**Консультация для родителей детей с аутизмом**

**«Выработка стереотипов поведения в бытовых ситуациях и постепенное их усложнение»**

****

*Пузанова Наталья Николаевна,*

*педагог-психолог МАДОУ ДСКВ «Югорка»*

**Бытовые ритуалы**

Ребенку с аутизмом требуется специально организованное обучение и многократное, совместное со взрослым проживание повседневных бытовых ситуаций.

Под «бытовыми ритуалами» мы подразумеваем организацию обучения ребенка отдельным бытовым навыкам, умению обслуживать себя, а также усвоение им распорядка повседневной жизни, ее социальных контекстов.

Усвоение бытовых навыков (еда, туалет, одевание) сложно для маленького ребенка. норме ребенок многому учится, наблюдая за взрослым и подражая его действиям. При этом малыш действует методом проб и ошибок, неутомимо совершенствуя свои навыки.

Ребенок с аутизмом не подражает взрослому. Выработка им умения обслуживать себя потребуют от близких специальной работы, терпения и такта. Эта работа будет опираться на усвоенные ребенком стереотипы поведения в бытовых ситуациях, на основе которых потом можно формировать и закреплять новые навыки.

**Выработка стереотипов поведения в бытовых ситуациях и постепенное их усложнение**



**Можно выделить основные направления работы**:

Стереотипы поведения – это совокупность способов взаимодействия аутичного ребенка с окружающей средой. Для выработки их в бытовых ситуациях предлагается следующая последовательность:

1. Сначала взрослый делает все сам, сопровождая действия эмоциональным комментарием (от лица взрослого и ребенка вместе: «Ну-ка, наденем кофточку, пуговичку застегнем – вот так! Как у нас хорошо получилось!»), подключая ребенка лишь на самые легкие операции (при этом можно действовать руками ребенка).

2. Постепенно, когда ребенок уже многому научился, его участие в происходящем увеличивается: взрослый побуждает ребенка самостоятельно осуществить все операции, которые тот способен выполнить сам.

3. Ребенок действует по речевой инструкции, сопровождающейся побуждениями и подбадриванием (нужно быть готовыми к тому, что ребенку еще долго будет необходима ваша помощь в виде одобрения, даже перед выполнением ставшего привычным действия он все равно будет спрашивать вашего разрешения, словно сверяясь снова и снова, правильно ли он действует).

При обучении ребенка стереотипам поведения в быту следует соблюдать следующие **правила**:

– требовать от ребенка выполнить какое-либо действие допустимо только в том случае, если он это может и вы об этом точно знаете;

– соблюдайте принцип «от простого к сложному»;

– обучение требует постепенности; не старайтесь обучить всему сразу;

– при обучении необходим положительный настрой: радуйтесь успеху ребенка, игнорируйте неуспех, направляйте по верному пути, предупреждая ошибки;

– все взрослые, которые участвуют в обучении ребенка навыку, должны действовать в одном ключе – схема действий (повторение одних и тех же шагов) должна быть во всех случаях одинаковой.

По принципу «от простого к сложному» вначале усваивается упрощенный вариант стереотипного поведения в определенной бытовой ситуации. Когда же такой вариант усвоен, можно приступать к его усложнению. Например, когда ребенок научится более или менее аккуратно есть, сидя за столом, можно приучать его убирать за собой посуду – отнести и поставить в мойку грязную тарелку. Затем – учить помогать маме накрывать на стол, мыть посуду после обеда и т. д.

Аутичных детей нужно специально учить просить о помощи. Из-за особенного психического развития у такого ребенка может начаться аффективный приступ вследствие того, что не получается что-то сделать самому, но он не попросит ему помочь. Он просто не умеет этого! Иногда ребенок начинает жалобно заглядывать в глаза, настойчива тянуть за руку, подталкивать. Это уже серьезная попытка попросить о помощи. Но она часто ни к чему не приводит, ведь ребенок не умеет выразить просьбу с помощью слов и жестов. Поэтому трудно, а иногда – невозможно догадаться, чего хочет ребенок. Необходима специальная **работа по обучению аутичного ребенка умению выражать свои просьбы**.

На начальном этапе близким нужно быть особенно чуткими к поведению ребенка, стараясь по скудным внешним проявлениям понять, чего он хочет. А поняв, не спешите выполнить его просьбу; используйте этот момент для обучения ребенка новым способам поведения. значимой для него ситуации можно показать, что новые способы действительно эффективны. Например, ребенок хочет достать какую-то вещь и, крича, бегает по комнате, а затем подталкивает вас к этой вещи. Скажите: «Давай попросим: „Мама, дай конфетку!“ Покажем ручкой, как мы просим – дай, дай! Как хорошо попросил – молодец! от тебе конфетка!» Сложность предлагаемой инструкции зависит от возраста и уровня развития ребенка. Совсем маленький ребенок выразит просьбу жестом и звуком, ребенок постарше – с помощью слова, фразы. При затруднении предложите ребенку выбор. Например, если он настойчиво указывает на шкаф, требуя что-то достать, спросите: «Что достать? Коробочку? Шарик?» Так как ребенку важен результат, он с благодарностью примет такую помощь и постарается ответить кивком головы, голосовой реакцией, словом – в общем, любым доступным ему способом.

Если же вещь запретная (спички, лекарства, острые или бьющиеся предметы) или ребенок хочет сделать что-то потенциально опасное для себя и окружающих (свеситься из окна, выбросить в окно стеклянную банку, вылить ведро с водой на пол), близкие ведут себя иначе – ребенку надо сказать: «Нет!» и твердо стоять на своем.

При этом нужно быть готовыми к тому, что реакция ребенка будет остро-негативной. Однако для безопасности ребенка нужно формировать у него **систему необходимых запретов и правил**. Чтобы сгладить остроту реакции на запрет, попробуйте переключить его интерес со спичек на игру со свечами, предложите вылить воду из ведра в ванную и т. п. Близким ребенка нужно научиться переключать внимание малыша, сглаживать эмоциональный накал. Это необходимо, чтобы не допустить накопления у ребенка опыта отрицательных переживаний.

**Организация четкого распорядка дня**

Жизнь ребенка в течение дня наполнена самыми разнообразными бытовыми ситуациями. При этом временная организация дня тесно переплетается с последовательной работой по формированию стереотипов поведения в быту. Так, каждое утро мы умываемся, чистим зубы, днем ходим гулять, вечером убираем на место игрушки и т. п. Поначалу ребенок не умеет осуществить эти действия сам, нуждается в обучении и помощи, но со временем навыки закрепляются и усложняются.

Для аутичного ребенка освоение бытовых ритуалов сложно. Чтобы при формировании бытовых умений и навыков жизнь ребенка не превратилась в утомительное повторение одних и тех же неприятных ему действий, постарайтесь наполнить такое обучение чем-то, что ему нравится. Эмоциональный комментарий представит действия, требующие от ребенка серьезных усилий, в привлекательном для него свете: одеваемся, «чтобы пойти в магазин за конфеткой»; убираем посуду со стола, чтобы заняться лепкой и т. п. При этом полезно использовать прибаутки, песенки, картинки. Со временем ребенок к ним привыкнет, они станут символизировать то или иное событие, действие. С этого момента пение знакомой песенки или показ любимой картинки поможет начать выполнять это действие.

Организация четкого распорядка дня помогает в усвоении бытовых навыков: со временем ребенок начинает осознавать, что пока не оденется, на прогулку не пойдет, пока не помоет руки, не сядет есть, и т. д.

**Семейные привычки и традиции**

Особенности семейного уклада оказывают непосредственное влияние на восприятие ребенком окружающего мира. Жизнь семьи, ее привычки и традиции – это то, что хранит, бережет и поддерживает ребенка, дает ему ощущение безопасности, дарит радость общения с близкими, побуждает к дальнейшему познанию мира. Это те особые условия жизни малыша, его воспитания и развития, которые закладывают в психике основу для всей последующей жизни. семье ребенок получает первый опыт общения, учится договариваться с другими, разрешать конфликты.

Стиль отношений в семье усваивается ребенком на уровне подсознания и часто переносится во взрослую жизнь, в уже собственную семью в неизменном виде – подсознательная информация не поддается критическому анализу (это возможно только в ходе специальной работы с психоаналитиком или психологом). Поэтому так важно, какие отношения между членами семьи, основаны ли они на взаимной любви, заботе, внимании и терпении, или же взаимные упреки, авторитарное давление одного члена семьи на других, а то и психологический шантаж – обычное дело...

У нормально развивающегося ребенка срабатывают механизмы защиты, и он, даже нуждаясь в психологической коррекции (особенно если детство его окрашено в невеселые тона), продолжает расти и развиваться. У аутичного ребенка все иначе. Он беззащитен перед миром и людьми, не в состоянии самостоятельно адаптироваться в травмирующей ситуации, защитить себя. Поэтому, помимо специальной коррекционной работы, психическое развитие аутичного ребенка и успешность его социальной адаптации во многом зависят от состояния внутрисемейных отношений. И если в этих отношениях отсутствуют доброжелательность, терпение и такт, есть большая опасность того, что ребенок замкнется, уйдет еще глубже в себя, и вытащить его из глубин аутизма в окружающий мир станет еще труднее.

Значит, близким аутичного ребенка нужно пересмотреть весь семейный уклад и стиль внутрисемейных отношений. Это подразумевает анализ всего происходящего внутри семьи и большую работу над собой. А при необходимости – исправление неблагоприятных условий. Не только ребенок должен быть окружен лаской, заботой, пониманием, такие отношения друг к другу должны стать основой взаимодействия всех членов семьи.

Помимо создания теплой, благоприятной во всех отношениях обстановки в семье необходимо продуманное отношение к семейным привычкам, а также поддержка уже сложившихся и создание новых полезных семейных традиций.

Например, можно взять за правило провожать утром папу на работу, встречать из школы сестренку, а вечером собираться всем вместе за общим столом. выходные дни могут стать традиционными дальняя прогулка в парк, поездка в гости к бабушке, посещение кафе, театра, музея, другие формы организации семейного досуга; дача – место возникновения традиций, связанных с летним отдыхом. К семейным праздникам – дням рождения и другим – готовятся заранее, в подготовке участвуют все члены семьи. Это лишь небольшой перечень возможностей наполнить радостью и глубоким смыслом повседневную жизнь семьи.