

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка»

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
"Воспитание и обучение детей с расстройствами
аутистического спектра»

**Подготовила инструктор
по плаванию
Бребан С.В**

Консультация «№1

Поведение, эмоции, мотивы родителей складываются в сложный комплекс методов и способов взаимодействия с ребёнком. На успешность отношений напрямую влияют чувства, семейные ценности, понимание ответственности, ожидания и надежды. Влияние фактора семьи на жизнь любого человека нельзя недооценивать. А в случае семей, где дети с расстройством аутистического спектра, он играет ведущую роль. Цель родителей — создать такой стиль воспитания, при котором раскроются способности и будут поняты будущие возможности.

Данный текст предлагает родителям советы, направленные на улучшение качества взаимоотношений

1. Не пренебрегайте личной психической гигиеной

Психическое состояние родителей оказывает существенное влияние на жизнь и здоровье ребёнка. Неуравновешенность, неврозы, стрессы, травмы и т.п. препятствуют установлению контакта. Снижают внимание к нуждам ребёнка. Не дают объективно оценить ни его потенциал, ни актуальные потребности. Доброжелательная атмосфера в семье существенно повышает шансы детей с аутизмом к адаптации в социуме.

Примеры:

- а) Крики и ругань в семье могут напугать ребёнка с РАС, вызвать у него истерику.
- б) Раздражительность родителя повышает тревожность ребёнка, вследствие чего он опять же больше склонен к срывам и больше уходит в себя.

2. Не отождествляйте себя с ребёнком

Слияние опасно как для родителей, так и для детей. При таком положении дел родитель болезненно воспринимает любое отклонение от ожиданий, которые он питает в отношении ребёнка, переживает его неудачи как свои собственные. Ребенок под гиперопекой испытывает проблемы с приобретением навыков самостоятельного обслуживания, что в дальнейшем отрицательно скажется во взрослой жизни. Разумный подход в данном случае — обучение, а не обслуживание.

Примеры:

- а) Ребёнок с РАС не умеет завязывать шнурки: родитель должен неоднократно показать алгоритм, затем совместно осуществлять шнурование до тех пор, пока ребёнок не научится сам, плохим вариантом будет делать это за ребёнка постоянно.
- б) Ребёнок не умеет посещать магазин и делать покупки: обучайте его методом мелких шажков — сперва научите брать один нужный продукт, затем несколько, потом покажите процесс оплаты покупок, отправьте за продуктами или вещами по списку, обязательно будьте на связи (вдруг у ребёнка возникнут вопросы).

3. Не забывайте о необходимости самообразования

Регулярное чтение научных работ специалистов в области расстройства аутистического спектра, личных блогов и форумов родителей,

воспитывающих таких же детей, может быть полезно. При этом важно помнить, что необходим системный подход, а не хаотичное перебирание различных вариантов на основе чужого положительного опыта. В первую очередь нужно ориентироваться на вашего конкретного ребёнка и его характеристики. Если они не полностью вписываются в группы, предложенные, например, Л. Уинг или О. Никольской, комбинируйте методики, исходя из реакций ребёнка.

Примеры:

а) Не копируйте слепо чужие способы воспитания, понаблюдайте за вашим ребёнком и найдите действенные для него методы.

4. Не игнорируйте сильные стороны ребёнка с РАС

Любые родители и дети — разные личности с различающимися наборами способностей. Ребёнок с аутизмом — это еще и наличие иного когнитивного стиля. Специальные интересы

могут стать профессией. В любом случае поощряйте их, будьте уважительны и конкретны. Ваша задача — помочь понять будущие действия, а не обесценить занятия ребёнка.

Примеры:

а) Ребёнок много времени проводит с буквами: предложите ему клавиатуру и научите печатать, в этом случае, если он не станет писателем, то сможет набирать данные.

б) Ребёнок интересуется рисованием: поддержите его, устройте в студию, пригласите учителя и т.д., даже если в итоге из него не вырастет великий художник, то вполне может получиться иллюстратор, специалист по векторной графике и т.д.

5. Не занимайтесь насильственной социализацией ребенка с РАС

Навыки вступать в коммуникации, поддерживать их, устанавливать взаимные связи сложны для аутичных людей в любом возрасте. Неудачи в данной области ведут к замкнутости, тревожному расстройству личности и депрессии. Любое хождение в коллектив сверстников должно вызывать у ребёнка удовлетворение, а не истерику или перегрузку.

Примеры:

а) Не стесняйтесь подойти вместе с ним к детям на площадке и попросить их принять его в игру, но если ребёнок испытывает дискомфорт, то лучше поиграйте с ним вдвоём или дайте ему заняться чем-то самостоятельно.

б) Не ставьте цель добиться зрительного контакта — дети с РАС прекрасно обходятся без него, принуждение не повысит их внимание, а вызовет тревогу.

6. Не отмахивайтесь от сенсорных особенностей ребёнка

Известно, что сенсорное восприятие детей с РАС (как и взрослых) имеет свои особенности. Тщательно изучите все потребности вашего ребёнка в этой области. Представьте, что всё вокруг вас орёт на самом высоком уровне громкости, слепит, давит. Это то, что ощущает и осознаёт ваш ребёнок. Ваша задача — облегчить ему это состояние.

Примеры:

а) Ребёнок закрывает уши или глаза — это признак перегрузки, затемните помещение, выключите источник звуков (телевизор, радио), если вы в торговом центре, то постарайтесь как можно скорее увести оттуда ребёнка.

б) Одежда тоже может вызывать перегрузку: слишком плотная, из раздражающего материала (шёлк, шерсть), если ребёнок стягивает с себя вещи, то попытайтесь понять, что именно в них его беспокоит и не пытайтесь навязывать, приобретите одежду из других материалов и другого размера.

7. Не применяйте физическое насилие

Наказание ремнём, шлепки, удары и любое иное физическое воздействие на детей недопустимы. Ни опыт предшествующих поколений, ни трудности с воспитанием, ни личное тяжёлое эмоциональное состояние родителя не могут быть оправданием такого рода действий.

Советы родителям детей с РАС

Родители детей с РАС не всегда знают, что нужно делать, к кому обращаться, и им трудно осознать и принять то, что у их малыша аутизм. Для эффективной работы по преодолению РАС необходимо, чтобы и близкие ребёнка соблюдали следующие рекомендации: Соблюдение режима дня. Необходимо проговаривать, что вы сейчас будете делать и сопровождать все действия фотографиями. Так ребёнок уже будет подготовлен к действиям. Нужно как можно больше стараться играть с ребёнком в совместные игры. В самом начале нужно выбирать игры и занятия, исходя из интересов малыша, позже дополнять их новыми видами деятельности. В игровую деятельность нужно включать людей из ближайшего окружения ребёнка. Хорошим решением будет ведение дневника, в котором будут фиксироваться все успехи и трудности, которые могут возникнуть у ребёнка. Это делается для того, чтобы наглядно показать специалисту развитие малыша. Посещать занятия со специалистами. За любой успех ребёнка надо поощрять. Подбор заданий строится по принципу от простого к сложному.

Перспективы детей с РАС

Что же ждёт в дальнейшем ребёнка, имеющего аутистический синдром?

Полностью преодолеть этот дефект нельзя, можно максимально постараться его сгладить, чтобы он был,

как можно менее заметен. Точного прогноза никто дать не сможет. Всё зависит от степени тяжести аутистического расстройства и от того, насколько рано стала проводиться коррекционная работа. Поведение детей с РАС довольно специфично, и даже при успешной интеграции в социум аутистические черты всё равно останутся, просто не будут ярко выраженными. Может быть, ребёнка не удастся полностью ввести в общество, и коррекционная работа может продвигаться довольно медленно. Точных прогнозов не существует, поэтому нужно всегда сохранять положительный настрой, ведь ребёнок с РАС очень нуждается в поддержке.

Консультация №2

Этот материал адресуется тем из вас, на чью долю выпало воспитание ребенка с аутизмом.

Жить и воспитывать ребенка с аутизмом — это сродни тому, как изучать новый иностранный язык. Пока мы не приложим усилий для изучения этого нового и непонятного нам языка, мы не сможем читать, писать и, что самое важное, общаться на нем с людьми другой страны, культуры, т. е. пока мы не познакомимся с основными трудностями наших детей, мы не сможем наладить с ними взаимодействия.

Для того чтобы учить чужой язык, нам необходимо хотя бы в минимальной степени владеть своим. Таким образом, для того чтобы научиться влиять на поведение ребенка с аутизмом, нам нужно знать свое поведение и то, чего конкретно мы хотим от общения с нашим ребенком в каждом конкретном случае.

Поскольку мы «чужеземцы», то, скорее всего, мы так до конца и не поймем язык не родной нам, но попытаться приблизиться к его пониманию можем настолько, что нас могут принимать за своих. Так и в наших отношениях с аутичным ребенком : мы можем способствовать его развитию настолько, что он будет чувствовать себя нужным, полезным членом общества и быть счастливым. Для этого нам приходится постоянно доучивать новые слова, доучивать сленг, чтобы быть в курсе и не выпадать из общего потока, т. к. язык меняется (как и представления об аутизме).

Расстройства аутистического спектра (РАС)

Клинически аутизм очень разнороден. К нему относят и детский аутизм, и атипичный аутизм, и синдром Аспергера, и др.

Вопросы прогноза или от чего зависит будущее ребенка с аутизмом?

Цель помощи детям с аутизмом: добиться максимального уровня социальной адаптации ребенка, повышения уровня качества его жизни, максимальной возможности реализации себя как члена семьи, а позже — как полноправного члена общества.

Возможность достижения этой цели определяется многими факторами, основные из которых:

1. Тяжесть и глубина аутистических расстройств.
2. Как можно более ранняя диагностика. По опыту зарубежных коллег начало коррекционной работы до 3-х летнего возраста существенно (на 15-20%) повышает процент социализации учащихся специальных школ для детей с аутизмом. Успешное осуществление ранней диагностики требует:
 - достаточного уровня подготовленности в области аутизма участковых педиатров, в задачу которых должно входить выявление группы риска по РАС, направление на специализированную диагностику и контроль за исполнением данных рекомендаций;
 - возможность проведения квалифицированной комплексной диагностики на базе ПНД, специализированных центров и образовательных учреждений;
 - возможность для группы риска диагностических занятий (обычно в течение до 2-3 месяцев) и в случае подтверждения диагноза — максимально раннее начало систематической комплексной коррекционной работы.
3. Раннее начало специализированной коррекции, ее комплексный медико-социальный и психолого-педагогический характер. Как правило, ни психофармакология, ни психотерапия, ни лечебная педагогика, ни психологическая коррекция используемые по отдельности, не приводят к стойким положительным изменениям.
4. Адекватный и гибкий подход к выбору методов коррекционной работы, ее последовательность, продолжительность, достаточный объем.
5. Единство усилий специалистов и семьи.

На настоящий момент нет научно доказанных сведений об основной причине аутизма, поэтому не существует какого-либо «исцеляющего» лечения в медицине или «чудодейственной» методики в специальной педагогике и психологии, благодаря которым можно было бы «вылечить» ребенка, избавить его от влияния на ход его развития этой причины. Однако, известно, что сам аутизм как и многие другие проявления — вторичны, а потому, если вовремя оказать досконально продуманную специализированную помощь, основанную на сотрудничестве семьи со специалистами, которые владеют современными знаниями об аутизме, можно достичь значительных положительных результатов, т. к. вторичные проявления менее устойчивы, а значит, в большей степени поддаются коррекции.

Краткий портрет ребенка с аутизмом

Аутизм — это нарушение психического развития, связанное с утратой потребности в общении.

Ребенок с аутизмом:

- избегает прямого зрительного контакта или словно «смотрит сквозь»;
- не умеет общаться с другими людьми, очень быстро устает от прямых попыток других людей пообщаться с ним, предпочитает быть предоставленным самому себе;
- выглядит избалованным, непослушным, т. к. чаще всего не выполняет просьб, не реагирует на прямые обращения, ему трудно что-либо запретить, особенно, когда дело касается значимых, особых для ребенка интересов;
- мало использует речь и жесты для общения, даже в тех случаях, когда ему что-то нужно он может лишь привести другого человека за руку и подтолкнуть в направлении интересующего его предмета руку взрослого;
- не обращает внимания на то, что обычно интересно детям его возраста;
- выглядит «необычно» из-за странных и непонятных движений, таких как, трясения руками, перебирания пальчиками, раскачивания, или из-за неадекватно ситуации произносимых звуков, слов, фраз;
- находит себе необычные занятия, от которых его часто трудно отвлечь, практически невозможно дозваться, например, крутит в руках веревочку, выстраивает предметы в ряд, пролистывает книги и многое другое;
- его сложно чему-либо научить, порой даже в русле его игры — он начинает расстраиваться и сердиться;
- часто взрослому бывает трудно почитать ему детскую книжку — он тут же захлопывает ее и уносит, или закрывает вам рот своей рукой;
- слишком чувствителен к происходящему вокруг него — звукам, прикосновениям, запахам, вкусам, видам, что может проявляться в страхах шума бытовых приборов, определенной рекламы по ТВ, или отдельной комнаты (ванны, туалета) отказа от приема некоторых пищевых продуктов и много другого;
- вместе с тем может без проблем находиться в темноте (часто от родителей можно услышать фразу, что «он в темноте чувствует себя как рыба в воде», т.

к. интенсивность окружающих стимулов притупляется, не доставляя дискомфорта ребенку;

- с трудом принимает перемены — новые маршруты («с ним невозможно договориться на улице, он хочет идти только туда, куда считает нужным сам»), изменения режима дня, новую одежду, еду и др.

Аутизм у детей встречается довольно часто, чаще, чем слепота и глухота, взятые вместе.

Как правильно выбрать необходимый ребенку с аутизмом подход?

Наиболее распространенными, зарекомендовавшими себя с научной стороны и известными во всем мире подходами в работе с детьми с аутизмом являются:

Вопросы воспитания

(детский сад — интеграция формальная или содержательная)

Нужен ли детский сад аутичному ребенку?

Часто можно слышать от родителей фразу: «Нам сказали, что нужно срочно отдавать моего ребенка в детский коллектив, чтобы он научился общаться с детьми».

Для того, чтобы этот совет стал действительно полезным для развития аутичного ребенка, нужно чтобы следующие условия каким-то образом сошлись воедино:

1. Хотя бы минимальная эмоциональная готовность, которая включает в себя способность ребенка ожидать, в какой-то степени управлять своими эмоциями и адекватно их выражать.
2. Обладать определенным набором коммуникативных навыков, таких как: устанавливать и поддерживать зрительный контакт, уметь здороваться и прощаться, выражать свои желания при помощи речи или жестов, быть способным к участию в организованной совместной игре, уметь ответить на ряд конкретных вопросов о себе.
3. Достаточный уровень адаптации ребенка в условиях семьи (преодолены основные проблемы поведения, сформированы минимальные навыки самообслуживания, может соблюдать и выдерживать распорядок дня: раздеться/одеться, есть со всеми детьми за столом, принимать участие в

совместных занятиях, выходить на прогулку, адекватно вести себя во время тихого часа и др.).

4. Внимательный и терпеливый воспитатель, умеющий в общении с детьми сглаживать «острые углы», ориентирующийся в проблемах ребенка с РАС (может установить эмоциональный контакт с ребенком, знаком с особенностями его поведения и общения, хочет помочь ему преодолеть его проблемы).

5. Активная позиция родителей (семьи).

Если все эти условия соблюдены, то постепенно ребенок действительно может включиться в жизнь садовского коллектива: захочет туда ходить, выполнять распорядок дня, и, самое важное, будет получать положительный опыт общения с детьми и другими людьми. Эта интеграция — содержательная.

Чаще же всего можно наблюдать следующую картину: ребенок не участвует в общих мероприятиях, не ест за столом со всеми детьми, не ходит в туалет (терпит до прихода домой, на прогулке за ним нужен «глаз да глаз», уложить спать невозможно. В лучшем случае, на протяжении дня он занят «своими делами»: раскачивается, кружится, собирает в уголке паззлы, «играет» с ниточками, выстраивает детали в ряд и т. д. В худшем — кричит, проявляет агрессию и самоагрессию, негативизм, устраивает истерики. Это интеграция формальная. Ее негативная сторона заключается еще и в том, что, получив негативный опыт посещения детского учреждения в первый раз, в последующем, даже при соблюдении вышеуказанных условий, достичь содержательной интеграции будет значительно сложнее, в силу последствий психической травмы от первой попытки.

Проблемы семьи, воспитывающей ребенка с аутизмом

Особая ранимость, напряженность переживаний семьи, воспитывающей аутичного ребенка, порой превышает ранимость семей, имеющих детей с другими тяжелыми нарушениями. Постепенно стресс, который переживают родители, становится хроническим.

Для этого имеется ряд причин:

1. Осознание тяжести положения ребенка наступает внезапно. Родителей успокаивает серьезный, умный взгляд ребенка, его «особые» способности. Именно поэтому предположение специалистов об аутизме у ребенка и последующем предложении врача-психоневролога оформить ребенку

инвалидность так сильно сказывается на эмоциональном состоянии семьи. Был здоровым и даже одаренным — и вдруг — не обучаем, инвалид.

2. В нашей стране отсутствует система специализированной помощи детям с расстройствами аутистического спектра. Нет детских садов и школ, где условия воспитания и обучения соответствовали бы особенностям детей с аутизмом; нет профессионалов, подготовленных специально для работы с аутичными детьми. В существующих детских учреждениях, как правило, «не приживаются» дети с необычным, сложным поведением.

3. Трудно найти специалиста, который взялся бы помочь, а если такие и находятся, то их крайне мало.

4. Семья, в большинстве случаев, лишается моральной поддержки знакомых, а иногда даже близких людей, как правило, не слышавших ничего о данной проблеме, т. к. порой бывает очень трудно объяснить причины неуправляемого поведения ребенка, его капризов и т. д.

5. Нездоровый интерес соседей, недоброжелательность, агрессивные реакции людей в транспорте, магазине, на улице и даже в детском учреждении усугубляют угнетенное эмоциональное состояние родителей.

В наибольшей степени стресс проявляется у матери аутичного ребенка. Причины этого кроются в следующем:

- в ограничении личной свободы из-за часто встречающейся сверхзависимости аутичных детей от мамы (симбиоза);
- в низкой самооценке, так как мамы считают, что недостаточно хорошо выполняют свою материнскую роль — ребенок с раннего возраста не подкрепляет ее материнского поведения — не улыбается, не смотрит в глаза, не любит, когда его берут на руки, не отдает видимого предпочтения в контакте и т. п.

Отцы, как правило, избегают ежедневного стресса, связанного с воспитанием ребенка, проводя больше времени на работе, тем не менее, они тоже переживают чувство вины, разочарования, хотя и не говорят об этом так явно, как матери. На долю отцов выпадает:

- обеспокоенность тяжестью стресса, который испытывают их жены;
- ответственность за материальное состояние семьи;

- тяготы по обеспечению ухода за «трудным» ребенком, которые ощущаются еще острее из-за того, что обещают быть долговременными, а зачастую — почти пожизненными.

Братья и сестры, так же как и родители, испытывают бытовые трудности. Могут почувствовать обделенность вниманием. В ряде случаев, разделяя заботы семьи, рано взрослеют. Иногда переходят в «оппозицию», формируя особые защитные личностные установки, и тогда их отчужденность от забот семьи становится дополнительной болью родителей, о которой они редко говорят, но которую остро ощущают.

Ранимость семьи усиливается в периоды возрастных кризисов и в те моменты, когда семья проходит определенные критические точки своего развития: поступление ребенка в дошкольное учреждение; в школу; достижение им переходного возраста; наступление совершеннолетия (получение паспорта, перевод к взрослому врачу и т. п.). Порой эти моменты вызывает у семьи такой же по силе стресс, как и постановка диагноза.

Перечислим основные проблемы, с которыми сталкиваются родители, воспитывающие детей с аутизмом.

1) Неудовлетворенность общением со своим ребенком проявляется в чувстве своей ненужности, не востребоваемости в общении с ребенком, и, как следствие — растерянности, тревоге, неуверенности в своей родительской состоятельности, т. е. в нарушении самооценки, самообраза родителя.

Еще один круг проблем диктуется симбиотическими (патологически зависимыми друг от друга) отношениями между матерью и ребенком. В таких отношениях ребенок использует близких ему людей, чаще мать, как средство для удовлетворения своих потребностей, посредника в отношениях с миром. Постепенно мать и ребенок сливаются в единое целое (часто можно слышать от мам фразы «мы не говорим», «у нас проблемы с горшком» и т. п., где с одной стороны, такой контакт значим для обоих (ощущение единства, контроля друг над другом, «ну хоть в этом я для него значима» — для матери, а с другой стороны, у матери, в то же время, отсутствует ощущение эмоциональной близости с ребенком, реального взаимодействия с ним, а у ребенка нарастают проблемы в развитии по различным сферам, т. к. целиком и полностью он становится зависим от матери.

2) Изменение жизненных планов, нарушение ожиданий родителя, перспектива отказа от реализации своих жизненных планов зачастую

приводит к депрессивным состояниям, конфликтным ситуациям и трудноразрешимым спорам между отцом и матерью.

3) Трудности управления поведением ребенка: купирование деструктивного поведения ребенка представляют наибольшую трудность для родителей, а наибольшую остроту и актуальность — управление поведением ребенка «на людях», когда риск получения негативной оценки со стороны социума обостряет самообвинительные реакции взрослого, вызывая все те же чувства несостоятельности и беспомощности.

4) Сложности распределения внимания между детьми, если помимо ребенка с аутизмом в семье воспитывается его брат, сестра. На первых порах, воспитание ребенка с аутизмом требует от родителей значительных временных затрат, что при неправильно расставленных акцентах распределения внимания, отсутствии единых требований ко всем членам семьи может приводить к переходу братьев, сестер в оппозицию, что, в свою очередь, может являться дополнительным стрессовым фактором для родителей.

Постепенно, при отсутствии навыков взаимодействия с аутичным ребенком, у родителей появляется выраженная тревога и опасения по поводу социальной несостоятельности ребенка, нарастает социальный вакуум вокруг семьи. Это еще одна сторона проблемы, о которой пишет С. А. Морозов, директор московского Центра помощи аутичным детям : «Поведение детей с аутизмом своеобразно и часто не соответствует общепринятым представлениям о том, как надо вести себя в обществе, и общество в меру отсутствия толерантности отталкивает, вытесняет ребенка с аутизмом и его семью. Вице-президент Всемирной аутистической организации (WAO) Paul Shattock, отец ребенка с аутизмом, с горьким юмором сказал: «Если к вам в гости ходят только те семьи, в которых есть дети с аутизмом, значит и у вашего ребенка тоже аутизм».

Вместе с тем, одним из важнейших аспектов комплексного подхода к коррекции расстройств аутистического спектра является участие в ней родителей и семьи в целом. По данным московского Центра помощи детям с аутизмом 75-80% успеха коррекционного вмешательства зависит от адекватного участия семьи в реабилитационном процессе, так как:

1. Исключительно родитель представляет интересы ребенка в обществе, несет за него ответственность и принимает решения по всем основным вопросам его жизни, в том числе связанным с его обучением и воспитанием.

2. Ребенок ориентирован на родительскую оценку. От позиции родителя зависит эффективность коррекционного подхода.

3. Семья — эта та среда, в которой ребенок проводит большее количество своего времени. От родителей требуется постоянная работа по закреплению навыков и умений ребенка, которые он приобретает в образовательном учреждении.

Если у родителей возникают подозрения, что у ребенка есть какие-то эмоциональные нарушения (это касается не только аутизма, то соблюдение эмоционально щадящих условий для такого ребенка — жизненно необходимо. В семье с маленьким ребенком не должно быть эмоционального напряжения — конфликтов, ссор, криков. Напряженное, тревожное состояние мамы передается малышу, усиливая его собственное беспокойство и отражаясь на поведении. Когда, например, маленький ребенок лежит в кровати, взрослые ни в коем случае не должны смотреть по телевизору какой-нибудь будоражащий душу и леденящий кровь сюжет, слушать «тяжелую» громкую музыку, желательно вообще избегать слишком резких, громких, неприятных звуков.

В раннем возрасте тактильный контакт, а также спокойный ласковый мамин голос дают ребенку уверенность, снимают напряжение и тем самым создают предпосылки для правильного развития психики. Этому способствуют укачивание на руках ребенка с пением для него любимой песни, прочитывания сказки, поглаживания, прикосновения. Постепенно ощущение душевного тепла и комфорта будет возрастать, напряжение уйдет, а ребенку все больше будет нравиться находиться вместе с вами.

Гигиенические процедуры тоже важны для эмоционального развития малыша. Переодевая ребенка, мама, устраняет неприятные ощущения, нежно прикасается к телу малыша, улыбается ему — и в сознании ребенка возникновение комфорта постепенно связывается именно с мамой.

Некоторые дети в первые месяцы жизни слишком спокойны, мало гуляют, лепечут, не доставляют практически никаких хлопот. Это может отражать задержку эмоционального развития, и в таком случае необходимо тонизировать ребенка своей активностью: и эмоциональной, и физической, и сенсорной.

Поток родительской заботы, ласки, тепла и любви не иссякает для обычного ребенка, тогда как для ребенка с аутизмом он быстро и резко сокращается, не

подкрепляемый с его стороны обратными реакциями, но это не значит, что аутичный ребенок в них не нуждается.

Важно как можно раньше установить с малышом эмоциональный контакт, но при нарушениях эмоционального развития (самое тяжелое из которых — аутизм) это очень не легко. Роль семьи в развитии ребенка с аутизмом невозможно переоценить, т. к. семья — не только «естественная среда обитания» для ребенка, но и важнейший фактор в коррекции аутизма. Никто, в принципе, не знает своего ребенка лучше, чем его родители, и потому родители должны тесно сотрудничать со специалистами.

Исключительно большая роль принадлежит родителям в следующих аспектах:

- установление эмоционального контакта;
- создание комфортной семейной обстановки;
- развитие игровой деятельности ребенка;
- вовлечение в повседневную жизнь семьи (участие ребенка в накрывании на стол, уборке, стирке, готовке и др.);
- закрепление приобретенных навыков ребенка (как связанных с самообслуживанием, так и с обучением, речью, общением, моторным развитием и др.) в процессе работы со специалистами.

Консультация №3

Семья играет большую роль. Чем конструктивнее семья, тем больше у аутичного ребенка шансов адаптироваться, несмотря на все свои особенности. Наличие в семье аутичного ребенка предъявляет к ней повышенные требования. Его родителям недостаточно быть такими, как все. Для того чтобы научиться понимать аутичного ребенка, нужно время. Опыт общения с обычными людьми тут не всегда пригоден, а ориентируются родители поначалу именно на него. То, насколько быстро они научатся понимать, а значит помогать своему ребенку, зависит не столько от него, сколько от них. Чем выше уровень эмпатии (сопереживания), тем больше вероятность того, что конфликтных ситуаций будет меньше. Работая над собой и повышая уровень своей психологической компетентности в различных формах (участие в семинарах, тренингах, родительских группах), родители, безусловно, облегчают положение ребенка. 58 Правила для членов семей, воспитывающих детей с РАС Правило 1. Никогда не теряйте надежду,

верьте в победу. Если даже сейчас Вам очень тяжело, верьте, что в дальнейшем будет лучше. Правило 2. Переживайте вместе с больным все его состояния, все тревоги. Вы должны научиться понимать его лучше, чем он сам себя понимает. Правило 3. Старайтесь завоевать доверие и откровенность. Правило 4. Внимательно анализируйте опыт своих удач и ошибок. Все время старайтесь искать новые подходы. Присматривайтесь к тому, как находят к ребенку подход друзья, знакомые. Правило 5. Борясь за него, ищите союзников. Люди, готовые Вам помочь, есть везде, только надо их найти и объяснить им ситуацию. Не обижайтесь на тех, кто Вас не понимает и не хочет помочь, не отчаивайтесь. Наиболее адекватно к коррекционным вмешательствам относятся родители аутичных дошкольников. У них еще достаточно сил и веры в возможности своих детей. Чем старше ребенок, тем, как правило, пассивнее родители. Очень часто меняется отношение к реабилитации, она начинает восприниматься как занятость. В этом случае родители ребенка, будучи довольны самим фактом того, что их ребенок “хоть куда-то ходит”, мало задумываются о том, какова эффективность этой “занятости”, если рассматривать ее с точки зрения “долгосрочной перспективы”. Это нередко сопровождается тем, что советы специалистов, касающиеся организации жизни ребенка, выслушиваются, но не исполняются. Часто следует и вовсе отказ от занятий, особенно, если ребенок так и остался глубоко аутичным. Между тем, те немногие родители, которые не оставляют усилий по развитию и адаптации ребенка, несмотря на сохраняющееся тяжелое состояние, как правило, добиваются успеха и продвижения ребенка вперед. Изменения возможны в любом возрасте, пусть небольшие, но очень значимые для дальнейших жизненных перспектив аутичного человека. Даже если он не научился читать, писать, правильно говорить, самостоятельно передвигаться по городу – это не значит, что его больше нечему учить. Повышение уровня включенности в окружающий мир, которого почти всегда можно добиться упорным трудом, повлечет за собой лучшее понимание происходящего, развитие навыков самообслуживания, иногда речи. Такие скачки в развитии ребенка часто происходят и после 8-10 лет (вплоть до появления отсутствующей ранее речи). Те изменения, которые кажутся слишком незначительными для стороннего наблюдателя, могут играть огромную роль для аутичного человека и для его дальнейшего развития. Рассчитывать же на изменения, сидя дома, невозможно. А ведь родители не вечны и не всегда смогут обеспечить ребенку тот уровень жизни и обслуживания, к которому он привык. Когда-нибудь он останется один и сможет делать только то, чему успел научиться. Аутизм ребенка можно воспринимать как “крест”, как наказание, а можно и как стимул к

собственному развитию, необходимому для того, чтобы как можно лучше помочь ребенку на его нелегком жизненном пути. Помогая совершенствоваться ему, приходится совершенствоваться самому. Можно всю жизнь страдать, можно смириться и принять ситуацию как неизменную, можно не оставлять усилий. И этот выбор каждый родитель делает сам. Это не связано с состоянием ребенка, это зависит от того, каковы взрослые, в окружении которых он живет. И если для обычного ребенка неадекватность родителя может быть частично нивелирована теми социальными отношениями, участниками которых он является, то у аутичного ребенка ситуация другая. Уровень его достижений очень продолжительное время напрямую зависит от того, какую позицию занимает его семья. Очень часто улучшение состояния ребенка вызывает парадоксальную реакцию родителей, ухудшается их собственное состояние, повышается уровень тревоги. Например, появление в речи 12- 59 летнего мальчика двухсловных предложений (до этого он пользовался только отдельными словами) вызвало мощную вспышку тревоги, и неудовлетворенности по поводу его речи у матери, которой сразу захотелось, чтобы мальчик начал демонстрировать еще более высокий уровень достижений. Возникшая напряженность вызвала ухудшение состояния ребенка. Неумение адекватно реагировать на успехи ребенка один из важных факторов, вызывающих трудности на пути развития аутичных детей. Иногда создается такое впечатление, что наиболее уверенно их матери чувствуют себя тогда, когда ребенку экстремально плохо. В этих ситуациях их матери способны собраться, справиться со своими эмоциями и конструктивно помочь ребенку. При ослаблении напряжения у ребенка напряжение возникает у матери и возвращает ребенка в аффективное состояние, защититься от которого он может лишь восстановлением аутистического барьера. Еще одной причиной ухудшения состояния матери в процессе положительных изменений у аутичного ребенка является то, что при ослаблении аутичной защиты ухудшается поведение ребенка, усиливается беспокойство, связанное со снижением уровня аутичной защиты. Для того чтобы построить новые отношения с миром, в которых используются более конструктивные, чем аутичные, способы взаимодействия, ребенку нужно время. Тревога, вызванная новым состоянием, абсолютно оправдана. Мать аутичного ребенка, часто связанная с ним симбиотической связью, на вспышку его тревоги отвечает вспышкой своей тревоги. Еще одну группу проблем, связанных с развитием аутичного ребенка, создают родители, жестко ориентированные на выполнение ребенком социальных норм. При положительной динамике неизбежно наступает момент повышения уровня деструкции (разрушение) в

поведении, необходимость строить отношения с ребенком на другом, более высоком уровне осознания и взаимопонимания, а также важность объяснения ребенку условий успешного взаимодействия людей в социуме. Повышение же уровня деструкции в поведении ребенка часть родителей воспринимает как ухудшение его состояния, а не как неизбежный кризис развития и ставят под сомнение ценность терапии для такого ребенка в целом. Кроме того, рост беспокойства у матери и повышение вследствие этого ее собственных деструктивных тенденций может вызвать ухудшение обстановки в семье, на работе у членов семьи, повышение вероятности соматических заболеваний как ребенка, так и других членов его семьи. Таким образом, положительные тенденции в развитии аутичного ребенка, происходящие в процессе психотерапии, почти неизбежно вызывают ухудшение состояния микросоциального окружения, что, в свою очередь, вновь вызывает аутичную защиту у ребенка и делает крайне затруднительной терапию в целом. Противостоять этим тенденциям можно двумя способами: Во-первых, это включение семьи в процесс терапии (групповая или индивидуальная работа с родителями). Во-вторых, повышение образовательного уровня семьи ребенка и объяснения им перемен, происходящих с ребенком и семьей в процессе терапии. Нередко в своей психологической практике мне приходилось сталкиваться с тем, что родители глубоко аутичных детей старшего возраста не воспринимают, “блокируют” информацию, связанную с появлением достижений, не соответствующих привычному уровню функционирования ребенка. Психологически такая бессознательная блокада легко объяснима. Шок, пережитый родителями в процессе осознания ими тяжелого состояния ребенка, как правило, переживается самостоятельно и без поддержки специалистов. К старшему возрасту они уже смиряются и приспосабливаются к тому, что их ребенок таков. Признать наличие у него перспективы развития, более оптимистичной, чем прогнозы врачей и ожидания родителей, – это поставить себя в ситуацию потенциальной возможности повторного переживания шока – в случае неудачи в терапии. 60 У родителей глубоко аутичных детей младшего возраста часто встречается другая крайность – приписывание ребенку тех навыков и умений, которыми он на самом деле не обладает. И та, и другая позиции, разумеется, одинаково мешают эффективному развитию ребенка. В первом случае это неиспользование резервов, реально существующих, тех, которые в случае правильного использования продвигают ребенка дальше по пути овладения окружающим миром и собственной адаптации в нем. Во втором случае – это игнорирование более простого уровня задач, стоящих перед ребенком, желание перепрыгнуть, не освоив, несколько очень необходимых для

полноценного развития ступеней. Изменение мотивации родителей – это появление или изменение запроса. Например, они приходят к нам с беспомощностью, а в процессе терапии возникает запрос на сотрудничество. Тревога родителей обычно связана с неопределенностью и со страхом перед будущим ребенка. Доверие родителей и снижение их тревожности открывают терапевту доступ к аутичному ребенку. Родители привносят в отношения с терапевтом многие аспекты их отношений с собственными родителями, свои детские качества, свое восприятие себя как неуспешного ребенка и неуспешного родителя. Детская психотерапия должна, как это ни парадоксально на первый взгляд, являться терапией взрослых, в первую очередь родителей, так как, обращаясь к психотерапевту, родители, по сути, заявляют о своей родительской несамостоятельности и невозможности воспитания психологически устойчивого к особенностям нынешнего общества ребенка. Ребенок же, в свою очередь, обладает лишь тем уровнем защиты и доверия, которым наделили его родители. Когда родители в процессе терапии становятся способны воспринимать новое о своем ребенке, у них происходит изменение отношения к нему и его возможностям. Меняется взгляд на ребенка, при этом он и сам меняется. Родители начинают ценить его как личность. Способность родителя понимать меняется потому, что он становится более информированным, с одной стороны, и приобретает опыт – с другой. Изменение взгляда на ребенка, способность к сопереживанию его одиночества меняют картину нарушенных в раннем детстве отношений мать-ребенок. Совместные занятия мать-ребенок-терапевт могут дать значительный прогресс. Часто родители аутичных детей, опасаясь неудачи, отказываются от помещения ребенка в образовательное или дошкольное учреждение, в котором дети обладают большими интеллектуальными и социальными навыками, чем их ребенок. Таким образом, ему не дается даже возможность утвердиться на уровне, который находится в зоне его ближайшего развития. На самом же деле родителям достаточно быть готовыми к тому, что эксперимент может быть прерван в любой момент из-за проблем, с которыми, возможно, столкнется ребенок. Подобная ситуация должна восприниматься ими не как сокрушительное поражение, а как полезный ребенку опыт. Аутичный ребенок при оценке ситуации очень зависим от эмоциональной оценки этой ситуации родителями. Если родители в состоянии не эмоционально оценивать ситуацию как неудачу, а рационально оценивать ее как опыт, то они, безусловно, смогут передать такое отношение ребенку. Если родители будут, говорить с ребенком о рациональной пользе, эмоционально все же переживая неуспех, то это лишь принесет вред ребенку. Не стоит вызывать вспышку

негативных эмоций и потери веры в возможности ребенка. Важно как можно раньше сформировать у родителей адекватное отношение к возможностям развития ребенка. Многие из них непомерно занижают его возможности, лишают его необходимой помощи и поддержки. Небольшая часть родителей, напротив, слишком легкомысленно относятся к проблемам ребенка, считая, что он выправится сам. Этого, как правило, не происходит. Очень большая часть родителей сводит всю помощь ребенку к обучению, не учитывая личностную, психологическую, составляющую проблемы. Наличие образования никоим образом не решает проблему психологического комфорта ни у обычных, ни у аутичных детей. 61 Родители аутичного ребенка часто являются “жертвами массового сознания” при определении возрастных границ социализации, темпы которой у их детей значительно снижены, а возрастные границы – повышены. Такие родители пытаются втиснуть своих детей в эти границы, предъявляют им требования успешности и достижений, соответствующие их паспортному, а не биологическому возрасту. В результате ребенок не справляется с ними, что, в свою очередь, рождает у родителя ощущение безнадежности коррекции. Обратной стороной этого процесса является представление аутичного ребенка о своей неуспешности и неадекватности в окружающем мире и, как следствие, резкое снижение мотивации развития. Возрастные границы окончания обучения и начала самостоятельной трудовой деятельности у аутичных людей логично было бы отнести, по нашему мнению, к 25-30 годам. Семья, воспитывающая аутичного ребенка, представляет собой систему со сложившимися взаимоотношениями, в которой ребенок занимает свое определенное место. Склонность аутичного ребенка к созданию множественных стереотипов не может не влиять на систему взаимоотношений в семье и во многом заставляет семью создавать свои стереотипы реагирования на поведение ребенка, которые также могут воспроизводиться годами. Избавиться от них родителям очень трудно. Для разрушения этих стереотипов необходимо участие в терапии членов ближайшего окружения ребенка, так как, даже находясь под наблюдением психотерапевтов, аутичный ребенок меняется не настолько быстро и значительно, чтобы своими изменениями подвигнуть к изменениям семью. Адекватную психологическую помощь семьям аутичных детей, могут оказывать специалисты, хорошо знакомые с аутизмом как патологией развития, а не обычные взрослые психотерапевты широкого профиля, не учитывающие специфику таких семей. Кроме того, как правило, большее доверие у родителей аутичных детей вызывают люди, хорошо знающие их ребенка. Такая специфическая помощь взрослым членам семьи практически не оказывается.

Консультация №4

Рекомендации для родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра: – 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 время занятий довести до 2-3 часов в день, конечно, с перерывами. - Необходимо научить ребенка слову “стоп”. Дело в том, что эти дети, имея различные фобии, могут не замечать реальных опасностей: переходить улицу перед машиной, приближаться к горячим предметам. Если ребенок будет знать слово “стоп”, это может уберечь его от травм. Сделать это можно следующим образом: внезапно прекратить какое-то действие и твердо сказать “Стоп”, со временем он поймет, чего от него добиваются; - Аутисты обычно любят смотреть телевизор, но их необходимо ограничивать в этом; – Не нужно избегать общества других детей. Желательно, чтобы такой ребенок посещал садик, пусть не весь день, а 2-3 часа в день; - Необходимо отвлекать его от бессмысленных, стереотипных движений. Это можно сделать с помощью танцев, прыжков на месте; Желательно как можно больше беседовать с ребенком. Даже если он остается безучастным, нужно помнить, что он нуждается в общении даже больше, чем обычные дети; – большинство людей нуждаются в уединении и дети с аутизмом не исключение. Необходимо сделать ему какой-нибудь “тайный” уголок – место. Ребёнок сможет оставаться наедине со своими мыслями, и ему никто не будет мешать; - Необходимо постараться понять, чем вызваны его механические движения, и перевести их в продуктивное, созидательное русло; - Дети с аутизмом обычно любят качели, поощряя это увлечение, можно добиться лучшего развития вестибулярного аппарата; - Необходимо соблюдать осторожность в общении ребенка и домашних животных. Дело в том, что дети – аутисты могут быть немотивированно агрессивны по отношению к животным. Прежде чем завести домашнего любимца, можно подарить ребенку мягкую игрушку; – Найдите хорошего врача – психиатра. Желательно обращаться к одному специалисту, зная особенности ребенка и

динамику его развития, он сможет более точно корректировать терапию; – Важно правильно подобрать медикаментозную терапию, ограничившись одним препаратом, таким, который действительно индивидуально подходит ребенку; – Дети с аутизмом страдают скрытой пищевой аллергией. Найдя аллерген и исключив его из рациона, можно добиться значительного улучшения в поведении ребенка. Хороший результат дает посещение с детьми различных центров и сообществ для детей с аутизмом. Именно там можно получить информацию о новых методиках лечения и коррекции поведения. Коррекционные методики, которые можно использовать в работе с детьми с расстройствами аутистического спектра:

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 – НЕ ОСТАТЬСЯ В ОДИНОЧЕСТВЕ, обратиться за помощью к специалистам как можно раньше.