

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Тишурова А.Я.,
руководитель отдела ППМСП,
педагог-психолог
высшей квалификационной категории

Уважаемые родители детей, имеющих расстройства аутистического спектра! В настоящее время у наших деток остро актуальными являются нарушения коммуникации и социального поведения. Таким ребятам всю жизнь приходится приспосабливаться к социальной обстановке, т. к. все окружающее для них является постоянным источником стресса.

Рассмотрим сегодня несколько правил адаптации, обучения и общения, соблюдая которые, прежде всего, вы родители, а, затем и остальные взрослые, помогут снизить психоэмоциональное напряжение и несколько повысить стрессоустойчивость наших детей.

Эти правила, конечно, носят рекомендательный характер, и, с точки зрения психологии, являются наиболее щадящими, иногда вариативными и, самое главное, учитывающими особенности мировосприятия нашими детьми.

Итак, правила адаптации:

1. Мы должны понимать, что процесс адаптации ребенка к новым, постоянно изменяющимся условиям, является длительным и нестабильным.

2. Для ребенка важна продолжительность контактов, т.е. максимальное время проведения с ребенком одного и того же основного взрослого или помощника.

3. Необходимо создать ребенку тихое, уединенное место, где бы он мог побыть некоторое время один.

4. У ребенка должно быть достаточно свободного времени, проводимого в одиночестве, чтобы он мог восстановиться после чрезмерной стимуляции, например, после занятия или дидактической игры.

5. Если ребенок находится в незнакомом помещении, то он должен иметь возможность выйти из данного помещения.

6. Важно предоставить ребенку возможность самостоятельно обследовать помещение.

7. При этом ребенок может иметь при себе привычный любимый предмет, игрушку.

8. Нам, взрослым нужно дозировать контакты с ребенком, следя за малейшими изменениями его состояния.

12. Общение должно осуществляться негромким голосом, иногда даже шепотом, если ребенок возбужден.

13. Необходимо избегать прямого взгляда на ребенка, резких движений.

14. Не следует обращаться к ребенку с прямыми вопросами или настаивать на продолжительности выполнения какого-нибудь задания в случае отказа.

15. Одежда взрослого должна быть темных или нейтральных тонов, и в ней должно быть постоянство.

16. Особые дети любят четкий режим дня и постоянство окружающей обстановки, потому что хотят понимать, что происходит вокруг них, и уметь предсказывать события: это дает им чувство уверенности и безопасности.

17. Важно организовать его жизнь по принципу четкой повторяемости и постоянства: избегание резких перемен в обстановке, создание для ребенка наглядного расписания или режима дня и обозначение четких правил поведения в картинках (что можно, что нельзя).

Правила обучения и общения:

1. Выбирайте такие виды и способы деятельности, в которых ребенок может достичь успеха.

2. Не пытайтесь обучить ребенка новому виду деятельности за один прием.

3. Будьте терпеливы, и ребенок начнет сам выполнять все, что от него требуется, сначала под вашим наблюдением, а затем самостоятельно.

4. Начинайте с легкого задания (малое количество стимулов, небольшое время для завершения). Вначале обучения используйте те предметы, с которыми легко действовать (знакомые на ощупь, на взгляд, на запах, на вкус, на звук).

5. Действуйте в прямой и обратной последовательности. «Прямая последовательность» означает, что вы поощряете ребенка выполнить первый шаг в начале выполнения и заканчиваете действие сами. «Обратная последовательность» - когда ребенок заканчивает действие, которое начали вы.

6. Постепенно поощряйте его все активнее и больше участвовать в выполнении задания. Важно при каждой возможности вызывать в нем чувство радости и гордости за свой успех.

7. Следите за тем, на каком уровне развития находится Ваш ребенок, и предлагайте только такие задания, которые он в силах выполнить.

8. Сосредоточьтесь на маленьких шагах и не пытайтесь достичь всего сразу.

9. Почаще применяйте мультисенсорный подход, т. е. старайтесь задействовать все органы чувств ребенка. Вместо того, чтобы просто рассказывать ребенку о том или ином предмете, включите и другие способы восприятия. Если речь идет о фруктах, покажите ему фрукты, дайте их подержать, понюхать, поиграть ими и попробовать. Реальный предмет воспринимается гораздо легче, чем картинка в книжке. Многие дети лучше воспринимают зрительные образы, чем слова.

В заключении несколько советов по созданию доброжелательной атмосферы во время взаимодействия взрослого с ребенком:

- хвалите ребенка и уделяйте ему внимание тогда, когда поведение соответствует желаемому
- учтите, что наши дети не всегда способны осознать и понять похвалу и одобрение взрослого, поэтому выражайте свое одобрение и восхищение так часто, ярко и отчетливо, как только можете. Не бойтесь перехвалить ребенка!
- всякий раз, когда ребенок впервые хорошо выполняет какое-то действие, не скупитесь на похвалы: поощряйте его словесно, мимикой и жестами, улыбайтесь, смейтесь, хлопайте в ладоши
- ребенок не всегда понимает, за что именно его хвалят, поэтому об этом обязательно надо сказать вслух. Говорите: «Как хорошо, что ты сделал...», «Какой ты молодец, что сидишь прямо!» и т. д.
- избегайте фраз: «Ну вот, опять ты все делаешь неправильно!»
- концентрируйтесь на достижениях ребенка и не обращайтесь внимания на его неудачи
- старайтесь сохранять позитивный настрой и передавать его ребенку.

Консультация подготовлена по материалам сайта: <https://autism-frc.ru/>