

## Методы обучения детей-аутистов

### Правила работы с особенными малышами

В последние годы во всем мире количество детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) продолжает стремительно увеличиваться. Точных причин заболевания, как и способов гарантированно устранить эту проблему, никто не знает. Ясно лишь одно: чем раньше будет диагностирован недуг, тем больше шансов скорректировать поведение малыша, адаптировать его к жизни в обществе, к нормальному взаимодействию с окружающими.

Что такое аутизм?

Обучение детей аутистов

Аутизм – это психопатологическое состояние, которое характеризуется «уходом в себя» и нарушением взаимодействия с внешним миром – людьми, объектами, событиями.

Термин «аутизм» («autismus»: от греческого autos – сам) придумал в начале XX века швейцарский психиатр Эйген Блейлер. Правда, изначально этим словом обозначали один из основных признаков шизофрении.

К своему современному значению понятие «аутизм» приблизилось позже – в 1938 году. Австрийский психиатр Ганс Аспергер назвал «аутистической психопатией» поведение детей, которое проявлялось в неспособности дружить, неумении сочувствовать другому человеку, странных неуклюжих движениях и односторонних интересах. При этом ребята обладали достаточно хорошо развитой речью, высоким уровнем интеллекта, поэтому сам ученый называл их «маленькими профессорами». Позднее этот синдром назовут именем Аспергера.

Автором первого описания заболевания стал Лео Каннер – американский психиатр, который исследовал 11 детей со схожими симптомами – «аутичным одиночеством», стремлением к уединению, потребностью в однообразии действий. Он же ввел понятие «раннего детского аутизма».

Сегодня вместо диагноза «аутизм» специалисты используют словосочетание «расстройство аутистического спектра» (РАС). Это понятие объединяет сразу несколько патологических состояний:

аутизм (или синдром Каннера);

детское дезинтегративное расстройство;

неспецифическое первазивное нарушение развития (или атипичный аутизм);

синдром Аспергера;

синдром Ретта.

Нет двух аутистов с абсолютно идентичным течением болезни. Расстройство может быть легким и практически незаметным для окружающих – давать о себе знать в виде странностей при общении, быстрой, шаблонной речи или ограниченности интересов. Тяжелая форма аутизма может сопровождаться умственной неполноценностью, бессмысленными однотипными движениями, немотой.

Признаки РАС

Обучение детей аутистов

Обособленность от внешнего мира.

Отсутствие потребности поддерживать контакт с окружающими.

Аффективная блокада (безразличие к тому, что происходит с другим человеком, в том числе с родными).

Одинаковое поведение по отношению к одушевленным и неодушевленным объектам.

Недостаточно выраженная реакция на слуховые и зрительные раздражители (псевдоглухота, псевдослепота).

Стереотипное поведение: потребность сохранить окружающий мир в неизменном виде (ходить одним маршрутом, размещать предметы в строго определенном порядке), боязнь любых изменений, повторяющиеся однообразные движения – стереотипии (раскачивание на стуле, перебирание пальцами).

Вместо обычных для детей игр – стереотипные манипуляции с пузырьками, ключами, веревками, иногда и с игрушками. Как зачарованные, дети-аутисты могут часами переливать воду из одной чашки в другую, катать туда-сюда машинку, а при попытке остановить и переключить на что-то другое – кричат, плачут, активно протестуют.

Специфическое зрительное поведение: взгляд сквозь или мимо людей, бегающий взгляд (ребенок не переносит взгляда «глаза в глаза»), фокус зрительного внимания смещен на периферию поля зрения.

Стремление находиться в одиночестве.

Особенности развития детей-аутистов

Обучение детей аутистов

Толчком для развития аутистических расстройств становится сбой в работе центральной нервной системы, поэтому нарушения затрагивают все когнитивные функции – внимание, память, мышление, речь, а также эмоциональную, интеллектуальную, двигательную сферы малыша, его чувствительность. Чаще всего признаки аутизма выявляются у детей до трех лет. Первые тревожные звоночки, как правило, появляются уже в младенческом возрасте. Например, кроха слабо реагирует на сильные раздражители, остается практически безучастным, когда мама берет его на руки, чтобы покормить, не «благодарит» за вкусный обед довольным выражением лица. А вот слабые раздражители напротив вызывают у него целую бурю эмоций. Поэтому родителям важно быть особенно внимательными к поведению малыша, фиксировать все странности, подозрительные моменты, не свойственные возрастной норме.

В чем же состоят особенности развития детей-аутистов:

Отсутствуют или слабо выражены детский лепет, гуление.

Ребенок не реагирует на свое имя, не говорит, не воспринимает речевые инструкции.

Словарный запас двухлетнего малыша остается очень скудным, а к трем годам он не умеет строить фразы, предложения.

Речь может совсем отсутствовать или развиваться с нарушениями.

Ребенок старается избегать тактильных контактов, не смотрит в глаза, не улыбается, не выражает свои эмоции и не реагирует на эмоции других, не умеет сопереживать, стремится к уединению.

Малыш-аутист равнодушен к новому, не интересуется игрушками.

Возможно, осторожное или даже брезгливое отношение к еде и наоборот попытки съесть что-то несъедобное в уже достаточно сознательном возрасте.

Ребенок не в состоянии адекватно воспринимать опасность: может перебегать дорогу, не глядя по сторонам, или искать укрытие при незначительном шуме.

У детей с РАС нарушено моторное развитие: раскоординированы руки и ноги, движения получаются неловкими, при этом определенные действия они могут повторять как заведенные – раскачиваться, бегать по кругу, махать руками.

Аутистам сложно ориентироваться в пространстве.

Нередко возникают проблемы с усидчивостью, концентрацией внимания, зато импульсивность может зашкаливать.

Несмотря на плохую память, малыши с РАС надолго запоминают какие-то значимые для них моменты.

Детям-аутистам свойственно конкретное мышление, им непонятны причинно-следственные связи, они не умеют переносить освоенные навыки на другую ситуацию.

Любые попытки управлять – будь то инструкции, обучение или совместная деятельность, изменение привычного алгоритма действий – вызывают негативную реакцию, вплоть до вспышек агрессии.

Методы обучения детей-аутистов  
Обучение детей аутистов

Спектр проявлений аутистических расстройств широк и уникален в каждом конкретном случае. Знание всех особенностей малыша позволяет специалисту составить его поведенческий профиль, который поможет подобрать приемы, методы коррекции и обучения, облегчит адаптацию особого ребенка к окружающему его миру.

Карточки PECS

Дети с расстройствами аутистического спектра неразговорчивы – они не могут рассказать, что их беспокоит, что им нужно или что мешает. Это серьезно затрудняет коммуникации с незнакомыми людьми. Сталкиваясь с непониманием, аутисты напрягаются, нервничают, начинают истерить, могут случаться вспышки агрессии. Научить невербального ребенка общаться с другими людьми помогают карточки PECS.

Систему альтернативной коммуникации при помощи карточек PECS (Picture Exchange Communication System – коммуникационная система обмена изображениями) разработал в конце 1980-х годов доктор Эндрю Бонди.

Используя карточки с изображениями, ребенок овладевает элементарными навыками общения – он может сообщить о чем-то, попросить что-то, что не получается выразить словами, запоминает, как называются окружающие его предметы, какие слова используются для обозначения определенных действий, начинает понимать просьбы, обращенные к нему.

Работа с карточками строится в 6 этапов:

Малыш учится передавать «коммуникативному партнеру» карточку, чтобы взамен получить желаемый предмет. «Фея» направляет ребенка, но не мешает ему проявлять инициативу.

Маршрут к достижению цели – получению желаемого предмета – усложняется: ребенок должен встать, взять карточку, дойти до коммуникативного партнера и «обменять» изображение на предмет.

Малыш понял – карточки влияют на окружающих. Теперь он должен научиться делать выбор – сначала между тем, что он хочет получить и что не хочет (конфета или шапка), затем – между двумя предметами одной категории (например, конфета и яблоко).

Ребенок учится строить «предложения», например, «Я хочу конфету». Для этого ему нужно прикрепить на полоску со скотчем или липучкой соответствующие картинки, а потом обменять эту полоску на желаемый предмет. Затем «словарный» запас ученика обогащается: в нем появляются определения – прилагательные, которые обозначают цвета, форму или размер предмета, части тела. «Фразы» удлиняются до 3-4 символов.

После того, как ребенок научился «объяснять» при помощи картинок, что он хочет, пришло время освоить и реакции на вопрос «Что ты хочешь?».

Задача – научиться комментировать происходящее, сначала отвечая на вопрос «Что ты видишь?», затем спонтанно. В итоге малыш умеет формулировать фразы «Я хочу», «Я вижу» и отвечать на вопросы «Что ты хочешь?», «Что ты видишь?», а главное – различать их. Правильное выполнение подкрепляется похвалой.

Так муравьиными шажками, постепенно малыш-аутист учится общаться с окружающими. Картинки помогают ему получать и давать обратную связь без слов.

Плюсы этого метода: карточки помогают быстрее освоить базовые навыки коммуникации, научить ребенка с РАС проявлять инициативу, спонтанно произносить слова, сделать более доступным для него общение с другими людьми.

#### Сенсорная интеграция

У аутистов нарушены функции сенсорной системы, им тяжело воспринимать информацию, повышен или понижен порог чувствительности к внешним раздражителям. Получается, что органы чувств у них как будто отключены – мозг просто не воспринимает и не умеет обрабатывать информацию, которую они передают. Метод сенсорной интеграции помогает это скорректировать. Со стороны такие занятия больше напоминают игру, например:

Обвести карандашом или пальцем свою ладошку, другие части тела.

Следить взглядом за передвижением предметов или за лучом фонарика.

Отгадать, какую букву мама «написала» на спине, животе или ладошке.

Сжимать резиновые груши.

Кататься на больших мячах.

Копировать фигуры.

Рисовать пальчиками.

Эти простейшие упражнения учат мозг правильно реагировать на внешние раздражители. ЦНС в свою очередь приобретает способность интегрировать сенсорные ощущения, что влияет на развитие речи, координацию движений, внимание. Такие «тренировки» особенно важны в тех случаях, когда расстройство аутистического спектра выявлено до 3 лет.

#### Иппотерапия

Благотворно влияет на состояние аутистов общение с лошадьми. Иппотерапия стимулирует развитие психомоторной сферы – улучшает координацию движений, чувство равновесия. Близость животных вызывает у детей положительные эмоции, а катание верхом учит подстраивать тело под их движения, чтобы удержаться. Упражнения выполняются без седла, что обеспечивает тесный контакт детей с лошадьми. Животные согревают маленьких наездников теплом своего тела, снимают таким образом физическое напряжение, ослабляют самозащиту – делают «тоньше» броню, которой малыш защищается от окружающего мира. Снижается и психоэмоциональное напряжение, дети становятся более восприимчивыми к получению информации – самое время для общения с ними при помощи жестов или для простейшего диалога.

#### Холдинг-терапия

Название метода образовано от английского слова «hold» – держать. Его автор – руководитель Материнского центра в Нью-Йорке, доктор Марта Велш. Холдинг-терапию еще называют «терапией на коленках» и применяют для коррекции аутизма, синдрома гиперактивности, психопатии и других эмоциональных расстройств.

Цель метода – попытаться воссоздать физическую связь между матерью и ребенком-аутистом, которому, как мы помним, неприятны прикосновения, любые внешние раздражители.

Суть в следующем: мама садится на стул, берет ребенка на руки, сажает его себе на колени, чтобы ножки свисали по сторонам. Важно преодолеть сопротивление малыша, попытки вырваться из объятий, удерживать его лицом к лицу, наладить эмоциональный контакт, добиться восстановления телесного контакта. Во время такого сеанса мама разговаривает с ребенком, успокаивает его, чтобы неприятие, отторжение сошло на нет. Поначалу малыш испытывает дискомфорт, постепенно состояние беззащитности сменяется чувством защищенности, ребенку становится комфортно и спокойно. Таким образом практически насильно формируется привязанность к матери, которая присуща и жизненно необходима детям младенческого и раннего возраста.

У метода есть противопоказания: тяжелые соматические заболевания у ребенка или родителей (ДЦП, эпилепсия), невозможность участия отца, неприятие малыша родителями.

#### АВА-терапия, или Прикладной анализ поведения

Впервые поведенческий анализ для работы с детьми-аутистами использовал в 1963 году доктор Ивар Ловаас и его коллеги из Калифорнийского университета. Основная идея метода состоит в том, что любое поведение ребенка влечет определенные последствия. В зависимости от того, нравятся эти последствия малышу или нет, он продолжит свои действия или прекратит их.

В чем же суть метода? Каждый сложный навык – творческая игра, речь, установление контактов, умение смотреть в глаза – разбивается на маленькие шаги или действия. Каждое из этих действий осваиваются ребенком по отдельности, а затем, все собирается в одну цепочку – последовательность, которая и представляет собой сложное действие.

Тренировкой полностью руководит взрослый: достаточно жестко управляет деятельностью аутиста, прекращает нежелательные действия и поощряет правильные. Работа над навыком завершается, только когда ребенок безошибочно выполняет действие в 80% ситуаций.

План развития по методике АВА готовится для каждого малыша индивидуально – в зависимости от его особенностей. Одновременно ребенок осваивает не более двух-трех навыков, не связанных между собой. Постепенно задачи усложняются, копилка навыков пополняется новыми – бытовыми, коммуникативными, познавательными, социальными. Итогом поведенческой терапии становится овладение ребенком инструментами для самостоятельного познания мира.

#### Правила работы с особенными малышами Обучение детей аутистов

Строго соблюдать режим. Повторяющиеся изо дня в день ритуалы делают жизнь детей-аутистов проще, понятнее, а главное – спокойнее.

Показать, что нужно сделать. Особенности малыши лучше воспринимают визуальную информацию. Поэтому один раз показать картинку лучше, чем повторить просьбу 10 раз.

Говорить четко, кратко, конкретно. Не нужны ребенку сложносочиненные многэтажные предложения – он не сможет внимательно дослушать их до конца и добраться до сути сказанного. Поэтому стоит отдать предпочтение простым, коротким фразам: «Гулять?», «Голова болит» (а не раскалывается на части).

Набраться терпения. Не нужно ожидать моментальной реакции от аутиста, не стоит его подгонять, часто повторять один и тот же вопрос – это может лишь усугубить ситуацию.

Разговаривать спокойно, без надрыва, без раздражения. Важен ровный эмоциональный фон, в котором нет и намека на агрессию, опасность.

Обеспечить сенсорную разгрузку. Гиперчувствительность к внешним раздражителям очень утомляет. Поэтому малышу нужен ритуал, который поможет снять избыточное напряжение: крепкие объятия, несколько минут в тишине в темной комнате или кусочек пузырчатой пленки в руках, которую можно потихоньку тереть.

Хвалить и поощрять! В моменты, когда ребенок не делает ничего плохого. Поводы для похвалы могут быть самые разные, как и ее выражение: например, погладить по спине за выполненное задание.

Коррекционная поддержка детям с расстройствами аутистического спектра жизненно необходима. Только совместные действия специалистов – педагогов, психологов, дефектологов, логопедов и родителей помогут достичь положительных изменений, сделать окружающий мир более понятным и менее опасным для маленького аутиста.