

# Консультация для родителей «Рекомендации родителям ребёнка с расстройством аутистического спектра»



## Содержание

1. «У вашего ребёнка аутизм» - 5 советов родителям, узнавшим эту новость.
2. Наиболее типичные симптомы аутизма.
3. Рекомендации родителям ребенка с расстройством аутистического спектра.
4. Что можно посоветовать родителям и близким детей с аутизмом?

### **1. «У вашего ребёнка аутизм» - 5 советов родителям, узнавшим эту новость.**

Ваши подозрения подтвердились, и у ребенка действительно расстройство аутистического спектра (РАС). Что делать в первую очередь? Как не потерять драгоценное время? С чего начать работу и реабилитацию? Помогут ли лекарства?

Познакомьтесь с алгоритмом самых первых действий родителей детей РАС.

#### **1. Не пропустите тревожные признаки.**

Еще до постановки точного диагноза важно не упустить время и начать раннее вмешательство. Чем раньше родители обратят внимание на первые симптомы у ребенка, указывающие на возможное расстройство аутистического спектра, тем быстрее и эффективнее может быть оказана помощь.

Вот некоторые из возможных признаков-ориентиров для обращения к специалисту:

- звуки, одинаковые во всех ситуациях (голод, злость, интерес, раздражение, радость);
- нежелание тактильного контакта, отстранение во время объятий и ласк, нежелание продлить тактильный контакт, отсутствие ответной улыбки и контакта глазами;
- пониженная чувствительность к боли, необычная привязанность к предметам, агрессия.
- ребёнок не отзывается по имени.

#### **2. Убедитесь, что диагноз верный.**

Если Вам, как родителю кажется, что есть повод для беспокойства, не тяните и покажите ребенка специалистам. Аутизм – диагноз, который невозможно поставить за одно посещение врача. На постановку диагноза уйдет некоторое время. Первым шагом к постановке диагноза станет первичное посещение терапевта и получение направлений к специалистам ( психиатру, неврологу, психотерапевту, детскому психоневрологу) для комплексного обследования ребёнка.

Комплексная диагностика аутизма может включать в себя:

- наблюдение ребенка и его взаимодействия с людьми и предметами в разных обстановках,
- физический осмотр,
- психологические тесты,
- генетическое исследование,
- неврологическое исследование,
- оценку речи и сенсомоторики,
- оценку когнитивных способностей, историю семьи.

### **3. Обратитесь к психологу сами.**

Новость о том, что у Вашего ребенка диагностировано расстройство аутистического спектра, травматична. Это стресс, с которым большинство родителей не в состоянии справиться самостоятельно. И здесь действует правило, применяемое в самолете: «Наденьте маску сначала на себя, потом на ребенка». Мама, изо всех сил желающая помочь своему ребенку (реабилитироваться, социализироваться, приобрести полезные навыки), в первую очередь должна помочь самой себе: принять эту новость и научиться поддерживать себя в ресурсном состоянии. Лучше всего с этой задачей может помочь справиться хороший психолог.

### **4. Найдите родителей детей с РАС и нужных специалистов в своем городе.**

В первую очередь, знакомство с другими родителями необходимо для поддержки и понимания, что вы не одни такие. В пространстве людей, переживающих схожую с вашей ситуацию, проще сориентироваться, поделиться страхами, переживаниями, поговорить по душам. Еще одна задача, которую решает сообщество родителей, – поиск и проверка информации. Если родитель присоединяется к уже существующей группе людей, он может воспользоваться их знаниями и опытом и сэкономить собственные время, силы и деньги. Можно поискать подобные сообщества в социальных сетях по запросам «аутизм(название города)», «особенные дети(название города)», спросить контакты других родителей у специалистов. Терапия при аутизме всегда комплексная. В подборе оптимальных методов и выстраивании определенного алгоритма действий в идеале должны быть задействованы сразу несколько специалистов: педагог-психолог, дефектолог, логопед, педагог, детский психоневролог. Невозможно выстроить программу терапии, универсальную для всех детей с РАС. В каждом отдельном случае это будет индивидуальный комплекс. На наблюдение и разработку методов терапии может уйти определённое время (индивидуально для каждого ребёнка).

### **5. Обеспечьте себя проверенной информацией.**

К сожалению, далеко не в каждом городе нашей страны, тем более в провинциальных центрах или деревнях есть возможность получения профессиональной, квалифицированной терапии и помощи как родителям детей

с РАС, так и самим детям. И в этом случае родителям придется самостоятельно погрузиться в вопрос и изучать его по мере сил. Главное правило: информация должна быть проверенной и качественной. На сайтах ведущих российских фондов, занимающихся вопросами аутизма, собрано огромное количество статей, ссылок, методов, наблюдений.

Ниже даны ссылки, которые могут оказаться полезными.

- 1.Фонд «Обнаженные сердца».
- 2.Фонд содействия решению проблем аутизма в России «Выход».
- 3.Центр социальной абилитации, обучения и творчества взрослых людей с аутизмом «Антон тут рядом».
- 4.Сообщество «Особые дети – счастливые дети!» в “Живом журнале”
5. Ассоциация «Аутизм-регионы».
- 6.Федеральный ресурсный центр «Аутизм».
7. Региональная общественная организация помощи детям с расстройствами аутистического спектра.

## 2. Наиболее типичные симптомы аутизма



- Недостаточное развитие или отсутствие речи. У детей раннего возраста, наблюдаются нарушения (им трудно говорить), они чрезмерно застенчивы, часто повторяют одни и те же слова по несколько раз подряд. Ребенок не понимает речь других людей, сам не стремится разговаривать, общаться с другими людьми, даже матерью. В речи ребенка, присутствуют эхолалии, когда он иногда повторяет обрывки элементов речи, которые он услышал от других людей или по телевизору. Ребенок с расстройством аутистического спектра 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, он 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.
- Зрительное внимание детей с расстройством аутистического спектра крайне выборочно и очень кратковременно, ребенок смотрит мимо людей, не замечая их и относится к ним как к неодушевленным предметам. В то же время ему 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.
- Ребенок с расстройством аутистического спектра не переносит эмоционального контакта с родителями. Даже в первые месяцы жизни ребенок не тянет ручки, не прижимается к матери, а, находясь на руках у родителей, сопротивляется физическому контакту, напрягает спину, пытается вырваться из объятий родителей. Ребенок, никогда не играет с игрушками, и даже не проявляет к ним интереса. Игра ребенка с расстройством аутистического спектра заключается в наборе простых движений - он 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. На втором году жизни заметно, что ребенок не имеет даже простейших игровых навыков. Единственная игра, которую он может поддерживать, это простые механические движения "возьми - дай". Характерной чертой игровой деятельности является то, что обычно ребенок играет сам, преимущественно используя не игровой материал, а предметы домашнего обихода. Он 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 его собственными фантазиями. При этом ребенок не замечает окружающих, не вступает с ними в речевой контакт.
- Ребенок с расстройством аутистического спектра не может научиться простейшим навыкам самообслуживания. Такому ребенку порой невозможно научиться одеваться самому, самостоятельно ходить в туалет, умываться, принимать пищу и пользоваться столовыми приборами.
- Такие дети требуют постоянного контроля со стороны взрослых. Ребенок 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, острыми предметами.
- Несмотря на безразличие к окружающему миру, ребенок с расстройством аутистического спектра 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. Ребенок не умеет испытывать чувство сожаления, на просьбы родителей не реагирует, безразличен.

- У ребенка с РАС часто присутствует синдром навязчивых движений – он раскачивается стоя или сидя, долгое время бесцельно хлопает в ладоши, вращает и крутит различные предметы, долгое время смотрит на огонь, вентилятор и т. д. Ребенок вместо игры может выстраивать различные предметы и игрушки в 10 аккуратные ряды, может долгое время безэмоционально подпрыгивать, приседать.

### **3. Рекомендации родителям ребенка с расстройством аутистического спектра.**

Трудно оставаться равнодушным, наблюдая за тем, как ребенок с РАС пытается адаптироваться в скоротечном современном мире. Хотя формы подобных расстройств варьируют от легких до тяжелых, многие дети с РАС проявляют исключительные способности к музыке или других видов искусств.

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.

#### **1. Что можно посоветовать родителям и близким детей с аутизмом?**

Если диагноз ребенку поставлен, то родителям нужно определиться с программой дальнейшего обучения и развития малыша. Для этого важно проконсультироваться у специального психолога или коррекционного педагога, которые имеют опыт работы с такими детьми, могут предоставить развернутую характеристику состояния психического развития ребенка, а также определить формы и направления коррекционных занятий для ребенка. Родителям нужно набраться терпения, твердо верить в успех и не терять надежду.

Основой успешного преодоления аутизма, является выполнение в домашних условиях и в условиях специальных центров индивидуальной программы реабилитации ребенка с РАС. Естественно, главная задача здесь ложится на плечи родителей. Поэтому первоочередным шагом должно стать принятие того, что их ребенок имеет данное расстройство. Ведь он не психически больной человек, у него просто "другой способ видения мира", ему немного труднее выразить свои чувства. Вот здесь и нужно ему помочь, поддержать, научить. При правильном, упорном подходе к выполнению лечебной (реабилитационной) программы дети с РАС показывают отличные результаты и могут в значительной мере восстанавливаться, адаптироваться к нормальной жизни. Нередко они обладают даром или талантом в какой-то области искусства или знания. Гиперчувствительность к звукам и прикосновениям, задержка речевого развития, неуравновешенность - такие проблемы развития детей с аутизмом возникают перед родителями особых детей. Интеллектуальное развитие этих детей достаточно разнообразно. Среди них могут быть дети с нормальным, ускоренным, резко задержанным и неравномерным умственным развитием. Отмечается также как частичная или общая одаренность, так и умственная отсталость. Первый возрастной кризис приходится на возраст между двумя и

три годами, когда каждый ребенок дифференцирует себя и людей на своих и чужих. В этот период ребенок начинает узнавать себя в зеркале и говорить о себе в первом лице. Рост самосознания и стремление к самостоятельности обуславливают частоту эмоционально-поведенческих расстройств на этом этапе. Стремясь к независимости, ребенок проявляет негативизм и упрямство на замечания и запреты взрослых. Для предупреждения эмоциональных и поведенческих расстройств очень важно, чтобы взрослые относились к малышу бережно, с большим терпением и уважением. При этом ни в коем случае нельзя подавлять или запугивать ребенка, необходимо одновременно стимулировать и организовывать его активность, формировать произвольную регуляцию поведения. Особенно важное значение в воспитании ребенка с РАС имеет организация его целенаправленного поведения, четкого распорядка дня, формирование стереотипного поведения в определенных ситуациях. Положительное влияние на развитие ребенка должно происходить комплексно. Речь идет о том, что в центр внимания должны попадать моторная, эмоциональная и познавательная сферы. По моторной сфере стоит получить консультацию специалистов (особенно важно - еще и отработать определенные навыки), как помогать ребенку в этом направлении. Уметь: активизировать проявления ребенка, выполнять упражнения на перераспределение мышечного напряжения, владеть различными способами снятия напряжения, способствовать гармонизации двигательной активности в целом, поскольку именно она является основой полноценного и физического, и психического развития.

## **2. Советы взрослым из ближнего и дальнего окружения ребенка с расстройством аутистического спектра.**

Применяйте планомерное сотрудничество ребенка со взрослым для того, чтобы у него перед глазами всегда был эталонный вариант, с которым он мог сравнить результаты своей деятельности, а также созерцать действия, движения взрослого, слышать его мысли. Партнерство с ребенком в различных совместных с ним делах это значит – помогать, успокоить и дать ему чувство защищенности.

- Соблюдайте с детьми постоянное страхование: будьте готовы их поймать, схватить, подложить руку на опасное место и т.д., будьте готовы предотвратить возникновение ситуации, которая провоцирует физическую самоагрессию ребенка. Помните, что некоторые дети могут провоцировать такие реакции взрослого и при этом испытывать удовольствие и радость.
- Целенаправленно опекайте предметную деятельность и игру ребенка. Тщательно относитесь к организации и руководству детской деятельностью.
- Используйте большую привязанность ребенка отношению к предметам, чем к людям. На этой основе косвенно налаживайте диалог с ними, например, через музыкальные инструменты, танцы, спортивные игры. В то же время налаживайте слухо-вокальную, слухо-двигательную и зрительно-двигательную координацию общей и мелкой моторики, формируйте доступный для ребенка уровень способности синтезировать их в одной деятельности (побуждайте ребенка к поиску слева-справа, сверху-снизу и т.п.).
- Устраните из окружения ребенка все то, что может напугать его: резкие звуки (хлопанье дверью, грохот посудой, ссору, громкую музыку); резкие зрительные впечатления; резкие запахи, грубые обращения и тому подобное.

- Помните, что взгляд взрослого, звуки его голоса, приближения и касания могут вызвать у ребенка только оборонительную реакцию в виде различных вариантов отстранения и избегания (предотвращения и отвода глаз, нежелание слушать, касаться, вступать в любой контакт).
- Поддерживайте элементы общения, попытки вступить в контакт, реакции на обращение взрослого. При этом всячески учитывайте особенности их осуществления ребенком, поскольку, несмотря на то, что ребенок «ходит мимо людей», он никогда не наталкивается на них, может заплакать, когда на него или при нём кричат.
- Систематически используйте возможности арт-терапевтических средств как социально приемлемого выхода агрессивности и негативных эмоций ребенка с аутизмом, безопасного способа снятия напряжения, уменьшения страхов, агрессии и жестокости. Совместное участие в рисовании, в музыкальных занятиях, в элементарных спортивных играх будет способствовать формированию осознанного сопереживания и взаимной поддержки.