

Советы взрослым из ближнего и дальнего окружения ребенка с расстройством аутистического спектра.

Применяйте планомерное сотрудничество ребенка со взрослым для того, чтобы у него перед глазами всегда был эталонный вариант, с которым он мог сравнить результаты своей деятельности, а также созерцать действия, движения взрослого, слышать его мысли. Партнерство с ребенком в различных совместных с ним делах это значит – помогать, успокоить и дать ему чувство защищенности.

- Соблюдайте с детьми постоянное страхование: будьте готовы их поймать, схватить, подложить руку на опасное место и т.д., будьте готовы предотвратить возникновение ситуации, которая провоцирует физическую самоагрессию ребенка. Помните, что некоторые дети могут провоцировать такие реакции взрослого и при этом испытывать удовольствие и радость.
- Целенаправленно опекайте предметную деятельность и игру ребенка. Тщательно относитесь к организации и руководству детской деятельностью.
- Используйте большую привязанность ребенка отношению к предметам, чем к людям. На этой основе косвенно налаживайте диалог с ними, например, через музыкальные инструменты, танцы, спортивные игры. В то же время налаживайте слухо-вокальную, слухо-двигательную и зрительно-двигательную координацию общей и мелкой моторики, формируйте доступный для ребенка уровень способности синтезировать их в одной деятельности (побуждайте ребенка к поиску слева-справа, сверху-снизу и т.п.).
- Устраните из окружения ребенка все то, что может напугать его: резкие звуки (хлопанье дверью, грохот посудой, ссору, громкую музыку); резкие зрительные впечатления; резкие запахи, грубые обращения и тому подобное.
- Помните, что взгляд взрослого, звуки его голоса, приближения и касания могут вызвать у ребенка только оборонительную реакцию в виде различных вариантов отстранения и избегания (предотвращения и отвода глаз, нежелание слушать, касаться, вступать в любой контакт).
- Поддерживайте элементы общения, попытки вступить в контакт, реакции на обращение взрослого. При этом всячески учитывайте особенности их осуществления ребенком, поскольку, несмотря на то, что ребенок «ходит мимо
13

людей», он никогда не наталкивается на них, может заплакать, когда на него или при нем кричат.

- Систематически используйте возможности арт-терапевтических средств как социально приемлемого выхода агрессивности и негативных эмоций ребенка с аутизмом, безопасного способа снятия напряжения, уменьшения страхов, агрессии и жестокости. Совместное участие в рисовании, в музыкальных занятиях, в элементарных спортивных играх будет способствовать формированию осознанного сопереживания и взаимной поддержки.

«У вашего ребёнка аутизм» - 5 советов родителям, узнавшим эту новость.

Ваши подозрения подтвердились, и у ребенка действительно расстройство аутистического спектра (РАС). Что делать в первую очередь? Как не потерять драгоценное время? С чего начать работу и реабилитацию? Помогут ли лекарства? Познакомьтесь с алгоритм самых первых действий родителей детей РАС.

1. Не пропустите тревожные признаки

Еще до постановки точного диагноза важно не упустить время и начать раннее вмешательство. Чем раньше родители обратят внимание на первые симптомы у ребенка, указывающие на возможное расстройство аутистического спектра, тем быстрее и эффективнее может быть оказана помощь.

Вот некоторые из возможных признаков-ориентиров для обращения к специалисту: звуки, одинаковые во всех ситуациях (голод, злость, интерес, раздражение, радость), нежелание тактильного контакта, отстранение во время объятий и ласк, нежелание продлить тактильный контакт, отсутствие ответной улыбки и контакта глазами, пониженная чувствительность к боли, необычная привязанность к предметам, агрессия.

2. Убедитесь, что диагноз верный

В международной практике диагноз «аутизм» ставит не один врач, а группа специалистов, чтобы исключить возможную ошибку. Если вам как родителю кажется, что есть повод для беспокойства, не тяните и покажите ребенка специалистам.

Комплексная диагностика аутизма может включать в себя: наблюдение ребенка и его взаимодействия с людьми и предметами в разных обстановках, физический осмотр, психологические тесты, генетическое исследование, неврологическое исследование, оценку речи и сенсомоторики, оценку когнитивных способностей, историю семьи. На постановку диагноза уйдет некоторое время. Аутизм – диагноз, который невозможно поставить за одно посещение врача. Для постановки точного диагноза лучше всего обратиться в организации системы ранней помощи и профильные центры. При отсутствии в вашем городе специализированного центра раннего вмешательства, первым шагом к постановке диагноза станет первичное посещение терапевта и получение направлений к специалистам.

3. Обратитесь к психологу сами.

Новость о том, что у вашего ребенка диагностировано расстройство аутистического спектра, травматична. Это стресс, с которым большинство родителей не в состоянии справиться самостоятельно. И здесь действует правило, применяемое в самолете: «Наденьте маску сначала на себя, потом на ребенка». Мама, изо всех сил желающая помочь своему ребенку (реабилитироваться, социализироваться, приобрести полезные навыки), в первую очередь должна помочь самой себе: принять эту новость и научиться поддерживать себя в ресурсном состоянии. Лучше всего с этой задачей может помочь справиться хороший психолог.

4. Найдите родителей детей с РАС и нужных специалистов в своем городе.

В первую очередь, знакомство с другими родителями необходимо для поддержки и понимания, что вы не одни такие. В пространстве людей, переживающих схожую с вашей ситуацию, проще сориентироваться, поделиться страхами, переживаниями, поговорить по душам. Еще одна задача, которую решает сообщество родителей, – поиск и проверка информации.

Если родитель присоединяется к уже существующей группе людей, он может воспользоваться их знаниями и опытом и сэкономить собственные время, силы и деньги. Можно поискать подобные сообщества в социальных сетях по запросам «аутизм_(название города)», «особенные дети_(название города)», спросить контакты других родителей у специалистов.

Терапия при аутизме всегда комплексная. В подборе оптимальных методов и выстраивании определенного алгоритма действий в идеале должны быть задействованы сразу несколько специалистов: психолог, дефектолог, педагог, детский психоневролог. Невозможно выстроить программу терапии, универсальную для всех детей с РАС. В каждом отдельном случае это будет индивидуальный комплекс. На наблюдение и разработку методов терапии может уйти определённое время (индивидуально для каждого ребёнка).

5. Обеспечьте себя проверенной информацией

К сожалению, далеко не в каждом крупном городе нашей страны, тем более в провинциальных центрах или деревнях есть возможность получения профессиональной, квалифицированной терапии и помощи как родителям детей с РАС, так и самим детям. И в этом случае родителям придется самостоятельно погрузиться в вопрос и изучать его по мере сил.

Главное правило: информация должна быть проверенной и качественной. На сайтах ведущих российских фондов, занимающихся вопросами аутизма, собрано огромное количество статей, ссылок, методов, наблюдений. Ниже даны ссылки, которые могут оказаться полезными.