

**Государственное казенное учреждение социального обслуживания
Краснодарского края
«Гулькевичский реабилитационный центр
для детей и подростков с ограниченными возможностями»**

**Консультация для родителей
по теме «Рекомендации для родителей
детей с РАС»**

Составила
Педагог-психолог
Е.В. Долгова

2020

Аутизм

Согласно МКБ-10, аутизм - это своеобразное нарушение психологического развития, которое обычно проявляется в первые 30 мес. жизни.

Аутизм впервые описан Лео Каннером в 1943 г. Клинически аутизм очень разнороден. К нему относят и детский аутизм, и атипичный аутизм, и синдром Аспергера, и др.

Однако, в то же время, с чисто практической точки зрения, в коррекционной работе с детьми с различными формами аутистических расстройств есть немало общего, и как своеобразный компромисс между теорией и практикой возник термин — «расстройства аутистического спектра» (РАС), объединяющий все варианты аутистических расстройств.

Ребенок с аутизмом:

- ✓ избегает прямого зрительного контакта или словно «смотрит сквозь», если взрослый все же пытается вступить с ним в контакт, он возбуждается, становится напряженным, негативистичным, может проявлять агрессию по отношению к окружающим;
- ✓ 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 может возникать по различным причинам: вследствие раннего повреждения головного мозга в сочетании со своеобразными, наследственно обусловленными особенностями психики, а также в результате эмоциональной депривации в раннем детстве. Но во всех случаях наблюдается наследственная предрасположенность к подобному своеобразию психического развития. Имеются данные, что аутизм чаще развивается у мальчиков, чем у девочек.

Речь

Развитие речи также отличается большой вариативностью: некоторые дети по темпу и срокам развития речи опережают здоровых сверстников, другие отстают в речевом развитии. Однако во всех случаях наблюдается своеобразие речи детей с аутизмом. Прежде всего, это нарушения модуляции голоса: либо она очень бедная, либо гротескная, не адекватная смыслу.

Часто ребенок особенно громко и выразительно произносит отдельные звуки или слоги. При аутизме очень своеобразен тембр голоса: высокий, с нарастанием его высоты к концу фразы.

Речь детей с аутизмом часто содержит набор штампованных фраз, иногда наблюдается стремление к повторению малопонятных слов, услышанных ими от окружающих и по радио. Особенностью речи детей с аутизмом является речь о себе во втором и третьем лице.

Речь аутичного ребенка не направлена на общение с окружающими, а является как бы речью для себя. Ребенок получает удовольствие не от общения, которое возникает при помощи речи, а от манипулирования самими словами, звуками и фразами. В некоторых случаях речь у ребенка отсутствует полностью.

Общие рекомендации взрослым из ближнего и дальнего окружения ребенка с расстройством аутистического спектра

Самое главное достижение для родителей, после чего ситуация определенно начнет изменяться в лучшую сторону – это осознание того, что *«от моего поведения зависит поведение моего ребенка»*. Родитель, который начинает активно исследовать свое общение, свои способы взаимодействия с ребенком разрывает ставшие привычными узы повседневных проблем, перестает двигаться по течению и получает возможность влиять на ход событий.

Родителям нужно набраться терпения, твердо верить в успех и не терять надежду. Сегодня во многих городах открыты специальные курсы и школы для родителей, чьи дети страдают аутизмом.

Основой успешного преодоления аутизма, является выполнение в домашних условиях и в условиях специальных центров индивидуальной программы реабилитации больного ребенка. Естественно, главная задача здесь ложится на плечи родителей. Поэтому первостепенной задачей должно стать принятие того, что их ребенок страдает аутизмом. 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.

Специалисты знают, как важна для успешной коррекционной работы с аутичным ребенком доброжелательная атмосфера в семье. Поэтому очень важно создать в доме психологический комфорт.

Для этого родителям необходимо избавиться от некоторых стереотипных мыслей. Вот некоторые из них:

- ✓ «Мой ребенок должен достичь в жизни большего и оправдать мои надежды, возложенные на него».
- ✓ «Больной ребенок - это наказание за какие-то твои грехи. Ты сама виновата, что он болен».

- ✓ «Если у тебя ребенок-инвалид, твоя жизнь кончена: ты должна все бросить, прекратить следить за собой, отказаться от своих планов, личной жизни и остаток жизни посвятить ребенку».

Эти и другие подобные стереотипы причиняют родителям огромные страдания, потому что диктуют заранее заданный жизненный сценарий, как бы требуя от них отбросить все свои планы, мечты и жить так, как жить совсем не хочется. Иногда, на ребенка смотрят, как на первоисточник всех бед: «Если бы он был здоровым, я могла бы жить совсем иначе!».

Чтобы помочь аутичному ребенку, надо, прежде всего, избавиться от стереотипов. Для этого надо избавиться от собственных амбиций в отношении своего ребенка. Вы можете оказать огромное влияние на его или ее жизнь. Чтобы это произошло, вам нужно в первую очередь позаботиться о себе. Помните, что если вы хотите позаботиться о своем ребенке наилучшим образом, вы сначала должны наилучшим образом позаботиться о себе.

Итак, попробуем выделить 16 важных рекомендаций для близких о воспитании ребенка-аутиста.

Пять рекомендаций родителям

1. ***Научитесь быть адвокатом вашего ребенка.*** Повышайте свою информированность. Получайте максимум пользы от всех служб, которые существуют в вашем сообществе. Встречайтесь со всеми специалистами и врачами, которые могут дать полезные рекомендации.
2. ***Не пытайтесь подавлять свои чувства.*** Говорите о них. Вы можете чувствовать злость или противоречивые эмоции. Этого вполне можно ожидать. Это совершенно нормально, если ваши чувства противоречат друг другу. Постарайтесь направить свою злость на расстройство, а не на ваших близких. Если вы ссоритесь с супругом из-за вопроса, связанного с вашим ребенком, вспомните, что это болезненная для вас обоих тема, старайтесь не злиться друг на друга.
3. ***Постарайтесь сохранять образ жизни взрослого человека.*** Не позволяйте аутизму поглощать каждую секунду вашей жизни. Проводите время со своими типичными детьми, со своим супругом, воздерживайтесь от постоянных разговоров только про аутизм. Поддержка нужна всем членам вашей семьи, постарайтесь искать маленькие радости и быть счастливыми в любых обстоятельствах.
4. ***Цените каждую маленькую победу вашего ребенка.*** Любите вашего ребенка и гордитесь каждым его достижением, даже совсем маленьким.

Сосредоточьтесь на том, что он может делать, не надо постоянно сравнивать его с типично развивающимися детьми. Любите его за то, кто он есть, а не за то, каким он должен быть.

5. ***Активно участвуйте в сообществе аутизма.*** Никогда не преуменьшайте силу «сообщества». Может быть, вы и капитан своей команды, но вы все равно не сможете справиться со всем сами. Постарайтесь найти друзей среди других родителей детей с аутизмом. Когда вы познакомитесь с другими родителями, вы приобретете поддержку со стороны людей, которые прекрасно понимают ваши повседневные проблемы. Участие в движении в защиту прав детей с аутизмом очень продуктивно и благотворно. Вы будете вести активный образ жизни, создавая лучшее будущее для вашего ребенка.

Пять рекомендаций для братьев и сестер

1. ***Помните, что вы не одиноки!*** У каждой семьи есть те или иные жизненные трудности... и да, аутизм связан с разными трудностями... но если вы присмотритесь повнимательнее, то поймете, что не бывает семьи без своих проблем.
2. ***Гордитесь своим братом или сестрой.*** Научитесь говорить об аутизме открыто и рассказывать другим людям, что это за расстройство, без смущения. Если вам будет комфортно говорить на эту тему, то и другие люди не будут испытывать дискомфорта. Если вы будете стыдиться брата или сестру, то ваши друзья почувствуют это и будут вести себя неловко. Как и все остальные братья и сестры в мире, иногда вы будете обожать брата или сестру, а иногда просто возненавидите. Нормально испытывать к ним разные чувства. Порою разобраться в своих чувствах проще с помощью психолога-консультанта, который поможет вам понять, что вы чувствуете. И это будет ваш личный психолог, который будет помогать только вам! Любите своего брата или сестру таким(ой), какой(ая) он(а) есть.
3. ***Нормально, если иногда вам будет очень грустно из-за того, как аутизм влияет на вашего брата или сестру.*** Однако если вы будете грустить или злиться долгое время, то это никому не поможет. Ваша злость не может изменить ситуацию, вы просто станете несчастным. Помните, что ваши мама и папа тоже могут испытывать подобные чувства.

4. ***Проводите время с мамой и папой наедине.*** Иногда нужно делать что-то вместе с ними без вашего брата или сестры, чтобы укрепить ваши семейные связи. И это нормально, если вам нужно побыть одному. Когда в семье у кого-то аутизм, это может потребовать много времени и привлекать много внимания. Вам тоже нужно чувствовать свою важность. Помните, что даже если бы у вашего брата или сестры не было аутизма, вам все равно было бы нужно время побыть наедине с мамой и папой.
5. ***Найдите какое-нибудь занятие, которым вы можете заниматься вместе с вашим братом или сестрой.*** Вы обязательно обнаружите, что общение с братом или сестрой очень обогащает вас внутренне, даже если вы просто соберете вместе головоломку-пазл. Неважно, какие нарушения могут быть у него или у нее, иногда простое нахождение рядом с другим человеком позволяет вам ощутить близость. Брат или сестра будет ждать этих совместных занятий с нетерпением, и будет приветствовать вас особой улыбкой.

Пять рекомендаций для дедушек и бабушек, а также других родственников

1. ***Поддержка родных и близких незаменима.*** Каждому члену семьи есть, что предложить. Спросите родителей, чем вы можете помочь их семье. Они оценят ваши усилия помочь. Возможно, вы можете посидеть с ребенком, чтобы родители могли провести время вместе, или вы можете помочь деньгами на частную школу или лечение. Организуйте сбор средств в пользу ребенка. Семье важно знать, что вы готовы поддерживать их и сохранять с ними близкие отношения.
2. ***Обратитесь за поддержкой сами.*** Если вам трудно принять тот факт, что у родного вам человека аутизм, то вам самим нужна поддержка. Ваша семья может быть не в состоянии обеспечить вас подобной поддержкой, так что придется поискать ее на стороне. Таким образом, вы сможете стать сильнее, чтобы поддержать близких и помочь им в решении многих проблем, которые им предстоит решить.
3. ***Будьте открыты и честны в отношении расстройства.*** Чем больше вы об этом говорите, тем лучше вы себя почувствуете. Ваши друзья и семья станут вашей системой поддержки, но только при условии, что вы будете делиться с ними своими мыслями. Поначалу вам может быть сложно

говорить о том, что вас беспокоит, но со временем вам станет проще. В конечном итоге ваш опыт в отношении аутизма научит вас и вашу семью очень важным жизненным урокам.

4. ***Не осуждайте.*** Думайте о чувствах семьи и поддерживайте их. Уважайте их решения в отношении своего ребенка с аутизмом. Они пытаются разобраться в различных методах и подходах, скорее всего, они много думают над каждым решением. Постарайтесь не сравнивать детей (с типичными детьми этого тоже лучше избегать). Дети с аутизмом очень разные, но можно добиться того, чтобы каждый ребенок реализовал максимум своего потенциала.
5. ***Изучайте информацию об аутизме.*** Это расстройство встречается в семьях с любым социальным и экономическим статусом. Существуют очень многообещающие исследования, множество возможностей для будущего. Делитесь надеждой с семьей и одновременно занимайтесь самообразованием, чтобы как можно лучше справляться с этим расстройством.
6. ***Находите время для каждого ребенка.*** У вас может быть особенный опыт общения, как с типичными детьми, так и с ребенком с аутизмом. Да, они могут быть разными, но им важно, чтобы вы проводили с ними время. Дети с аутизмом просто расцветают, когда поддерживается строгий распорядок, так что подумайте о совместных занятиях, которые хорошо структурированы, даже если это просто пятнадцатиминутная прогулка в парке. Если вы будете ходить в один и тот же парк каждую неделю, то со временем этот опыт будет проходить все лучше и лучше... потребуется лишь время и терпение. Если вы не можете придумать, чем заняться вместе с ребенком, обратитесь за идеями к родителям. Они по достоинству оценят усилия с вашей стороны. Бывают такие случаи, что ребенок полностью выходит из аутизма, хотя при этом остается слишком ранимым.

Детский аутизм - не приговор. Не отчаивайтесь!

Ведь даже среди знаменитых людей тоже были аутисты. Это и Вуди Аллен, и Винсент Ван Гог, и Вирджиния Вульф, и даже Леонардо да Винчи. Кто знает, может, и ваш ребенок пополнит этот список общепризнанных мировых гениев.



352192, Краснодарский край, г. Гулькевичи,
Промзона №10, строение №1, помещение №2

Контактный телефон: 8(86160)5-54-95

e-mail: ostrov_detstva@mtsr.krasnodar.ru

официальный сайт: gulkevichi_rc.ru

Литература и интернет источники:

1. Гилберт К., Аутизм. Медицинское и педагогическое воздействие / К.Гилберт, Т. Питерс. - Москва.: Владос, 2002.
2. Лютова Е.К., Шпаргалка для взрослых: психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е.Лютова, Г.Монина.- Москва.: Генезис, 2000
3. Мамайчук И. И., Помощь психолога детям с аутизмом/ И.Мамаучёк, — СПб.: Речь, 2007.
4. Родяшин Е.В., Организация жизни аутичного ребенка: методические рекомендации / Е.Родяшин, Т.Раева, М. Фомушкина. -Тюмень, 2012.
5. Степанова О.В., Солнечный мальчик – книга для родителей, воспитывающих особых детей / О.Степанова.- СПб.: Речь, 2014.
6. 15 важных советов для близких о воспитании ребенка-аутиста.
https://proufu.ru/news/spec/vopros_otvet/39321-15_sovetov_dlya_semy_s_dushevnobolnym_rebenkom/
7. Рекомендации родителям ребенка, страдающего аутизмом.
<https://mamochka-club.com/baby/osobyе-deti/autizm-rekomendatsii-roditeleyam-rebenka-stradayushchego-autizmom.html>
8. Рекомендации родителям, воспитывающим ребенка с аутизмом.
<https://www.babykrd.ru/expecting-parents/recommendations-for-parents-raising-a-child-with-autism>
9. Рекомендации для родителей детей с РАС. Расстройства аутистического спектра (РАС).
<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2019/12/24/rekomendatsii-dlya-roditeley-detey-s-autizmom>