



«Что делать если Ваш ребёнок аутист?»

Первые признаки аутизма:

- вашему малышу исполнилось 6 месяцев, а он не улыбается, не проявляет тёплых и радостных чувств;
- в 9 месяцев не повторяет за взрослыми звуки, не улыбается в ответ на вашу улыбку, не проявляет эмоции посредством мимики;
- в 10 месяцев у ребёнка отсутствует реакция на обращение к нему по имени;
- в возрасте 12 месяцев, отсутствует детский лепет, ребёнок не использует язык жестов – не может указать пальцем или дотянуться рукой, до какой либо игрушки или предмета, не машет вам на прощание;
- в возрасте 16 месяцев не знает никаких слов;
- если ваш малыш к двум годам не произносит осмысленных фраз из двух слов (без подражания и повторения);
- любая потеря речи или лепета, или социальных навыков, в любом возрасте.

Если вы обнаружили у своего ребёнка хотя бы один из перечисленных выше признаков, то обязательно обратитесь к своему педиатру, а он в свою очередь направит вас к ряду специалистов. На постановку диагноза уйдет некоторое время. Аутизм – диагноз, который невозможно поставить за одно посещение врача.

Если диагноз «Аутизм», поставлен вашему ребенку, то вам как родителям нужно определиться с программой дальнейшего развития и обучения малыша. Для этого важно проконсультироваться у психолога и коррекционного педагога, которые имеют опыт работы с такими детьми, смогут диагностировать вашего ребенка, а также определить формы и направления коррекционных занятий для него. Обращение к специалистам и ранняя помощь может значительно улучшить познавательное, языковое и социальное развитие ребенка.

Новость о том, что ваш ребёнок «аутист» - это стресс, с которым большинство родителей не в состоянии справиться самостоятельно. Мама, изо всех сил желающая помочь своему ребенку (реабилитироваться, социализироваться, приобрести полезные навыки), в первую очередь должна помочь самой себе: принять эту новость и научиться поддерживать себя в ресурсном состоянии. Именно в эмоционально сильных родителях больше всего нуждается такой ребенок.

Советы родителям ребёнка с аутизмом:

- Изучите литературу об аутизме. Чем больше вы знаете о РАС, тем лучше вы будете подготовлены к принятию обоснованных решений относительно здоровья вашего ребенка.

- Понаблюдайте за тем, что может спровоцировать у вашего ребенка плохое поведение, а что вызывает положительный отклик. Что пугает малыша и что успокаивает? Если вы понимаете, что оказывает влияние на ребенка, вы будете лучше справляться с выявлением и устранением проблем, а также предотвращать или смягчать ситуации, которые вызывают трудности.

- Никогда не сравнивайте вашего ребёнка с другими детьми. Не задавайтесь вопросом, чем он отличается и чего ему не хватает. Примите его таким, какой он есть. Получайте удовольствие от особых причуд своего ребенка, празднуйте маленькие успехи. Самое главное чтобы ваш ребёнок чувствовал, что его любят и принимают без всяких условий.

- Не сдавайтесь. Не делайте поспешных выводов о том, какой будет жизнь Вашего ребенка. Как и у всех, у людей с аутизмом есть целая жизнь впереди, чтобы расти и развиваться.

- Будьте последовательными. Создайте постоянства в окружающей среде – это лучший способ подкрепить обучение вашего ребенка. Спросите, что делают педагоги в детском саду, и следуйте их рекомендациям дома. Рассмотрите возможность закрепления нового учебного материала в нескольких местах, чтобы ваш ребенок научился пользоваться приобретенными знаниями в разной обстановке. Также важно быть последовательными в том, как вы взаимодействуете с ребенком и ведете себя в затруднительных ситуациях.

- Придерживайтесь режима. Наладьте для своего ребенка распорядок дня с определенным временем приема пищи, терапии, детского сада и сна. Постарайтесь свести к минимуму сбои в установленном порядке. Это связано с постоянством, в котором он нуждается и к которому стремится. Если изменение порядка неизбежно, заранее подготовьте к этому ребенка.

- Поощряйте хорошее поведение. Позитивное подкрепление имеет большое влияние на ребенка с аутизмом. Когда ребенок поступает должным образом или изучает новые навыки, хвалите его, четко объясняя, за какое поведение его хвалят. Также ищите другие способы вознаградить ребенка за хорошее поведение, например, дать наклейку или позволить поиграть с любимой игрушкой.

- Создайте личное пространство в доме. Выделите для вашего ребенка в доме определенное место, где он сможет расслабиться, почувствовать себя в безопасности и где ему будет удобно. Используйте визуальные подсказки (кружки, цветные ленты и т.д.), обозначающие запретные зоны. Вам нужно обеспечить безопасность в доме, особенно если ваш ребенок склонен к вспышкам гнева или раздражения, а также к другим видам саморазрушительного поведения.

- **Невербальные способы общения.** Будьте наблюдательны за вашим ребёнком, и вы научитесь распознавать невербальные сигналы, которые использует для коммуникации малыш. Обратите внимания на звуки, которые он произносит, на его мимику и жесты, когда он устал, голоден или чего – то хочет.

- **Гнев и раздражение.** Истерики у ребенка с аутизмом, часто возникают из-за того, что родители не понимают невербальные сигналы. Устроить истерику – это его способ выразить свое разочарование и привлечь ваше внимание.

- **Проводите время с ребенком весело.** Когда ваш ребёнок наиболее активен и бодр, придумайте совместные развлечения, вспомнив о тех вещах, которые заставляют вашего ребенка улыбаться, смеяться и выходить из своей скорлупы. Ребенок будет больше наслаждаться этой деятельностью, если она не будет терапевтической или образовательной. Взаимная радость, возникающая во время семейных развлечений, оказывает очень благоприятное воздействие.

- **Сенсорная чувствительность ребенка.** Многие дети с аутизмом гиперчувствительны к свету, звукам, прикосновениям, вкусам и запахам. Некоторые дети с аутизмом недостаточно чувствительны к сенсорным стимулам. Выясните, какие зрительные образы, звуки, запахи, движения и тактильные ощущения вызывают «плохое» или разрушительное поведение вашего малыша, а что вызывает положительный отклик. Данные наблюдения позволят вам лучше справляться с проблемами или даже предотвращать их и приобретать успешный опыт.

- **Выбор лечения аутизма.** Вы можете вашему ребенку получить максимальную отдачу от лечения, сообщая работая с группой врачей и систематически проводя терапию дома. Стандартные методы лечения аутизма включают поведенческую, речевую, игровую, трудовую терапию, физиотерапию и лечебное питание. Но имейте в виду, что четкий режим очень важен, и программа должна быть разработана таким образом, чтобы она вписывалась в данный режим и подкрепляла его. Вам следует подумать о том, какие навыки и модели поведения наиболее ценные, и начинать лечение, ориентируясь на них.

Уход за ребенком с аутизмом забирает много сил и времени. Могут быть дни, когда вы будете чувствовать себя разбитыми, напряженными или разочарованными. Воспитание не всегда легкий процесс, а воспитание ребенка с особыми потребностями является еще более сложным делом. Чтобы раскрыть свои лучшие родительские качества и способности, необходимо заботиться о себе.

Не стремитесь делать все самостоятельно. Существует много мест, куда могут обратиться семьи детей с аутизмом за советом, помощью, защитой и поддержкой.

Самый главный совет родителям ребенка с аутизмом – не забывайте заботиться о себе, ведь малыш очень чутко воспринимает ваше настроение.

