

## С чего начать социализацию ребенка с аутизмом?

Рекомендации о том, как помочь ребенку с аутизмом привыкнуть к группе сверстников и избежать негативных реакций на других детей.

Источник: Let's Talk

Использованный источник: Фонд содействия решению проблем аутизма в России «Выход» <https://outfund.ru/category/about/>

Многие родители хотят, чтобы их дети научились играть с другими детьми и получать удовольствие от взаимодействия с ними. Родителям, особенно если сами они люди общительные, может быть тяжело видеть, как их ребенок постоянно находится в одиночестве и изоляции.

Вот несколько шагов, как учить детей «социальным навыкам». Первый и главный шаг — добиться того, чтобы дети начали ассоциировать (сочетать) других детей с чем-то, что приносит им удовольствие (поощрениями). С помощью такой же процедуры мы сначала учим ребенка находиться рядом со взрослыми людьми. Мы определяем, какие ощущения, звуки, движения, вкусы и зрительные стимулы нравятся ребенку и предоставляем их ему, не ожидая ничего взамен. Это называется «необусловленное поощрение». (Смотрите также: «Как наладить контакт с аутичным ребенком»).

Проблема в том, что другие дети могут быть не заинтересованы или могут не обладать необходимыми навыками, чтобы предоставить ребенку безусловное поощрение! В реальности дети, по своей чудесной природе, как правило, громкие, активные, упрямые и непредсказуемые. Маленькие дети – естественные «эгоцентрики», они скорее будут «брать», чем «отдавать». Все эти виды «детского» поведения могут быть крайне неприятными для ребенка с аутизмом с его чувствительной сенсорной системой. В этом случае, если вы будете «заставлять» ребенка контактировать с типично развивающимися сверстниками, то вы лишь закрепите связь между другими детьми и неприятными условиями. Другие дети в буквальном

смысле станут для него наказанием, и тогда вам будет очень сложно учить ребенка социальным навыкам. Помимо того, что ребенок может начать избегать типично развивающихся сверстников, неверно спланированные попытки «социализировать» ребенка могут привести к росту самостимулирующего поведения. Важно помнить, что для ребенка с аутизмом сенсорная перегрузка может быть крайне болезненной, в качестве защиты от «перегрузки» у него может участиться самостимулирующее поведение. Как известно, такое поведение является поощрением само по себе. Чем больше кто-то практикует самостимулирующее поведение, тем чаще такое поведение будет появляться в будущем. Несведущему человеку может показаться, что такой ребенок просто играет в одиночестве, но опытные специалисты сразу видят разницу между «стиммингом» и игрой. Что же делать в таком случае? Изолировать ребенка от контактов с другими детьми, которые вызывают у него негативную реакцию? В этом нет никакой необходимости, более того, очень важно модифицировать окружающую среду и очень постепенно уменьшить чувствительность ребенка с аутизмом к нахождению в группе сверстников. Наша цель не социальная изоляция, а очень постепенное развитие «терпимости» ребенка к подобной среде, а также обучение его тому, как радоваться компании других детей. До этого можно устраивать «игровые встречи» в тщательно контролируемых ситуациях и только с одним ребенком, во время которых другой ребенок будет ассоциироваться с приятными и радостными событиями и занятиями.

### **Модификации**

Прежде всего постарайтесь определить, можно ли как-то изменить окружающую среду, чтобы ребенку было комфортнее. Вот несколько возможных идей о том, как это можно сделать. Если у ребенка есть повышенная чувствительность к определенным видам освещения, возможно, это стоит изменить. Очень часто, ситуация будет более терпимой, если рядом с ребенком находится как можно меньше других детей. Если во время смены деятельности или

перехода в другое помещение ребенка выводят из себя хаос и непредсказуемость, то можно организовать для него переход непосредственно перед или сразу после других детей. Необходимые модификации среды очень индивидуальны, так как каждый ребенок с аутизмом уникален и у каждого есть свои сложности. Хотя мы не хотим намеренно подвергать ребенка чему-то неприятному, нам также очень важно стараться не поощрять негативное поведение, удаляя неприятные факторы сразу после нежелательного поведения. (Так называемое отрицательное подкрепление). Так что лучше планировать заранее и стараться избегать неприятных ситуаций, а не ждать, пока ребенок «расскажет» нам о них нежелательным поведением, которое может быть его единственным способом коммуникации.

### **Десенситизация**

Десенситизация — постепенное уменьшение чувствительности к неприятным стимулам. Чтобы уменьшить чувствительность ребенка к нахождению в группе детей, необходимо приводить его в эту группу на очень короткие периоды времени. Во время этих коротких периодов нужно очень много и часто предоставлять ему поощрение и сразу же уходить после поощрения, не дожидаясь первых признаков «стресса».

Постепенно увеличивайте продолжительность нахождения ребенка в группе по мере роста терпимости ребенка к подобным условиям. Желательно принести в группу все любимые поощрения ребенка, по крайней мере, в первое время, чтобы установить сочетание между поощрениями и группой.

Часто бывает полезно посещать с ребенком пустой класс, помещение для групповых занятий или площадку, когда там нет никаких других детей. Родители могут поиграть в этом месте с ребенком в его любимые игры, предоставляя ему все его любимые поощрения без каких-то ограничений. Если ребенок начнет считать «место» чем-то очень хорошим, то ему будет проще адаптироваться к появлению компании других детей.

## Сочетание стимулов

Сочетание стимулов — это объединение какой-то ситуации или человека с чем-то приятным и хорошим. Лучше всего проводить процедуру сочетания стимулов только с одним другим ребенком. Сначала договоритесь с типично развивающимся ребенком, что он будет предоставлять ребенку с аутизмом все его любимые поощрения без каких-то условий. Играйте в любимые игры ребенка с аутизмом, включая в них типично развивающегося ребенка. Объясните типично развивающемуся ребенку, как лучше разговаривать, прикасаться, играть с ребенком с аутизмом, учитывая его особенности.

Если ребенок посещает общеобразовательную инклюзивную школу или детский сад, попробуйте заручиться помощью одного или двух детей из его группы или класса. Педагоги часто могут выбрать наиболее подходящих кандидатов среди своих учеников. Обязательно поговорите с родителями детей, прежде чем предлагать им стать помощниками. Некоторые родители могут бояться расстройства, которое они не понимают, но, по опыту, большинство родителей соглашаются помочь. Во время разговора с родителями подчеркивайте, чем этот опыт будет полезен типично развивающемуся ребенку. Упомяните, что их ребенка рекомендовали из-за его или ее положительных качеств, например, готовности помочь и развитых навыков общения, и подчеркните, что такие качества — это очевидный результат хорошего воспитания дома! Предложите родителям отдельно встретиться с вашим ребенком. Расскажите им общую информацию об аутизме и конкретную информацию о ребенке. Роль помощника часто повышает самооценку типично развивающегося ребенка, который гордится тем, что помогает другим. Кроме того, это помогает ему понять, что все люди очень разные и особенные. Кроме того, мы наблюдали, как между детьми возникает настоящая и продолжительная дружба, которая предоставляет детям с аутизмом новые социальные возможности для

развития, например, посещение вечеринок в честь дня рождения и совместные вылазки в выходные.

### **Обучение просьбам**

После того как ребенок с аутизмом привык обращаться к своему другу за поощрением, научите типично развивающегося ребенка подсказывать ребенку обращаться к нему с просьбой. Смоделируйте для ребенка правильные техники подсказки, проиграв ситуацию по ролям. Поощряйте правильные подсказки со стороны типичного ребенка. Дети очень быстро этому учатся и становятся прекрасными «учителями»! Поначалу просьбы должны быть связаны с самыми сильными поощрениями ребенка и различными ситуациями, которые происходят в течение дня. Например, типично развивающийся ребенок может дать ребенку с аутизмом любимое лакомство во время обеденного перерыва или игрушку во время совместной игры.

Для детей, у которых пока очень низкий уровень навыков, или тех, кому сложно переносить присутствие других детей, социализация должна быть крайне медленным и осторожным процессом. Хотя мы мечтаем о том, чтобы в будущем все дети смогли учиться вместе, мы должны быть уверены, что ребенок с аутизмом попадет в ту среду, которую он может переносить и в которой он в состоянии учиться. Когда нет возможности постепенно погружать ребенка в ситуацию учебы в классе, родители часто добиваются успеха в группе, которая связана с любимым занятием ребенка. Например, если ребенок любит музыку, можно добиться для него «инклюзии» в музыкальном кружке для дошкольников, а если ребенку нравится движение, то это может быть кружок гимнастики. Иногда это очень непросто, но это то, что стоит любых усилий!