

ЧТО ТАКОЕ АУТИЗМ?



РАКОР

РЕАБИЛИТАЦИЯ, АБИЛИТАЦИЯ,
КОРРЕКЦИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
**ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

Статистика

В 2020 году была опубликована новая статистика - расстройства аутистического спектра (РАС) встречаются у каждого 54-го ребенка, что на 10% больше, чем по статистике 2018 года.

**32899
человек**

По данным мониторинга за 2020 год с расстройствами аутистического спектра в России

ЧТО ТАКОЕ АУТИЗМ?

Расстройство аутистического спектра (РАС)

является сложным и неоднородным нарушением развития, которое влияет на все сферы жизни ребенка и его семьи.

Тяжесть проявлений РАС может варьироваться, и пока неизвестно, от каких факторов это зависит, хотя выдвигаются многочисленные гипотезы. Существенные различия между людьми с РАС выявляются и в развитии речи. Исследования показывают, что более половины детей с аутизмом будут испытывать трудности с речью на протяжении всей жизни (Pickles, Anderson, Lord, 2014).



«Красные флажки»

при расстройстве аутистического спектра

Нет указательного жеста к 1 году. Малыш использует его, чтобы попросить предмет, привлечь внимание или спросить: **«Что это?»**

Нет лепета к 1 году. Малыш говорит звуки **«ба-ба, да-да, па-па»**, он должен смотреть на кого-то пока лепечет и играть в «перекличку» – повторять звуки лепета за взрослым по очереди.

Не использует жесты к 1 году. Малыш не поднимает ручки, чтобы его взяли на руки; **не** машет «пока-пока».

Малыш **не разделяет** удовольствие с другим человеком, редко улыбается и смеется, когда играет с мамой.

Для малыша характерны повторяющиеся действия или движения – перебирание пальцев, **раскачивание и т.п.**

Не отвечает, когда зовут по имени.



Нет или очень короткий контакт «глаза в глаза» во время игры и коммуникации с родителями.

Малыш не следует за указательным жестом взрослого – к 1 году не смотрит в том направлении, куда указывает взрослый.

Малыш проявляет большой интерес **к предметам**, чем к людям.

Малыш **ограниченно** играет с игрушками: любит ограниченное количество игрушек, играет с частями игрушек (например, крутит колеса у машинки).

Не копирует действия или звуки, которые делает взрослый

Не показывает предметы взрослому – как будто говорит «посмотри на это».



ВАЖНО!




РАС появляется в раннем возрасте в **1,5 – 2 года**.

У ребенка с РАС по последним диагностическим критериям DSM 5 есть две основные особенности:

1. Нарушение социально-эмоциональной взаимности;
2. Стереотипное повторяющееся поведение (зачастую оно связано с особенностями чувствительности ребенка)



Функции аутостимуляций:

- **Защитная**, чтобы уменьшить боль, возникающую из-за гиперчувствительности;
 - **Самостимулирующая**, чтобы улучшить восприятие поступающей информации;
 - **Компенсирующая**, чтобы понять окружающую обстановку в случае «недостоверной» сенсорной информации;
 - **Создание приятных ощущений**, что помогает «уйти в себя», отдалиться от подавляющей обстановки
- 
- 
- 

У человека семь чувств:

Зрение



Обоняние



Вкус



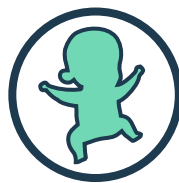
Слух



Осязание



Равновесие
(вестибулярный
аппарат)

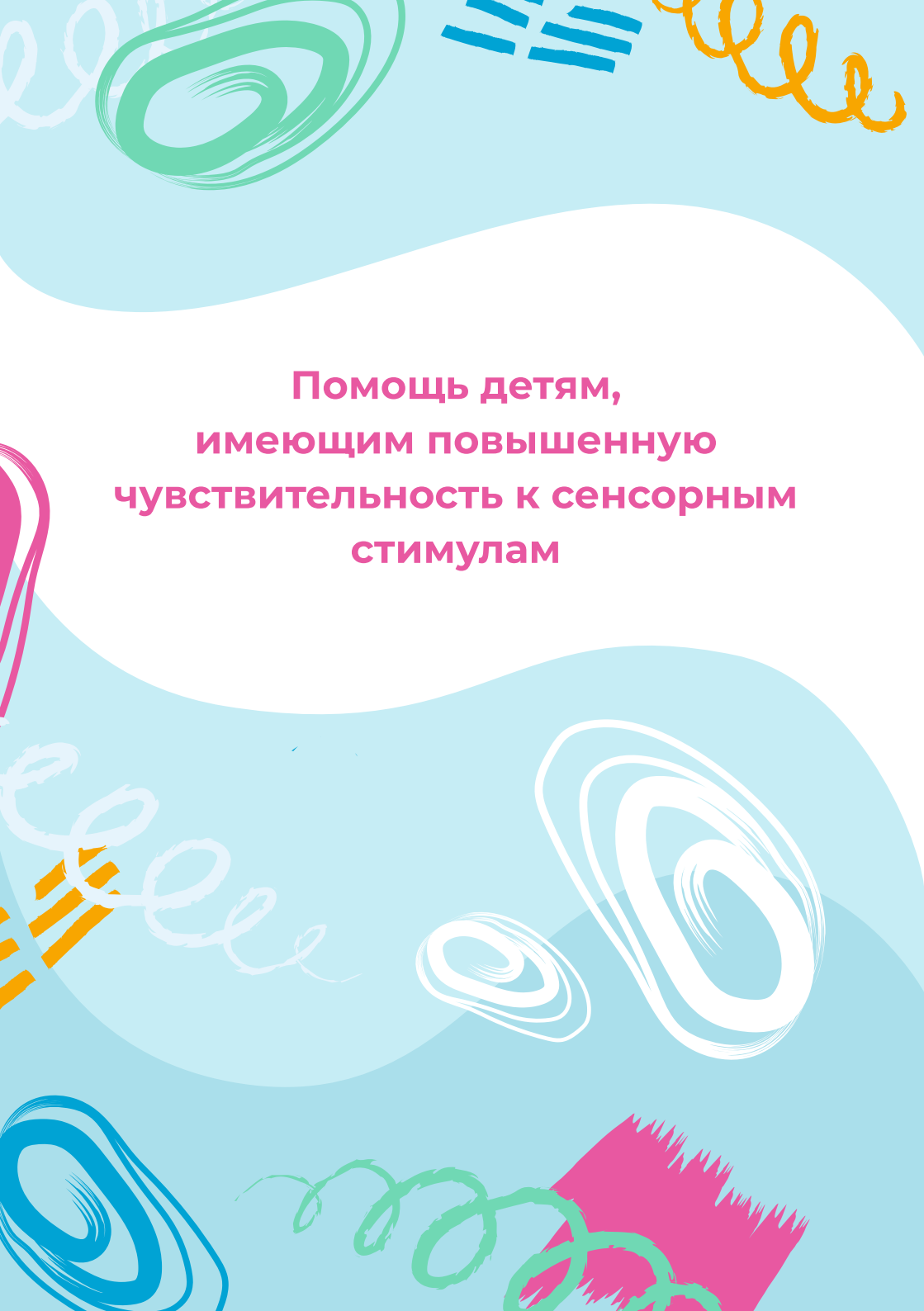


Восприятие
собственного тела
(проприорецепция)

Дети с РАС по-другому воспринимают окружающий мир, их органы чувств работают не так, как у обычного человека. Они могут болезненно реагировать на яркий свет, громкий звук, колючий свитер и тд.

Люди с аутизмом могут быть слишком или недостаточно чувствительными в одной из этих областей. Вы могли слышать о таком явлении, известном как **«чрезмерная чувствительность»** или **«недостаточная чувствительность»**.

В тех случаях, когда дети имеют повышенную чувствительность к сенсорным стимулам, следует создать благоприятную сенсорную среду и защитить ребенка от неприятных для него ощущений. Далее приводятся примеры вариантов оказания помощи детям, имеющим повышенную чувствительность к сенсорным стимулам.

The background is a light blue gradient with various abstract brushstrokes and shapes. At the top, there are green, blue, and yellow strokes. In the middle, there are white and blue strokes. At the bottom, there are blue, green, and pink strokes. The text is centered in a white, rounded rectangular area.

**Помощь детям,
имеющим повышенную
чувствительность к сенсорным
стимулам**

Поведение

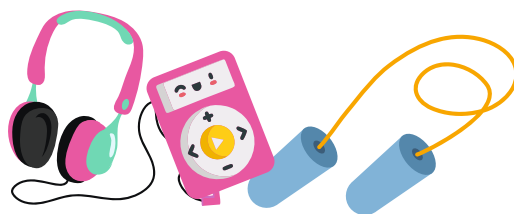


Ребенок часто закрывает руками уши и зажимается, реагируя на различные звуки. Если кто-то рядом громко говорит или поет, то ребенок может ударить этого человека. Во время школьных праздников ребенок часто плачет или кричит, отказывается идти на уроки музыки.

Возможная причина

Повышенная чувствительность к слуховым стимулам.

Помощь



- Научить ребенка пользоваться шумопоглощающими наушниками или берушами.
- Сажать ребенка дальше от источников шума: открытых окон, дверей, гудящих аквариумов и пр.
- Предложить провести перемену в тихом месте (библиотеке, сенсорной комнате).
- Во время шумных массовых мероприятий посадить ребенка ближе к выходу, чтобы он имел возможность выйти в коридор и отдохнуть.
- В шумных местах предлагать использовать плеер, чтобы слушать любимую музыку через наушники.

Поведение



Ребенок отказывается находиться в кругу детей, стоять или идти рядом с другими детьми. Кричит, стремится убежать или отказывается идти на занятия, где требуется находиться близко к сверстникам.

Возможная причина

Повышенная чувствительность к тактильным стимулам, стремление защитить себя от неприятных ощущений.

Помощь



- Позволить ребенку находиться на некотором расстоянии от других (стоять последним в ряду, сидеть не в круге, а сзади, и т.п.);
- Использовать тугую одежду;
- Разрешить держать в руках тактильные игрушки

Поведение



Ребенок щурится, закрывает глаза, становится беспокойным или невнимательным при ярком освещении или в классе с большим количеством зрительных стимулов.

Возможная причина

Повышенная чувствительность к зрительным раздражителям.

Помощь

Носить кепки с козырьком, шляпы, капюшоны, солнцезащитные очки.

- По возможности избегать яркого освещения, особенно люминесцентного, использовать лампы низкой мощности с матовым стеклом: они дают мягкий и равномерный свет;
- Использовать очки для блокировки бликов;
- Если ребенку сложно списывать с доски, положить ему дубликат с текстом на парту. Лучше, если образец будет лежать на приподнятой или наклонной поверхности;
- Не перегружать класс разнообразными зрительными стимулами (плакаты, картины и пр.) или сажать ребенка таким образом, чтобы он находился к ним спиной.

Поведение



Ребенок убегает или реагирует агрессией на легкое прикосновение (например, поцелуй или легкое поглаживание по волосам), особенно неожиданное.

Возможная причина

Повышенная чувствительность к тактильным стимулам.

Помощь



- Избегать легких прикосновений к ребенку, дотрагиваться с достаточно сильным нажимом.
- Регулярно сильно сжимать руки и крепко обнимать.
- Использовать тугую одежду.
- Использовать тактильные игры с различными текстурами.

Поведение



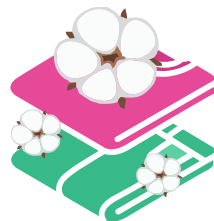
Ребенок каждое утро со скандалом надевает школьную форму. В школе испытывает трудности при переодевании после урока физкультуры (отказывается надевать форму, хочет ходить в спортивном костюме).

Не дает расчесать и поправить себе волосы, кричит, бросает расческу.

Возможная причина

Повышенная чувствительность к тактильным стимулам.

Помощь



- Надевать под школьную форму мягкую футболку или леггинсы (а также любую незаметную одежду, в которой будет комфортно).

- Удалить с одежды ярлыки.
- Использовать бесшовные носки и нижнее белье.
- Научить ребенка причесываться самостоятельно, чтобы он мог регулировать свои действия.

- Любую новую обувь разносить дома, прежде чем брать ее в школу.

Поведение



Ребенок не переносит даже слегка испачканных рук, требует их немедленно вытереть.


Возможная причина

Повышенная реакция на тактильные стимулы.

Помощь



- Разрешать использовать влажные салфетки, если ребенку это необходимо;
- Заворачивать еду (например, бутерброды) в бумагу;
- Проводить занятия с массой для лепки, которая не оставляет следов на руках и не прилипает к коже, с кинетическим песком и т.п.;
- Регулярно сильно сжимать руки ребенка.



Помощь детям с пониженной чувствительностью к сенсорным стимулам

Недостаточная чувствительность к сенсорным стимулам обычно приводит к тому, что ребенок хуже, чем другие дети, реагирует на внешние раздражители, или не может выполнять некоторые движения или действия, требующие переработки информации, поступающей от органов чувств (чаще всего это касается проприоцептивной или вестибулярной систем).

Поведение



Ребенок бежит из стороны в сторону – врежется в стены, ребенок забираться на стулья/ столы и спрыгивает с них. У ребенка слишком сильный/слабый нажим при письме.

Возможная причина

Снижение проприоцептивной чувствительности.

Помощь

- Утяжеленные жилеты
- Упражнения с использованием специальных тренировочных материалов (массы для лепки, жвачки для рук и пр.).
 - Предлагать мячики для разработки кисти.
 - Перед письмом поработать степлером (помогает научиться регулировать прилагаемое усилие). – Для детей, которые делают слишком сильный нажим, полезны тренировки, когда лист бумаги кладется на коврик для компьютерной мышки. Такие упражнения дают возможность учиться регулировать усилие (чтобы не продырявить лист бумаги).
 - Использовать при письме механический карандаш, а в более старшем возрасте - гелевые ручки. – Писать и рисовать вибрирующими ручками.
 - Пользоваться ручками с утяжелителями.
 - При слишком слабом нажиме полезно пользоваться копиркой, чтобы добиваться достаточной силы нажима для получения следа на бумаге.
 - Писать мягким карандашом или фломастером

Поведение



У ребенка неуклюжая походка. На уроке физкультуры он испытывает значительные трудности. Даже во время разминки сильно заваливается в стороны, выполняя наклоны и простые движения. Не умеет прыгать. Ходит по гимнастическому бревну, держа за руку взрослого (иначе падает). Во время бега часто спотыкается, с трудом дается переход с бега на шаг.

Возможная причина

Пониженная чувствительность вестибулярной и проприоцептивной систем.

Помощь

- Выполнять действия, требующие физических усилий. Носить тугую одежду.
- Использовать утяжелители.
- Регулярно сжимать руки.
- Качаться на качелях, залезать на горки и скатываться с них.

Рекомендуется подобрать те виды физической активности, которые не вызывают у ребенка страха, и постепенно развивать их. Например, если ученик боится ходить по бревну без поддержки взрослого, то можно сначала: – научить его уверенно ходить по наклеенной на полу полоске цветного скотча, – затем перейти на ходьбу по широкой гимнастической скамейке, – затем перейти на ходьбу по гимнастическому бревну, лежащему на полу, – и только после этого учить ходьбе по высокому гимнастическому бревну.

Поведение

Ребенок не реагирует на свое имя.

Возможная причина

Пониженная чувствительность к звуковым стимулам, отсроченная реакция на раздражители, проблемы фильтрации в слуховой сфере.



Помощь

- Дать ребенку некоторое время (несколько секунд), не повторять его имя насколько раз подряд;
- Уменьшить шум в помещении (выключить телевизор);
- Увеличить активность, воздействующую на вестибулярную систему, тесно связанную со слуховой;
- Использовать методы, направленные на обучение способности выделять определенные звуки и слова (имя) из фона;

Поведение

Ребенок не ощущает боль так, как большинство других детей

Возможная причина

Пониженная тактильная чувствительность

Помощь

- Пониженная тактильная чувствительность
- Помощь – Учитывать повышенную вероятность получения травм, ожогов и пр.
- Обеспечить безопасность.
- Увеличить активность ребенка, стимулирующую тактильную систему.





ВАЖНО!

От **РАС** не существует лекарства, но есть методы коррекции с доказанной эффективностью.

1. АВА терапия (прикладной анализ поведения)


В основе АВА-терапии лежит методика подкрепления/усиления желаемого поведения. Ребенку предоставляется приз, мотивационный предмет: игрушка, конфета, похвала, активные игры и т.д. Таким образом специалисты закрепляют (подкрепляют) желаемое поведение, обучая ребенка.

А нежелательное поведение и реакции не подкрепляются. АВА терапия нацелена на формирование у ребенка новых умений и навыков.


2. DIR® — это терапевтический подход, основанный на диагностике уровней функционального эмоционального развития ребенка (D – Developmental), учитывающий индивидуальные особенности ребенка и социальной среды, в которой он развивается (I – Individual differences), базирующийся на взаимоотношениях между ребенком и значимыми для него людьми (R – Relationship-based).



Цель методики **Floortime®** — формирование эмоционально значимого взаимодействия в игре, жизни, учебной деятельности, способствующего развитию. Многим детям с эмоциональными проблемами, а также расстройствами аутистического спектра концепция **DIR®** помогла установить теплые и близкие отношения со взрослыми и сверстниками, осмысленно общаться, используя эмоциональные жесты и слова, и подняться до высоких уровней абстрактного мышления и эмпатии.






3. Сенсорная интеграция – как мы с Вами разобрали выше, у ребят с РАС есть особенности чувствительности, из-за которых повышается в частности уровень тревожности. Поэтому занятия по сенсорной интеграции важны для ребят.



4. Для малышей - Денверская модель раннего вмешательства (ESDM) — это научно-обоснованная образовательная терапия для детей от 12 до 48 месяцев с подозрением или диагнозом РАС, основанная Салли Дж. Роджерс (Sally J. Rogers) и Джеральдин Доусон (Geraldine Dawson) в 80-х годах прошлого века, которая реализуется в игровой форме в натуральной среде.

5. Часто дети с РАС не начинают говорить к 1,5-2 годам, в таком случае используем **АДК**.



АДК

Альтернативная (дополнительная) коммуникация – это все способы коммуникации, дополняющие или заменяющие обычную речь людям, не способным удовлетворительно объясняться с помощью речи.

Методы альтернативной и дополнительной коммуникации (PECS, обучение жестам, использование специальных устройств) дают возможность для развития коммуникативных способностей человека.

АДК ни в коем случае не затормозит речевое развитие, а только ускорит его!



Рекомендации по общению с детьми с РАС

1. Общайтесь короткими фразами;
2. Используйте визуальные подсказки, визуальное расписание;

Важна предсказуемость! Предсказуемость снижает уровень тревожности

3. Дайте ребенку время;
4. Учитывайте сенсорные особенности;
5. Говорите конкретно – без иронии, люди с РАС часто испытывают сложности с абстрактным мышлением (не понимают шуток).

При **нежелательном** поведении (крик, падение на пол, побеги от взрослых, разрушительное поведение)

- Любое поведение преследует какую-то цель, часто это привлечение внимания, отказ или желание что-то получить

- Возникает в присутствии другого человека и направлено на него.

- Ребенок контролирует свое поведение.

- Прекращается, если цель достигнута (например, ребенок получает игрушку, или ему позволяют не выполнять задание).

Для того чтобы **уменьшить** появления таких форм поведения в будущем, следует:

- не поощрять проблемное поведение,
- всегда поощрять желательные формы поведения.

Использованная литература

Сенсорные особенности детей с расстройствами аутистического спектра. Стратегии помощи. Методическое пособие / Манелис Н.Г., Никитина Ю.В., Феррои Л.М., Комарова О.П. / Под общ. ред. А.В. Хаустова, Н.Г. Манелис. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2018. 70 с

Иллюстрации созданы с использованием ресурсов с [freepik.com](https://www.freepik.com) и [flaticon.com](https://www.flaticon.com)

«Я глубоко убеждена, что любой ребенок может развиваться и получать от процесса своего развития большое удовольствие. Такая способность есть у абсолютно любого ребенка, вне зависимости от особенностей его развития, от наличия у него диагнозов, от его черт личности, характера или возраста.»

О.В. Фроловская,
руководитель образовательных
программ АНО НПЦ «РАКОР»



АНО НПЦ «РАКОР» — это создание, реализация и масштабирование социально-ориентированных проектов, а также решение проблемы качества и доступности комплексной реабилитации, социального сопровождения людей с РАС и другими ментальными нарушениями.