туалет самостоятельно может затянуться на несколько месяцев. Лучше начать обучение ребенка тогда, когда он начнет понимать, что хочет в туалет (это можно заметить по его поведению, мимике и пр.)

Ваш ребенок сначала может не понять смысла в отказе от подгузников, в которых ему было так удобно несколько лет. Переход с подгузников к использованию горшка не желателен, так как у ребенка сформируется новая привычка, и в будущем вам будет намного сложнее отучить его от горшка и научить посещать туалет. Поэтому рекомендуется от подгузников сразу перейти к туалету.

Постарайтесь отметить время дня, в которое ваш ребенок опорожняет мочевой пузырь или кишечник (если вы кормите ребенка по расписанию каждый день, то опорожнение так же происходит примерно в одно и то же время суток). Во время того, как ребенок писает или какает, покажите ему фотографию туалета и произнесите «(имя ребенка), туалет». Меняйте подгузник ребенка в комнате, где есть унитаз: так ребенок начнет связывать свои отправления с посещением туалета. В те часы суток, когда ребенок чаще всего испражняется — отведите его в туалет, разденьте и посадите на унитаз. Даже если ребенок не опорожнил мочевой пузырь или кишечник, продолжайте вести себя так, как будто это произошло: воспользуйтесь туалетной бумагой, оденьте ребенка, вымойте ему руки и выведите из туалета. Каждый раз, когда ребенок справляет нужду вне туалета — как можно скорее отведите его туда. Обязательно награждайте ребенка, если он пописал или покакал в унитаз (похвалите его или дайте любимую игрушку, печенье и т. д.)

Мытье рук очень важно после посещения туалета и перед едой. Во время обучения всегда выполняйте все действия в одной и той же последовательности. Например: поднять рукава-открыть кран-намочить руки-взять в руки мыло-намылить руки-положить мыло-сполоснуть руки-закрыть кран-вытереть руки-опустить рукава. Первое время стойте рядом с ребенком и помогайте ему, направляя его действия, либо подсказывая с помощью карточек.

Обучение детей с аутизмом

Обучение ребенка, как правило, производится на дому приходящим специалистом, либо родителями. Кроме того, в некоторых городах существуют специальные школы для детей, страдающих аутизмом. Обучение ребенка производится по особым методикам, разработанным известными психологами, педагогами или психиатрами. Мы перечислим наиболее распространенные учебные программы для детей с аутизмом:

Прикладной поведенческий анализ — это учебная программа, которая помогает ребенку научиться анализировать свое поведение и делать выводы, что хорошо, а что плохо. В этом ребенку помогает психолог, который каждый раз вознаграждает его за правильное действие. Эта программа имеет множество этапов, от самого простого (научить ребенка спокойно сидеть за столом) до более продвинутых (формирование разговорной речи у ребенка и пр.)



«Время на полу» — это учебная методика, которая предлагает родителям или учителю регулярно проводить несколько часов в день с ребенком на полу, играя. Игры при этом являются частью лечения и формирования у ребенка навыков к общению.

Программа ТЕАССН — Лечение и обучение детей с аутистическими и другими типами расстройств общения. Эта учебная методика основана на индивидуальном подходе, который разрабатывается в зависимости от целей обучения, потребностей и особенностей конкретного ребенка. Эта техника включает в себя другие методы обучения, такие как прикладной поведенческий анализ, обучение с помощью карточек или картинок и пр.

Методика «Больше, чем слова» помогает родителям понять способы общения их ребенка с окружающими. Не всегда ребенок с аутизмом может выразить свои желания словами, но родители могут понять его, проследив за мимикой, жестами ребенка, его взглядом и т. д. Поняв средства общения ребенка, родители (или психолог) помогают ему сформировать новые методы, более понятные окружающим (например, с помощью слов, жестов или карточек).

Социальные истории — это своеобразные сказки, которые описывают определенные ситуации, связанные со страхами или беспокойством ребенка. Такие истории могут быть написаны педагогом или родителями ребенка. В социальных историях описывается ситуация, объясняются мысли других людей и их эмоции, а также подсказывается желательная реакция ребенка в этой ситуации.

Система общения с помощью обмена карточками применяется при тяжелых формах аутизма, когда ребенок не может разговаривать. В этом случае ребенку помогают запомнить, что означает та или иная карточка, после чего он использует карточку для общения. Эта система помогает ребенку проявлять инициативу в общении, а также облегчить процесс общения с окружающими.

Диета при аутизме

Некоторые родители детей, больных аутизмом, сообщают, что диета может значительно улучшить симптомы аутизма. Эта диета основана на предположении о том, что в кишечнике людей с аутизмом не усваиваются некоторые белки (казеин и глютен).

Исключение из рациона питания продуктов, содержащих казеин и глютен, якобы может вылечить ребенка от аутизма.

Однако ученые доказали, что большинство детей с аутизмом имеют нормальное пищеварение, и безглютеновая диета не приводит к выздоровлению ребенка

Рекомендации для родителей детей с аутизмом

- 1) Соблюдение приемлемой для ребенка дистанции общения;
- 2) Проведение любимых занятий в условиях, когда он предоставлен сам себе;
- 3) Изучение и запоминание способов обследования предметов;
- 4) Изучение и запоминание каких – либо стереотипных бытовых навыков;
- 5) Наблюдение за тем, когда используется речь и в каких случаях;
- 6) Наблюдение и запоминание поведения в ситуациях дискомфорта, страха;
- 7) В контактах с ребенком не должно быть давления, нажима;
- 8) Необходимо постепенно разнообразить привычные удовольствия ребенка, усилить их аффективным заражением собственной радости – доказать ребенку, что с человеком лучше, чем без него;
- 9) Занятия могут быть очень длительными, но их нельзя ускорять;
- 10) Закреплять потребности ребенка в контакте;
- 11) Необходимо строго дозировать контакты ребенка с людьми, не входящими в семейное окружение до момента появления тревожного поведения и страха;
- 12) Необходимо помнить, что при достижении эмоциональной связи с ребенком, смягчении его аутических установок он становится более раним в контактах и его надо особенно беречь от ситуации конфликта с близкими.
- 13) Необходимо тихо повторять слова ребенка и ненавязчиво предлагать поиграть в его игры;
- 14) Необходимо чаще гулять с ребенком, узнавая и называя предметы (если ребенок не захочет повторять названия нужно делать это самим);
- 15) Полезно разместить в комнате несколько зеркал на уровне глаз ребенка, привлекая его к отражению в зеркале. Этот прием также дает положительный результат. Не нужно забывать о том, что аутичному ребенку нужна физическая помощь в организации действия: взрослый в буквальном смысле «работает» руками ребенка, пишет, рисует и т.д;
- 16) Необходимы телесные контакты;
- 17) Важна частая смена деятельности, так как дети с синдромом раннего детского аутизма психически пресыщаемы, они быстро истощаются физически. Каждый вид деятельности должен занимать по времени не более 10 минут;
- 18) Проведение занятий с танцевальными движениями;
- 19) **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.

20) ИГРЫ С ВОДОЙ

- Чтобы ребенку удобнее было достать до крана, подвиньте к раковине стул. Достаньте заранее приготовленные пластиковые бутылки и пузырьки, наполняйте их водой из под крана: «Буль - Буль, потекла водичка. Вот пустая бутылочка, а теперь полная». Можно переливать воду из одной посуды в другую, сделать «фонтан», подставив под струю воды пузырек с узким горлышком; обычно такой эффект приводит детей в восторг.

- Наполнив водой таз, организуйте игру в «бассейн», в котором учатся плавать игрушки (возможно в том случае, если у ребенка есть опыт посещения бассейна).

- Наполненный водой таз теперь станет «озером», в котором плавают рыбки или уточки. «Купание игрушек». Искушайте игрушки – голышом 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 Игрушки. Как их зовут? Кто первый будет купаться? Хорошо. Давай спросим у игрушки нравится ей водичка, хорошо ей? Не горячо?» и т.д.

«Мытье посуды». Можно вымыть посуду после игрушечного обеда.

Игры с мыльными пузырями. Для этого предварительно нужно научить ребенка дуть, сформировывать сильный воздух, будьте осторожны, следите за тем, чтобы ребенок не вдывал воду в себя.

Игры со льдом. Заранее приготовьте лед, выдавите вместе 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.

Высыпать гречку в глубокую миску, опустить в нее руки и пошевелить пальцами.

Выражая удовольствие улыбкой и словами, предложите ему присоединиться. На следующих занятиях можно использовать другие крупы.

При выборе игр с пластичным материалом (пластилин, глиной, тестом) может быть осложнено его повышенной брезгливостью. И все же, опыт показывает, что если пробовать, предлагая ребенку различные материалы и разные виды одного и того же материала, удастся найти такой, который ему понравится.

21) Если ребенок не включается в игру, не настаивайте, но обязательно попробуйте в следующий раз.

22) Помните, что ребенка могут испугать новые яркие впечатления, и при признаках страха немедленно прекратите игру.

23) Понравившаяся игра потребует некоторого количества повторений.

24) Не затягивайте сюжетную линию, так как произвольное внимание ребенка кратковременно.

25) Во время игры ребенок может начать говорить, заглядывая вам в лицо, и ваша реакция даст ему подтверждение того, что вы его понимаете.

26) Комментируйте каждый шаг ребенка в игре. Если же он все делал правильно, то обязательно хвалите его. Очень положительным является наглядное предоставление поощрения. Например, разноцветные кружочки, его очень радовали. Он так же научился навыкам самообслуживания: одеваться, умываться и т.д.

27) Привлекайте к себе ребенка, обнимайте его крепко и удерживайте его в своих руках, находясь с ним лицом к лицу, до тех пор, пока ребенок не прекратит сопротивление, расслабится и посмотрит вам в глаза.

28) Все, что происходит на занятиях должно сопровождаться эмоциональным комментарием, в ходе которого взрослый проговаривает все действия и ситуации.

29) Не забывайте, что поведение ребенка во время занятия может быть самым разным. Если он вышел из состояния равновесия, следует сохранять спокойствие, не ругать, а понять, чего ребенок хочет в данный момент и постараться помочь выйти ему из состояния дискомфорта.

Рекомендации для родителей по воспитанию ребенка – аутиста

В жизни *ранний детский аутизм* в одних случаях обнаруживается в связи с тем, что у ребенка нет в активном словаре *слов, предложений*.

В других случаях ребенок – аутист говорит *несвязанные между собой фразы* из просмотренных мультфильмов, радиопередач, повторяет слова за взрослым.

Часто речь ребенка изобилует произвольным повторением слышимых звуков, слов, фраз (эхолалия). На вопрос взрослого: «Что это?» Ребенок отвечает: «Что это?»

Аутизм более ярко проявляется к *3 – 5 годам* и может сопровождаться *страхами, агрессией, самоагрессией и стереотипностью поведения*.

Не сравнивая своего малыша со сверстниками, родителям надо *адекватно* оценивать его уровень развития и *ориентироваться на динамику достижений*.

Для развития речевой деятельности детей необходимо

совершенствовать *психологическую базу речи*: ощущения, восприятие, внимание, память, моторику, мышление. Лучше всего развивать психические процессы в игровой деятельности по 15 - 30 минут ежедневно, в зависимости от возраста ребенка, работоспособности и его возможностей.

Дети – аутисты любят *игры с водой, крупой, песком*. Вот некоторые из них:

1. Купание кукол.

Искупайте кукол – гольшей в теплой водичке, используйте мочалку, мыло.

Сопровождайте все действия своей речью. «Давай нальем в ванночку теплой водички. Потрогай водичку рукой. Какая на ощупь водичка? Теплая. А вот куколки. Ты, знаешь, как их зовут? Это Ляля, а это Коля. Давай спросим у Ляли, нравится ей водичка?» и т. д.

2. Проведи дорожку.

Приготовьте лист ватмана. Чем меньше по возрасту ребенок, тем больше лист бумаги нужен ему, так как координация движений кистей рук еще недостаточно сформирована. Приклейте картинки детенышей животных с левой стороны ватмана, а с правой – их мам (можно нарисовать или поставить фигурки животных: собаки, щенка, лошади, жеребенка, козы, козленка и т. д.)

«Покажи телянчика. Как кричит телянчик? Му – му! Телянчик ищет свою маму. Покажи маму телянчика. Нарисуй дорожку для телянчика. Сейчас по дорожке побежит телянчик к своей маме - коровке. Покажи, как бежит телянчик? (можно поцокать язычком).

Аналогичные действия выполняются с другими животными. Дети знакомятся с названиями животных, звуками, которые они издают, учатся проводить линии слева направо, правильно держать карандаш.

3. Геометрические фигуры

Лепим из пластилина (теста) квадрат, круг, треугольник. Помогаем ребенку, если он затрудняется выполнить по показу взрослого. Фигуры из пластилина можно наклеивать на дощечку, картон. Фигурки из теста выпечь в духовке как печенье. В результате этой игры

ребенок знакомится с геометрическими фигурами, техническими умениями.

Воспитываются культурно – гигиенические навыки

4. **Пересыпаем крупу** (гречку, горох, рис, фасоль)

Пересыпать крупу столовой (чайной) ложкой из одной емкости в другую. Считать количество ложек с крупой.

Пересыпать крупу шепотью одной руки (правой, левой) из одной миски в другую.

5. **Работа с трафаретами (по лексическим темам)**

Обвести трафарет простым карандашом (или по цвету предмета), назвать предмет, а затем раскрасить красками или цветными карандашами, не выходя за пределы контура рисунка

Действия родителей:

1. Будете последовательны. Родителям нежно помнить, что ребенку нужно время для адаптации. Вам необходимо быть «на одной волне» с психологами, дефектологами которые работают с Вашим ребенком. Родители должны знать, что происходит на занятиях, какие требования предъявляются ребенку и соблюдать рекомендации специалистов. Соблюдение единства требований дома и на занятиях помогут укрепить его успех. Если не соблюдать единства требований, то в голове у ребенка возникает хаос, занятия становятся бесполезными. Выработайте в семье правило: если есть запрет на какое-то действие (например, не залазить на холодильник), то он соблюдается всегда и всеми членами семьи. Ребенок быстрее привыкнет и начнет соблюдать правила, если сами взрослые будут их придерживаться (есть только на кухне, разуваться в прихожей и тд).

2. Сделайте жизнь ребенка предсказуемой и понятной для него. Это правило обеспечит Вашему ребенку комфорт от того, что он будет знать заранее, какие события произойдут. Простое расписание дня отлично соответствует этому. Его можно составить с учетом занятий ребенка, прогулок, приема пищи, гигиенических процедур и тд обозначив события картинками. Надо стараться, чтобы внезапных изменений в постоянной рутину дня происходило как можно меньше. Если эти изменения должны произойти, то ребенка к ним готовят заранее.

3. Поощряйте ребенка за хорошее поведение. Хвалите его сразу, как только он демонстрирует хорошее поведение, выполняет Вашу инструкцию, применяет только что разученный новый навык. Эмоциональная и своевременная награда за труд в виде приятного сюрприза поможет быстрее сформировать у ребенка нужное поведение. Это называют положительным подкреплением желаемого поведения.

4. Создайте ребенку личную зону. Это пространство в комнате или в квартире, где ребенок может побыть один, поиграть, расслабиться. Эту зону можно выделить каким-либо визуально понятным ребенку образом (цветом пола, разметкой границы зоны цветным скотчем). При этом Вам надо предварительно убедиться, что там нет потенциально опасных предметов которыми ребенок в случае истерики сможет причинить вред себе или окружающим.

5. Ребенок остается ребенком. Всегда помните, что Ваш ребенок будет не только учиться, но и играть как и все дети. Заранее продумайте, как вызвать у него смех, улыбку и интерес к совместной игре. Есть огромное преимущество если он поймет, что играть в компании намного веселее и интереснее.

6. Изучите сенсорные особенности ребенка. Многие дети с аутизмом могут проявлять парадоксальную реакцию на звуки, свет, прикосновения. Выясните, что из них неприятны Вашему ребенку, а что наоборот его успокаивает. Зная это Вы заранее сможете предотвращать ситуацию когда в ответ на неприятный раздражитель ребенок неосознанно даст негативную реакцию.

7. Приступая к лечению, знайте, что нет единого метода лечения, который помог бы всем. Каждый ребенок уникален, у каждого есть свои сильные стороны и свои слабые

места. К сожалению, аутизм неизлечим и нет лекарства, которое бы устранило причины его появления у ребенка. Лекарства только облегчают симптомы аутизма, облегчают усвоение знаний. Только грамотно подобранные программы ежедневных занятий по 25-40 часов в неделю принесут ему пользу и адаптируют в обществе. Чаще это программа поведенческой терапии, развития речи, сенсорная интеграция, кинезиотерапия и др.

- ребенок с аутизмом, как и всякий другой ребенок, индивидуальность, поэтому используя общие рекомендации, нужно также учитывать специфические реакции ребенка, и на их основе, строить обучение. Описаны случаи, когда дети с аутизмом, вырастая, работали по профессии, лежащей в сфере их детских увлечений. Ребенок, увлеченный цифрами, в будущем может стать бухгалтером или налоговым инспектором;
- режим, дети - аутисты болезненно воспринимают любые действия, выходящие за рамки привычных, поэтому старайтесь придерживаться привычных для ребенка процедур;
- необходимо заниматься каждый день, это очень трудно, но только это может принести результаты. Начинать лучше с 5 минут и постепенно

Дополнительные коррекционные методики, которые вы можете использовать:

1. Занятия с карточками. Для занятий понадобятся карточки, для начала не больше 5. На них могут быть изображены предметы или люди, выполняющие определенные действия. Эти карточки можно использовать и для объяснения порядка действий. Например, подготовка ко сну разбивается на несколько действий, и на каждое действие заготавливается карточка. Сначала четко произносится: «Пора спать» и далее демонстрируются карточки. Карточки могут быть следующие: «снять одежду», «надеть пижаму», «почистить зубы», «умыться», «сходить в туалет», «пойти спать» и последней, картинка спящего ребенка. Показ картинок должен сопровождаться объяснением, но не многословным. Только четкое название действий и ничего больше. Через несколько месяцев, может быть даже через год, достаточно будет сказать «пора спать» и ребенок будет знать, что ему нужно делать. Но, повторяю, это произойдет только в результате регулярных занятий. Такие карточки должны быть на все действия «гулять», «кушать», «читать», «рисовать».

2. Дети с аутизмом обычно боятся воды. Необходимо предлагать ему игры с водой, но начинать занятия нужно постепенно, например, с мокрого песка, насыпанного в ведро. Постепенно, песок должен становиться все более мокрым. На нем можно чертить линии, делать из него различные фигуры.

3. Очень важно развивать тактильное восприятие. Для этого можно взять небольшую коробку, заполнить ее любой крупой или песком и внутрь спрятать камушки или крупные пуговицы, для начала 2-3, не больше. Ребенок должен их найти и достать, постепенно количество камешков можно увеличивать до 10-15. Еще одно похожее задание: в миску налейте воду, на дно положите монетки, ребенок должен стараться их достать.

4. Упражнение на развитие координации: необходимо взять 2 чашки, наполнить одну из них водой и попросить ребенка переливать воду из одной чашки в другую. По мере развития этого навыка, размер чашки должен уменьшаться.

5. Лепка - одна из важнейших коррекционных методик: одновременно будет развиваться и моторика, и сенсорная чувствительность. Для лепки можно использовать массу для моделирования или обычный пластилин. Ребенок раскатывает пластилин, делает из него шарики и просто разминает его.

6. Нанизывание бус. Начать лучше с крупных кругов, вырезных из картона, по мере развития навыка можно переходить к более мелким деталям, вплоть до бусинок.

7. Пазлы. Можно купить готовые пазлы, с очень крупными частями, а можно сделать их, нарисовав крупную картинку и разрезав ее на несколько частей, для начала на 3-4, со временем, количество частей пазла необходимо увеличивать.

8. Еще одно упражнение на моторику. Разложите в ряд одинаковые предметы, и пусть ребенок перевернет их.

9. Танцуйте. Можно танцевать дома или найти подходящий кружок для коллективных занятий.

10. Необходимо развивать тактильные и кинестетические ощущения. Для этого хорошо подойдут игры с различными материалами. Можно использовать шелк, шерсть, туалетную и наждачную бумагу.

Схема занятий может быть следующей: 5 минут занятия с карточками, 5 минут чтение книг, 5 минут пальчиковые игры, затем перерыв и новый блок занятий. Идите от простых упражнений, к более сложным, для начала используйте те задания, с которыми ребенок точно справится, это поможет ему поверить в себя.

И самое главное правило - такого ребенка необходимо принимать таким, какой он есть, не сравнивая с другими детьми. Он не лучше и не хуже их, он просто, другой...