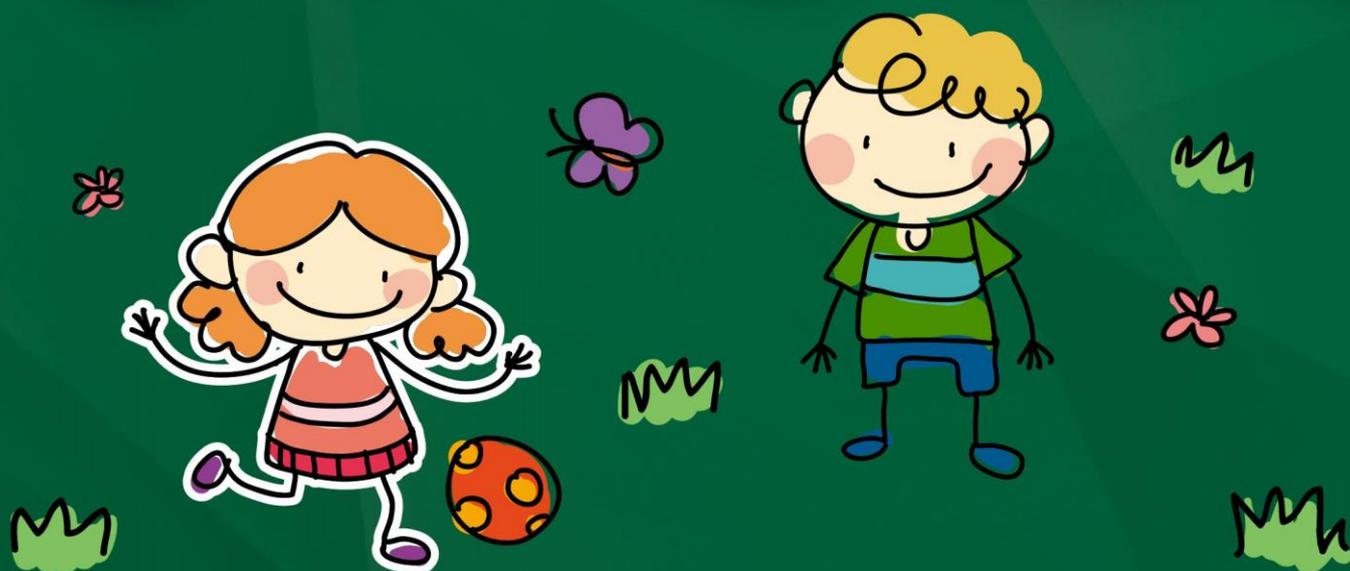


РАССТРОЙСТВА АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА



РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

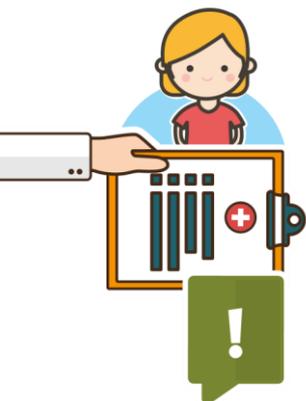


АУТИЗМ является сложным нейробиологическим отклонением, которое обычно сопровождает человека на протяжении всей его жизни. Аутизм встречается во всех социальных группах, он в четыре раза более вероятен у мальчиков, чем у девочек. Аутизм мешает способности человека общаться и строить отношения с другими людьми. Симптомы могут варьироваться от очень незаметных до весьма серьезных. Все эти отклонения характеризуются различными степенями ухудшения в навыках коммуникации и социальных способностей, а также навязчивым поведением.

Варианты расстройств аутистического спектра (РАС) варьируются от самых тяжелых форм, требующих пожизненного сопровождения до легких, допускающих практически полное восстановление и совершенно полноценную жизнь в обществе. Однако всех этих детей объединяет общее выраженное нарушение в области социального взаимодействия, проявленное в той или иной степени.



Предполагается, что аутизмом поражены 67 млн человек по всему миру: в большинстве стран аутизм встречается чаще, чем рак, диабет и СПИД, вместе взятые. По данным ВОЗ, сегодня примерно каждый 160-й ребенок в мире имеет признаки данного заболевания, статистика распространенности данного нарушения развития человека за последние пять лет выросла на 78% (в 1990-м году диагностировался 1 на 1600 детей).



Как правило, расстройства аутистического спектра диагностируют более точно в возрасте 3-х лет, хотя предварительный диагноз обычно можно поставить детям в возрасте от полутора до 2-х лет.

Очень важным представляется ранняя диагностика аутизма и оказание как можно более ранней помощи таким детям. При условии максимально раннего выявления случаев с РАС и раннего начала коррекции, безусловно, возникает шанс достижения максимального эффекта в терапевтическом воздействии и в конечном результате.



Основная особенность индивидуальной программы ранней помощи в том, что она носит непрерывный и длительный характер. Также должны быть предусмотрены регулярные консультации семей специалистами (врачами, психологами, педагогами, логопедами, физическими терапевтами).



КАК РАЗВИВАТЬ РЕБЕНКА-ДОШКОЛЬНИКА

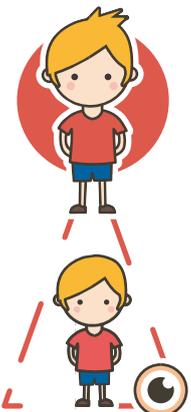
У родителей детей с особенностями развития всегда есть много вопросов относительно того, как правильно развивать ребенка, как способствовать его социализации, включению в детский коллектив, как помочь ребенку преодолеть его трудности коммуникации и саморегуляции. Особенно остро эти вопросы встают, когда ребенок достигает дошкольного возраста и родителю приходится думать о том, как ребенок будет включаться в детский коллектив в детском саду и в школе или как помочь ему организовать деятельность в случае домашнего обучения.

Особенности развития бывают самыми разнообразными, и это влияет на степень функциональности ребенка в самых разных областях. Однако необходимо помнить, что вне зависимости от сложностей ребенка, ему необходимо развиваться и адаптироваться к тем условиям, в которых он будет жить.



ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ, КОТОРЫЕ МОГУТ БЫТЬ ДОПУЩЕНЫ РОДИТЕЛЯМИ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ

ИНФАНТИЛИЗАЦИЯ



Инфантилизация – это распространенная ошибка в общении с детьми с ОВЗ любого возраста. Заключается она в том, что из-за сниженной функциональности ребенка его воспринимают младше его реального возраста, относятся к нему, как к младенцу, предъявляют сниженные требования относительно самоконтроля, саморегуляции, приобретенных ребенком навыков. Ребенок с ОВЗ может развиваться немного медленнее сверстников, но он все-таки развивается, и чтобы помочь ему в этом, ему необходимо предоставлять свободу выбора, возможность проявления самостоятельности. Иначе у ребенка складывается неверное представление о себе и своих возможностях и пропадает стимул к развитию.

ВАЖНЫЕ ВЕЩИ, О КОТОРЫХ НЕ НАДО ЗАБЫВАТЬ:

- У ребенка должны быть обязанности. Обычные бытовые действия. Пусть самые простые, но ребенок должен ощущать себя нужным, полезным, самостоятельным.
- Ребенку нужны личные вещи. Часто складывается так, что у ребенка, кроме одежды, нет ничего своего. Игрушки есть дома, но он до конца не считает их своими и не отвечает за них. В поездках всё необходимое, как правило, находится у мамы в сумке. Это не совсем правильно. У ребенка должен быть свой рюкзак или сумка, куда он сможет положить, то, что считает нужным. Вода, еда, нужные ему игрушки или вещи. Это позволит ему чувствовать себя более независимым и отвечать за принятые решения. Если он что-то забыл, то в следующий раз он вспомнит, что это нужно взять с собой.
- Навыки самообслуживания. Как бы долго ребенок ни надевал ботинки, если у него есть возможности для этого, позвольте ему это сделать самому. Просто отведите для этого достаточно времени. Это важная часть самосознания ребенка и необходимый навык для последующей жизни.

ИНВАЛИДИЗАЦИЯ



Это тоже распространенный способ восприятия особых детей. Заключается он в том, что ребенка как бы выделяют в отдельную группу. «Есть обычные дети, а есть ты». Это не совсем правильный подход. Конечно, у ребенка с ОВЗ есть особенности, но это не значит, что он должен быть отделен от других детей и взрослых. Наша задача – помочь ребенку адаптироваться в обычном обществе.

ВАЖНЫЕ ВЕЩИ, О КОТОРЫХ НЕ НАДО ЗАБЫВАТЬ:

- У ребенка должна быть возможность общаться с другими людьми. Детями и взрослыми. Берите его с собой в гости, в магазин, куда есть возможность. Гуляйте на детской площадке. Не надо ограничивать возможность общения. Обычные дети, как правило, быстро приспособляются и, если вы не будете демонстрировать чрезмерной тревоги, то и вашему малышу, и другим детям будет комфортно.
- Ребенок должен иметь средства коммуникации. Если ребенок не говорит, тем не менее, у него должна быть возможность что-то

попросить или от чего-то отказаться. Нужна приемлемая система коммуникации. Это могут быть жесты или картинки, или тот способ, который подойдет лично вашему ребенку.

Оберегая ребенка от взаимодействия с другими, делая все за него, вы мешаете ему развивать необходимые коммуникативные навыки и ограничивается стимул к развитию.



Как же действовать родителю ребенка, который уже вышел из младенческого возраста, и ему необходимо адаптироваться и развиваться?

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ:

- **Обеспечить ребенку необходимые коррекционные занятия.** Ребенок должен заниматься со специалистами, которые помогут ему скорректировать те сферы развития, которые сформированы недостаточно хорошо. Комплекс занятий для каждого ребенка индивидуален. Важно не ограничиваться одним направлением. Часто родители допускают распространенную ошибку. Вычленяют только значимую для себя сферу развития и занимаются только ей. Чаще всего это речь. Нарушения речи – это комплексная проблема, которую логопед не сможет решить в одиночку. Речь – сложная и высокоуровневая функция, причины ее нарушения обычно кроются в других областях. Проконсультируйтесь со специалистами, чтобы подобрать оптимальный набор занятий лично для вашего ребенка.
- **У ребенка должна быть возможность включения в детский коллектив.** Есть разные способы решения этой задачи. Если функциональность ребенка позволяет ему посещать обычный детский сад, этой возможностью обязательно надо пользоваться. Пусть не каждый день и не на весь день, но никакая коррекционная работа не заменит общения со сверстниками. Пусть у вас складывается ощущение, что ребенок не видит других детей и не общается с ними. Он улавливает происходящее, интересуется другими детьми, просто интегрирован в силу своих возможностей. Не торопите события, не включайте ребенка во взаимодействие насильно. Он должен почувствовать готовность к интеграции и делать это в той степени и таким способом, как ему будет комфортно. С руководством конкретного ДОО можно договориться о присутствии вашего ребенка. Если ребенку трудно адаптироваться

самому или требуется дополнительное сопровождение, возможно организовать его пребывание в саду с тьютором. Если возможно посещать только коррекционный сад, это также важный для ребенка опыт и не надо им пренебрегать, тем более, что в коррекционных садах дети, помимо общения, еще получают коррекционные занятия.

Кроме детского сада ребенку было бы полезно позаниматься в дополнительных кружках или секциях. Это могут быть спортивные секции или творческие мастерские. В таких местах можно договориться о присутствии родителя или тьютора, если ребенку необходима помощь. Но по мере возможностей включение ребенка в досуговые занятия с другими детьми будет для него благотворным.

- **Если ребенок достиг возраста, близкого к школьному, ему надо дать возможность подготовиться к школе и школьной ситуации.** Если есть возможность интегрироваться в группу подготовки к школе, это стало бы для ребенка полезным опытом. Здесь внимание стоит фокусировать не столько на усвоении ребенком материала, сколько на выработке произвольности, самоконтроля и нахождения в классе.



ВАЖНАЯ МЫСЛЬ: начинайте с высоких уровней. Ставьте высокие задачи, приближенные к задачам обычных детей. Если у вас сложится ощущение, что для ребенка сложно, снижайте нагрузку, но необходимо дать ему возможность реализоваться по максимуму.

Не уходите с головой в реабилитацию и коррекционные занятия. У ребенка должно быть свободное время и личная жизнь. Не бойтесь, что теряете время. В «выходные» у ребенка появляется возможность отдохнуть, усвоить накопленные на занятиях навыки и сама по себе среда, отдых и общение с близкими развивают ребенка не хуже занятий.

- **Не бойтесь «заниматься ерундой» выражать свои чувства, общаться, смеяться, веселиться, плакать, обниматься, брызгаться водой, кидаться подушками и так далее.** Это и есть жизнь. Это и есть детство. За вас это не сделает ни один коррекционный педагог.



ЧЕГО НЕ НУЖНО ДЕЛАТЬ:

Забывать о себе. Многие родители так упорно концентрируются на реабилитации ребенка, что полностью забывают о собственном досуге, здоровье и настроении. Помните, самое важное, что нужно ребенку, с особенностями или без – это здоровые, счастливые родители! Отдыхайте, занимайтесь любимыми делами, следите за собой, будьте собой. Это ничуть не менее важно, чем занятия с ребенком.

- **Поиск «волшебной таблетки».** Сейчас очень много разных способов и механизмов коррекции и реабилитации. И часть родителей мечутся между методами и подходами, меняя разные способы и уходя в каждый новый период с головой. Практика показывает, что, во-первых, наиболее эффективным является комплексный подход к реабилитации, во-вторых, частая смена методов дестабилизирует ребенка.
- **Бояться неудач.** Важно помнить, что неудачи – это такой же важный опыт, как и успехи. Это путь, это движение, это исследование своих возможностей.



**ВЕРЬТЕ В СЕБЯ,
ВЕРЬТЕ В РЕБЕНКА,
БУДЬТЕ СЧАСТЛИВЫ!**

