

Организация жизни аутичного ребенка

Родители детей с аутизмом зачастую сталкиваются с проблемами в процессе воспитания и организации жизни своих детей. Нередко в поисках решения возникающих проблем они обращаются к специалистам, к различным книгам, интернету, ищут помощи у людей, лично столкнувшихся с этой проблемой. Существует большое количество книг, посвященных проблеме детей с аутизмом. Многие авторы занимались этой проблемой. В данной статье мы основывались на одном из них - Е. Янушко. Хочется верить, что эта статья поможет родителям в поисках ответов на вопросы, поможет родителям и детям стать ближе, научиться понимать друг друга.

Организация пространственной среды.

Жизненное пространство аутичного ребенка

Жизненное пространство аутичного ребенка требует особой организации. По степени удаленности от места, где ребенок (дошкольник) находится большую часть жизни, пространство подразделяется на детскую комнату, квартиру, ближайшую к дому территорию. По виду деятельности ребенка пространство можно условно разграничить на бытовое - все, что касается усвоения навыков повседневной жизни (туалет, прием пищи, подготовка ко сну и т.д.), игровое - место для разнообразных игр, учебное - место для специальных развивающих занятий, и ближайшее социальное окружение (территория, в пределах которой осуществляется общение аутичного ребенка со взрослыми и сверстниками, а также происходит ознакомление с окружающим миром, и в первую очередь с миром людей.) - лестничная клетка, где происходит общение с соседями, детская площадка, где ребенок вступает в общение с другими детьми, магазин, улица.

Детская комната

Позаботьтесь о том, чтобы детская комната стала для ребенка комфортным местом, в котором он чувствовал бы себя в безопасности и, если возникнет необходимость, имел бы возможность укрыться от внешних влияний. Это потребует от родителей чуткости и любви, а также выполнения ряда необходимых условий:

- ПЕРВОЕ УСЛОВИЕ - БЕЗОПАСНОСТЬ

Детская комната должна быть оборудована с учетом того, что ребенок будет здесь бегать, прыгать, кувыркаться, карабкаться по мебели и т.д. В комнате не должно быть опасных предметов (тяжелых, острых, бьющихся и др.), все потенциально опасные предметы должны прятаться или запираться.

- ВТОРОЕ УСЛОВИЕ - ОБЕСПЕЧЕНИЕ КОМФОРТА И УЮТА

Оформите комнату в приятных, неярких, успокаивающих тонах, электрическое освещение должно быть мягким, не режущим глаза.

- ТРЕТЬЕ УСЛОВИЕ - НАЛИЧИЕ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Детская комната-это место, где ребенок играет и учится. В ней обязательно должна быть парта или столик со стульчиком. Ребенку нужны игрушки: деревянные и пластмассовые строительные наборы, конструкторы; разнообразные матрешки, пирамидки, вкладыши; звучащие игрушки и набор игрушечных музыкальных инструментов; игры для развития мелкой моторики - мозаики, деревянные бусы, игры со шнурками и др.; развивающие настольно-печатные игры - разрезные картинки, лото, домино, доски Сегена, рамки Монтессори и др.; игрушки для сюжетно-ролевых игр - куклы, мишки, другие мягкие и резиновые игрушки, машинки, кукольный домик, кукольная посуда и мебель, аптечка и т.д. Детские книжки нужно подбирать с учетом возраста ребенка и его предпочтений. Они должны быть понятны ребенку, полезны для реального освоения окружающего мира вызывать положительные эмоции. Кроме этого, у ребенка должен быть материалы для творчества: цветные карандаши и фломастеры, краски, мелки для рисования, цветная бумага и картон, пластилин и т.д.

- ЧЕТВЕРТОЕ УСЛОВИЕ - ПОДДЕРЖАНИЕ ПОРЯДКА

В комнате ребенка должен быть установлен и поддерживаться определенный порядок. Все предметы, вещи и игрушки должны иметь свое фиксированное место. Вещи в платяном шкафу лучше раскладывать на те же места - так легче приучать ребенка к самостоятельности. Порядок в окружающем мире предметов важен для любого ребенка, но для аутичного, с его стереотипностью поведения, он - необходимое условие жизни. Иногда необходимо вводить новые приятные ребенку детали - развесить на стене его рисунки, выбрать вместе с ним новые занавески, купить и повесить на стену картину. Если ребенок сопротивляется малейшим переменам, отложите их, но обязательно попытайтесь вновь. Не забывайте о необходимости создания эмоционально положительного настроения: заранее обсудите с ребенком предстоящую перемену в интерьере, поговорите о том, как это будет хорошо, организуйте его активное участие в процессе внесения новых элементов в интерьер.

Пространство квартиры

Пространство квартиры в большой степени связано с освоением ребенком бытовых навыков. Ребенку необходимо помочь осознать предназначение ванной комнаты, кухни, туалета, понять назначение самых разных вещей и т.д. Для этого следует, во-первых, постоянно комментировать разнообразные бытовые моменты, объясняя смысл происходящего: "Мы сейчас с прогулки вернулись - руки-то, какие грязные! Пойдем мыть! Где мы руки моем!"

Правильно, в ванной комнате. А что нужно взять? Вот оно, мыло - как приятно пахнет. Ну все? Пошли! Ах, какой ты молодец - вспомнил, что руки надо полотенцем вытереть, а я-то забыла. Вот полотенце висит на крючке. А теперь идем обедать". Во-вторых, необходимо вовлекать ребенка в работу по дому. Пусть ребенок участвует в приготовлении обеда - бросит овощи в суп, натрет сыр; во время мытья посуды можно попросить его вытереть полотенцем чашки, разложить посуду и приборы по полкам; предложить ему расставить ботинки в прихожей, пропылесосить ковер в гостиной и т.д. Обязательно следует учитывать возраст ребенка и его возможности. Важно помнить, что главное не качество выполнения работы, а участие в выполнении домашних обязанностей. Используйте для этого все возможности, постепенно расширяя виды домашней работы. Часто дети сами хотят поучаствовать в происходящем - позвольте ребенку засыпать порошок в стиральную машину, капнуть на губку средство для мытья посуды, порезать хлеб к обеду. Именно такие действия могут помочь ребенку стать самостоятельным.

Ближайшее социальное окружение

Под "ближайшим социальным окружением" подразумевается территория за пределами квартиры. Это и лестничная площадка, где происходят встречи и общение с соседями; и детская площадка, где ребенок может контактировать с детьми; и магазин, где можно наблюдать общение продавца с покупателями, и территория, где ребенок знакомится с окружающим миром - миром людей и предметов, природой. Покидая пределы квартиры необходимо помочь ему шаг за шагом осваивать пространство вокруг, постепенно избавляясь от страхов и накапливая позитивный опыт. Чтобы ребенок смог принимать что-то новое, необходимо, прежде всего, выявить негативные эмоции и страхи, связанные с определенными местами, предметами, людьми. Когда страх выявлен, постарайтесь связать с данным местом переживание разнообразных положительных эмоций.

Самые серьезные трудности аутичного ребенка находятся именно в сфере общения с людьми. Нужно помогать ребенку в случаях затруднений во взаимодействии с другими детьми и взрослыми. Например, если он решился подойти к другому малышу, но после этого застыл, не умея обратиться, не зная, что следует делать дальше, не упустите этот момент - быстро подойдите и озвучьте его намерения: поприветствуйте другого малыша, спросите, как его зовут и представьте вашего, помогите своей рукой протянуть ручку новому знакомому, предложить ему игрушку. Делайте все это от имени вашего ребенка. Придумайте варианты продолжения контакта: предложите поменяться игрушками и организуйте игру рядом, когда дети играют

независимо, но могут наблюдать за игрой другого, спойте вместе песенку, затейте игру в мяч и т.д. Необходимо поддерживать интерес вашего ребенка и к малышам, и к ровесникам, и к детям постарше. Выберите занятие, которое понравится всем; на основе общего интереса станет возможным взаимодействие.

Родителям следует постоянно быть начеку, и в случае возникновения трудной или опасной для ребенка ситуации защитить и подстраховать его. Помните, что присутствие вокруг чужих детей и взрослых может привести к возникновению непредсказуемых ситуаций. Например, если на улице к ребенку обратился чужой взрослый, порицая за неправильное поведение, что случается довольно часто, подойдите, но не вступайте в дискуссию, не пытайтесь объяснить поведение ребенка и его особенности, а постарайтесь быстро закончить разговор и увести ребенка. Помните, что ребенок обязательно отреагировал, даже если внешне остался невозмутим. Всем видом выражая спокойствие, приобнимите ребенка, как бы показывая, что ничего страшного не произошло, а затем объясните, почему "тетя назвала хулиганом": "Ты быстро бегаешь, а тут малыши - смотри. Если случайно заденешь, маленький может упасть и будет плакать". В таких случаях перед взрослым стоят две задачи. Первая - объясняя причинно-следственные связи, дать ребенку понять, что не он "плохой", а просто возникла сложная ситуация. А уже затем предложить ребенку конкретные пути ее исправления. Вторая - дать ребенку почувствовать, что вы его любите, что вы вместе с ним и не дадите его в обиду ни в коем случае, что всегда придете на помощь. Если же реакция ребенка на замечание выражается бурно - например, он плачет или топает ногами и с криками пинает велосипед, катаясь на котором "не смотрит, куда едет", - не мешайте ему, дайте возможность выплеснуть негативные эмоции и лишь после этого тактично объясните, что произошло и как возникновения подобной ситуации можно избежать впредь.

В магазине учите ребенка выбирать необходимое - продукты, хозяйственные товары, организуйте его общение с продавцом и самостоятельные мелкие покупки - дайте ребенку денежку, и пусть он сам купит конфету или пакетик сока у знакомого продавца. Это станет возможным, когда ребенок вполне освоится в этой ситуации. Попросите вашего малыша помочь вам понести сумку с продуктами. А когда ситуация похода в магазин станет привычной и естественной, можно заглянуть в другой магазин, вместе отправиться на автобусе на ярмарку, чтобы выбрать пластилин и краски и т.д.

Гуляя, старайтесь разнообразить маршруты. Если ребенок противится выбору нового маршрута прогулки, не возражайте, а старайтесь расширить знания о знакомом пути: обратите внимание на светофор на перекрестке,

объясните, что следует делать, когда горит зеленый свет, красный и т.д.; покажите, где расположен детский садик, загляните туда и понаблюдайте вместе, как играет детвора на прогулке; напомните: "Смотри-ка - автобусная остановка. Мы садимся здесь на автобус, когда едем в бассейн". Описывайте все, что видите по дороге; причем делайте это многократно, даже если ребенок не обращает на эти описания внимание (стараясь разнообразить комментарий, вводя в него интересные детали). А в следующий раз снова попытайтесь немного изменить маршрут, постепенно удаляясь от дома на большие расстояния. Для этого постарайтесь создать у ребенка мотив - "Пойдем туда, чтобы краски купить", "Давай зайдем в парк, помнишь, как ты там познакомился с собачкой, а ее хозяин разрешил тебе подержать ее за поводок?".

Если ваш малыш достаточно подрос, берите его с собой, когда отправляетесь "по делам": на почту, в банк, в аптеку и т.д. Попутно рассказывайте ребенку, что такое почта, что делает почтальон, напишите вместе с ребенком и отправьте письмо бабушке. В аптеке купите вместе с ребенком для кукольной аптечки бинтик, вату и пластырь, с помощью которых ребенок дома станет "лечить" кукол.

Не стесняйтесь повторяться и говорить само собой разумеющиеся вещи. При правильном подходе, требующем постоянного внимания и мудрой помощи взрослого, новые впечатления обогатят опыт взаимодействия аутичного ребенка с другими людьми, научат жизни в социуме. Необходимость принимать решение в трудных ситуациях закалит ребенка, поможет стать более самостоятельным. Однако следует набраться терпения, т.к. придется решать не только проблемы ребенка, но и преодолевать людское непонимание. Но при благоприятном развитии событий, можно заручиться поддержкой окружающих, найти новых друзей, наладить доброжелательные отношения с соседями.

Дальние прогулки

Прогулки в дальний парк, в гости, в цирк, в кафе; посещение бассейна, детской студии могут быть тяжелы для аутичного ребенка и сопровождающих его близких, а порой и вовсе невозможны. Удаляясь от знакомых "мест обитания", ребенок теряет уверенность и оказывается во власти страха и дискомфорта. Такое состояние может вызвать острую реакцию - ребенок начинает плакать, тянет за руку, выражая таким образом просьбу вернуться. Это реакция самозащиты, когда ребенок пытается выйти из состояния дискомфорта. В этом случае надо не уговаривать ребенка, не ругать его, а дать ему возможность успокоиться. Действуйте по ситуации; остановитесь ненадолго, поглядите с ребенком по сторонам, поговорите, а

затем продолжите путь дальше или вернитесь домой. Сложнее оказывается ситуация, когда ребенок не выражает свое состояние бурно, однако переживает острые негативные эмоции глубоко внутри себя. Это для него очень вредно, может вновь затормозить его развитие. Поэтому родители, решившиеся посетить новое для ребенка место, должны чутко следить за состоянием ребенка, за его настроением; при появлении тревоги и дискомфорта лучше повернуть домой со словами: "Ничего, в следующий раз поедем к бабушке. А сейчас вернемся, ведь у нас мишка один дома остался, будет скучать". При этом предпочтительно назвать нейтральную причину возвращения домой, о страхе ребенка не говорите, ведь это может стать дополнительной травмой.

Однако прятаться от мира, сидя дома, - хотя и более легкий путь, но он не дает ребенку возможности познавать мир во всем его многообразии, не решает проблему страхов, препятствует развитию самостоятельности. Конечно, дальние прогулки нужны и обязательны, но необходимо соблюдать следующие правила:

1. Осваивайте пространство постепенно. Это значит, что поход на дальнейшее расстояние возможен только после того, как ребенок достаточно освоился на более близкой территории.

2. Готовьтесь к походу заранее, обсуждая, куда собираетесь пойти, что вас там ждет. В данном случае лучше постараться обойтись без сюрпризов, которые могут испугать аутичного ребенка, поэтому расскажите ему подробно, что его ждет. Вспомните мультфильм, покажите подходящую картинку.

3. Приучайте ребенка пользоваться общественным транспортом. Для начала можно проехать на автобусе или в метро всего одну остановку. Подготовьте ребенка к поездке, рассказав заранее, как это будет происходить, куда и зачем поедете. В дальнейшем предпринимайте недалекие поездки; хорошо, когда цель поездки понятна ребенку: "На этом автобусе поедем в магазин за карандашами. Надо будет проехать три остановки. Давай вместе их считать". Можно взять с собой любимую игрушку: что-то родное в незнакомой обстановке поможет ему успокоиться. Попутно объясняйте ребенку правила поведения в транспорте: "Держись за поручень, а то сейчас автобус будет поворачивать, можно упасть", "Надо оплатить проезд» и т.д.

4. Места для посещения выбирайте осторожно. Для начала выберите что-нибудь поближе к дому и где поменьше людей. Постепенно приучайте ребенка бывать в компаниях, и со временем он перестанет бояться скопления людей.

5. Посещая новые места, где находятся незнакомые дети и взрослые - кружок рисования, бассейн, - поначалу приводите ребенка ненадолго, дайте ему возможность привыкнуть к новой обстановке, к детскому коллективу, к новым взрослым. Можно договориться с педагогом или тренером и первое время присутствовать на занятиях вместе с ребенком, а в случае, если ребенок захочет, ненадолго выйти вместе с ним. Отдохнув, ребенок может вернуться к занятиям. Но если он захотел домой, поступите так, как просит ребенок. Не забывайте, что ситуация, требующая от ребенка активного взаимодействия с другими людьми,- огромный труд для него. Но при правильной организации посещение детского коллектива очень полезно для ребенка, дает ему неоценимый опыт социальной жизни и разнообразные впечатления, которые подталкивают развитие.

6. Действуйте по обстановке: будьте готовы к тому, что ребенок способен вести себя по-разному. Так, он может в любой момент захотеть уединиться, потому что скопление народа утомило его, - найдите более тихое место, где можно передохнуть. А если ребенок, не дождавшись представления, захочет вернуться домой - не противьтесь. Это значит, что на сегодня он уже получил достаточное количество впечатлений. Не настаивайте ни в коем случае, избегайте давления, иначе в следующий раз малыш будет бояться отправиться с вами в подобное путешествие.

7. Дома вспоминайте, обсуждайте увиденное, смакуйте интересные детали. Закрепляйте и расширяйте новые представления, используя разные приемы и возможности: нарисуйте картинку, выучите стишок, организуйте игру. Задавайте вопросы, объясняйте в ходе беседы причинно-следственные связи, логику событий, заражайте ребенка своим положительным эмоциональным отношением.

Практика работы с аутичными детьми показывает, что, правильно организовав поэтапное освоение окружающего мира, можно преодолеть ограничения, обусловленные трудностями ребенка. Не бойтесь пробовать. Помните, что результат будет достигнут лишь в ходе постоянной, регулярной тренировки.