

# Родителям об аутизме: вопросы и ответы

## **Почему ребенок неохотно занимается на занятиях?**

Педагоги и родители часто сталкиваются с проблемой поддержания мотивации во время занятий. Преодолеть эту проблему можно по-разному: учитывать игровые предпочтения ребенка, дозировать и распределять учебную нагрузку (начинать и заканчивать занятия с простых заданий, с которыми ребенок успешно справляется, а задания, требующие максимальных усилий, выполнять в середине занятия), использовать систему поощрений. Чтобы ребенку нравилось заниматься, он каждый раз должен переживать ситуацию успеха, поэтому необходимо на каждое занятие заканчивать на позитивной ноте и находить повод для похвалы.

## **Почему ребенку трудно оставаться на месте, сидеть на стуле, за столом?**

Многим детям сложно подчиняться общим правилам, делать над собой усилия и управлять своим поведением. Поэтому они лучше справляются с задачами, если у них есть возможность часто делать перерывы и чередовать умственную активность с физической. Детям, которые быстро устают сидеть за столом, следует чаще менять разные виды активностей, чтобы скомпенсировать моторную расторможенность и двигательное беспокойство.

## **Почему ребенку не нравится носить одежду, носки, шапку?**

У ребенка может быть повышенная тактильная чувствительность и он может быть гиперчувствителен к прикосновениям. Ткани с разными текстурами и тактильными свойствами могут вызывать у него дискомфорт и раздражение. Родителям следует настаивать на ношении одежды, но при этом дать ребенку возможность самому выбрать комфортные для него вещи.

## **Почему ребенку не нравится мыть голову, стричься?**

Ребенок может быть излишне чувствителен к запахам средств для ухода, а

ощущения при попадании воды и моющих средств в глаза, нос, уши, рот. Некоторых детей пугают инструменты парикмахера, они видят в них угрозу и воспринимают стрижку как нанесение им ущерба. В этом случае следует заранее объяснить ребенку, что и как будет происходить с ним и убедить его в отсутствии угрозы в данной ситуации. Для снижения тревожности можно предоставить ребенку возможность побыть наблюдателем в похожих ситуациях с другими людьми, чтобы он мог убедиться, что это безопасно.

### **Почему прием пищи вызывает столько трудностей?**

Проблемы могут быть вызваны многими факторами. У ребенка может быть повышенная чувствительность к запахам, вкусам, текстуре пищевых продуктов, поэтому он демонстрирует избирательное пищевое поведение, отказываясь от некоторых блюд. Ребенок может не уметь пользоваться столовыми приборами, быть неаккуратным и при этом испытывать чувство брезгливости к продуктам питания, т.е. ребенок не любит пачкаться, но аккуратно кушать не умеет. Кроме того, в силу ограниченного рациона, ребенок может не уметь кушать определенные блюда, например суп, и поэтому давится и захлебывается во время приема пищи. Также родителям следует быть внимательными по отношению к температуре предлагаемых ребенку блюд, так как дети часто не умеют дуть на приготовленную еду, и не желая ждать, пока пища остынет, просто отказываются от приема пищи. При этом любая из этих проблем усугубляется, если это происходит в публичном месте, ребенок устал или слишком голоден. В некоторых случаях целесообразнее заменить трехразовое питание на частые легкие перекусы на основе предпочитаемых ребенком продуктов.

### **Почему ребенок часто сопротивляется и кричит, когда мы идем в публичное место?**

Дети часто негативно реагируют на изменение привычной обстановки, новые места, новые люди, незнакомые звуки, движение и суета вокруг вызывают у них дискомфорт и страх, т.к. они не могут быстро ориентироваться в незнакомой ситуации и адекватно себя вести. Дети чувствуют себя гораздо спокойнее и увереннее в знакомой обстановке и часто отказываются и протестуют по поводу изменений их привычного

уклада жизни. Это пугает и выводит их из равновесия. Если посещение публичных мест является необходимостью, то разумно заранее подготовить ребенка к выходу в социум, беседы с ребенком, рассказы о том, как это будет происходить и зачем это нужно, а также ваши заверения в том, что это безопасно и родители будут рядом, помогут ребенку более спокойно вести себя в публичных местах. Однако даже в этом случае нужно быть готовыми в любой момент закончить пребывание в публичном месте, если ситуация станет дискомфортной для ребенка.

### **Что я должен говорить ребенку, чтобы помочь ему общаться с окружающими?**

Самое важно, что родители могут сделать для своего ребенка – дать ему понять, что его любят и принимают таким, какой он есть. В обстановке родительской любви и поддержки уверенность ребенка в себе и своих силах будет только расти, и это поможет ему многому научиться и справиться со всеми жизненными обстоятельствам. Обучение социальным навыкам как в семье, так и в социуме крайне важно, так как поможет ребенку овладеть правилами социально приемлемого поведения в различных жизненных ситуациях, понять основные аспекты социальных взаимоотношений, научиться устанавливать и поддерживать социальные контакты с другими людьми. При этом не стоит отрицать наличие неудач в процессе социализации ребенка, в таких ситуациях важно выразить ребенку свое понимание и поддержку, чтобы он не оставался один на один с проблемой, с которой не может справиться.

### **Возможно ли, что со временем ребенок просто перерастет свои проблемы?**

Надежда родителей на то, что ребенок подрастет и все наладится, лишь иллюзия. Проблемы не исчезнут сами по себе, их нужно решать совместными усилиями как самого ребенка, так и родителей, педагогов, медиков. Чем раньше начать, тем больших успехов можно добиться. Аутизм – это не болезнь, которую можно вылечить, это состояние, в котором ребенок будет пребывать всю свою жизнь, и то, насколько благополучной она будет зависит от взрослых, которые его окружают.