

Федорова Ольга Викторовна

Автономное учреждение Воронежской области

«Областной центр реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями «Парус надежды»

Город Воронеж

ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНИ РЕБЕНКА С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА В УСЛОВИЯХ СЕМЬИ

Аутизм – проблема не новая на сегодняшний день, но она не теряет своей актуальности, так как во всем мире количество детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) с каждым годом неуклонно растет. Аутизм приводит к значимым ограничениям общения, следовательно, затрудняет адаптацию и социализацию ребенка.

Большинство детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) не в состоянии самостоятельно приобретать опыт бытовой деятельности, подражать социальному поведению, инициировать и поддерживать социальное взаимодействие. Поэтому каждому ребенку с аутистическими расстройствами необходимо помочь обрести максимально возможную независимость в рамках удовлетворения основных жизненных потребностей, помочь овладеть необходимыми умениями, позволяющими обслуживать себя и выполнять простейшие трудовые действия.

Особого внимания требует организация жизни ребенка с расстройствами аутистического спектра в условиях семьи.

Овладение навыками самообслуживания (умение одеваться и раздеваться, ухаживать за собой, пользоваться туалетом, купаться, умываться и т. п.)



напрямую влияет на самооценку ребенка, является важным шагом на пути к его бытовой самостоятельности и социализации.

В Центре «Парус надежды» проводится специальная работа с семьями, воспитывающими детей с расстройствами аутистического спектра. На занятиях специалисты обучают родителей методам и приемам формирования и закрепления бытовых навыков у детей с РАС в домашних условиях, дают рекомендации по обустройству их жизненного пространства.

Залогом успеха является выработка общей линии поведения с ребенком, предъявление одинаковых требований и постановка общих ближайших и перспективных целей.

Огромную роль в бытовой адаптации ребенка с РАС имеет организация безопасного и функционального пространства.

Детская комната должна быть оборудована с учетом того, что у ребенка с РАС часто отсутствует "чувство края", а в состоянии аффекта он может перестать контролировать свои движения и действия. Необходимо обставить детскую комнату устойчивой мебелью без острых углов. Все потенциально опасные предметы должны прятаться или запираться. Оформление комнаты в неярких, успокаивающих тонах, мягкое, не режущее глаза электрическое освещение обеспечат комфорт и уют. Все предметы: столик со стульчиком, разнообразные игрушки, детские книжки, материалы для творчества, спортивное оборудование - должны иметь свое фиксированное место.

Пространство квартиры в большой степени связано с освоением ребенком бытовых навыков. Ему надо помочь осознать многие социальные смыслы, связанные с обыденным течением жизни людей: предназначение ванной комнаты, кухни, туалета; помочь понять назначение самых разных вещей. Для этого необходимо постоянно комментировать все бытовые моменты, объяснять смысл происходящего, создать такие условия для ребенка, чтобы он мог затеять игру в любом месте квартиры. Распорядок дня ребенка с



расстройствами аутистического спектра должен иметь определенную последовательность и повторяемость.

Родителям всегда стоит руководствоваться основными правилами взаимодействия с ребенком с РАС:

- 1) Принимать ребенка таким, какой он есть.
- 2) Исходить из его интересов.
- 3) Строго придерживаться определенного режима и ритма жизни.
- 4) Соблюдать ежедневные ритуалы.
- 5) Улавливать малейшие вербальные и невербальные сигналы ребенка, свидетельствующие о его дискомфорте.
- 6) Присутствовать на занятиях с ребенком.
- 7) Как можно чаще с ним разговаривать.
- 8) Обеспечить комфортную обстановку для общения и обучения.
- 9) Терпеливо объяснять ребенку смысл его деятельности, используя четкую наглядную информацию (схемы, расписание и т. п.).
- 10) Избегать переутомления.

Сначала необходимо определить, готов ли ребенок осваивать умение, которому его нужно обучить. Выбранный навык делится на отдельные составляющие (шаги). Ключ к успеху - это, во-первых, четкое понимание того, какие маленькие шаги нужно сделать, чтобы овладеть тем или иным навыком самообслуживания, и, во-вторых, медленное продвижение вперед. Каждый следующий шаг требует, чтобы ребенок сделал чуть-чуть больше, чем прежде, но каждое новое достижение открывает перед ним более широкие возможности.

На начальном этапе действующим лицом являются только родители; ребенку здесь отводится роль пассивного участника. Родители своими руками берут руки ребенка и проделывают вместе с ним все действия. Но после нескольких таких активных манипуляций постепенно уменьшается физическая помощь. Ребенок все больше и больше сам участвует в выполнении задания. До



того, как ребенку предоставят больше самостоятельности, очень важно, чтобы в его сознании укрепилась мысль, что он успешно делает все вместе с родителями, что у него все получается, и нет никакой необходимости в том, чтобы кто-то делал за него то, что он потенциально способен сделать самостоятельно. Занимаясь с ребенком, родители должны точно знать, чего они хотят достичь. Словесные указания следует произносить медленно и только в тот момент, когда ребенок обращает внимание на взрослого. Заканчивать упражнение нужно на оптимистической ноте: похвалить, обнять, погладить и т. п.

Освоение навыков самообслуживания трудно назвать сплошным удовольствием, и одного внимания может оказаться недостаточно. Чтобы побудить ребенка к выполнению необходимых действий в большинстве случаев приходится использовать поощрения другого рода – угощение, любимое занятие. Когда навык уже освоен, то поощрение стоит сводить на нет.

Место и предметы для обучения выбираются в соответствии с бытовым применением формируемого навыка (зубы чистят в ванной, накрывают стол на кухне и т. д.). Перед началом работы убирается все лишнее, что может отвлекать ребенка. Используются те предметы, с которыми ребенку будет легко работать. Если это одежда, то чаще всего приходится пользоваться вещами, которые ему немного велики. Если еда, то порции нужно давать поменьше. Необходимо наблюдать за ребенком, стараясь уловить, что именно ему дается трудно - на начальном этапе работы стоит облегчить задачу.

В обучении бытовым навыкам детей с РАС часто используется такой подход, как инверсия. Работа начинается с выполнения за ребенка практически всех необходимых действий - ему остается совсем немного, чтобы закончить задание. В продолжение занятий родители каждый раз делают за ребенка чуть меньше, отодвигая тем самым стартовую черту немного дальше от финишной, пока ребенок самостоятельно не доберется до самого начала.



Для успешного овладения бытовыми навыками и их последующего самостоятельного использования необходимо, чтобы конкретная повседневная ситуация приобрела для ребенка с РАС особую значимость. Важно построить его день, опираясь на привычные, любимые им дела, так, чтобы обучение навыку или его самостоятельное выполнение стало закономерной и необходимой «ступенькой» к удовольствию. Это во многом облегчит дальнейшую адаптацию и социализацию ребенка с расстройствами аутистического спектра.

