

**Консультация педагога-  
психолога для родителей  
детей со сложным дефектом**

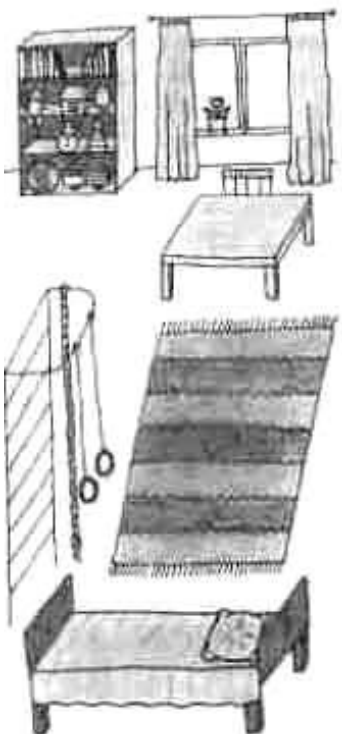
**Жизненное пространство аутичного  
ребенка**



Жизненное пространство аутичного ребенка требует особой заботы и специальной организации. Он очень раним, и это делает его беззащитным перед окружающим миром. Пространство, в котором он живет и развивается, приобретает особую, терапевтическую значимость. По степени удаленности от места, где ребенок (дошкольник) находится большую часть жизни, пространство подразделяется так: детская комната, квартира, ближайшая к дому территория. По виду деятельности ребенка пространство можно условно разграничить на *бытовое* — все, что касается усвоения навыков повседневной жизни (туалет, прием пищи, подготовка ко сну и т.д.), *игровое* — место для разнообразных игр, *учебное* — место для специальных развивающих занятий, и *ближайшее социальное окружение*<sup>1</sup> — лестничная клетка, где происходит общение с соседями, детская площадка, где ребенок вступает в общение с другими детьми, магазин, улица. Постараемся описать возможности организации пространства, в котором живет и действует аутичный ребенок, учитывая оба аспекта.

### детская комната

Позаботьтесь о том, чтобы детская комната стала для ребенка «крепостью», комфортным местом, в котором он чувствовал бы себя в безопасности и, если возникнет необходимость, имел бы возможность укрыться от внешних влияний. Это потребует от родителей чуткости и любви, а также выполнения ряда необходимых условий:



## БЕЗОПАСНОСТЬ

Детская комната должна быть оборудована с учетом того, что ребенок будет здесь бегать, прыгать, кувыркаться, карабкаться по мебели и т.д. Поскольку у ребенка с синдромом раннего детского аутизма часто отсутствует «чувство края», а в состоянии аффекта он может перестать контролировать свои движения и действия, необходимо обставить детскую комнату устойчивой мебелью без острых углов.

В комнате не должно быть опасных предметов (тяжелых, острых, бьющихся и др.). Эта рекомендация касается и квартиры в целом: все потенциально опасные предметы должны прятаться или запираться. Иначе мы рискуем спровоцировать ситуацию, в которой ребенок примется подбрасывать вверх молоток или разбивать электрические лампочки о кафельный пол на кухне. Поскольку аутичного ребенка очень трудно, а порой невозможно переключить с понравившегося ему занятия, а увещевания и запреты оказываются безрезультатными, возникает ситуация острого конфликта: ребенок хочет играть с ножом, не понимая, что это опасно, а мы не можем отобрать у него нож, так как он сопротивляется. Действуя силой, мы рискуем вызвать у ребенка аффективный срыв. Поэтому необходимо остараться заранее застраховаться от подобных ситуаций, хотя всего, конечно же, не предусмотреть.

Под «ближайшим социальным окружением» мы условно подразумеваем территорию, в пределах которой осуществляется общение аутичного ребенка со взрослыми и сверстниками, а также происходит ознакомление с окружающим миром, и в первую очередь с миром людей.

### - ВТОРОЕ УСЛОВИЕ — ОБЕСПЕЧЕНИЕ КОМФОРТА И УЮТА

Оформите комнату в приятных, неярких, успокаивающих тонах, электрическое освещение должно быть мягким, не режущим глаза.



### ТРЕТЬЕ УСЛОВИЕ — НАЛИЧИЕ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Поскольку детская комната—это место, где ребенок играет и учится, она требует содержательного наполнения.

Так, в комнате обязательно должна быть *парта* или *стол* со *стульчиком*.

Ребенку нужны *игрушки*:

— деревянные и пластмассовые строительные наборы, конструкторы;  
— разнообразные матрешки, пирамидки, вкладыши;

— звучащие игрушки и набор игрушечных музыкальных инструментов (см. раздел «Игры со звуками», с. 41);

— игры для развития мелкой моторики —

мозаики, деревянные бусы, игры со шнурками и др.;

— развивающие настольно-печатные игры — разрезные картинки, лото, домино, доски Сегена, рамки Монтессори и др.;— игрушки для сюжетно-ролевых игр — куклы, мишки, другие мягкие и резиновые игрушки, машинки, кукольный домик, кукольная посуда и мебель, аптечка и т.д.

**Детские книжки** для домашней библиотеки подбираются с учетом возраста ребенка и его предпочтений. Они должны быть понятны ребенку, полезны для реального освоения окружающего мира (избегайте слишком абстрактных, фантастических сюжетов), вызывать положительные эмоции (книжки, где описаны страшные или социально неадекватные ситуации, нужно исключить, во всяком случае — на начальном этапе). Если ребенку особенно нравится какая-то история, поддерживайте его интерес, развивайте его, связывая с повседневной жизнью.

Кроме этого, у ребенка должен быть **материалы для творчества**: цветные карандаши и фломастеры, акварельные и гуашевые краски, пастельные мелки и мелки для рисования на асфальте, цветная бумага и картон, пластилин и т.д.

Особо отметим необходимость для физического развития ребенка **спортивного оборудования**: очень хорошо, если комната ребенка оборудована спортивным комплексом со шведской стенкой, кольцами, канатом. Кроме того, купите ребенку разнообразные мячи, обручи, скакалки, а также самокат и велосипед.

Принцип действия многих спортивных снарядов очевиден, и после небольшого обучения ребенок вполне может действовать самостоятельно. Это очень важно, так как аутичный ребенок, особенно на начальном этапе коррекционной работы, не способен произвольно управлять своими движениями или по подражанию повторить действия взрослого. Это же правило касается и большинства дидактических игрушек, с которыми ребенок может самостоятельно играть, постепенно усваивая понятия величины, формы и т.д. Ребенок вставляет фигуры в рамки, нанизывает кольца пирамидки на стержень, так как этот способ действия заложен в устройстве игрушки, адекватно действовать с ней по-другому не получится (если ребенок начинает бросать и т.п., такие действия нельзя считать адекватными, они ничему не учат, ничего не развивают). Обеспечение ребенка такими предметами, игрушками, снарядами поможет освоить многие навыки действий с предметами, физически развиваться даже в условиях, когда контакт со взрослым не налажен и специальное обучение не проводится.

Однако ни в коем случае не следует ограничиваться созданием развивающей предметной среды. В отсутствие другого человека такой предметный мир остается эмоционально мертвым. Необходимо вновь и вновь пытаться организовывать взаимодействие с ребенком уже на основе усвоенных им навыков действия с предметами.

## **- ЧЕТВЕРТОЕ УСЛОВИЕ — ПОДДЕРЖАНИЕ ПОРЯДКА**

В комнате ребенка должен быть установлен и поддерживаться определенный порядок. Все предметы, вещи и игрушки должны иметь свое фиксированное место. Например, возле дивана стоит коробка с пластмассовыми кубиками, матрешки и пирамидки стоят на полке, в шкафу лежат бумага и краски, у стены стоит кукольный домик, в котором живет любимый плюшевый мишка.

Вещи в платяном шкафу лучше раскладывать на те же места — так легче приучать ребенка к самостоятельности. Порядок в окружающем мире предметов важен для любого ребенка, но для аутичного, с его стереотипностью поведения, он — необходимое условие жизни. Однако избегайте раз и навсегда установленной завершенности. Время от времени вводите новые приятные ребенку детали — развесьте на стене его рисунки, выберите вместе с ним новые занавески, купите и повесьте на стену картину. Если ребенок сопротивляется малейшим переменам, отложите их, но обязательно попытайтесь вновь. Не забывайте о необходимости создания эмоционально положительного настроения: заранее обсудите с ребенком предстоящую перемену в интерьере, поговорите о том, как это будет хорошо, организуйте его активное участие в процессе внесения новых элементов в интерьер.

### **пространство квартиры**

Пространство квартиры в большой степени связано с *освоением ребенком бытовых навыков*. Здесь на первом плане стоит задача «обжить» пространство квартиры, осознать многие социальные смыслы, связанные с обыденным течением жизни людей. В норме такие смыслы усваиваются ребенком спонтанно, без специального обучения. Аутичному же ребенку необходимо помочь осознать предназначение ванной комнаты, кухни, туалета, понять назначение самых разных вещей и т.д.

Для этого следует, во-первых, постоянно комментировать разнообразные бытовые моменты, объясняя смысл происходящего: «Мы сейчас с прогулки вернулись — руки-то какие грязные! Пойдем мыть! Где мы руки моем! Правильно, в ванной комнате. А что нужно взять? Вот оно, мыло — как приятно пахнет. Ну все? Пошли! Ах, какой ты молодец — вспомнил, что руки надо полотенцем вытереть, а я-то забыла. Вот полотенце висит на крючочке. А теперь идем обедать».

Во-вторых, необходимо вовлекать ребенка в работу по дому. Пусть ребенок участвует в приготовлении обеда — бросит овощи в суп, натрет сыр; во время мытья посуды можно попросить его вытереть полотенцем чашки, разложить посуду и приборы по полкам; предложить ему расставить ботинки в прихожей, пропылесосить ковер в гостиной и т.д. Конечно, следует учитывать возраст ребенка и его возможности. Никто лучше близких не знает, что ребенок в состоянии выполнить и что ему нравится. Не забывайте, что здесь главное не качество выполнения работы, а участие в выполнении домашних обязанностей. Используйте для этого все возможности, постепенно расширяя виды домашней работы. Часто дети сами хотят

поучаствовать в происходящем — позвольте ребенку засыпать порошок в стиральную машину, капнуть на губку средство для мытья посуды, порезать хлеб к обеду. И эти несложные действия станут точкой отсчета на пути ребенка к самостоятельности.

Помимо хозяйственно-бытовой деятельности, постарайтесь создать такие условия для ребенка, чтобы он мог *затеять игру в любом месте квартиры*. Свобода перемещения наполнит жизнь ребенка новыми интересными впечатлениями и полезными знаниями. Так, на лоджии можно «полететь в космическом корабле», на кухне «печь пироги» и т.д. — часто ребенок сам предлагает, где и во что хочет поиграть.

### **ближайшее социальное окружение**

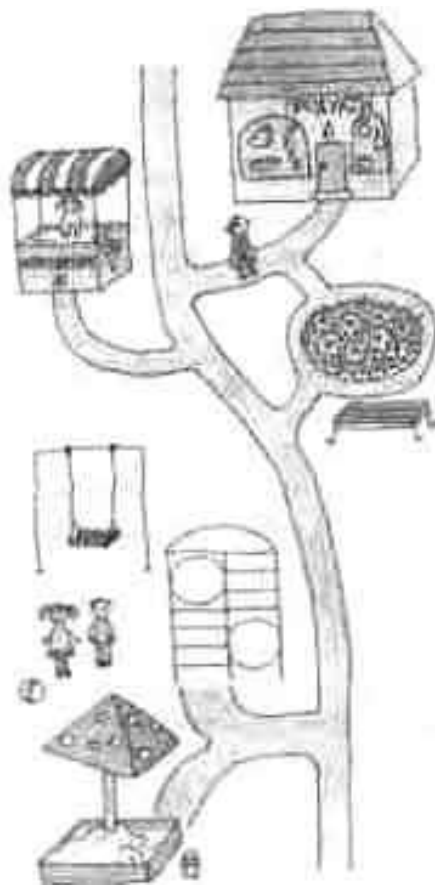
Под «ближайшим социальным окружением» подразумевается территория за пределами квартиры, которая рассматривается в первую очередь в социальном аспекте: так, на лестничной площадке для нас важны встречи и общение с соседями; на детской площадке — контакты с детьми; в магазине — общение с продавцом и покупателями. Кроме возможностей общения, «ближайшее социальное окружение» — это территория, где ребенок знакомится с окружающим миром — миром людей и предметов, природой.

Помните, что, покидая пределы квартиры, аутичный ребенок оказывается «на вражеской территории», зачастую остро ощущая враждебность окружающего мира.

Необходимо помочь ему шаг за шагом осваивать пространство вокруг, постепенно избавляясь от страхов и накапливая позитивный опыт.

Чтобы ребенок «обжил», принял в свое сознание еще «кусочек мира», необходимо прежде всего выявить негативные эмоции и страхи, связанные с определенными местами, предметами, людьми. Так, если ребенок боится машин, он никогда не будет чувствовать себя на улице безопасно и комфортно. К сожалению, страхи аутичного ребенка часто глубоко скрыты и внешне никак не проявляются. Ребенок может годами чего-то бояться, испытывая при этом острейшие эмоции, а близкие даже не будут догадываться об этом. В другом случае ребенок может постоянно говорить о своем страхе, нагнетая его, будет искать повторения травмирующей ситуации, однако выйти из нее самостоятельно не умеет. Он заикливается на своем страхе, и это мешает дальнейшему развитию (методику выявления скрытых страхов и избавления от них см. в разделах «Игровая терапия», с. 45, «Психодрама», с. 55).

Когда страх выявлен и постепенно, в ходе специальной психотерапевтической работы, теряет свою остроту, можно начинать «обживать» новый участок пространства. Во-первых, постарайтесь связать с данным местом переживание разнообразных положительных эмоций. Например, если знаете, что ребенок обожает кататься на велосипеде или самокате, не ленитесь брать их с собой на прогулку. Если ребенок испытывает особый интерес к бутылкам — не запрещайте играть с найденными на улице бутылками, даже если они грязные.



Во-вторых, помогайте ребенку в случаях затруднений во взаимодействии с другими детьми и взрослыми. Не забывайте, что самые серьезные трудности аутичного ребенка находятся именно в сфере общения с людьми. Например, если он решился подойти к другому малышу, но после этого застыл, не умея обратиться, не зная, что следует делать дальше, не упустите этот момент — быстро подойдите и озвучьте его намерения: поприветствуйте другого малыша, спросите, как его зовут и представьте вашего, помогите своей рукой протянуть ручку новому знакомому, предложите ему игрушку. Делайте все это от имени вашего ребенка, словно слившись с ним в единое целое: «Привет! Как тебя зовут?» (в этом месте попробуйте побудить вашего ребенка представиться, если не получится — представьте его сами: «А это Миша».) Придумайте варианты продолжения контакта: предложите поменяться игрушками и организуйте игру рядом, когда дети играют независимо, но могут наблюдать за игрой другого, спойте вместе песенку, затейте игру в мяч и т.д. Конечно, варианты зависят от возраста детей, причем надо поддерживать интерес вашего ребенка и к малышам, и к ровесникам, и к детям постарше. Выберите занятие, которое понравится всем; на основе общего интереса станет возможным взаимодействие.

В-третьих, следует постоянно быть начеку, и в случае возникновения трудной или опасной для ребенка ситуации защитить и подстраховать его. Помните, что присутствие вокруг чужих детей и взрослых может привести к возникновению непредсказуемых ситуаций. Например, если на улице к ребенку обратился чужой взрослый, порицая за неправильное поведение, что случается довольно часто, подойдите, но не вступайте в дискуссию, не пытайтесь

объяснить поведение ребенка и его особенности, а постарайтесь быстро закончить разговор и увести ребенка.

Помните, что ребенок обязательно отреагировал, даже если внешне остался невозмутим. Всем видом выражая спокойствие, приобнимите ребенка, как бы показывая, что ничего страшного не произошло, а затем объясните, почему «тетя назвала хулиганом»: «Ты быстро бегаешь, а тут малыши — смотри. Если случайно заденешь, маленький может упасть и будет плакать». В таких случаях перед взрослым стоят две задачи. Первая — объясняя причинно-следственные связи, дать ребенку понять, что не он «плохой», а просто возникла сложная ситуация. А уже затем предложить ребенку конкретные пути ее исправления. Вторая — дать ребенку почувствовать что вы его любите, что вы вместе с ним и не дадите его в обиду ни в коем случае, что всегда придете на помощь.

Если же реакция ребенка на замечание выражается бурно — например, он плачет или топает ногами и с криками пинает велосипед, катаясь на котором «не смотрит, куда едет», — не мешайте ему, дайте возможность выплеснуть негативные эмоции и лишь после этого тактично объясните, что произошло и как возникновения подобной ситуации можно избежать впредь.

В магазине учите ребенка выбирать необходимое — продукты, хозяйственные товары, организуйте его общение с продавцом и самостоятельные мелкие покупки — дайте ребенку денежку, и пусть он сам купит конфету или пакетик сока у знакомого продавца. Это станет возможным, когда ребенок вполне освоится в этой ситуации. Попросите вашего малыша помочь вам понести сумку с продуктами. А когда ситуация похода в магазин, где «тетя Оля-продавец», будет достаточно обжита, станет привычной и естественной, можно заглянуть в другой магазин, вместе отправиться на автобусе на ярмарку, чтобы выбрать пластилин и краски и т.д.

Гуляя, старайтесь разнообразить маршруты. Если ребенок противится выбору нового маршрута прогулки, не возражайте, а старайтесь расширить знания о знакомом пути: обратите внимание на светофор на перекрестке, объясните, что следует делать, когда горит зеленый свет, красный и т.д.; покажите, где расположен детский садик, загляните туда и наблюдайте вместе, как играет детвора на прогулке; напомните: «Смотри-ка — автобусная остановка. Мы садимся здесь на автобус, когда едем в бассейн». Описывайте все, что видите по дороге; причем делайте это многократно, даже если ребенок не обращает на эти описания внимание (стараясь разнообразить комментарий, вводя в него интересные детали). А в следующий раз снова попытайтесь немного изменить маршрут, постепенно удаляясь от дома на большие расстояния. Для этого постарайтесь создать у ребенка мотив — «Пойдем туда, чтобы краски купить», «Давай зайдем в парк, помнишь, как ты там познакомился с собачкой, а ее хозяин разрешил тебе подержать ее за поводок?».

Если ваш малыш достаточно подрос, берите его с собой, когда



отправляетесь «по делам»: на почту, в банк, в аптеку и т.д. Часто мама оказывается вынуждена поступать так: ребенок не отпускает ее от себя надолго. Попутно рассказывайте ребенку, что такое почта, что делает почтальон, напишите вместе с ребенком и отправьте письмо бабушке. В аптеке купите вместе с ребенком для кукольной аптечки бинтик, вату и пластырь, с помощью которых ребенок дома станет «лечить» кукол.

Не стесняйтесь повторяться и говорить само собой разумеющиеся вещи. Помните, что это поможет ребенку усвоить многие аспекты социальной жизни. А главное — не бойтесь исследовать мир вместе с ребенком! При правильном подходе, требующем постоянного внимания и мудрой помощи взрослого, новые впечатления обогатят опыт взаимодействия аутичного ребенка с другими людьми, научат жизни в социуме. Необходимость принимать решение в трудных ситуациях закалит ребенка, поможет стать более самостоятельным. Однако следует набраться терпения, т.к. придется решать не только проблемы ребенка, но и преодолевать людское непонимание. Но при благоприятном развитии событий возможно заручиться поддержкой окружающих, найти новых друзей, наладить доброжелательные отношения с соседями.

## Дальние прогулки

Прогулки в дальний парк, в гости; «вылазки» в театр, цирк, кафе; посещение бассейна, детской студии могут быть тяжелы для аутичного ребенка и сопровождающих его близких, а порой и вовсе невозможны. Удаляясь от знакомых «мест обитания», ребенок теряет уверенность и оказывается во власти страха и дискомфорта. Такое состояние может вызвать острую реакцию — ребенок начинает плакать, мечется с криками «Не хочешь!», тянет за руку, выражая таким образом просьбу вернуться. Это реакция самозащиты, когда ребенок пытается выйти из состояния дискомфорта. В этом случае надо не уговаривать ребенка, не ругать его, а дать ему возможность успокоиться. Действуйте по ситуации; остановитесь ненадолго, поглядите с ребенком по сторонам, поговорите, а затем продолжите путь дальше или вернитесь домой. Сложнее оказывается ситуация, когда ребенок не выражает свое состояние бурно, однако переживает острые негативные эмоции глубоко внутри себя. Это для него очень вредно, может вновь затормозить его развитие. Поэтому родители, решившиеся «выйти в свет», должны чутко следить за состоянием ребенка, за его настроением; при появлении тревоги и дискомфорта лучше повернуть домой со словами: «Ничего, в следующий раз поедем к бабушке. А сейчас вернемся, ведь у нас мишка один дома остался, будет скучать». При этом предпочтительно назвать нейтральную причину возвращения домой, о страхе ребенка не говорите, ведь это может стать дополнительной травмой.

Однако прятаться от мира, сидя дома, — хотя и более легкий путь, но он не дает ребенку возможности познавать мир во всем его многообразии, не решает проблему страхов, препятствует развитию самостоятельности. Конечно, дальние прогулки нужны и обязательны, но необходимо соблюдать следующие правила:

**1. Осваивайте пространство постепенно.** Это значит, что поход в театр возможен только после того, как ребенок достаточно освоился на более близкой территории.

**2. Готовьтесь к походу заранее,** обсуждая, куда собираетесь пойти, что вас там ждет. В данном случае лучше постараться обойтись без сюрпризов, которые могут испугать аутичного ребенка, поэтому расскажите ему подробно, что его ждет. Вспомните мультфильм, покажите подходящую картинку.

**3. Приучайте ребенка пользоваться общественным транспортом.** Для начала можно проехать на автобусе или в метро всего одну остановку. Подготовьте ребенка к поездке, рассказав заранее, как это будет происходить, куда и зачем поедете. В дальнейшем предпринимайте недалекие поездки; хорошо, когда цель поездки понятна ребенку: «На этом автобусе поедем в магазин за карандашами. Надо будет проехать три остановки. Давай вместе их считать». Можно взять с собой любимую игрушку: что-то родное в незнакомой обстановке поможет ему успокоиться. Попутно объясняйте ребенку правила поведения в транспорте: «Держись за

поручень, а то сейчас автобус будет поворачивать, можно упасть», «Надо оплатить проезд: вот компостер — вставим талончики и нажмем на ручку. Смотри, какие дырочки получились». То же касается и поездок в легковом автомобиле.

**4. Места для посещения выбирайте осторожно.** Для начала выберите что-нибудь поближе к дому и где поменьше людей. Постепенно приучайте ребенка бывать в компаниях, и со временем он перестанет бояться скопления людей.

**5. Посещая новые места,** где находятся незнакомые дети и взрослые — кружок рисования, бассейн, — **поначалу приводите ребенка ненадолго,** дайте ему возможность привыкнуть к новой обстановке, к детскому коллективу, к новым взрослым. Можно договориться с педагогом или тренером и первое время присутствовать на занятиях вместе с ребенком, а в случае, если ребенок захочет, ненадолго выйти вместе с ним. Отдохнув, ребенок может вернуться к занятиям. Но если он захотел домой, поступите так, как просит ребенок. Не забывайте, что ситуация, требующая от ребенка активного взаимодействия с другими людьми, — огромный труд для него. Но при правильной организации посещение детского коллектива очень полезно для ребенка, дает ему неоценимый опыт социальной жизни и разнообразные впечатления, которые подталкивают развитие.

**6. Действуйте по обстановке:** будьте готовы к тому, что ребенок способен повести себя по-разному. Так, он может в любой момент захотеть уединиться, потому что скопление народа утомило его, — найдите более тихое место, где можно передохнуть. А если ребенок, не дождавшись представления, захочет вернуться домой — не противьтесь. Это значит, что на сегодня он уже получил достаточное количество впечатлений. Не настаивайте ни в коем случае, избегайте давления, иначе в следующий раз малыш будет бояться отправиться с вами в подобное путешествие.

**7. Дома вспоминайте, обсуждайте увиденное, смакуйте интересные детали.** Закрепляйте и расширяйте новые представления, используя разные приемы и возможности: нарисуйте картинку, выучите стишок, организуйте игру. Задавайте вопросы, объясняйте в ходе беседы причинно-следственные связи, логику событий, заражайте ребенка своим положительным эмоциональным отношением.

Практика работы с аутичными детьми показывает, что, правильно организовав поэтапное освоение окружающего мира, можно преодолеть ограничения, обусловленные трудностями ребенка. Не бойтесь пробовать. Помните, что результат будет достигнут лишь в ходе постоянной, регулярной тренировки.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ВРЕМЕНИ

### режим дня ребенка

Поддержание режима дня важно для всех детей, для ребенка же с синдромом аутизма создание особого режима всей жизни имеет первостепенное значение — это необходимое условие развития. Распорядок дня (как и порядок в комнате) должен иметь определенную последовательность и повторяемость. Тогда хаос и фрагментарность в сознании ребенка постепенно перерастут в более целостную картину мира, а упорядоченная, предсказуемая жизнь поможет организовать его поведение.

Итак, здороваясь утром при пробуждении ребенка, ласково улыбнитесь ему, сделайте «потягушечки», сопровождая действия проговариванием веселой потешки... Что дальше? Оказывается, не может быть стандартного режима дня — временной распорядок жизни каждого ребенка индивидуален и по-разному эмоционально наполнен, при этом меняется с возрастом. В организации режим дня опирается на следующие составляющие:

— **Возраст ребенка.** Например, в младенчестве ребенок много спит, а в дошкольном возрасте может долго играть и заниматься.

— **Биологические ритмы ребенка,** которые проявляются прежде всего в особенностях чередования периодов сна и бодрствования: ребенок может спать мало — или нуждаться в продолжительном времени для сна; поздно ложиться и поздно вставать («сова») — или рано ложиться и рано вставать («жаворонок»). Эти особенности обусловлены типом высшей нервной деятельности ребенка, который не поддается изменению.

— **Традиции семьи:** как в ней принято начинать день, питаться (в некоторых семьях «хватают на лету», в других еда — целый ритуал), проводить вместе время и т.д. Обычно взрослые приносят традиции и сам стиль отношений в собственную семью из родительской. Сюда же можно отнести и передаваемые из поколения в поколение игры, стишки, шутки, колыбельные и сказки.

— **Возможности семьи:** например, может ли кто-либо из взрослых постоянно находиться рядом с ребенком в течение дня и т.п.

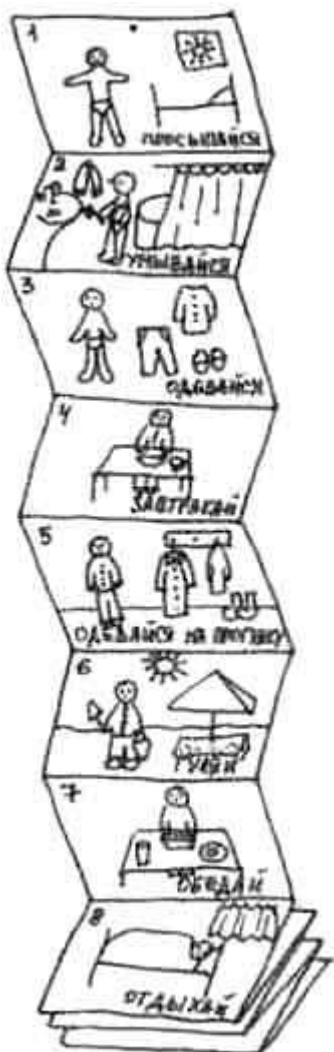
Таким образом, режим дня ребенка складывается исходя из его индивидуальных физиологических особенностей, а также особенностей внутрисемейных отношений, т.е. здесь сочетаются физиологические и социальные аспекты. При этом режим дня ребенка не статичен, а меняется по мере его развития и постепенного взросления.

Режим дня ребенка обычно складывается естественным путем. Но для аутичного ребенка требуется специальная работа по организации режима: ведь он может не выражать активно свои физиологические потребности. Кроме того, не происходит спонтанного усвоения социального смысла происходящего, ребенок не понимает, почему повторяются те или иные действия. Его поведение в быту — часто лишь пассивное подчинение предложениям и требованиям взрослого.

Предлагаем следующие рекомендации по организации режима дня:

1. **Эмоциональный комментарий всего, что происходит в течение дня.** Постоянно объясняйте ребенку, что происходит, заражая его при этом своим восприятием, - сейчас вы «окошко», через которое ребенок выглядывает в окружающий мир. Комментарий при этом, как правило, не содержит ничего особенного — самые простые обычные слова, движения и действия лучше всего передадут ваши чувства. Оставайтесь естественны. При этом не забывайте: все, что для вас само собой разумеется, что обычный ребенок усваивает спонтанно, для аутичного ребенка трудно и требует специальной работы. Выполнение этой рекомендации поможет ребенку осмыслить происходящее, понять, почему все происходит так, а не иначе. Это позволяет избежать механического повторения действий, а также помогает ребенку чувствовать себя более комфортно в рамках повседневной жизни.

2. Воспитание самостоятельности требует специальной **работы по запоминанию последовательности событий, которые происходят на протяжении дня, а также порядка действий в той или иной ситуации.** Самостоятельность предполагает осознание происходящего, поэтому предлагайте ребенку вспомнить, что уже сделано, что надо делать дальше. В запоминании последовательности событий дня вам поможет самодельная книжка-раскладушка, рассказывающая о режиме дня вашего ребенка. Такую книжку можно сделать из картинок, нарисованных вместе (см. с. 58). А накрывая, к примеру, на стол, сначала вспомните и повторите вместе с ребенком порядок необходимых при этом действий.



3. Старайтесь, чтобы проживание событий дня, выполнение необходимых действий приносило **удовольствие.** Для этого во время купания поиграйте с ребенком в «фонтан», «брызги» (см. с. 36, 35), а укладывая ребенка спать, спойте ему песенку. Никто лучше близких ребенка не знает, что доставляет ему удовольствие.

4. Предлагайте ребенку вещественные **ориентиры**, символические обозначения того или иного события, помогающие ребенку быстрее переключаться: так, перед едой можно звонить в колокольчик, созывая всех членов семьи на кухню; перед купанием достаньте специальную плавающую игрушку и т.п.

5. **Вводите новые детали** в привычные действия, **отступайте иногда от привычного режима.** Например, вместо обеда дома отправьтесь в ближайшее кафе. При этом не забудьте обсудить такой план заранее.

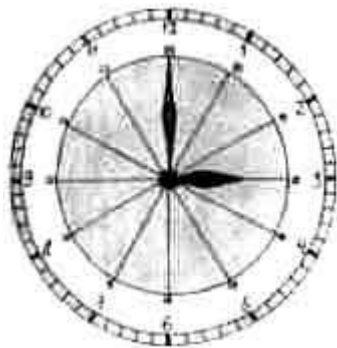
### **формирование временных представлений**

Время — абстрактная категория. Осмысление его

течения непросто даже взрослому. Существуют разные научные теории, объясняющие феномен времени; термин «время» многозначен. Здесь мы имеем в виду то «время», с которым сталкиваемся в повседневной жизни и измеряем годами, месяцами, неделями, днями, часами и минутами.

Категория времени особенно труднодоступна аутичным детям. Вследствие особенностей психического развития они живут исключительно в настоящем — «здесь и сейчас». Воспоминания у аутичного ребенка неосознанны и избирательны, а будущее полно неизвестности. Своеобразие восприятия времени проявляется, например, в том, что такие дети оказываются не в состоянии ждать.

Однако для жизни необходимо помнить события прошлого, планировать будущее. Поэтому обязательно формирование элементарных представлений о времени у аутичного ребенка. Это следует делать постепенно, начиная с малого. Предлагаем примерный алгоритм:



### **- ЗНАКОМСТВО С ЧАСАМИ**

Покажите ребенку разные часы, заведите вместе с ним будильник. При этом не стремитесь объяснить, что такое секунды, минуты и часы, главное, чтобы сам предмет стал для ребенка вещественным олицетворением времени.

### **- УСВОЕНИЕ ПОНЯТИЙ «УТРО», «ДЕНЬ», «ВЕЧЕР», «НОЧЬ»**

Утром составьте с ребенком примерный план на предстоящий день, четко проговорив каждый пункт плана. А вечером, перед сном, вспомните по порядку все, что произошло за день. При этом используйте такие временные категории, как «утро», «день», «вечер», «ночь».

Используйте эти понятия в течение дня. Скажем, если вечером ребенок просит: «Обедать!», напомните: «Обед уже был днем —помнишь, мы вместе варили суп? А сейчас вечер — скоро папа с работы придет, и будем ужинать все вместе. На ужин у нас картошка с котлеткой».

Самодельная книжка-раскладушка, рассказывающая о режиме дня ребенка, станет наглядным представлением о разных частях суток. При этом можно использовать фотографии ребенка и рисунки.



Изготовив круг, поделенный на четыре части, обозначающие различные части суток (можно использовать разные цвета), вы получаете еще одну возможность наглядно представить информацию: в разные части круга можно булавками прикреплять фотографии ребенка, на которых он спит, умывается, ест и т.д.

Давайте ребенку словесные ориентиры частей суток близкие его опыту: утро — это «когда проснешься», день — «после того, как погуляем», «когда обедаем», вечер — «когда папа с работы придет», «когда на улице начнет темнеть», ночь — это «когда ложимся в кроватку спать», «когда на улице темно, а на небе светит луна» и т.п.

### **- УСВОЕНИЕ ПОНЯТИЙ «СЕГОДНЯ», «ВЧЕРА», «ЗАВТРА»**

Пробуйте вместе с ребенком вспомнить, что интересного произошло вчера. Это особенно эффективно, если произошло что-либо не совсем обычное. Придумывайте вместе что-нибудь новое на завтра. Используйте слова «сегодня», «вчера», «завтра», но при этом объясняйте смысл в доступной ребенку форме: «Вот стемнеет, и ты ляжешь спать. А когда проснешься — наступит завтра».

### **- УСВОЕНИЕ ПОНЯТИЯ «НЕДЕЛЯ», ДНИ НЕДЕЛИ**

В своем эмоциональном комментарии не забывайте обозначать дни недели — например, «сегодня вторник», — не требуя при этом от ребенка повторения.

Вехами в смене недель станут выходные дни, когда можно отправиться куда-нибудь всей семьей. Или провести выходные дома, но при этом постараться, чтобы они заметно отличались от будней, для чего потребуется создание особой атмосферы. Например, всем вместе приготовить воскресный обед, организовать семейный досуг — общие игры, просмотр диафильмов, прогулки.

Осмыслению понятия «неделя» поможет еще одна книжка-самоделка. Делать ее особенно интересно, если ребенок посещает бассейн или какие-либо занятия, ведь в этом случае его дни заметно отличаются друг от друга.

### **- МЕСЯЦЫ**

В разговорах с ребенком называйте, какой сейчас месяц, но не требуйте заучивания названий месяцев.

Сделайте самодельный календарь — перекидной или «раскладушку». Для этого, начиная с января, в начале каждого месяца рисуйте соответствующую картинку и подписывайте ее, вовлекая в это занятие ребенка. В конце года у

вас будет полный календарь, который поможет ребенку связать в единую цепочку понятия месяцев и сезонов. Таким календарем можно пользоваться несколько лет. Можно наклеивать туда фотографии ребенка.

Предлагайте ребенку вещественные ориентиры, символизирующие конкретный месяц. Так, символом января может стать украшенная еловая ветвь, мая — цветущий ландыш, а сентября — грибок.



## - ВРЕМЕНА ГОДА

Наблюдайте вместе с ребенком за сезонными изменениями в природе, обсуждайте наблюдения.

Зарисовывайте наблюдения, полученные на прогулке. Изготавливайте поделки из природных материалов. Так, весной можно сплести венок из одуванчиков, а осенью изготовить человечка из собранных в парке желудей.

Читайте рассказы и стихотворения о временах года, рассматривайте соответствующие иллюстрации в книжках, познакомьте ребенка с репродукциями картин, посвященных сезонным изменениям в природе.

Изготовьте книжку-самоделку «Времена года», «Как Ваня ждал дня рождения» и т.п.

Сделайте большой картонный круг — символ «круглого года»; поделите его на четыре части (сезоны), в каждой доле нарисуйте или наклейте картинку-символы времен года.

Полезно использовать фотографии ребенка (летом на даче, в осеннем парке, зимой на празднике елки и т.д.). Повесьте круг на видном месте в комнате ребенка и время от времени возвращайтесь к работе с ним.

Готовьтесь к сезонным праздникам (Новый год, 8 Марта и др.), а также дням рождения ребенка, близких и других родственников — приготовьте подарки, нарисуйте картинки, изготовьте елочные украшения. Отмечайте праздники всей семьей.

Дайте ребенку словесные ориентиры: осень — «листопад, дождь», зима — «холод, снег, праздник елки».

Итак, знакомя ребенка с понятием времени, мы используем такие **приемы**:

- наблюдение;
- беседа;
- рисование и поделки;
- изготовление самодельных книжек;
- введение словесных и вещественных ориентиров



— чтение книжек с картинками по данной теме;

При этом временной промежуток постепенно увеличивается: поначалу мы обсуждаем события одного дня — так, вечером перед сном можно вспомнить, что же интересного мы сегодня делали; затем вспоминаем, что было вчера, планируем, что будем делать завтра. Потом можно обсудить, «как ездили летом на дачу», помечтать о приближении дня рождения. Череда праздников, связанных со сменой времен года, — прекрасная возможность дать ребенку почувствовать и осмыслить течение времени.

## **БЫТОВЫЕ РИТУАЛЫ**

«...аутичному ребенку требуется специально организованное обучение и многократное, совместное со взрослым проживание повседневных бытовых ситуаций».

Под «бытовыми ритуалами» мы подразумеваем организацию обучения ребенка отдельным бытовым навыкам, умению обслуживать себя, а также усвоение им распорядка повседневной жизни, ее социальных контекстов.

Усвоение бытовых навыков (еда, туалет, одевание) сложно для маленького ребенка. В норме ребенок многому учится, наблюдая за взрослым и подражая его действиям. При этом малыш действует методом проб и ошибок, неутомимо совершенствуя свои навыки.

Ребенок с аутизмом не подражает взрослому. Выработка им умения обслуживать себя потребуют от близких специальной работы, терпения и такта. Эта работа будет опираться на усвоенные ребенком стереотипы поведения в бытовых ситуациях, на основе которых потом можно формировать и закреплять новые навыки.

### **выработка стереотипов поведения в бытовых ситуациях и постепенное их усложнение**

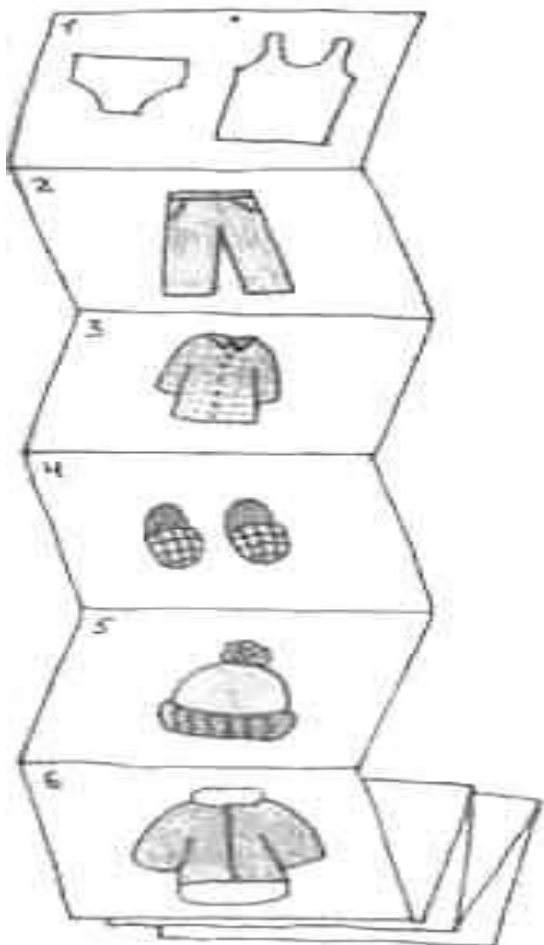
#### **Можно выделить основные направления работы:**

Стереотипы поведения — это совокупность способов взаимодействия аутичного ребенка с окружающей средой. Для выработки их в бытовых ситуациях предлагается следующая последовательность:

1. Сначала взрослый делает все сам, сопровождая действия эмоциональным комментарием (от лица взрослого и ребенка вместе: «Ну-ка, наденем кофточку, пуговичку застегнем—вот так! Как у нас хорошо получилось!»), подключая ребенка лишь на самые легкие операции (при этом можно действовать руками ребенка).

2. Постепенно, когда ребенок уже многому научился, его участие в происходящем увеличивается: взрослый побуждает ребенка самостоятельно осуществить все операции, которые тот способен выполнить сам.

3. Ребенок действует по речевой инструкции, сопровождающейся побуждениями и подбадриванием (нужно быть готовыми к тому, что ребенку еще долго будет необходима ваша помощь в виде одобрения, даже перед выполнением ставшего привычным действия он все равно будет спрашивать вашего разрешения, словно сверяясь снова и снова, правильно ли он действует).



При обучении ребенка стереотипам поведения в быту следует соблюдать следующие **правила**:

—требовать от ребенка выполнить какое-либо действие допустимо только в том случае, если он это может, и вы об этом точно знаете;

—соблюдайте принцип «от простого к сложному»;

—обучение требует постепенности, не старайтесь обучить всему сразу;

—при обучении необходим положительный настрой: радуйтесь успеху ребенка, игнорируйте неуспех, направляйте по верному пути, предупреждая ошибки;

—все взрослые, которые участвуют в обучении ребенка навыку, должны действовать в одном ключе—схема действий (повторение одних и тех же шагов) должна быть во всех случаях одинаковой.

По принципу «от простого к сложному» вначале усваивается упрощенный вариант стереотипного поведения в определенной бытовой ситуации. Когда же такой вариант усвоен, можно приступить к его усложнению. Например,

когда ребенок научится более или менее аккуратно есть, сидя за столом, можно приучать его убирать за собой посуду — отнести и поставить в мойку грязную тарелку. Затем — учить помогать маме накрывать на стол, мыть посуду после обеда и т.д.

Аутичных детей нужно специально учить просить о помощи. Из-за особенного психического развития у такого ребенка может начаться аффективный приступ вследствие того, что не получается что-то сделать самому, но он не попросит ему помочь. Он просто не умеет этого! Иногда ребенок начинает жалобно заглядывать в глаза, настойчиво тянуть за руку, подталкивать. Это уже серьезная попытка попросить о помощи. Но она часто ни к чему не приводит, ведь ребенок не умеет выразить просьбу с помощью слов и жестов. Поэтому трудно, а иногда — невозможно догадаться, чего хочет ребенок. Необходима специальная работа по обучению аутичного ребенка умению выражать свои просьбы.

На начальном этапе близким нужно быть особенно чуткими к поведению ребенка, стараясь по скудным внешним проявлениям понять, чего он хочет. А поняв, не спешите выполнить его просьбу; используйте этот момент для обучения ребенка новым способам поведения. В значимой для него ситуации можно показать, что новые способы действительно эффективны. Например, ребенок хочет достать какую-то вещь и, крича, бегает по комнате, а затем подталкивает вас к этой вещи. Скажите: «Давай попросим: "Мама, дай конфетку!" Покажем ручкой, как мы просим — дай, дай! Как хорошо попросил — молодец! Вот тебе конфетка!» Сложность предлагаемой инструкции зависит от возраста и уровня развития ребенка. Совсем маленький ребенок выразит просьбу жестом и звуком, ребенок постарше — с помощью слова, фразы. При затруднении предложите ребенку выбор. Например, если он настойчиво указывает на шкаф, требуя что-то достать, спросите: «Что достать? Коробочку? Шарик?» Так как ребенку важен результат, он с благодарностью примет такую помощь и постарается ответить кивком головы, голосовой реакцией, словом — в общем, любым доступным ему способом.

Если же вещь запретная (спички, лекарства, острые или бьющиеся предметы) или ребенок хочет сделать что-то потенциально опасное для себя и окружающих (свеситься из окна, выбросить в окно стеклянную банку, вылить ведро с водой на пол), близкие ведут себя иначе - ребенку надо сказать: «Нет!» и твердо стоять на своем.

При этом нужно быть готовыми к тому, что реакция ребенка будет остро-негативной. Однако для безопасности ребенка нужно формировать у него систему необходимых запретов и правил. Чтобы сгладить остроту реакции на запрет, попробуйте переключить его интерес со спичек на игру со свечами, предложите вылить воду из ведра в ванную и т.п. Близким ребенка нужно научиться переключать внимание малыша, сглаживать эмоциональный накал. Это необходимо, чтобы не допустить накопления у ребенка опыта отрицательных переживаний.

### **организация четкого распорядка дня**

Жизнь ребенка в течение дня наполнена самыми разнообразными бытовыми ситуациями. При этом временная организация дня тесно переплетается с последовательной работой по формированию стереотипов поведения в быту. Так, каждое утро мы умываемся, чистим зубы, \_\_\_\_\_ днем ходим гулять, вечером убираем на место игрушки и т.п. Поначалу ребенок не умеет осуществить эти действия сам, нуждается в обучении и помощи, но со временем навыки закрепляются и усложняются.

Для аутичного ребенка освоение бытовых ритуалов сложно. Чтобы при формировании бытовых умений и навыков жизнь ребенка не превратилась в утомительное повторение одних и тех же неприятных ему действий, постарайтесь наполнить такое обучение чем-то, что ему нравится. Эмоциональный комментарий представит действия, требующие от ребенка серьезных усилий, в привлекательном для него свете: одеваемся, «чтобы пойти в магазин за конфеткой»; убираем посуду со стола, чтобы заняться лепкой и т.п. При этом полезно использовать \_\_\_\_\_ прибаутки, песенки, картинки. Со временем ребенок к ним привыкнет, они станут символизировать то или иное событие, действие. С этого момента пение знакомой песенки или показ любимой картинки поможет начать выполнять это действие.

Организация четкого распорядка дня помогает в усвоении бытовых навыков: со временем ребенок начинает осознавать, что пока не оденется, на прогулку не пойдет, пока не помоеет руки, не сядет есть, и т.д.

### **семейные привычки и традиции**

Особенности семейного уклада оказывают непосредственное влияние на восприятие ребенком окружающего мира. Жизнь семьи, ее привычки и традиции—это то, что хранит, бережет и поддерживает ребенка, дает ему ощущение безопасности, дарит радость общения с близкими, побуждает к дальнейшему познанию мира. Это те особые условия жизни малыша, его воспитания и развития, которые закладывают в психике основу для всей последующей жизни. В семье ребенок получает первый опыт общения, учится договариваться с другими, разрешать конфликты.

Стиль отношений в семье усваивается ребенком на уровне подсознания и часто переносится во взрослую жизнь, в уже собственную семью в неизменном виде — подсознательная информация не поддается критическому анализу (это возможно только в ходе специальной работы с психоаналитиком или психологом). Поэтому так важно, какие отношения между членами семьи, основаны ли они на взаимной любви, заботе, внимании и терпении, или же взаимные упреки, авторитарное давление одного члена семьи на других, а то и психологический шантаж — обычное дело...

У нормально развивающегося ребенка срабатывают механизмы защиты, и он, даже нуждаясь в психологической коррекции (особенно если детство его

окрашено в невеселые тона), продолжает расти и развиваться. У аутичного ребенка все иначе. Он незащищен перед миром и людьми, не в состоянии самостоятельно адаптироваться в травмирующей ситуации, защитить себя. Поэтому, помимо специальной коррекционной работы, психическое развитие аутичного ребенка и успешность его социальной адаптации во многом зависят от состояния внутрисемейных отношений. И если в этих отношениях отсутствуют доброжелательность, терпение и такт, есть большая опасность того, что ребенок замкнется, уйдет еще глубже в себя, и вытащить его из глубин аутизма в окружающий мир станет еще труднее.

Значит, близким аутичного ребенка нужно пересмотреть весь семейный уклад и стиль внутрисемейных отношений. Это подразумевает анализ всего происходящего внутри семьи и большую работу над собой. А при необходимости — исправление неблагоприятных условий. Не только ребенок должен быть окружен лаской, заботой, пониманием, такие отношения друг к другу должны стать основой взаимодействия всех членов семьи.

Помимо создания теплой, благоприятной во всех отношениях обстановки в семье необходимо продуманное отношение к семейным привычкам, а также поддержка уже сложившихся и создание новых полезных семейных традиций.

Например, можно взять за правило провожать утром папу на работу, встречать из школы сестренку, а вечером собираться всем вместе за общим столом. В выходные дни могут стать традиционными дальняя прогулка в парк, поездка в гости к бабушке, посещение кафе, театра, музея, другие формы организации семейного досуга; дача — место возникновения традиций, связанных с летним отдыхом. К семейным праздникам — дням рождения и другим — готовятся заранее, в подготовке участвуют все члены семьи. Это лишь небольшой перечень возможностей наполнить радостью и глубоким смыслом повседневную жизнь семьи.

### **Обучение ребенка умению использовать приобретенные навыки в различных ситуациях**

Обычно стереотип, сформированный у аутичного ребенка, жестко связан с конкретной ситуацией и обстановкой. Это лишает ребенка возможности использовать навык в других обстоятельствах. Так, аутичный малыш, который уже усвоил навыки опрятности, в гостях может не попроситься в туалет, откажется кушать в кафе, не захочет снять ботинки в чужой квартире.

Родителям нужно специально организовывать ситуации, в которых ребенок сможет учиться применять приобретенные ранее навыки. Для этого необходимо использовать походы в гости, кафе, театр. Постарайтесь, чтобы ребенок поел в гостях или по крайней мере сел за стол и «притронулся» к еде. Сделайте регулярными посещения кафе неподалеку от дома и используйте эту ситуацию для обучения ребенка поведению в

общественном месте. Приглашайте в гости знакомых детей, навещайте вместе с ребенком друзей и знакомых. Конечно, при этом надо помнить об особенностях психики аутичных детей и соблюдать осторожность. Для этого:

- готовьте ребенка к новому заранее;
- новые ситуации и впечатления должны возникать постепенно;
- в новой и поэтому сложной для ребенка ситуации будьте «вместе» с ним, старайтесь контролировать ситуацию, помогайте, подсказывайте, поддерживайте.

Опыт показывает, что если набраться терпения и соблюдать необходимые условия и правила (перечисленные выше), то со временем в привычной ситуации аутичный ребенок сможет стать более или менее самостоятельным в обслуживании себя, научиться взаимодействовать с другими членами семьи, в случае необходимости просить их о помощи. А четкий распорядок дня, мудрый и добрый уклад жизни семьи создадут у ребенка ощущение надежности и безопасности окружающего мира, что поможет осваивать его дальше и использовать свои умения в новых ситуациях.

**Желаем Вам успехов в воспитании Вашего малыша!!!**