

## Уважаемые родители!

Если Вы столкнулись с тем, что у Вашего ребенка наблюдаются расстройства аутистического спектра, предлагаем вам познакомиться с простыми, но важными рекомендациями специалистов.

В данной памятке, вы найдете десять правил-советов, которые помогут вам улучшить качество взаимоотношений между вами и вашим ребенком. Они сформулированы как побудительные пожелания, несмотря на частицу «не», которая используется исключительно для усиления смысла написанного.

### 1. Не пренебрегайте личной психической гигиеной

Психическое состояние родителей оказывает существенное влияние на жизнь и здоровье ребёнка. Неуравновешенность, неврозы, стрессы, травмы и т.п. препятствуют установлению контакта. Снижают внимание к нуждам аутичного ребёнка. Не дают объективно оценить ни его потенциал, ни актуальные потребности.

Чтобы избежать необратимых последствий, необходимо вовремя обращаться к специалистам (психолог, невролог) для преодоления собственных проблем. Доброжелательная атмосфера в семье существенно повышает шансы детей с аутизмом к адаптации в социуме.

### 2. Не отождествляйте себя с аутичным ребёнком

Слияние опасно как для родителей, так и для детей. При таком положении дел родитель болезненно воспринимает любое отклонение

от ожиданий, которые он питает в отношении ребёнка, переживает его неудачи как свои собственные. Аутичный ребенок под гиперопекой испытывает проблемы с приобретением навыков самостоятельного обслуживания, что в дальнейшем отрицательно скажется во взрослой жизни.

### 3. Не забывайте о необходимости самообразования

Регулярное чтение научных работ специалистов в области аутизма, личных блогов и форумов родителей, воспитывающих аутичных детей, может быть полезно. При этом важно помнить, что необходим системный подход, а не хаотичное перебирание различных вариантов на основе чужого положительного опыта. В первую очередь нужно ориентироваться на вашего ребёнка и его характеристики. Если они не полностью вписываются в группы, предложенные, например, Л. Уинг или О. Никольской, комбинируйте методики, исходя из реакций ребёнка.

### 4. Не игнорируйте сильные стороны аутичного ребёнка

Любые родители и дети – разные личности с различающимися наборами способностей. Ребёнок с аутизмом — это еще и наличие иного когнитивного стиля. Специальные интересы могут стать профессией. В любом случае поощряйте их, помогайте аутичному ребёнку в нахождении информации. Говоря о прикладной области его интересов и способностей, будьте уважительны и конкретны. Ваша задача – помочь понять будущие действия, а не обесценить занятия аутичного ребёнка.

### 5. Не занимайтесь насильственной социализацией аутичного ребёнка

Навыки вступать в коммуникации, поддерживать их сложны для аутичных людей в любом возрасте. Неудачи в данной области ведут к замкнутости, тревожному расстройству личности и депрессии. Любое хождение в коллектив сверстников должно вызывать у аутичного ребёнка удовлетворение, а не истерику или перегрузку. Объясняйте аутичному ребёнку правила общения и поведения, будьте готовы прийти на помощь. Ребёнок должен знать, что вы – его поддержка и источник информации, а не еще один отторгающий его суть и природу человек.

### 6. Не отмахивайтесь от сенсорных особенностей аутичного ребёнка

Известно, что сенсорное восприятие детей с аутизмом (как и взрослых) имеет свои особенности. Тщательно изучите все потребности вашего ребёнка в этой области. Обязательно почитайте, как описывают свой опыт сенсорных перегрузок взрослые аутичные люди (они тоже были детьми), и попробуйте задействовать свою «модель психического восприятия», представьте, что всё вокруг вас воюет, орёт на самом высоком уровне громкости, слепит, давит. Это то, что ощущает и осознаёт ваш ребёнок с аутизмом. Ваша задача – облегчить ему это состояние.

### 7. Не используйте прозвища и клички в отношении детей с аутизмом

Любой аутичный ребёнок — прежде всего человек. У человека есть имя и достоинство, неотъемлемые от рождения права. Применение

к аутичным детям прозвищ по выбору родителей – унижение личностей. Только аутичные люди (или люди с аутизмом, с синдромом Аспергера) могут называть самих себя по собственному выбору. Родители аутичных детей должны обращаться к ним и говорить о них называя по имени или так, как предпочитают дети.

### **8. Не питайте иллюзий, что аутизм можно перерасти**

Аутизм (расстройства аутистического спектра) – пожизненное состояние с разной степенью выраженности симптоматики. Есть примеры успешной адаптации аутичных людей в обществе (Т.Грандин, Д.Э.Робисон, А.Нейман, Э.Секвензия). У каждого из них свой уникальный набор способностей, особенностей, сложностей и проблем. Точно как и у вашего ребёнка с аутизмом. Найдёт ли он своё место в жизни, будет ли жить самостоятельно, состоится ли в плане карьеры и личных отношений – всё равно он будет аутичным человеком.

### **9. Не применяйте физическое насилие к аутичному ребёнку**

Наказание ремнём, шлепки, удары и любое иное физическое воздействие на детей недопустимы. И это нужно принять как императив без пояснений и оговорок. Ни опыт предшествующих поколений, ни трудности с воспитанием, ни личное тяжёлое эмоциональное состояние родителя не могут быть оправданием такого рода действий.

### **10. Не молчите об аутизме**

Стереотипы и мифы об аутичных детях порождают страх и отторжение. Информиро-

вание об аутизме в различных жизненных ситуациях поможет произойти положительным переменам в общественном восприятии. Говорите о своём аутичном ребёнке, поясняйте его поведение, реакции и потребности. Чем больше окружающие узнают, тем более вероятны толерантность и принятие в отношении людей с аутизмом.

И, возможно, будущие дети с аутизмом будут жить в куда более приспособленном для них социуме.

**Источники:**

<https://aspergers.ru/node/291>

<https://преодоление35.рф/rekomendacii-roditeleyam-detej-s-ras/>

<http://bulandy.aqmoedu.gov.kz/content/osn-ovnye-rekomendacii-dlya-roditeley-rebenka-s-ras>



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](mailto:ostrov_detstva@mtsr.krasnodar.ru)

официальный сайт: [gulkevichi\\_rc.ru](http://gulkevichi_rc.ru)

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

*Памятка для родителей*

## **"10 основных правил для родителей, воспитывающих детей с РАС"**



Составила:  
педагог-психолог  
Долгова Елена Викторовна

г. Гулькевичи  
2020