

Мой ребенок - аутист

январь 2019

педагог-психолог Коннова Н.П.

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 ним.

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 эхолалии, 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.

- 3. Ребенок с аутизмом не переносит эмоционального контакта с родителями. Даже в первые месяцы жизни ребенок не тянет ручку, 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.

Рекомендации по работе с детьми с РДА дома

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.*

Искушайте кукол – голышей 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 теленочка. Как кричит теленочек? Му – му! Теленочек ищет свою маму. Покажи маму теленочка. Нарисуй дорожку для теленочка. Сейчас по дорожке побежит теленочек к своей маме - коровке. Покажи, как бежит теленочек? (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 щепотью 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 т.д).

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 т.д. 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.

Игры для развития кинестетического восприятия.

Система кинестетического восприятия или мышечно-суставное чувство, это система, которая позволяет осознавать свое тело. Она позволяет нам понимать где находятся одни части тела по отношению к другим и как они двигаются относительно друг друга, а также производимые мышечные усилия. Кинестетическая информация воспринимается мышцами, сухожилиями и суставами в глубине тела. Эта система начинает развиваться ещё в утробе матери и ребенку требуется постоянное обогащение кинестетической информированности. Чем лучше развито мышечно-суставное чувство, тем лучше мы воспринимаем себя во внешнем пространстве. Чаще

Лучшее, что мы можем предложить ребенку для развития кинестетического восприятия, это поиграть. Развиваться играя естественное состояние ребенка. Играя он знакомится с миром и с самим собой, игры помогают научиться адаптироваться к различным ситуациям обычной жизни, для подготовки к школе и последующей учебы.

Мы рассмотрим игры, которые можно с успехом устраивать дома и на улице и которые не требуют специально подготовленного помещения и оборудования. Они способствуют не только физическому развитию, но и снижают страхи перед новыми движениями, успокаивают нервную систему. Они хорошо подготавливают ребенка к новым, более сложным двигательным действиям и учёбе.

Ручной гамак

В этой игре двое взрослых переплетают руки таким образом, чтобы на них можно было положить ребенка как в гамак. Раскачивайте ребенка вперед-назад или вверх-вниз. При этом можно немного сдавливать ребенка своими телами или наоборот дать ему больше свободы и возможность еще активнее развивать вестибулярную систему. Такой близкий телесный контакт позволит лучше сблизиться родителям и ребенку, повысит доверие, чувство родства.

Раскачивания в одеяле

Сделаем гамак из одеяла. Для этого возьмём достаточно большое, для того чтобы в нём мог поместиться ваш ребёнок, одеяло. Двое взрослых берутся за углы одеяла, таким образом, чтобы держать его надёжно. Мы, если ребёнок уже тяжёлый, наматываем их на руку. Ребёнок ложится в центр одеяла. Взрослые поднимают его над землёй и начинают раскачивать.

В начале игры, особенно если вы не практиковали её ранее, нудно делать не большую амплитуду, увеличивая её постепенно.

Нашим детям, с которыми мы играем в такую игру часто, любит очень сильные и высокие раскачивания, иногда в самом верху, ребенок даже отрывается от одеяла и как будто парит несколько мгновений в воздухе. Некоторые говорят, что у них в животе в этот момент «летают бабочки».

Детям очень нравится эта игра и она не требует больших усилий от взрослых, как это может показаться на первый взгляд. Но есть дети, которые могут испугаться, тогда нужно сменить игру и попробовать предложить её позже.

Заматывание в одеяле

Для этой игры идеально подойдет утяжелённое одеяло, но, если его нет можно взять любое плотное, толстое одеяло. Разложите одеяло на полу, расскажите ребенку, что вы собираетесь делать. Заверните одеяло так, чтобы оно оказалось вокруг ребенка. При этом его голова обязательно должна оказаться снаружи!

Надавливайте на разные части тела ребенка, завернутого в одеяло и при этом обязательно проговаривайте эти части тела.

Затем мягко потяните конец одеяла, чтобы ребенок выкатился из него наружу.

Если ребенок относится с недоверием и тревогой к полному обёртыванию одеялом, можно предложить ему попробовать закутаться сначала на половину.

Также рекомендуется использование в играх дополнительного оборудования, которое позволит значительно расширить диапазон игр и ощущений.

Различные балансиры, многие из которых не составит труда изготовить самостоятельно. Например, доска на колёсиках. Можно придумать множество игр с такой доской. Ребенка на ней может катать взрослый или дети могут катать друг друга, ребенок может передвигаться на ней самостоятельно в разных позициях и даже выполнять дополнительные задания.

Батут, на котором тоже можно придумать много игр, способствующих развитию не только кинестетического восприятия, но и многих других систем и способностей.

И главное: совместные игры позволяют ребенку и родителям больше времени проводить вместе, больше узнавать друг друга и учиться взаимному доверию. 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...