

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Вот несколько стратегий, которые вы можете попробовать, чтобы поддержать развитие навыков коммуникации у ребенка с аутизмом.

➤ **Следуйте за ребенком.** Попробуйте следовать за ребенком и тем, что ему интересно, а не руководить им. Если вы позволите ребенку самому выбирать занятие и материалы для него, то он скорее будет обращать внимание на вас и на то, что вы делаете.

➤ **Говорите на том же уровне развития речи или на один уровень выше, чем уровень речи ребенка.** Если ребенок только начинает говорить, старайтесь общаться с ним с помощью одиночных слов, а не предложений. Например, называйте его любимую игрушку, и повторите это название, когда ребенок тянется к ней. Затем постепенно расширяйте свою речь в зависимости от речи ребенка. Например, если ребенок может сказать одно слово, расширяйте это слово до простой фразы. Если ребенок говорит «машина», вы можете ответить «да, синяя машина». Таким образом, усложнение информации, которую должен воспринимать на слух ребенок, происходит очень постепенно.

➤ **«Забронируйте» время на развитие коммуникации с ребенком каждый день.** Когда коммуникация человека ограничена, то возникает соблазн просто делать все за него. Например, принести ему ботинки, завязать шнурки, дать печенье. В результате, из жизни ребенка исчезают ситуации, в которых он мог бы отрабатывать коммуникативные навыки. Бывает сложно решить, в какой степени нужно что-то делать за ребенка. Подумайте о повседневных событиях в жизни ребенка и добавьте к каждому из них всего лишь несколько дополнительных минут. Подумайте, что происходит в эти моменты, и что ребенок мог бы сказать во время этих событий. Например, вместо того, чтобы бросаться помогать ребенку, подскажите ему попросить вас о помощи, например, сказать «помоги». Подождите, если он молчит, подскажите второй раз, и только после этого помогайте ему.

➤ **Будьте лицом к лицу с ребенком.** Старайтесь находиться лицом к лицу с ребенком во время коммуникации, чтобы у вас всегда была возможность оценить его уровень заинтересованности. Также в этом случае ребенок всегда сможет заметить выражения лица, которые сопровождают вашу речь. Однако помните, что некоторым детям сложно воспринимать зрительную информацию и речь одновременно. Постепенно ребенок привыкнет к играм и взаимодействию с вами, так что он начнет ожидать вашего присутствия и искать вас, если вы не находитесь рядом.

➤ **Имитируйте действия ребенка.** Имитируйте действия и слова ребенка. Например, если он стучит ложкой по столу, вы можете попробовать делать то же самое. В этом случае ребенок скорее обратит на вас внимание. Вы также можете имитировать сенсорное поведение ребенка, например, потрясти кистями рук. Когда ребенок заметит, что вы имитируете его действия, он может попробовать повторять действия за вами. В этот момент вы можете расширить это действие и добавить к нему что-то новое, например, попробуйте не только стучать ложкой, но и «покормить» из нее игрушку.

➤ **Попробуйте сопровождать свою речь жестами и визуальной поддержкой.** Когда говорите с ребенком, попробуйте использовать дополнительный метод коммуникации одновременно со словами. Например, когда предлагаете ребенку попить, сложите руку так, как будто держите стакан и поднесите руку ко рту,

изображая питье. Подчеркнуто кивайте или мотайте головой, когда говорите «да» и «нет». Машите рукой, когда говорите «привет» и «пока». Также попробуйте указывать на предметы или изображения, когда говорите с ребенком. Например, когда говорите «к нам придет бабушка», указывайте на фотографию бабушки. Используйте различные методы визуальной поддержки (расписания из предметов или изображений, рисунки, карточки-подсказки), чтобы ребенку было проще понять, о чем вы говорите.

➤ **Используйте песни и ролевые игры.** Пойте вместе с ребенком его любимые песни, делайте при этом паузы, чтобы посмотреть, будет ли он продолжать песню за вами. Возможно, при этом вам нужно будет подсказывать ребенку, подавая нужную ноту. Постепенно учите ребенка петь по очереди с вами. Для моделирования социальных ситуаций используйте игры по ролям, в том числе с помощью игрушек или другого человека. В ролевой игре показывайте ребенку, что произойдет или чего следует избегать.

➤ **Поощряйте ребенка за коммуникацию.** Награждайте ребенка за любые попытки понять или сообщить вам что-то. Таким образом вы повысите вероятность того, что ребенок попробует снова. Хвалите его и объясняйте, чего он добился, чтобы для ребенка появилась связь между вашими словами и определенными действиями с его стороны.

➤ **Предоставляйте ребенку причины для коммуникации.** Вы можете искусственно создавать в жизни ребенка ситуации, в которых у него будут возможности для коммуникации и взаимодействия с другими людьми.

➤ **Поощряйте просьбы.** Убирайте любимые игрушки или еду так, чтобы ребенок мог их видеть, но не мог их достать сам, например, на верхнюю полку. Или положите важный для ребенка предмет в прозрачный контейнер, который трудно открыть, например, стеклянную банку с крышкой. Подсказывайте ребенку, как он может попросить у вас эти предметы, если у него возникают с этим затруднения. Таким образом, он чаще будет обращаться к вам и будет больше взаимодействовать с вами.

➤ **Предложите игрушку или игру, которыми сложно управлять.** Есть игрушки и игры, которые не могут включить дети, либо ими нельзя управлять в одиночку. Предложите такую игрушку ребенку, дайте ему время, чтобы разобраться. Если ребенок начнет проявлять недовольство, подскажите ему, как попросить вас о помощи.

➤ **Найдите увлекательное занятие, в котором есть возможность для коммуникации.** Есть занятия, которые хорошо подходят для взаимодействия двух людей, например, воздушные шары или мыльные пузыри. Вы можете надуть шарик и запустить его в воздух. Затем надуть следующий шарик лишь частично и подождать, подсказывая при необходимости, просьбу ребенка надуть шарик полностью. То же самое можно сделать с пузырями. Если они нравятся ребенку, то выдуйте пузыри в его сторону. Убедившись, что вы привлекли его внимание, закройте контейнер, и подскажите ему попросить «пузыри».

➤ **Давайте ему то, что он хочет, не сразу, а постепенно.** Если желанный предмет можно разделить на части, то следует это сделать, чтобы у ребенка была возможность обратиться к вам несколько раз, а не один. Например, если ребенок попросил булочку, ее можно разломать на маленькие кусочки и давать только по одному кусочку в ответ на каждую новую просьбу.

➤ **Позвольте ребенку решить, когда можно завершить занятие.** Во время игры или любого совместного занятия продолжайте его, предоставляя ребенку возможность сообщить, что с него достаточно. Следите за тем, когда ребенок начнет морщиться или пытаться оттолкнуть предметы. Если он не пользуется речью, чтобы показать, что он

закончил, сопровождайте его невербальные сигналы словами, например, «хватит» или «все». Даже если вам не удастся заинтересовать ребенка каким-то совместным занятием, вы все равно можете найти возможности для коммуникации и общения. Например, если ребенок выстраивает машинки в ряд, вы можете присоединиться к нему и подавать ему машинки. Таким образом, ребенок включает вас в то, что он делает. Если ему интересно просто бросать кубики на пол, вы можете собрать их в корзину, а потом давать их ребенку, чтобы у вас появился повод для взаимодействия и коммуникации. Ребенок постепенно будет учиться тому, что общение с другим человеком может быть источником веселья.

➤ **Обучайте ребенка альтернативной или дополнительной системе коммуникации.** Альтернативная коммуникация — это любая форма языка помимо устной речи, которая помогает человеку в социальных ситуациях. Аутичные дети, не владеющие устной речью, часто проявляют самый высокий уровень проблемного поведения, потому что у них нет иного способа выразить свои потребности и чувства. Альтернативная коммуникация может позволить им сообщать о своих желаниях, также ее применение повышает вероятность того, что ребенок начнет использовать устную речь.

Есть разные виды альтернативной и вспомогательной коммуникации, которая применяется при аутизме. При выборе системы коммуникации важно учитывать *двигательные, познавательные, коммуникативные навыки, а также стиль обучения и уровень грамотности ребенка.*

Примеры систем альтернативной или вспомогательной коммуникации:

- ✓ **Система коммуникации с помощью обмена изображениями (PECS).** Это система обучения ребенка инициативной коммуникации с помощью картинок, которые он использует для просьб и комментирования.
- ✓ **Жесты, например, русский жестовый язык (РЖЯ), Макатон и тому подобные системы.** Символические жесты также используются в подходе «тотальной коммуникации», когда окружающие ребенка люди сопровождают свои слова жестами и изображениями.
- ✓ **Коммуникативные доски и папки,** в которых ребенок указывает на фотографии, картинки или напечатанные слова.
- ✓ **Карточки-подсказки для коммуникации.** Это метод вспомогательной коммуникации для людей, которые могут говорить устно, но им нужны «шпаргалки», чтобы помнить, что сказать. Также такие карточки используются как замена речи, если человеку сейчас трудно говорить, например, в стрессовой ситуации.
- ✓ **Разговорные книги,** то есть тетради с текстом, изображениями или фотографиями для поддержания диалога с другими людьми.
- ✓ **Коммуникативные устройства с синтезатором речи,** например, приложения для планшета или мобильного телефона, в которых человек может нажимать на изображения или символы, а устройство озвучивает слова и фразы, которые связаны с ними. Такие устройства часто являются оптимальным решением для детей более старшего возраста и взрослых, но человеку понадобится систематическое обучение, чтобы понять, как пользоваться этой системой.

Источник: National Autistic Society
Перевод: Елизавета Морозова