

**Памятка**  
**Педагогам работающим с детьми с расстройством**  
**аутистического спектра (РАС)**



**Аутизм** - пожизненное нарушение развития, которое влияет на коммуникацию и отношения с другими людьми, а также на восприятие и понимание окружающего мира.

Поэтому повседневное общение с членами семьи и социальные события могут быть для них особенно тяжелыми. Обычные люди интуитивно понимают, как общаться и взаимодействовать друг с другом, но у людей с аутизмом это интуитивное знание является отсутствующим, и они могут думать, почему они «не такие как все».

Все дети/взрослые люди с аутизмом испытывают трудности в трех областях, которые называют «триадой нарушений при аутизме».

К этой триаде относятся:

- трудности с социальной коммуникацией;
- трудности с социальным взаимодействием;
- трудности с социальным воображением.

### **1) Трудности с социальной коммуникацией.**

Люди с аутизмом испытывают трудности как с вербальным, так и с невербальным восприятием языка. Многие из них понимают язык буквально. С их точки зрения, люди всегда говорят ровно то, что имеется в виду. Кроме того, людям с аутизмом трудно использовать и понимать:

- выражение лица или тон голоса;
- шутки и сарказм;
- идиомы и поговорки, например, когда говорят «это круто», имеют в виду, что это хорошо, а не то, что на это трудно взобраться.

Некоторые люди с аутизмом не могут говорить вообще, или их способность использовать язык для общения очень ограничена.

Однако даже если они не говорят, люди с аутизмом обычно понимают, что говорят другие люди! Такие люди могут научиться выражать свои мысли и общаться с другими людьми с помощью различных методов альтернативной коммуникации, например, печатать на компьютере, использовать язык жестов или систему карточек с визуальными символами.

У других людей с аутизмом навыки речи развиты очень хорошо, но у них все равно есть языковые трудности:

- трудности при обмене репликами во время разговора;
- повторение сказанного другим человеком («эхолалия»);

- заикленность на собственных интересах и игнорирование реакции собеседника.

*Людам с аутизмом проще общаться, если другие говорят четко, последовательно и оставляют паузы, которые позволяют человеку с аутизмом понять, что именно ему только что сказали.*

## **2) Трудности с социальным взаимодействием.**

Людам с аутизмом часто сложно распознать или понять эмоции и чувства других людей, а также сложно выразить свои собственные эмоции и чувства. Поэтому они могут испытывать дополнительные трудности в социальных ситуациях:

- не понимать неписанные социальные правила, которые большинство людей усваивают неосознанно (пример: они могут стоять слишком близко к другому человеку или начинать разговор с неуместной темы);

- казаться равнодушными, потому что они могут не понимать, что чувствует другой человек;

- предпочитать проводить время в одиночестве и не искать общества других людей;

- не обращаться к другим людям за утешением;

- казаться «странными» и неуместно себя ведущими, так как им сложно выразить свои чувства, эмоции или потребности.

*Трудности с социальным взаимодействием могут приводить к тому, что людям с аутизмом трудно заводить друзей и сохранять дружбу. Однако сами люди с аутизмом могут стремиться к дружбе и к общению с другими людьми, но оно не уверены, как именно этого добиться.*

## **3) Трудности с социальным воображением.**

Социальное воображение позволяет нам понимать и предсказывать поведение других людей, понимать абстрактные идеи и представлять себе ситуации вне нашего непосредственного опыта. Трудности с социальным воображением приводят к тому, что людям с аутизмом сложно:

- понимать и интерпретировать мысли, чувства и действия других людей;

- предсказывать, что произойдет потом или может произойти потом;

- понимать концепцию опасности, например, почему лучше не выбегать на оживленную трассу;
- участвовать в играх и занятиях, требующих воображения (иногда дети с аутизмом практикуют игры, требующие воображения, однако они предпочитают проигрывать одну и ту же сцену снова и снова);
- подготовиться к изменениям или планировать будущее;
- справиться с новыми или незнакомыми ситуациями.

*Не надо путать трудности с социальным воображением и отсутствие воображения. Многие люди с аутизмом имеют исключительные способности, например, они могут быть выдающимися художниками, музыкантами или писателями.*

### **Характеристики аутизма.**

Конкретные характеристики аутизма могут варьироваться от человека к человеку, но кроме триады нарушений, дети/взрослые люди с аутизмом могут обладать следующими **особенностями**:

- любовью к рутине;
- сенсорной чувствительностью;
- специальными интересами;
- нарушением обучения.

#### **1) Любовь к рутине (однообразию)**

Людям с аутизмом окружающий мир кажется очень непредсказуемым и запутанным местом. Жесткая, фиксированная рутина частично решает эту проблему: она позволяет им знать, что и когда случится в течение дня. Рутинa может включать один и тот же путь в школу или на работу или одну и ту же пищу на завтрак. Правила могут иметь огромное значение: человеку с аутизмом может быть трудно попробовать другой подход, когда он уже освоил «правильный» способ что-то делать.

Сама идея изменений может вызвать очень сильный дискомфорт у людей с аутизмом. Однако они могут хорошо справиться с изменениями, если начнут готовиться к ним заранее.

#### **2) Сенсорная чувствительность**

Люди с аутизмом могут испытывать самые разнообразные формы сенсорной чувствительности. Особенности чувствительности могут относиться ко всем чувствам, включая зрение, слух, обоняние, вкус,

прикосновения. Ощущения могут многократно усиливаться (гиперчувствительность), или они могут быть очень ослаблены (гипочувствительность).

Например, большинство людей могут блокировать фоновые звуки (звуки улицы из окна, шум воды из крана, голоса за дверью и т.д.), а человеку с аутизмом они покажутся невыносимо громкими и отвлекающими. Такие интенсивные ощущения могут вызывать приступы сильного тревожности и даже физическую боль.

Гипочувствительность может также приводить к тому, что люди с аутизмом могут быть почти не чувствительны к боли или температуре. Часто гипочувствительность связана с тем, что они начинают раскачиваться, кружиться на месте, трясти руками и делать другие повторяющиеся движения. Эти движения являются неосознанной попыткой стимулировать свои чувства (самостимуляции или, так называемые, стимулы). Часто такие движения помогают людям с аутизмом сосредоточиться или справиться со стрессом.

Проблемы с сенсорной чувствительностью могут включать пониженную проприоцепцию или суставно-мышечное чувство, благодаря которому мы осознаем собственное тело и его положение. Проприоцепция сообщает нам, где находится наше тело в пространстве. Люди с пониженной проприоцепцией могут проявлять крайнюю неловкость, им может быть трудно обходить препятствия, соблюдать дистанцию с другими людьми, или выполнять задачи, требующие «мелкой моторики», например, завязать шнурки.

### **3) Специальные интересы**

Многие люди с аутизмом имеют очень интенсивные специальные интересы, очень часто такие интересы появляются в очень раннем возрасте.

Специальные интересы могут меняться со временем или оставаться пожизненными. Это может быть искусство или музыка, поезда или компьютеры. Некоторые люди с аутизмом смогут получить образование и работать в области своего специального интереса. Для других специальный интерес останется хобби.

#### **4) Нарушения обучения**

У людей с аутизмом могут быть нарушения в обучении, которые, в свою очередь, могут повлиять на все аспекты жизни, начиная с трудностей в школе и оканчивая неспособностью приготовить себе пищу. Как и в случае с аутизмом «степень» нарушений обучения может быть разной. Некоторые люди с нарушениями обучения могут жить относительно независимо, хотя им потребуется поддержка, чтобы добиться этой независимости. Другим потребуется пожизненная поддержка. Тем не менее, все без исключения дети и взрослые люди с аутизмом могут учиться.

### ***Практические рекомендации для работы с детьми с РАС***

#### **1. Особенности ребёнка с расстройством аутистического спектра.**

Иногда дети с РАС отличаются от других детей настолько мало, что их особенности заметны только специалистам. Но все-таки чаще особенности детей с РАС отчетливо проявляются при общении с ними.

✓ Ребенок может ни разу не взглянуть на собеседника или не поддерживать контакт глазами во время разговора, при этом ничего не отвечая, складывается впечатление, что он не замечает, что к нему обращаются.

Бывает и обратная ситуация: ребенок может говорить на интересующие его темы без остановки, не видя, что собеседник потерял интерес к разговору и хочет его завершить. Детям с РАС, как правило, непонятны скрытые мотивы поступков других людей, им почти недоступно понимание иронии собеседника, а также употребление слов в переносном значении.

✓ Чаще всего дети с РАС имеют особенности речевого развития, которые могут варьироваться от полного отсутствия речи до небольших особенностей в интонациях.

Некоторые дети с РАС учатся читать довольно рано, даже до того, как начинают говорить фразами, и запоем прочитывают чуть ли не всю школьную программу еще до того, как они поступят в школу, или настолько серьезно увлекаются каким-то предметом.

✓ У большинства детей с аутизмом интеллектуальное развитие происходит неравномерно: сильными сторонами часто являются зрительное восприятие, внимание к деталям, большой объем механической памяти.

Слабыми сторонами часто оказываются непонимание общего смысла текста и пересказ прочитанного заученными фразами или фрагментарное восприятие устной речи, что может, например, затруднить занятия математикой, несмотря на то, что хотя ребенок умеет выполнять арифметические действия, ему не удается понять условие задачи.

✓ У многих детей с РАС есть особенности развития сенсорной сферы. Некоторые дети не переносят громких звуков или яркого света, сильным раздражителем также может стать запах или прикосновение (причем окружающим все это, как правило, не доставляют никаких неудобств). То, что может восприниматься как странности в поведении, часто является реакцией ребенка на сенсорные раздражители, причиняющие ему большие неудобства, а иногда даже боль.

✓ Дети с РАС могут успокаивать себя при помощи привычной стимуляции. Например, при воздействии яркого света или громкой музыки некоторые дети могут трясти кистями рук, или подпрыгивать на месте, или катать колесики у игрушечной машинки, держа ее максимально близко к глазам. Механизмы этих действий похожи на те, которые мы демонстрируем, покачивая ногой или накручивая волосы на палец при неприятном разговоре или долгом ожидании.

Странности в поведении ребенка с РАС (так же как любое странное поведение ребенка без РАС) могут получить объяснение специалиста, и с помощью практических занятий с ребенком и его родителями такое поведение может быть изменено.

## 2. Что делать, если ребёнок не хочет сотрудничать?

- НЕ ПРОСИТЕ ребенка сделать что-либо. Убедитесь в том, что вы обращаетесь к нему с требованием, а не с просьбой. Не говорите: «Можешь приклеить солнышко?», шанс услышать «Нет» будет огромным и неприятным для нас. Скажите: «Приклей солнышко».

- Задайте себе вопрос, насколько большим значением обладает отказ от сотрудничества. Если вы говорите ребенку убрать за собой стол, и он это делает, но начинает плакать, насколько это важно? Решите для себя, что является для вас приемлемым, а что нет, и четко придерживайтесь этого плана.

- Не относитесь к отложенному отказу от сотрудничества как к чему-то допустимому. Когда вы предъявляете требование, ребенок должен тратить разумное количество времени (3-5 секунд) на его выполнение. Если по истечению этого времени он по-прежнему не приступает к выполнению требования, то это приучает ребёнка медленно реагировать или вовсе игнорировать взрослого.

Если вы понимаете, что сотрудничества нет, то вам поможет трёхступенчатая подсказка «сказать, показать, сделать».

**Этап 1 «Сказать»:** Предъявите ребенку требование, например, «собери бумагу». Подождите 3-5 секунд, пока ребенок начнет его выполнять. Если на этом этапе ребенок сотрудничает, предоставьте ему поощрение. Если нет, перейдите к этапу 2.

**Этап 2 «Показать»:** Повторите требование во время того, как вы будете моделировать или демонстрировать действие, которое ожидается от ребенка. Скажите: «Собери бумагу вот так», (педагог собирает некоторые листы и складывает их на место). Подождите 3-5 секунд, пока ребенок начнет выполнять требование. Если на этом этапе ребенок сотрудничает, похвалите его или предоставьте поощрение, но в меньшем количестве, чем предоставили бы, если бы он проявил сотрудничество на этапе 1. Если же ребенок не выполняет требование, перейдите к этапу 3.

**Этап 3 «Сделать»:** Повторите требование. Подойдите к ребенку и сделайте физическую подсказку к тому, чтобы он собрал бумагу при минимальном использовании речи и зрительного контакта. Используйте подсказки типа «рука взрослого поверх руки ребёнка», поднимая и собирая листы один за другим. Игнорируйте проблемное поведение, которое демонстрирует ребенок, например, хныканье и жалобы. Не предоставляйте похвалу или поощрение до тех пор, пока ребенок не закончит работу. Не прекращайте использование подсказок «рука поверх руки» до тех пор, пока требование не будет выполнено.



Через некоторое время ребенок поймет, что у него есть два варианта на выбор: сотрудничество и получение похвалы или поощрения, или же отказ от сотрудничества и НЕполучение похвалы или поощрения в сочетании с выполнением требования в конечном итоге. Как правило, негибкое поведение очень быстро уменьшается в результате применения трехступенчатых подсказок. Эту процедуру может использовать любой человек из ближайшего окружения ребенка.

Важно:

- Инструкцию необходимо повторять при каждой подсказке.
- Ни один из перечисленных шагов не должен повторяться.
- Разговоры на посторонние темы не допускаются.
- При проявлении сотрудничества ребенок должен получить поощрение.
- Не поощряйте появление необходимости в физических подсказках.

### **3. Структурирование среды.**

#### **• Индивидуальное занятие**

Работа один на один даёт нам намного больше вариантов манипулирования средой. Мы получаем возможность контролировать уровень шума, освещения, расстановку стульев и расположение материала. Например, для ребёнка, склонного к порче рабочего материала, мы можем предоставлять его только в наших руках, а для ребёнка, которому причиняет дискомфорт яркое освещение, мы можем приглушить или отключить свет.

#### **• Предоставление выбора**

Мы спрашиваем ребёнка: «Что ты хочешь? Рисовать красками или карандашами?.. Посчитать грибочки или разложить цифры?.. Спеть песенку или сначала послушать её?..». Часто ребёнок не хочет ни то ни другое, но выбор деятельности даёт ребёнку ощущение контроля над ситуацией.

#### **• Визуальные подсказки и визуальные расписания**

Могут быть использованы вместо словесных или текстовых инструкций. При переходе от одной деятельности к другой перенаправляем ребёнка на карточку, изображающую, что будет дальше. Подходит для детей с хорошим визуальным восприятием.

- **«Прайминг» (предупреждение)**

Это предварительное изучение с обучающимся материалов и видов деятельности перед тем, как они будут представлены в группе, а также предварительная практика. Стараемся не преподносить ребёнку сюрпризов, предупреждаем родителей о деятельности на следующем занятии.

- **Уменьшенная рабочая нагрузка**

Применяется, если ребёнок находится в плохом самочувствии или испытывает адаптационный период.

- **Альтернативные виды деятельности**

Для случаев, когда деятельность группы не является подходящей для ребенка. Вы применяете ваш «чёрный чемоданчик». Его содержимое вам могут предоставить родители, или вы можете собрать его сами после ознакомления с возможностями и интересами ребёнка.

- **Включение**

Добавляем такие виды деятельности группы, которые дают нормотипичным сверстникам возможность помогать и сотрудничать с аутичным ребёнком, например, совместное обучение или творческие проекты.

- **Место для стиминга (получение ребёнком сенсорных ощущений с помощью стереотипичных действий)**

Нам понадобится небольшая часть кабинета, освобождённая от мебели. Если ребёнок начинает стремиться бегом, прыжками, размахиванием руками и проч. амплитудными движениями, для которых нужно пространство, перенаправляем его в свободное пространство. Если у нас есть возможность перенаправить ребёнка со взрослым в сенсорную комнату или спортивный зал, то выбираем эту альтернативу как наилучшую.

- **Безопасная среда**

Если аутичный ребёнок замечен в глотании мелких предметов, или вы предупреждены, что ребёнок любит забираться на окна и открывать их, то вам сильно упростит жизнь небольшая подготовка своего рабочего места. Просканируйте кабинет взглядом первооткрывателя, определите возможные источники опасности и заблокируйте их.

#### 4. **Нежелательное поведение.**

##### **Алгоритм работы с нежелательным поведением:**

1. Поощряем отсутствие нежелательного поведения.
2. Не подкрепляем (не даём ребёнку добиться поведением того, что он хочет).
3. Перенаправляем и видоизменяем действия ребёнка. Если ребёнок трясёт ручками, то даём ему вещь, которую социально – приемлемо трясти. Если ребёнок прыгает, делаем физкультминутку с прыжками.
4. Учим просить желаемого социально приемлемыми способами (если ребёнок не владеет речью, то жестами, карточками, допустимыми прикосновениями).
5. Если ребёнок избегает чего-то, то «подаём» это маленькими порциями и хвалим за отсутствие нежелательного поведения.
6. Во время нежелательного поведения не смотрим на ребёнка, даже в случае блокирования, и не говорим ему ничего. Когда он успокаивается – хвалим.

##### **Как выглядит нежелательное поведение?**

1. Агрессия:
  - на себя (укусы, вырывание волос),
  - на других (удары, пинки, щипание, ругательства),
  - на предметы (разбрасывание, битьё посуды).
2. Аутостимуляция (махи руками, прыжки, стук).
3. Стереотипия (выстраивание предметов, пристрастие к одной одежде, кручение колёс).
4. Социально неприемлемое поведение (крик, раздевание в публичном месте, есть несъедобное).

##### **Как формируется нежелательное поведение?**

1. На происхождение поведения влияют предшествующие факторы (то, что происходит перед поведением, «запускает» его) и последствия.
2. Чем ближе по времени они к поведению, тем больше на него влияют.
3. Управляя предшествующими факторами и последствиями, мы можем менять поведение.

## **Функции нежелательного поведения.**

1. Доступ к желаемому предмету или действию.
2. Прекращение нежелательного стимула или действия.
3. Привлечение внимания.
4. Получение сенсорных ощущений (аутостимуляция).

## **Действия педагога.**

Желательное поведение – тренируем, подкрепляем.

Нежелательное поведение – ослабляем, видоизменяем.

I. Определяем, что запускает поведение. Убираем или изменяем «кнопку запуска» поведения.

Пример 1: Каждый раз, когда ребёнок слышит шум в коридоре после окончания занятий, он сжимает руку в кулак и несколько раз бьёт себя по голове.

### Убираем «кнопку запуска»

- Переносим занятия на этаж, где не проводятся другие занятия или кабинет с хорошей звукоизоляцией.
- Перед окончанием занятий даём ребёнку наушники с его любимой музыкой или что-то, что не пропустит звук (беруши, шумопоглощающие наушники).

Пример 2: На индивидуальном занятии ребёнку озвучивают задание, после чего он улыбается и обнимает педагога за шею, кладёт голову взрослому на плечо.

### Изменяем «кнопку запуска»

- Садимся так, чтобы ребёнка от нас отделял стол.
- Даём ребёнку задание, написанное на листе, и указываем на него жестом. Можно заранее разложить задание на столе и дать ребёнку визуальное расписание (последовательность картинок из заданий, которые он должен выполнить по очереди).
- Хвалим ребёнка за то, как он здорово выполняет задание и красиво сидит на стульчике.

II. Определяем, что закрепляет поведение. Убираем или изменяем последствия.

Пример 1: Ребёнок кричит, чтобы привлечь внимание мамы. Мама начинает отчитывать ребёнка за крик.

#### Убираем следствие

Когда ребёнок начинает кричать, то мама не обращает на него внимание.

Пример 2: Ребёнок начинает напевать песенку после того, как педагог просит его открыть учебник. Ребёнок поёт, учитель просит его замолчать, уговаривает открыть книгу, ребёнок игнорирует слова педагога.

#### Убираем следствие

Когда ребёнок начинает напевать, педагог игнорирует пение, подходит к ребёнку и с физической подсказкой открывает учебник руками ребёнка.

Пример 3: Девочка плюётся в своего брата, когда видит его. Брат плюётся в ответ.

#### Изменяем следствие

Каждый раз, когда девочка плюёт, она не может играть со своей любимой куклой в течение часа.

Пример 4: Ребёнок рисует на стенах фломастером. Мама говорит, что так делать нельзя и моет стены.

#### Изменяем следствия

Когда ребёнок разрисовывает стены, то мама заставляет его их отмывать.

## **Работа с агрессивным и аутоагрессивным поведением?**

### **ВСЕГДА БЛОКИРУЕМ И ПЕРЕНАПРАВЛЯЕМ**

Пример: Педагог даёт задание ребёнку, после чего ребёнок бьёт его/себя кулаком.

Действия: Как только ребёнок сжимает руку в кулак, чтобы ударить, педагог удерживает его за руку, не давая ударить. Затем педагог перенаправляет руку ребёнка для выполнения нейтрального действия (взять чашку, подвинуть книгу, указать рукой на окно).

Инклюзивное образование доступно любому ребенку с РАС, несмотря на его трудности и дефициты. До сих пор значительная

часть детей с аутизмом оказывается за бортом системы образования, поскольку их возможности не соответствуют той или иной программе. Но при изменении программы и подхода к обучению даже те дети, которые не могут научиться писать и считать, все равно, могут обучаться в системе дополнительного образования вместе со своими сверстниками.

Интернет-ресурсы:

<http://autism-aba.blogspot.ru>