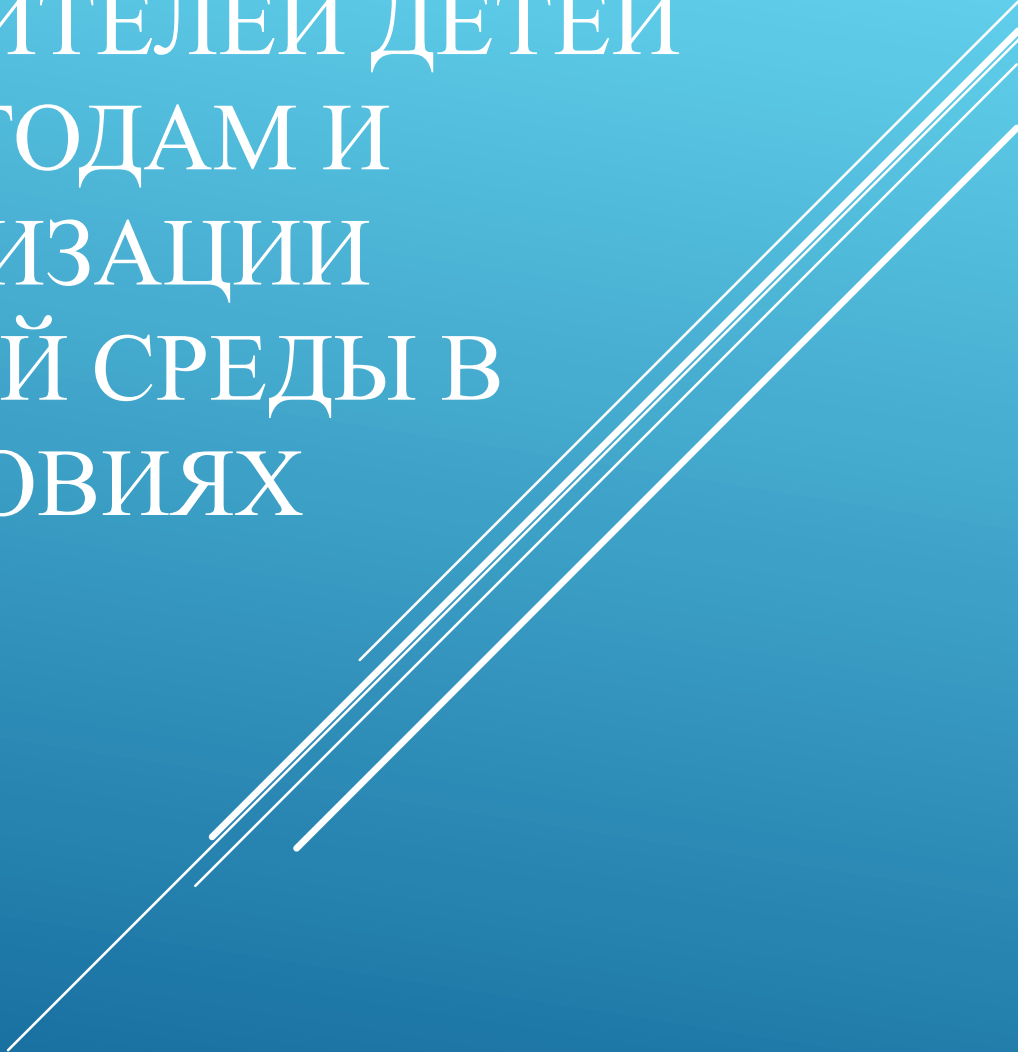


ОБУЧЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ
С АУТИЗМОМ МЕТОДАМ И
ПРИЕМАМ ОРГАНИЗАЦИИ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ В
ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ



НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ

- ▶ понимание особых потребностей своего ребенка
- ▶ формулировка целей (чего хотим достичь)
- ▶ постановка задач и возможных вариантов их реализации (что будем делать, чтобы достичь результата)
- ▶ выбор способов и методов работы с ребенком
- ▶ систематическое отслеживание результатов (что именно получилось, что пока не совсем)

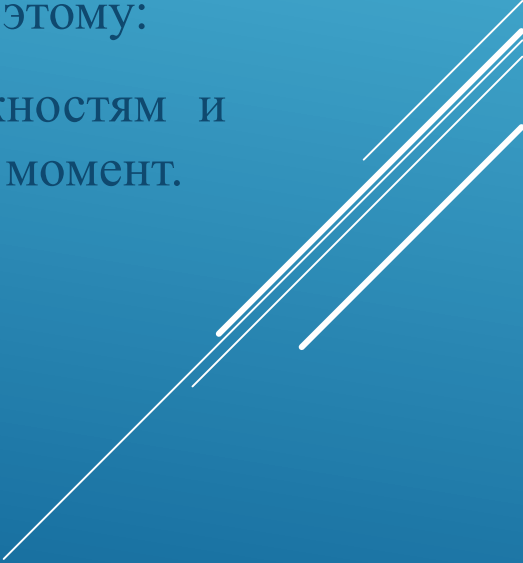
ОСОБЫЕ ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА С АУТИЗМОМ




ОПРЕДЕЛИТЕ КАКОВЫ ПОТРЕБНОСТИ ИМЕННО ВАШЕГО РЕБЕНКА

- ▶ Особые способы взаимодействия (если ребенок не говорит, то это могут быть жесты или карточки)
- ▶ Специальная организация пространства (например, отдельное место для отдыха и уединения)
- ▶ Ограничение сильных впечатлений (шум, большое количество людей, яркий свет и т.д.)
- ▶ Особое питание, если ребенок очень избирателен в еде избирательность в еде и т.д.

ПСИХОЛОГИ ГОВОРЯТ, ЧТО УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ РЕЗУЛЬТАТОМ – ЭТО ТОГДА, КОГДА РЕЗУЛЬТАТ СООТВЕТСТВУЕТ НАШИМ ОЖИДАНИЯМ

- ▶ Мы довольны, если получаем то, что хотели. Поэтому:
 - ▶ Ставьте цели, которые соответствуют возможностям и состоянию здоровья вашего ребенка на данный момент.
- 

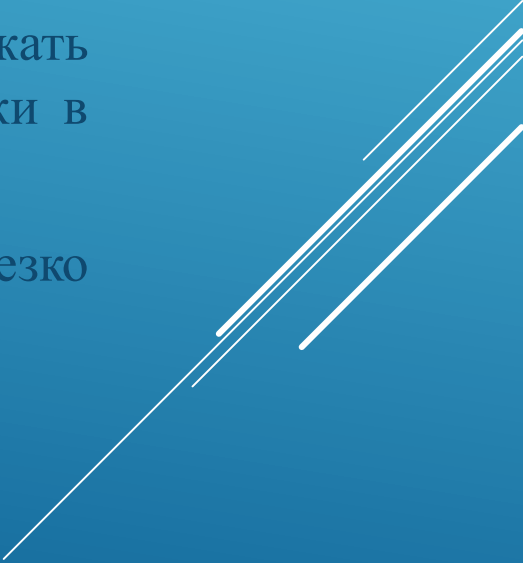
ЦЕЛЬ ДОЛЖНА БЫТЬ

- ▶ Конкретна- что как и когда
 - ▶ Реалистична – соответствует возможностям на данный момент
 - ▶ Измерима – в чем будем измерять успех (количество остановок, отсутствие срывов в поведении)
 - ▶ Достижима – вы уже пробовали, но результаты вас пока не устраивают
 - ▶ Позитивно сформулирована – от своего имени и без отрицаний
- 

ПОПРОБУЕМ ПОМЕНИТЬ «БЫТЬ КАК ВСЕ» НА «НАУЧИТЬСЯ АДЕКВАТНО РЕАГИРОВАТЬ НА ШУМ»

Изменение формулировки делает более четкой и понятной цель. Научиться адекватно реагировать на шум – четкое понимание цели, если еще добавим, что сделать это за 2 недели при помощи наушников, так и вовсе получим программу действий. И легко оценить результат: появился громкий звук – ребенок без крика и резких движений надел наушники – цель достигнута.

ВЫБОР СПЕЦИАЛИСТОВ, МЕТОДОВ И МЕТОДИК ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ПОВЕДЕНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

- ▶ Изучить существующие виды помощи (кто, что и где предлагает)
 - ▶ Выбрать вариант, который подходит для вашей семьи
 - ▶ Посещать регулярно врачей
 - ▶ Систематически посещать занятия и продолжать использовать полученные знания, умения и навыки в повседневной жизни
 - ▶ Заниматься с ребенком в системе, не меняя резко различные подходы
- 

ПРОЦЕСС КОРРЕКЦИИ, ОБУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ НЕПРЕРЫВНОЙ. ОН НЕ ТОЛЬКО НА ЗАНЯТИЯХ, В ШКОЛЕ, В КОРРЕКЦИОННОМ ЦЕНТРЕ, НО И ДОМА

- ▶ Не стоит гнаться за знаниями как таковыми. Нужны знания, которые ребенок может использовать в жизни.
- ▶ Особое питание – избирательность в еде
- ▶ Вы можете закреплять полученные знания, формировать необходимые навыки в любой момент. Это происходит не только, тогда, когда вы с ребенком выполняете какие-то задания специалистов. Но и во время уборки, похода в магазин или даже тогда, когда просто сидите на диване.


ЕСЛИ МЫ ОБДУМАЕМ ВОЗМОЖНОСТИ ПОХОДА В МАГАЗИН, ТО СМОЖЕМ РЕШИТЬ ОЧЕНЬ МНОГО ЗАДАЧ

- ▶ Формирование желательного поведения – умение посещать места скопления людей
- ▶ Развитие произвольности поведения – делать то, что надо; контролировать себя; уметь ждать
- ▶ Развитие интеллектуальных способностей – обобщение по какому-либо признаку (цвет, форма, из чего сделано и т.д.), счет, чтение
- ▶ Терпимость к незнакомым продуктам. Продукты, которые вызывают недовольство можно рассматривать издалека.
- ▶ Формирование алгоритма взаимодействия с посторонними людьми – как встать в очередь, подойти к продавцу, расплатиться на кассе и т.д. и т.п.
- ▶ Следование устным инструкциям – вы просите, а ребенок выполняет вашу просьбу, понимание ваши слова
- ▶ Умение использовать визуальные подсказки – найти нужный отдел по табличкам. Этот список можно продолжить

ИСПОЛЬЗУЙТЕ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ СВОЕГО РЕБЕНКА

- ▶ Для детей с аутизмом очень важны ритуалы и правила – это значит, что, если мы его чему-то научим, то ребенок будет это долго помнить и выполнять от начала до конца. Они хорошо помнят где и что лежит, что следует в мультфильме дальше, какой дорогой надо идти, в какой последовательности идут занятия и т.д. Постарайтесь формировать желательные ритуалы.
- ▶ Учить надо сразу правильно, переучивать очень сложно

СТРАТЕГИИ ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ ДОМА

- ▶ Структура жизнедеятельности
 - ▶ Зонирование
 - ▶ Визуальное расписание
 - ▶ Система общения
 - ▶ Обучение ответам да – нет
 - ▶ Ограниченный доступ к поощрениям
 - ▶ Предотвращение побегов
 - ▶ Умение делать выбор
 - ▶ Условия приучения к туалету
 - ▶ Предметы для воздействия на органы чувств
 - ▶ Специальные приспособления
 - ▶ Рабочее место
 - ▶ Место для отдыха и место для уединения
 - ▶ Достижение результата
- 

СТРУКТУРА ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- ▶ Последовательность и знание о том, чего ожидать, помогает ребятам с аутизмом справиться с ежедневными трудностями. Разработайте ежедневный порядок для вашего дома и как можно строже ее придерживайтесь. Каждый день ребенок должен ложиться спать, есть, гулять в одно и то же время. Резкие, неожиданные и значительные изменения день ото дня и от момента к моменту — это надежный путь к нежелательному поведению или полноценной истерике у вашего ребенка.

ЗОНИРОВАНИЕ НЕ ВАЖНО КАКОГО РАЗМЕРА ЭТИ ЗОНЫ, ВАЖНО, ЧТО РЕБЕНОК УЧИТЬСЯ ВЫПОЛНЯТЬ РАЗНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОТВЕДЕННОМ ДЛЯ ЭТОГО МЕСТЕ

- ▶ Определите в доме, где какая зона (учебная зона, зона приема пищи, зона отдыха, зона сенсорной разгрузки, место уединения)
- ▶ Проследите за безопасностью (блокировка окон, дверей, отсутствие острых, режущих предметов и т.п.)
- ▶ В небольших помещениях можно разделить пространства цветным скотчем
- ▶ Используйте индивидуальную маркировку для предметов ребенка

ВИЗУАЛЬНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ РАСПИСАНИЕ:

- ▶ Визуальные расписания жизненно необходимы для обучения ребенка независимости. Визуальное расписание помогает понимать, что надо сейчас делать, что будет потом, а что после этого. Совет: не используйте письменные расписания с детьми, которые пока не умеют читать. Это бесполезно. Используйте фотографии и картинки.

СИСТЕМА ОБЩЕНИЯ

- ▶ Это именно то, с чего надо начинать, причем как можно раньше. Возможно, ваш ребенок может общаться с помощью языка жестов, картинок и так далее. Самое главное, чтобы все в доме согласилось поощрять и принимать именно эту систему общения. Если ребенок может говорить, тогда поощряйте его за устные слова и требуйте их. Если ребенок может обращаться с жестами, то поощряйте и требуйте от него жесты.

ОБУЧЕНИЕ ОТВЕТАМ ДА - НЕТ

- ▶ Обучение ребенка говорить «нет» или качать головой для обозначения «нет» можно начинать с самого раннего возраста в качестве альтернативы проблемного поведения, например, криков и разбрасывания предметов. «Да» следующий этап обучения – как возможность получить то, что хочет ребенок.
- ▶ «Ты хочешь ___?» и одновременно держать предмет перед ребенком, подсказывая ему ответ «да» или «нет», после чего тут же задать этот вопрос уже без подсказки

ОГРАНИЧЕННЫЙ ДОСТУП К ПООЩРЕНИЯМ

- ▶ Никакого «свободного доступа» или «кусочничанья». Свободный доступ означает, что если ребенок просто «обожает» мультфильм про Машу, то у него есть возможность смотреть Машу часами каждый день. Кусочничанье означает, что если ребенок просто «обожает» колбасу, то он в любой момент может прийти на кухню, открыть холодильник и взять колбасу. Если у вашего ребенка есть свободный и неограниченный доступ к тому, что больше всего ему нравится, то как вы будете поощрять его за верное поведение?

ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ ПОБЕГОВ

- ▶ Правило насчет побегов может звучать как: «Надо спросить маму, прежде чем выходить на улицу». Сделайте визуальные подсказки о правиле «Остановись и спроси» и расположите их рядом с каждой дверью. Когда ребенок приближается к двери, ему нужно напомнить, что он не может выходить на улицу один. Учите ребенка подходить к вам и использовать свою систему коммуникации (картинки, жесты, знаки и так далее), чтобы попросить «гулять». На ночь можно закрывать визуальные подсказки, чтобы обозначить, что теперь выходить на улицу вообще нельзя.


УМЕНИЕ ДЕЛАТЬ ВЫБОР

- ▶ Для того, чтобы помочь ребенку сделать выбор, можно сделать визуальную доску выбора, на которой располагаются карточки, обозначающие его любимые занятия, продукты или игрушки. В течение дня демонстрируйте доску выбора и позволяйте выбирать, чем заняться, что есть или с чем играть. В зависимости от ребенка доска выбора может обновляться с различной регулярностью, если ребенку надоедают его поощрения.

УСЛОВИЯ ДЛЯ ПРИУЧЕНИЯ К ТУАЛЕТУ

- ▶ Даже если ваш ребенок пока слишком маленький для приучения к туалету, вы должны начать эту стратегию немедленно. Меняйте подгузники только в ванной комнате, приучайте ребенка помогать вам при одевании и раздевании
- ▶ Вы учите всему, что связано с туалетом, помимо, собственно, сидения на унитазе. Ребенок привыкает к ванной комнате и усваивает многие навыки, которые понадобятся ему позже

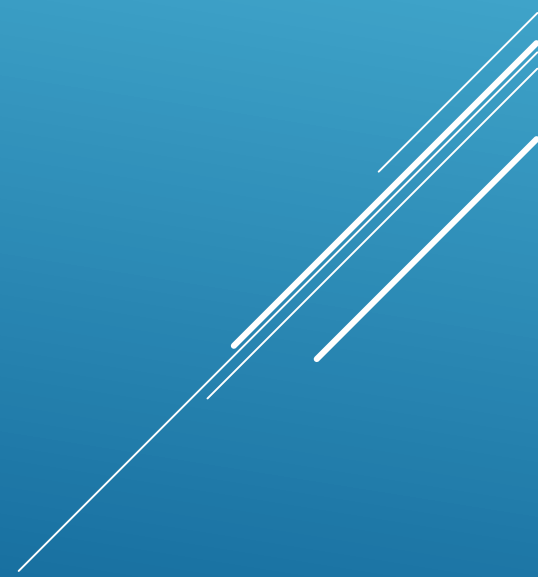
ПРЕДМЕТЫ ДЛЯ ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ОРГАНЫ ЧУВСТВ

- ▶ Это напрямую связано с уменьшением повторяющегося, нежелательного.
 - ▶ Если ваш ребенок издает странные звуки, раскачивается, машет руками, перебирает предметы, то это ему для чего-то нужно.
- 

ПОПРОБУЙТЕ ПЕРЕНАПРАВИТЬ ТАКОЕ ПОВЕДЕНИЕ, А НЕ ПОДАВЛЯТЬ.

- ▶ Подберите предметы, с которыми ваш ребенок сможет манипулировать и взаимодействовать, чтобы получить нужную сенсорную стимуляцию.
- ▶ Возможные варианты включают большие гимнастические мячи, батут, а коробки с разнообразными предметами, светящиеся игрушки, пальцевые краски и так далее

ПРИСПОСОБЛЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ

- ▶ Утяжелители
 - ▶ Приспособления для жевания
 - ▶ Массажные приспособления
 - ▶ Наушники
- 

УТЯЖЕЛИТЕЛИ

- ▶ Дети с аутизмом имеют проблемы с ощущением своего тела и пониманием его положения в пространстве. Например, Многие родители замечают, что ребенок засыпает быстрее, если на него положить тяжелое одеяло.
- ▶ Имеются специальные жилеты и утяжелители для отдельных частей тела, которые могут повлиять на улучшение поведения.

МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ НЕ ТОЛЬКО ГОТОВЫЕ УТЯЖЕЛИТЕЛИ, НО И «ПОДРУЧНЫЕ» СРЕДСТВА

- ▶ Например, предложить помогать маме нести что-либо в рюкзаке или в карманах одежды. С одной стороны, мы помогаем чувствовать собственное тело и его передвижения в пространстве, с другой стороны, мы развиваем способность самостоятельно создавать себе более комфортные условия. Кроме того, формируем положительное поведение

ИГРУШКИ ДЛЯ ЖЕВАНИЯ ИЗГОТОВЛЕННЫ ТАКИМ ОБРАЗОМ, ЧТОБЫ ИХ НЕЛЬЗЯ БЫЛО РАЗГРЫЗТЬ ИЛИ ПРОГЛОТИТЬ.

Эти приспособления помогают:

- ▶ удовлетворить потребность ребенка постоянно что-то пробовать на вкус
- ▶ сосредоточиться на задании
- ▶ изменить нежелательное поведение — поедание несъедобных предметов

МАССАЖНЫЕ ПРИСПОСОБЛЕНИЯ И НАУШНИКИ

- ▶ Могут уменьшать поиск ощущений неприемлемым способом
- ▶ Снизить защитные реакции, связанные с прикосновением к коже, громким звукам

РАБОЧЕЕ МЕСТО ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ

- ▶ Выделите небольшое рабочее место, подберите несколько заданий и установите таймер. Учите ребенка выполнять задания, пока таймер не сработает, а затем дайте ему поощрение. С течением времени занятия за рабочим местом можно добавить к визуальному расписанию
- ▶ Если ваш ребенок пока совсем не умеет что-либо делать самостоятельно и совсем не сидит за столом, то стоит начать учить просто умению сидеть за столом в течение 1 – 2 минут, или столько, сколько он может на данный момент. Начинайте с уровня, который на данный момент легко выполним.

МЕСТО ДЛЯ ОТДЫХА И МЕСТО ДЛЯ УЕДИНЕНИЯ

- ▶ Ребята с аутизмом испытывают сильные перегрузки и чрезмерную стимуляцию в течение дня, что выливается в капризы, нытье, истерики и самоагрессию. Часто родители берут на себя всю ответственность за эмоции ребенка. Например, поднимают ревущего ребенка, укачивают и утешают его, пока он не перестанет плакать.
- ▶ Во-первых, этим подкрепляется проблемное поведение. Во-вторых, нам важно с самого раннего возраста учить детей, что они могут контролировать свои эмоции

ВЫДЕЛИТЕ ТИХИЙ УГОЛ В ДОМЕ И ПОЛОЖИТЕ ТУДА ПРЕДМЕТЫ, ПОМОГАЮЩИЕ УСПОКОИТЬСЯ (ПОДУШКИ, НАПОЛЬНЫЕ МЕШКИ, ГИМНАСТИЧЕСКИЙ МЯЧ И ТАК ДАЛЕЕ)

Когда ребенок расстроен или страдает от перегрузки, объясните ему, что ему нужно успокоиться, например: «Ты плачешь и бросаешь игрушки. Тебе нужно успокоиться». Направьте ребенка в место для отдыха и помогите ему заняться чем-нибудь успокаивающим, например, глубоко и медленно дышать.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДСКАЗОК ДЛЯ УСПОКОЕНИЯ

Используйте визуальные подсказки, чтобы показать ребенку, что нужно сделать, чтобы успокоиться. Хвалите и поощряйте ребенка за улучшения в его настроении.

Визуальные подсказки для успокаивающего поведения нужно всегда носить с собой и пользоваться ими в любой обстановке.

Важно не само место, а то, что вы учите ребенка регулировать собственные эмоции.

МЕСТО ДЛЯ УЕДИНЕНИЯ

Мы все иногда нуждаемся в возможности побыть одному. Для детей с аутизмом – это жизненно необходимо. Таким местом уединения может быть любое отделенное от всех остальных место – палатка, домик, стол, накрытый покрывалом и т.д.

ДОСТИЖЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

- ▶ Попробуйте вести дневник достижений ребенка
 - ▶ Отмечайте даже самые незначительные достижения, сравнивая не с идеальным вариантом, а со вчерашним днем: «сегодня мой сын сел за стол и открыл тетрадь, а до этого момента наотрез отказывался ее открывать самостоятельно»
 - ▶ Отслеживание результатов позволит испытать чувство удовлетворения от достижения целей и понять, что нужно изменить, если они не достигнуты
- 