

**Черкасова Виктория Александровна**

соискатель, тьютор

МДОУ «ЦРР – Д/С №4»

п. Майский, Белгородская область

## **МЕТОДЫ ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА**

*Аннотация:* в статье представлены признаки аутистического спектра, эффективные методы и стратегии по поддержке детей с РАС.

*Ключевые слова:* аутизм, признаки аутизма, методы, поддержка детей с РАС.

Аутизм – это нейроразвивающее расстройство, которое влияет на социальное взаимодействие, коммуникацию и поведение человека. Оно относится к группе расстройств, известных как расстройства аутистического спектра (РАС), которые могут проявляться в различной степени и формах.

Признаки аутизма могут варьироваться в зависимости от степени выраженности и индивидуальных особенностей человека. Однако основные признаки, на которые обращают внимание, включают:

### *Социальные признаки.*

1. Трудности в общении: проблемы с вербальной и невербальной коммуникацией, такие как отсутствие зрительного контакта или трудности в понимании социальных сигналов.

2. Проблемы с установлением отношений: трудности в создании дружеских или романтических связей, отсутствие интереса к общению с ровесниками.

3. Непонимание социальных норм: невозможность понять или следовать правилам взаимодействия в обществе.

### *Коммуникационные признаки.*

1. Задержка в развитии речи: позднее начало разговора или отсутствие речи.

2. Необычное использование языка: повторение фраз (эхолалия), использование языка в буквальном смысле без понимания подтекста.

### *Поведенческие признаки.*

1. Повторяющиеся действия: стремление к рутинным действиям, такие как раскачивание, хлопанье руками или повторение одних и тех же действий.
2. Ограниченные интересы: увлечение узким кругом тем или объектов, иногда до навязчивости.
3. Чувствительность к сенсорным стимулам: чрезмерная реакция на звуки, свет, текстуры или другие сенсорные раздражители.

### *Эмоциональные признаки.*

1. Трудности в понимании эмоций: проблемы с распознаванием и выражением собственных эмоций и эмоций других людей.
2. Изменения настроения: быстрые изменения настроения или трудности в регулировании эмоций.

Эти признаки могут проявляться в разной степени и комбинациях, поэтому важно учитывать индивидуальные особенности каждого человека. Ранняя диагностика и поддержка могут значительно улучшить качество жизни людей с аутизмом.

Поддержка детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) требует особого подхода и понимания. Вот некоторые эффективные методы и стратегии.

#### *1. Индивидуальный подход:*

- понимание потребностей: каждый ребенок уникален, поэтому важно учитывать его индивидуальные особенности, интересы и потребности;
- адаптация методов обучения: используйте различные подходы, чтобы найти тот, который лучше всего подходит вашему ребенку.

#### *2. Структурированная среда:*

- рутина и предсказуемость: создание четкого расписания помогает детям чувствовать себя более уверенно и безопасно;
- организация пространства: упорядоченное и структурированное окружение может снизить уровень стресса.

### *3. Развитие коммуникации:*

- использование визуальных средств: визуальные расписания, карточки с изображениями и другие визуальные подсказки могут помочь в коммуникации;
- поддержка альтернативных методов общения: рассмотрите использование жестового языка, символов или технологий для улучшения коммуникации.

### *4. Социальные навыки:*

- социальные истории: используйте простые истории, чтобы объяснить социальные ситуации и ожидаемое поведение;
- ролевые игры: практика социальных взаимодействий через ролевые игры может помочь ребенку научиться общаться.

### *5. Эмоциональная поддержка:*

- обучение распознаванию эмоций: помогайте ребенку понимать и выражать свои эмоции с помощью игр и упражнений;
- создание безопасной атмосферы: поддерживайте открытое общение, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно, делаясь своими переживаниями.

### *6. Позитивное подкрепление:*

- поощрение положительного поведения: используйте систему наград для стимулирования желаемого поведения;
- избегание наказаний: вместо наказаний сосредоточьтесь на поощрении положительных изменений.

### *7. Работа с профессионалами:*

- терапия и консультирование: рассмотрите возможность работы с логопедами, психологами или специалистами по развитию;
- группы поддержки: присоединяйтесь к группам поддержки для родителей, чтобы обмениваться опытом и получать советы.

### *8. Образование и развитие;*

- инклюзивное образование: поощряйте участие в инклюзивных образовательных программах, где ребенок может учиться вместе с другими детьми;
- развитие навыков: фокусируйтесь на развитии жизненных навыков, таких как самообслуживание и независимость.

Эти методы могут помочь в воспитании детей с РАС, создавая поддерживающую и развивающую среду. Важно помнить о терпении и готовности адаптироваться к меняющимся потребностям ребенка.