

# Воспитание ребенка с расстройством аутистического спектра

## Создание предметно-развивающей среды для аутичного ребенка

Жизненное пространство аутичного ребенка требует особой заботы и специальной организации. Пространство, в котором он живет и развивается ребенок с РАС, приобретает особую, терапевтическую значимость.

*Пространство можно условно разграничить на:*

- **бытовое** - все, что касается усвоения навыков повседневной жизни (туалет, прием пищи, подготовка ко сну и т.д.);
- **игровое** – место для игр;
- **учебное** - место для занятий;
- ближайшее **социальное окружение** - лестничная клетка, где происходит общение с соседями, детская площадка, где ребенок вступает в общение с другими детьми, магазин, улица.

В данном материале мы представим возможности организации пространства, в котором живет и действует аутичный ребенок.

### 1. Детская комната

Позаботьтесь о том, чтобы комната стала для ребенка "крепостью", комфортным местом, в котором он чувствовал бы себя в безопасности и, если возникнет необходимость, имел бы возможность укрыться от внешних влияний. Это потребует выполнения ряда необходимых условий:

#### Условия для организации пространства

##### **Первое - безопасность.**

а) Комната должна быть оборудована с учетом того, что ребенок будет здесь бегать, прыгать, кувыркаться, карабкаться по мебели и т.д. Поскольку у ребенка с РАС часто отсутствует "чувство края", а в состоянии аффекта он может перестать контролировать свои движения и действия, поэтому необходимо обставить комнату устойчивой мебелью без острых углов.

б) В комнате не должно быть опасных предметов (тяжелых, острых, бьющихся и др.). Все потенциально опасные предметы должны быть вне зоны доступа. Поскольку аутичного ребенка очень трудно переключить с понравившегося ему занятия, а запреты оказываются безрезультатными, возникает ситуация острого конфликта: ребенок хочет играть с ножницами, не понимая, что это опасно, а мы не можем отобрать их у него, так как он сопротивляется. Действуя силой, мы рискуем вызвать у ребенка *аффективный срыв*. Поэтому необходимо постараться заранее застраховаться от подобных ситуаций.

## **Второе - обеспечение комфорта и уюта.**

Оформите комнату в приятных, неярких, успокаивающих тонах, электрическое освещение должно быть мягким, не режущим глаза.

## **Третье – оснащение комнаты необходимым оборудованием.**

Поскольку комната-это место, где ребенок играет и учится, она требует содержательного наполнения. Так, в комнате обязательно должна быть:

1) **парта или столик со стульчиком;**

2) **игрушки:**

- деревянные и пластмассовые строительные наборы, конструкторы;
- разнообразные матрешки, пирамидки, вкладыши;
- звучащие игрушки и набор игрушечных музыкальных инструментов;
- игры для развития мелкой моторики - мозаики, деревянные бусы, игры со шнурками и др.;
- развивающие настольно-печатные игры - разрезные картинки, лото, домино, доски Сегена, рамки Монтессори и др.;
- игрушки для сюжетно-ролевых игр - куклы, мишки, другие мягкие и резиновые игрушки, машинки, кукольный домик, кукольная посуда и мебель, аптечка и т.д.

3) **детские книжки**

*Рекомендация:*

- подбирайте книги с учетом возраста ребенка и его предпочтений. Они должны быть понятны ему, полезны для реального освоения окружающего мира.
- избегайте слишком абстрактных, фантастических сюжетов, где описаны страшные или социально неадекватные ситуации;
- поддерживайте интерес ребенка, если ему особенно нравится какая-то история связывая ее с повседневной жизнью;

4) **материалы для творчества:** цветные карандаши и фломастеры, акварельные и гуашевые краски, пастельные мелки и мелки для рисования на асфальте, цветная бумага и картон, пластилин и т.д.

5) **спортивное оборудование** для физического развития ребенка. Хорошо, если комната оборудована спортивным комплексом со шведской стенкой, кольцами, канатом. Кроме того, ребенку необходимы разнообразные мячи, обручи, скакалки, а также самокат и велосипед.

## **Четвертое - поддержание порядка.**

В комнате ребенка должен быть установлен и поддерживаться определенный порядок. Все предметы, вещи и игрушки должны иметь свое фиксированное место. Например, возле дивана стоит коробка с пластмассовыми кубиками, матрешки и пирамидки стоят на полке, в шкафу лежат бумага и краски, у стены стоит кукольный домик, в котором живет любимый плюшевый мишка.

Вещи в шкафу лучше раскладывать на те же места - так легче приучать ребенка к самостоятельности. Порядок в окружающем мире предметов важен для любого ребенка, но для аутичного, с его стереотипностью поведения, он - необходимое условие жизни. *Однако избегайте установленной завершенности. Время от времени вводите новые приятные ребенку детали* - развесьте на стене его рисунки, выберите вместе с ним новые занавески, купите и повесьте на стену картину. Если ребенок сопротивляется малейшим переменам, отложите их, но обязательно попробуйте вновь. Не забывайте о необходимости создания эмоционально положительного настроения: заранее обсудите с ребенком предстоящую перемену в интерьере, поговорите о том, как это будет хорошо, организуйте его активное участие в процессе внесения новых элементов в интерьер.

### **Условия для организации пространства квартиры**

На первом плане стоит задача помочь ребенку освоить бытовые навыки, "обжить" пространство квартиры, осознать многие социальные смыслы, связанные с обыденным течением жизни людей. Аутичному ребенку необходимо помочь осознать предназначение ванной комнаты, кухни, туалета, понять назначение самых разных вещей и т.д.

*Для этого следует, во-первых,* постоянно комментировать разнообразные бытовые моменты, объясняя смысл происходящего, *например:*

"Я сейчас с прогулки вернулся – ой, какие руки грязные! Пойду мыть! Где я руки мою? Правильно, в ванной комнате. А что нужно взять? Мыло! Вот оно, мыло - как приятно пахнет. Я мою руки с мылом - вот так! А теперь я руки полотенцем вытираю, вот полотенце висит на крючочке. Руки чистые, я иду обедать".

*Во-вторых,* необходимо вовлекать ребенка в работу по дому. Пусть ребенок участвует в приготовлении обеда - бросит овощи в суп, натрет сыр; во время мытья посуды можно попросить его вытереть полотенцем чашки, разложить посуду и приборы по полкам; предложить ему расставить ботинки в прихожей, пропылесосить ковер и т.д. Конечно, следует учитывать возраст ребенка и его возможности. ***Не забывайте, что здесь главное не качество выполнения работы, а участие в выполнении домашних обязанностей.*** Используйте для этого все возможности, постепенно расширяя виды домашней работы. Часто дети сами хотят поучаствовать в происходящем - позвольте ребенку засыпать порошок в стиральную машину, капнуть на губку средство для мытья посуды, порезать хлеб к обеду. ***И эти несложные действия станут точкой отсчета на пути ребенка к самостоятельности.***

Помимо хозяйственно-бытовой деятельности, постарайтесь создать такие условия для ребенка, чтобы он мог **затевать игру в любом месте квартиры**. Свобода перемещения наполнит жизнь ребенка новыми интересными впечатлениями и полезными знаниями.

## Ближайшее социальное окружение

1) Под "ближайшим социальным окружением" подразумевается территория за пределами квартиры, которая рассматривается в первую очередь в социальном аспекте: так, на лестничной площадке для нас важны встречи и общение с соседями; на детской площадке - контакты с детьми; в магазине - общение с продавцом и покупателями. Кроме возможностей общения, "ближайшее социальное окружение" - это территория, где ребенок знакомится с окружающим миром - миром людей и предметов, природой.

2) *Помните, что, покидая пределы квартиры, аутичный ребенок оказывается "на вражеской территории", зачастую остро ощущая враждебность окружающего мира.*

3) Чтобы ребенок "обжил", принял в свое сознание еще "кусочек мира", необходимо, прежде всего, выявить негативные эмоции и страхи, связанные с определенными местами, предметами, людьми. Так, если ребенок боится машин, он никогда не будет чувствовать себя на улице безопасно и комфортно.

*К сожалению, страхи аутичного ребенка часто глубоко скрыты и внешне никак не проявляются. Ребенок может годами чего-то бояться, испытывая при этом острейшие эмоции, а близкие даже не будут догадываться об этом*

4) Необходимо помочь ему шаг за шагом осваивать пространство вокруг, постепенно избавляясь от страхов и накапливая позитивный опыт.

### **Рекомендации:**

- Помогайте ребенку в случаях затруднений во взаимодействии с другими детьми и взрослыми.

*Например*, если он решился подойти к другому малышу, но после этого застыл, не умея обратиться, не зная, что следует делать дальше, не упустите этот момент - быстро подойдите и озвучьте его намерения: поприветствуйте другого малыша, спросите, как его зовут и представьте вашего, помогите своей рукой протянуть ручку новому знакомому, предложите ему игрушку. Делайте все это от имени вашего ребенка, словно слившись с ним в единое целое: "Привет! Как тебя зовут?" (в этом месте попробуйте побудить вашего ребенка представиться, если не получится - представьте его сами: "А это Миша".) Придумайте варианты продолжения контакта.

- Следует постоянно быть начеку, и в случае возникновения трудной или опасной для ребенка ситуации защитить и подстраховать его.

*Например*, если на улице к ребенку обратился чужой взрослый, порицая за неправильное поведение, что случается довольно часто, подойдите, но не вступайте в дискуссию, не пытайтесь объяснить поведение ребенка и его особенности, а постарайтесь быстро закончить разговор и увести ребенка.

- **Помните**, что ребенок обязательно отреагировал, даже если внешне остался невозмутим. Всем видом выражая спокойствие, приобнимите ребенка, как бы показывая, что ничего страшного не произошло, а затем объясните, почему "тетя назвала хулиганом": "Ты быстро бегаешь, а тут малыши - смотри. Если случайно заденешь, маленький может упасть и будет плакать". В таких случаях перед взрослым стоят две задачи. Первая - объясняя причинно-следственные связи, дать ребенку понять, что не он "плохой", а просто возникла сложная ситуация. А уже затем предложить ребенку конкретные пути ее исправления. Вторая - дать ребенку почувствовать, что вы его любите, что вы вместе с ним и не дадите его в обиду ни в коем случае, что всегда придете на помощь.

- В магазине учите ребенка выбирать необходимое - продукты, хозяйственные товары, организуйте его общение с продавцом и самостоятельные мелкие покупки - дайте ребенку денежку, и пусть он сам купит конфету или пакетик сока у знакомого продавца. Это станет возможным, когда ребенок вполне освоится в этой ситуации. Попросите вашего малыша помочь вам понести сумку с продуктами. А когда ситуация похода в магазин, где "тетя Оля-продавец", будет достаточно обжита, станет привычной и естественной, можно заглянуть в другой магазин.

- Гуляя, старайтесь разнообразить маршруты. Если ребенок противится выбору нового маршрута прогулки, не возражайте, а старайтесь расширить знания о знакомом пути: обратите внимание на светофор на перекрестке, объясните, что следует делать, когда горит зеленый свет, красный и т.д. **Напомните**: "Смотри-ка - автобусная остановка. Мы садимся здесь на автобус, когда едем в бассейн". Описывайте все, что видите по дороге; причем делайте это многократно, даже если ребенок не обращает на эти описания внимание.

- Берите ребенка с собой, когда отправляетесь "по делам": на почту, в банк, в аптеку и т.д. Часто мама оказывается, вынуждена поступать так: ребенок не отпускает ее от себя надолго. Попутно рассказывайте ребенку, что такое почта, что делает почтальон, напишите вместе с ребенком и отправьте письмо бабушке. В аптеке купите вместе с ребенком для кукольной аптечки бинтик, вату и пластырь, с помощью которых ребенок дома станет "лечить" кукол.

Не стесняйтесь повторяться и говорить само собой разумеющиеся вещи. Помните, что это поможет ребенку усвоить многие аспекты социальной жизни. А главное - не бойтесь исследовать мир вместе с ребенком! При правильном подходе, требующем постоянного внимания и мудрой помощи взрослого, новые впечатления обогащают опыт взаимодействия аутичного ребенка с другими людьми, научат жизни в социуме. Необходимость принимать решение в трудных ситуациях закалит ребенка, поможет стать более самостоятельным. Однако следует набраться терпения, т.к. придется решать не только проблемы ребенка, но и преодолевать людское непонимание. Но при благоприятном развитии событий возможно заручиться поддержкой окружающих, найти новых друзей, наладить доброжелательные отношения с соседями.

## Дальние прогулки

Прогулки в дальний парк, в гости, в театр, цирк, кафе; посещение бассейна, детской студии могут быть тяжелы для аутичного ребенка и сопровождающих его близких, а порой и вовсе невозможны. Удаляясь от знакомых "мест обитания", ребенок теряет уверенность и оказывается во власти страха и дискомфорта.

**1. Осваивайте пространство постепенно.** Это значит, что поход в театр возможен только после того, как ребенок достаточно освоился на более близкой территории.

**2. Готовьтесь к походу заранее,** обсуждая, куда собираетесь пойти, что вас там ждет. В данном случае лучше постараться обойтись без сюрпризов, которые могут испугать аутичного ребенка, поэтому расскажите ему подробно, что его ждет. Вспомните мультфильм, покажите подходящую картинку.

**3. Приучайте ребенка пользоваться общественным транспортом.** Для начала можно проехать на автобусе или в метро всего одну остановку. Подготовьте ребенка к поездке, рассказав заранее, как это будет происходить, куда и зачем поедете.

**4. Места для посещения выбирайте осторожно.** Для начала выберите что-нибудь поближе к дому и где поменьше людей. Постепенно приучайте ребенка бывать в компаниях, и со временем он перестанет бояться скопления людей.

**5. Посещая новые места,** где находятся незнакомые дети и взрослые - кружок рисования, бассейн, - поначалу **приводите ребенка ненадолго,** дайте ему возможность привыкнуть к новой обстановке, к детскому коллективу, к новым взрослым.

**6. Действуйте по обстановке: будьте готовы к тому, что ребенок способен повести себя по-разному.** Так, он может в любой момент захотеть уединиться, потому что скопление народа утомило его, - найдите более тихое место, где можно передохнуть.

**7. Дома вспоминайте, обсуждайте увиденное, смакуйте интересные детали.** Закрепляйте и расширяйте новые представления, используя разные приемы и возможности: нарисуйте картинку, выучите стишок, организуйте игру. Задавайте вопросы, объясняйте в ходе беседы причинно-следственные связи, логику событий, заражайте ребенка своим положительным эмоциональным отношением.

*Практика работы с аутичными детьми показывает, что, правильно организовав поэтапное освоение окружающего мира, можно преодолеть ограничения, обусловленные трудностями ребенка. Не бойтесь пробовать. Помните, что результат будет, достигнут лишь в ходе постоянной, регулярной тренировки.*