

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение средняя  
общеобразовательная школа №3  
городского округа город Нефтекамск Республики Башкортостан

# Памятка для родителей ребенка с расстройствами аутистического спектра (РАС)



Байбатырова В.Б., тьютор

**Правила №1. Для детей с аутизмом важно строгое соблюдение режима**  
*Нарушение режима может привести к сильному эмоциональному всплеску.*

Если режим меняется, ребенок может протестовать, тогда нужно:

- Успокоить, или дать успокоиться (изолировать)
- Сказать просто, что будем делать (лучше сопроводить картинкой или знакомым словом «башмачки, а не ботинки»)
- Дать поручение (поставить цель)
- Быть честной и спокойной (говорить тихо).

**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 информации.*

**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.*

Надо говорить медленно, спокойно, односложно, находясь на уровне глаз ребенка. Если хотите позвать на прогулку достаточно спросить/предложить (если выбора нет): «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: «Болят голова».

**Правило № 5. Научитесь ждать**

Коммуникация с ребенком у которого есть расстройство аутистического спектра, не должна происходить в спешке. Взрослому 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.*

## **Правило № 6. Обустройте окружающее пространство особым образом**

Ребенку нужно персонально и четко объяснить где и что можно делать, сводить и показать, в идеале используя картинки.

*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.

Если ребенок протестует, дайте ему время успокоиться, потом персонально покажите и объясните еще раз.

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

У каждого человека есть какие-то ритуалы, которые успокаивают его. Для детей с аутизмом это особенно важно. Определите место, где ребенок может полежать, даже поваляться при необходимости успокоиться. Снять напряжение помогут: гимнастический мяч (попрыгать), маты (поваляться), комната с приглушенным светом, приятным ароматом, игра с тактильными мешочками или в сенсорной коробке с сыпучими материалами, водой.

Предлагая способ успокоения ориентируйтесь сколько у вас есть времени (не предлагайте долгие игры, если вы не можете ждать пока ребенок наиграется).

## **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.

