

## Родителям детей с аутизмом

**Многие родители задаются вопросом, как вести себя с ребенком с аутизмом. Ниже приведено несколько советов для родителей:**

1. Будьте логичны и последовательны. Если вы выбрали определенную модель поведения с ребенком – придерживайтесь ее. Изменение вашего поведения приведет ребенка в растерянность и неблагоприятно скажется на его эмоциональном состоянии.
2. 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.
3. Не наказывайте ребенка. Ребенок, больной аутизмом, не способен провести параллель между плохим поведением и наказанием, поэтому просто не поймет, за что его ругают.
4. Делайте с ребенком физические упражнения: они помогают снизить стресс и приносят положительные эмоции. Например, большинство детей с аутизмом любят прыгать на батуте.
5. 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.
6. 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.
7. Постоянно повторяйте пройденное, чтобы ребенок не забывал полученные навыки и знания. В периоды стрессов и болезней ребенок может вернуться к своему первоначальному поведению.
8. Разговаривайте с ребенком медленно, ясно и спокойно. Лучше использовать короткие предложения, в начале которых произносить имя ребенка, чтобы он понял, что обращаются к нему.
9. Если ребенок затрудняется ответить вам словами, найдите другие способы общения, например, с помощью картинок или фотографий.
10. 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:**

1. 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.
2. 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.
  3. 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.
  4. Не торопите ребенка, когда он выполняет свои повседневные задачи. Детям с аутизмом требуется несколько дополнительных минут для того, чтобы осмыслить свои действия.
  5. Во время игр с ребенком будьте его партнером, а не лидером. По мере развития навыков общения необходимо также формировать у ребенка инициативу.
  6. Всегда хвалите ребенка, когда он начинает общение самостоятельно. Вскоре он поймет связь между похвалой и своими действиями.
  7. 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.
  8. 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?**

1. **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.

2. **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.)

**3. 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:

1. **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.)
2. **«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.
3. 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.

4. 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).
5. **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.
6. **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

## Рекомендации по речевому развитию.

Для успешного всестороннего развития детей необходимо максимально обеспечить непрерывность процесса обучения. Поэтому взрослым необходимо придерживаться ряда правил:

1. Уделять постоянное внимание собственной речи, так как высказывания взрослых являются образцом для правильного, а зачастую неправильного развития лексической, грамматической сторон детской речи.
2. Наполнить повседневную жизнь детей грамотным речевым общением:
  - посредством называния окружающих предметов и явлений развивать предметный словарь (например, это мяч, это шапка и т.д.);
  - в собственной речи четко проговаривать окончания слов, дать ребенку возможность слышать изменение звучания слов в различных контекстах, правильно употреблять грамматические формы и т.д. (например: Это книга; нет книги; ищу книгу; думаю о книге; рисую книгу. Коля рисовал, а Даша рисовала и т.д.);
  - совершенствовать грамматический строй речи, используя речевые игры (например, игра «У меня синий шар, а что у тебя...», желтое яблоко, красная машина, 4 красных яблока, 6 красных яблок, 6 легковых машин, 6 воздушных шаров).
3. Речь должна быть четкой, краткой, понятной для ребенка. Речевая инструкция должна быть конкретной и краткой («Дай мяч» и др.)
4. Важно, чтобы вся работа происходила на высоком эмоциональном подъеме ребенка, и ненавязчиво, в игровой форме позволяла ребенку овладевать сложной структурой родной речи.
5. Не перегружайте ребенка словесной информацией и давайте ему время на ее обработку.

### Игры на развитие артикуляционного аппарата:

Игра «Дразнилка», копирование мимических и артикуляционных движений: закрыть и открыть глаза, нахмуриться, закрыть и открыть рот, вытянуть губы трубочкой, высунуть язык и тд.

«Хомячок» – при закрытом рте надуть щеки и подержать 3-5 секунд в таком положении, после чего выдохнуть и расслабиться;

«Улыбка – Хоботок» (улыбнуться, затем вытянуть губы вперед, с добавлением звуков И-У)

«Лопата» – широко открыть рот и положить спокойный мягкий язычок на нижнюю губу, задерживая в этом положении на 3-5 секунд, после чего язычок убирают и расслабляются;

«Качели» (Улыбнуться, открыть рот, кончик языка за верхние зубы, кончик языка за нижние зубы.)

«Чистим зубки» (улыбнуться, открыть рот кончиком языка с внутренней стороны "почистить" поочередно нижние и верхние зубы)

«Пароход» (Слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук «ы»: «ы-ы-ы» (пароход гудит).

«Часики» (улыбнуться, открыть рот, кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой)

### Игры на развитие речевого дыхания

«Мыльные пузыри», «Дудочка», «Вертушки», «Задуваем свечу», «Вертушки», «Сдуй ватку» и т. д. (Следить, чтобы ребенок при этом не надувал щеки.)

**Игры на развитие мелкой моторики:** игры с мозаикой, крупами (греча, фасоль, горох), шнуровка, нанизывание бусин на веревочку, лепим из пластилина, размазываем пластилин по бумаге, пальчиковая гимнастика и т.д.

*Игра «Капуста»*

Взрослый читает стихотворение и показывает соответствующие движения. Ребенок повторяет за ним.

Мы капусту рубим, рубим (ребром ладони совершать рубящие движения)

Мы капусту солим, солим («солит» щепоткой)

Мы капусту жмем, жмем (руки горизонтально, сжимать и разжимать кулаки)

**Игры на развитие фонематического слуха и звукоподражания**

Цель этих игр и занятий – поддержание внимания интереса детей к слышимой речи, побуждение их повторять речевые образцы, предлагаемые взрослыми.

**Игра «Кто прячется в домике?»**

Оборудование: игрушечный домик, игрушки (мышка, мишка, матрешка, мартышка и т. д.)

Взрослый говорит: «В этом домике спрятались игрушки. Выведи из домика те игрушки, которые я назову. Выведи мышку. Кого нужно вывести? Скажи мне!»

Ребенок повторяет и выводит игрушку из домика. «А теперь мишку», и т.д. Затем игра усложняется и взрослый просит вывести сразу две игрушки мишку и мышку, матрешку и мартышку и т.д.

**Игры на развитие активного и пассивного словаря**

Игры, предполагающие выполнение детьми речевой инструкции.

а) Взрослый просит ребенка различные предметы: «Дай мне... (кубик, шарик, куклу и т. п.), сопровождая фразу жестом. Затем, когда ребенок что-то просит, взрослый учит использовать его соответствующий жест «дай». Все свои действия обязательно проговаривает.

б) Выполнение простых поручений. Например: «Возьми куклу и положи ее спать». «Посади мишку на стул» и т. п.

в) Выполнение одного и того же действия разными объектами. «Покажи, где птичка сидит, а где собака сидит, где девочка сидит».

г) Разложите перед ребенком фотографии близких ребенку лиц: мама, папа, баба, деда, брат, сестра и просите показать на них.

**Игры и упражнения, способствующие развитию связной речи:**

Рассказ по картинке или серии сюжетных картинок. Чтение и проигрывание сказок, игры-драматизации.

- Вопросы по картинкам. Кто это? Что делает? Какого цвета? и т. д. Например: Кто это? – собака, что она делает? – спит. Проговорите полностью весь ответ: Собака спит. Попросите ребенка повторить, затем снова покажите картинку и задайте вопрос, выдерживайте паузу. Если ребенок не отвечает самостоятельно повторите ответ, спросите снова.

- Игра «Сравни разных зверят»

Цель: учить сравнивать разных животных, выделяя противоположные признаки.

Предлагаем рассмотреть картинки - мишку и мышку.

— Мишка большой, а мышка... (маленькая). Еще какой Мишка... (толстый, толстопятый, косолапый)? А мышка какая... (маленькая, серенькая, быстрая, ловкая)? Что любит Мишка... (мед, малину), а мышка любит... (сыр, сухарики).

— Лапы у Мишки толстые, а у мышки... (тоненькие). Мишка кричит громким, грубым голосом, а мышка... (тоненьким). А у кого хвост длиннее? У мышки хвост длинный, а у Мишки... (короткий).

Аналогично можно сравнить и других животных — лису и зайца, волка и медведя.

- На основе наглядности ребенок учится называть слова с противоположным значением: кукла Катя большая, а Таня... (маленькая); красный карандаш длинный, а синий... (короткий), зеленая лента узкая, а белая... (широкая); одно дерево высокое, а другое... (низкое); волосы у куклы Кати светлые, а у Тани... (темные).

У ребенка формируется понимание и употребление обобщающих понятий (платье, рубашка — это... одежда; кукла, мяч — это игрушки; чашка, тарелка — это посуда), развивается умение сравнивать предметы (игрушки, картинки), соотносить целое и его части (паровоз, трубы, окна, вагоны, колеса — поезд).

«Путаница»

Прочитайте малышу коротенькие стихотворения, делая паузу перед произнесением последнего слова.

Знает это ребёнок любой -

У апельсина цвет ... голубой.

Корова мычит - Муу,

Поросёнок хрюкает – Хрю-хрю,

Тигр рычит - Рррр,

А собака ... мяукает - Мяу.

Как на нашей улице

Крякали две ... курицы – Кря-кря.

Известно каждому ребёнку -

Корова - мама жеребёнка.

Исправьте ошибки в тексте, проговаривая правильные ответы.

- Разучивание коротких четверостиший, сопровождающихся простыми движениями.

«Маленькая мышка»

Маленькая мышка

По городу бежит, (Бежим пальцами обеих рук по столу или коленям.)

Глядит ко всем в окошки, (Сложив пальцы рук круглым окошечком, заглядываем в него.)

И пальчиком грозит: (Грозим пальчиком)

"А кто не лёг в кроватку? (Руки прижаты ладонями друг к другу. Лежат на тыльной стороне одной из рук на столе (коленях).

А кто не хочет спать? (Переворачиваем руки на другой "бок".)

Такого непослушного

Я буду щекотать!" (Щекочем пальчиками то одну, то другую ладошку.)

*«Шла кукушка»*

Шла кукушка мимо рынка, (Идём по столу на выпрямленных указательном и среднем пальцах (остальные поджаты).

У неё была корзинка, (Ладони соединяются "ковшом" (корзинка).

А корзинка на пол - бух! (Ударяем сомкнутыми ладонями по столу/коленям, разъединяем руки.)

Полетело десять мух! (Разводим руки в стороны, шевеля пальцами (летающие мухи).

Количество разогнутых пальцев соответствуют тексту.)