1. Правил общения с аутичными детьми!

**Правило №1. Для детей с аутизмом важно строгое соблюдение режима**

Особенным детям необходима рутина. Ритуалы, которые повторяются изо дня в день, делают их жизнь проще. Детям хорошо и спокойно живется, когда они уверены, что «вчера» будет похоже на «завтра». И желательно в мельчайших деталях.

Если ребенок привык, что он чистит зубы зеленой щеткой и кладет ее строго на вторую полочку справа, то не стоит перекладывать ее на другое место – это может сильно его расстроить.

Если что-то пошло не по плану, ребенок с аутизмом не всегда может справиться с эмоциями.

Нарушение рутины может привести к сильному эмоциональному всплеску.

Поэтому, если вы вдруг увидели ребенка, бьющегося в истерике (например, в супермаркете), не стоит делать скорые выводы о его невоспитанности. Возможно, у него проблемы другого характера и перед вами тот самый эмоциональный всплеск.

Если рядом с ребенком есть взрослый, постарайтесь адекватно реагировать на происходящее и не акцентировать на этом свое внимание и внимание окружающих.

Максимум, что вы можете сделать, – в мягкой форме поинтересоваться у взрослого, не нужна ли помощь.

Детский аутизм: как распознать

К сожалению, у наших людей есть проблемы с соблюдением границ, и далеко не все интересовались, нужна ли мне помощь, а торопились «позаботиться» о Степе, не спрашивая моего разрешения. В Финляндии на такой случай многие родители детей с аутизмом носят с собой специальные визитки. На них они пишут что-то вроде: «У моего ребенка аутизм, проявите понимание. Если хотите узнать об этой особенности, почитайте то-то и то-то». Собственно, такие визитки люди делают не только для ликбеза, но для того, чтобы отвлечь внимание. Бабушка делает ребенку замечание, ты даешь ей карточку. И пока она вчитывается, подбираешь ребенка и уводишь его. У нас пока такие визитки не прижились.

**Правило №2. Используйте визуальное общение**

Дети с аутизмом лучше воспринимают информацию визуально, чем на слух. С ними не работает способ «Повтори много раз, и он тебя услышит и выполнит просьбу» или фраза «Я же тебе сто раз сказала».

Не работает не потому, что они не слышат, а потому, что иначе воспринимают информацию.

Представьте, что вы попали в иностранное государство. Вы хотите есть, пить, спать. Но вы не знаете языка, а вокруг много активных людей, которые все время разговаривают. Для вас эти разговоры лишь шумовой фон, который вас начинает утомлять. Так вот, человек с аутизмом – это и есть тот самый иностранец, попавший в чужое государство. И самый простой способ коммуникации для него – это визуализация. Попросту говоря, картинки.

Первыми к этому заключению пришли поведенческий аналитик Энди Бонди и логопед Лори Фрост, которые в 1985 году в США разработали систему альтернативной коммуникации с помощью обмена изображениями (PECS).

За многолетний опыт использования методика доказала свою эффективность.

Есть несколько нюансов в ее использовании, но при необходимости ее может освоить каждый.

На карточках изображаются предметы, свойства, действия. Протягивая ребенку карточку с изображением бутерброда, взрослый как бы совершает акт коммуникации, говорит ему: «Хочешь бутерброд?»

Вступая в общение с обычным человеком, мы привыкли цеплять его взглядом, каким-то звуком, просто обращением по имени. Для человека с аутизмом это может не сработать, поэтому нужны карточки. Они помогают взрослому подготовить ребенка к общению: привлекают его внимание, позволяют сконцентрироваться на факте коммуникации, дают понимание, что сейчас вы обращаетесь адресно, именно к нему.

Для детей с аутизмом важна визуальная поддержка, не советуют использовать при общении с особенными детьми гаджеты.

Так как дети могут сконцентрироваться не на факте коммуникации, а на самом устройстве.

Но если вы столкнулись с особенным человеком и не знаете, как объясниться с ним, гаджет может выручить.

Если вы не понимаете, как общаться с таким человеком, попробуйте сделать это с помощью картинок. Загуглите гамбургер и покажите ему. Так у вас будет шанс быстрее понять друг друга.

Возможно, когда-нибудь у нас появятся люди с аутизмом, как в США или Японии, и будут носить с собой специальные книжки с карточками, которые помогают им общаться с миром. Но пока в экстренных случаях приходится прибегать к помощи смартфонов.

**Правило № 3. Чем проще ваша речь, тем лучше**

В общении с ребенком с аутизмом почти всегда действует так называемое правило «Один-один».Если ребенок говорит вам одно слово, вы отвечаете ему тоже одним словом.

Когда хотите позвать ребенка погулять, не надо говорить «Ой, на улице погода хорошая, можно прогуляться». Ему сложно вычленить из этой фразы главное, и, скорее всего,он просто зависнет на вопросе.

Надо говорить медленно, спокойно, односложно. Если хотите позвать на прогулку достаточно спросить: «Гулять?»

**Правило№ 4. Старайтесь избегать иносказаний**

Ребенок не поймет вас, если вы скажете: «У меня голова раскалывается», – потому что буквально представит, как голова распадается на части. Надо объясняться проще: «Болит голова».

**Правило № 5. Научитесь ждать**

Коммуникация с ребенком, у которого есть расстройство аутистического спектра, не должна происходить в спешке. Взрослому, который задает ребенку вопрос «Гулять?», не стоит рассчитывать на моментальный ответ. Обработка информации происходит у всех по-разному. Кому-то требуется 10 секунд, кому-то минута, а кому-то и больше.

Если много раз задавать один и тот же вопрос с расчетом на то, что ребенок быстрее ответит, можно только усугубить ситуацию.

Представьте компьютер, которому вы даете команду, но он обрабатывает ее медленнее, чем обычно. Вы хотите ускорить процесс и повторно нажимаете на кнопку, которую уже нажимали. А потом еще и еще. Что вы получаете? На устройстве зависают все программы на очень продолжительное время. Приблизительно то же происходит с ребенком, которого вы несколько раз спросили, хочет ли он, например, в туалет. Научитесь молча ждать, и в большинстве случаев получите ответ.

**Правило № 6. Обустройте окружающее пространство особенным образом**

Если вы знаете, что вам предстоит коммуникация с ребенком, у которого аутизм, постарайтесь организовать пространство соответствующим образом. Уберите то, что нельзя брать, отгородите пространство, за которое нельзя заступать.

Лучше заранее обозначить место, где ребенку нужно стоять, сидеть, выполнять нужное действие.

Для организации пространства не понадобятся никакие специальные предметы, вполне можно обойтись стульями, веревкой, кубиками.

**Правило №7. Давайте ребенку сенсорную разгрузку**

У каждого человека есть какие-то ритуалы, которые успокаивают его. Для детей с аутизмом это особенно важно. Даже сама мысль о том, что они смогут пойти и сделать что-то приятное для себя, уже расслабляет.

Например, кому-то нужно посидеть в темной и тихой комнате, покачаться в гамаке, другому пощелкать пальцами пупырчатую пленку или погладить шершавую ткань. Кому-то важно, чтобы его придавили сверху или сильно сжали в объятьях. Здесь нет универсального рецепта, так что важно наблюдать, интересоваться у родителей.

**Правило №8. Не забывайте поощрять ребенка**

Положительное подкрепление – то, что заставляет людей двигаться вперед. Дети с аутизмом не исключение. Поэтому не стоит концентрироваться на наказаниях, когда ребенок ведет себя как-то не так. Лучше просто проигнорировать такое поведение, если оно не выходит за границы допустимого.

Гораздо эффективнее работает положительное подкрепление.

Надо дождаться момента, когда ребенок сделает что-то, что вы от него хотели, и незамедлительно поощрить его.

Сами поощрения могут быть разными. Кто-то из детей с удовольствием согласится сделать что-то за конфетку, а другой будет согласен за капусту. Кто-то выучит все уроки только ради того, что вы погладите его по спине.

**10 принципов правильного воспитания от известного психолога**

Универсального рецепта не существует. Единственное, мы советуем постепенно уходить от поощрений едой и переходить к поощрению действиям (разрешить покачаться, попрыгать на батуте, побегать) или словами («Молодец», «Дай пять» и другие). Достаточно эффективна жетонная система поощрений: чтобы получить желаемое, ребенок должен собрать необходимое количество жетонов, смайликов или значков.

Конечно, эти правила, которые вот так вот запросто укладываются в восемь пунктов, не универсальны. Тот, кто хоть раз сталкивался с людьми, у которых есть расстройство аутистического спектра, подтвердит: если вы знаете одного ребенка с аутизмом, вы знаете только одного ребенка с аутизмом.

И тем не менее именно с этой информации стоит начинать коммуникацию с особенным ребенком. И тогда все обязательно получится!