**Организация жизнедеятельности и воспитания детей с аутизмом.**

Потребность детей с РАС (расстройством аутистического спектра) в общении неизмеримо ваше, чем у их сверстников, без особенностей в развитии.

При этом на семьи, занимающиеся воспитанием ребенка-аутиста,ложится большая физическая и психологическая нагрузка. Чтобы обеспечить таким детям необходимый им уход, а также для предоставления возможностей адаптации, социализации, коррекции и развития как минимум один взрослый (чаще всего его мама) должен уделять ребенку практически все свое время.

Естественно, воспитание таких детей требует выработки определенного алгоритма.

Занятия с ребенком имеющим РАС.

Известно, что довольно большое число детей с РАС, родители которых приложили немало усилий для их развития в детстве, в последующем добивались больших успехов в самых разных областях. Чтобы такие дети могли лучше адаптироваться и функционировать в обществе, а также чтобы они имели возможность реализовать свой потенциал необходимо на постоянной основе, упорно и неуклонно заниматься их развитием. При этом сама программа занятий должна быть составлена с учетом увлечений самого ребенка. Такой подход будет обеспечивать захват его внимания и наиболее полное погружение в образовательный процесс.

Четкий режим дня.

Учитывая тот факт, что дети с РАС весьма болезненно относятся даже к незначительным изменениям, вносимым в их распорядок дня, порядок выполнения действий и даже в расстановке вещей, необходимо выработать четкий режим дня.

Такой режим должен быть сформирован с учетом индивидуальных возможностей самого ребенка и давать ему возможность чувствовать себя наиболее комфортно. При этом любые корректировки, вносимые в распорядок дня, должны быть минимальными и постепенными, с достаточным временным интервалом для адаптации ребенка, а также положительно подкреплены и актуализированы.

Непрерывность занятий.

Условие непрерывности занятий для детей с РАС является одним из ключевых в обеспечении их развития. Прогресс возможен, но достигается постоянными и упорными усилиями, а вот регресс, напротив может наступить довольно скоро. Поэтому семьям с такими детьми необходимо потратить довольно много времени, терпения и упорства для достижения непрерывности в образовательном процессе. При острой необходимости можно уменьшить продолжительность проведения занятий, но пропускать их строго не рекомендуется.

Общение с ребенком – аутистом.

Дети с РАС нуждаются в общении намного сильнее, чем их сверстники без особенностей развития, хотя по их поведению (раздражительность, отсутствующий взгляд и так далее) данное утверждение не всегда кажется очевидным. Так же необходимо помнить, что дети-аутисты испытывают потребность в периодическом уединении, поэтому необходимо предоставлять таким детям возможность и время побыть в одиночестве. Кроме того, особенностью таких детей зачастую является крайне болезненнаяреакция на прикосновения, но тактильный контакт незаменим для развития их психики. В таких ситуациях неоценимую помощь может оказать проведение легкого массажа перед сном.

Рекомендации родителям по организации жизнедеятельности ивоспитанию детей с аутизмом.

Чтобы предоставить возможность детям с РАС как можно быстрее и эффективнее адаптироваться к общественной жизни, научить их контролировать свое эмоциональное состояние и поведение родителям этих детей необходимо как можно скорее принять ребенка таким какой он есть, не пытаться замаскировать диагноз и не акцентировать внимание на негативных моментах. Вместо этого требуется организовать вокруг такого ребенка атмосферу доверия, любви и заботы, действовать исходя из интересов ребенка и организовывать его жизнедеятельность до тех пор, пока он не будет способен делать это самостоятельно.

Важным условием развития таких детей является формирование устойчивых положительных стереотипов в области контроля поведения, в частности это касается вопросов соблюдения режима и распорядка дня, самообслуживания. При этом успехи ребенка на этом пути требуют обязательного положительного подкрепления, но без крайних проявлений (стараться не баловать).

Помните, что аутизм - это расстройство развития ребенка, сохраняющеесяна протяжении всей жизни и без вашей поддержки ребенку с аутизмом будет крайне тяжело, а зачастую невозможно адаптироваться и функционировать в обществе.

Планы по изменению поведения

Необходимо выработать четкий и понятный план по корректировке поведения и неуклонно уму следовать. Такой поведенческий план содержит три компонента: А, В и С.

*А. Антецедент, предшествующий стимул*

Это четкая и однозначная для понимания команда или инструкция, которая дается ребенку непосредственно перед его ответной поведенческой реакцией.

Например, М. говорим, что пора собираться на прогулку. Фраза о том, что М. пора собираться на прогулку (пойдем гулять) — это антецедент.

*В. Поведение*

Это реакция ребенка, которая следует за антецедентом. Также ееможно определить, как целевое поведение. В рамках плана по изменению поведению цель — уменьшить или увеличить то, или иное целевое поведение. Например, увеличить поведение — М. надевает шорты и футболку.

*С. Последствия*

Это эмоциональная и поведенческая реакция родителя или другого члена семьи, которая следует за целевым поведением ребенка. Эта реакция способствуетизменению частоты проявления такого поведения.

Например, если М. одевается без посторонней помощи, то ему разрешают некоторое время (10-15 минут) поиграть в любимую игру перед тем, как пойти на прогулку.

Необходимо помнить, что перед внедрением плана по корректировке поведения ребенка, родителю нужно:во первых, внимательно и четко определить на какое конкретное целевое поведение будет осуществляться воздействие, а во вторых решить в какую сторону (увеличение или уменьшение) будет изменяться частота такого поведения.

В том случае если требуется выработать, сохранить или увеличить частоту целевого поведения, необходимо определиться с тем какое положительное подкрепление выбрать, ведь эта награда, которая будет означать для самого ребенка правильность его действий, и он будет стремиться заработать эту награду.

Несмотря на то, что зачастую при корректировке поведения требуется уменьшить частоту или вовсе искоренить какое-либо целевое поведение, а значит и выработать отрицательные последствия этого поведения, все же нацеленность на положительное подкрепление целевых реакций намного более эффективна для образовательного процесса.

*Доски выбора*

Очень хорошим инструментом для мотивации ребенка на выполнение заданий, является так называемая ДОСКА ВЫБОРА, которая дает возможность детям самим выбирать какую награду получить.

Понаблюдайте за реакцией своего ребенка на предлагаемые ему поощрения (предметы, определенные занятия или угощения) и определитесь с его предпочтениями.

После это, в зависимости от особенностей и умений ребенка (умение читать, способность понимать зрительные образы) сделайте какой-либо символ для желаемой награды и прикрепите его к доске при помощи веревочки, ленты-«липучки» или магнита. Доска должна иметь возможность быть измененной, чтобы выбор награды был приемлемым и уместным в конкретной ситуации. Например, не стоит давать сладости в виде вознаграждения перед обедом, чтобы не испортить аппетит.

В дальнейшем для мотивирования вашего ребенка эта доска предоставляется ему как до выполнения требуемого задания (для того, чтобы заинтересовать ребенка), в процессе выполнения (для удержания его внимания) и после (для того, чтобы выбрать награду).

*Прямые инструкции*

Очень хорошим приемом для повышения эффективности образовательного процесса и в особенности это касается детей с РАС, является предоставление ребенку четких, прямых инструкций.

Прямые инструкции направлены на развитие навыков ребенка и на том, чему реалистично научить его за одно непродолжительное занятие. При этом методе сложные навыки разделяются на ряд более простых в выполнении составных частей. Каждый из таких небольших шагов осваивается ребенком отдельно и впоследствии эти небольшие умения составляются вместе и формируют более сложные навыки. Например, если требуется выработать у ребенка навык самостоятельно одеваться, то сначала его следует обучить одевать штаны, затем после закрепления этого умения – одевать рубашку, после чего – обуваться. В итоге комбинируя эти небольшие навыки, ребенок осваивает сложный составной навык – умение одеваться.

*Карточки «сейчас-потом»*

Научные изыскания психолога Дэвида Премака (1965) доказали, что люди скорее выполнят дело, которого не хотят, если знают, что за этим последует что-то желаемое. Этому поведенческому феноменуподвержены как взрослые, так и дети. Карточка «сейчас-потом» — это инструмент.

Карточки сейчас-потом желательно изготавливать из легкого материала, например, из картона или ламинированного листа бумаги. Карточки необходиморазделить на две половины одной линией. В левой части карточки наверху пишется слово «Сейчас» и под ним размещается символ необходимого для выполнения задания. В качестве символа можно использовать рисунки, слова, фотографии или небольшие предметы, а крепить с помощью веревочек, магнитиков или скотча. В правой части карточки наверху пишется слово «Потом». На первых порах, для понимания условий этого инструмента, ребенок должен выполнять задание из графы «Сейчас», а награду, которую ему хочется, размещает в графе «Потом» по собственному выбору.

Когда ребенок понимает формат карточки сейчас-потом, то можно увеличивать количество требуемых от него заданий. У ребенка появляется своего рода ориентир.

Взрослый должен относиться к карточкам сейчас-потом как к своего рода контракту или соглашению. Если ребенок прилагает достаточно усилий для выполнения задания, то обязательно должен получить награду.

*Макро и микро расписания.*

Расписания — чрезвычайно полезны и важны для детей с расстройствами аутистического спектра. Они уменьшают потребность в запоминании вербальных инструкций. Это повышает понимание и делает окружающую среду более предсказуемой для ребенка.

Минимальное расписание с использованием предметов

Дети с аутизмом нуждаются в помощи для понимания того как реагировать на разнообразные стимулы, как внутренние, так и внешние. Наглядные расписания помогают ребенку сосредоточиться навыполнении требуемыхдействий и повышают его успехи в обучении. Расписания составляются из изображений. При этом следует избегать конкретизации по времени, так как ребенок может акцентировать свое внимание не на конкретном действии, а на времени его выполнения.

*Проигрывание по ролям*

Проигрывание по ролям — это инструмент, который помогает детям с РАС правильно реагировать и взаимодействовать в различных жизненных ситуациях.

Данный инструмент помогает выработать необходимые навыки общения, повысить уверенность в себе и осознать важность коммуникации, как вербальной (словесной), так и не вербальной (интонации, жесты, улыбка).

В процессе моделирования социальных ситуаций важно постоянно объяснять ребенку важность и значение различных вариантов реакции, а также периодически меняться ролями.

Создание четкого алгоритма режима дня, поддержка и любовь станут залогомлегкой адаптации, социализации, коррекции и развития ребенка с расстройством аутистического спектра.