**Аутизм, что делать?**

Аутизм представляет собой нарушение развития, для которого свойственны многообразные проявления, отмечаемые впервые в младенческом или детском возрасте, и устойчивое течение расстройства. В первую очередь, это нарушение потребности в контакте с окружающими, такие дети очень часто избегают все виды контакта. В отношении матери могут быть абсолютно безразличными, вообще не реагируя на нее, или крайне зависимыми от ее присутствия, проявляя высокую тревожность, теряя маму из вида. Взаимоотношения со сверстниками детей с расстройством аутистического спектра тоже не интересует.

При попытках вовлечь детей с расстройством аутистического спектра в игру можно наблюдать болезненные реакции на попытки прикоснуться к ребенку. Ребенок с расстройствами аутистического спектра избегает прямого взгляда, у него может быть "пустой" взгляд в "никуда".  Причиной таких реакций является сверхчувствительность, когда голос взрослого ощущается как пронзительный крик, а прикосновение вызывает ощущение боли.  Некоторые дети, наоборот, как будто вообще ничего не чувствуют, ни холода, ни сырости, ни громких звуков.

Если наблюдать за поведением такого ребенка можно заметить следующие особенности:

* Стереотипность поведения, проявляющаяся в странных движениях, это могут быть вращения вокруг себя, хлопки в ладоши или сложные телодвижения.
* Соблюдение определенных ритуалов последовательности действий: ребенок может перебирать предметы, складывать их в определённой последовательности.
* Потребность в однообразии, сопротивление переменам, например, изменение маршрута прогулки, смена одежды вызывает бурную реакцию протеста.

Как же помочь ребёнку с расстройством аутистического спектра? Главным принципом здесь является соблюдение интересов ребенка. важно научиться не сравнивать своего малыша с остальными детьми, адекватно оценивать реальный уровень его развития, его особенности и ориентироваться на динамику достижений самого ребёнка, а не на возрастные нормы. Поэтому родители должны в первую очередь создать дома спокойную доброжелательную атмосферу с теми режимными ограничениями и особенностями, которые связаны с отклонениями в развитии ребенка, обеспечить своевременный прием медикаментозных средств(по необходимости), постоянно наблюдать за соматическим и психологическим состоянием ребенка, а также научиться открыто обсуждать в семье все проблемы ребенка.

Самым первым и важным шагом в коррекционной помощи такому ребёнку является налаживание первоначального контакта в сфере его собственных интересов, приятных и доступных ему действий. Дети с аутизмом очень разные, поэтому к каждому ребенку придется подбирать свой «ключик», для начала просто понаблюдайте за действиями ребенка, когда он чем-то занят. Затем начните повторять его действия, но совершенно автономно. Постепенно подключайтесь к действиям ребёнка, например, если ребёнок катает машинку, начните катать другую машинку рядом с ним, попробуйте изменить траекторию движения его машинки, перегородив ему дорогу. Поменяйтесь игрушками, очень хорошо если ребёнок сам изменит сценарий игры. Когда родители начинают описывать игру эмоционально и придавать ей смысл, такая игра становится источником интересных занятий, позитивных эмоций и дополнительных приятных ощущений в игре ребёнка. Таким образом, сначала совместные игры проходят с привлекательными для ребёнка предметами, затем в них вводятся элементы физического контакта (тормошения), обычно сопутствующие играм на непосредственное взаимодействие (щекотка, хлопок по ладошке). После налаживания совместной игры с предметами, можно опробовать звуковое общение, это могут быть постукивание, шорохи, звуки, издаваемые звучащими игрушками или музыкальными инструментами.

Ролевые игры

Особенно часто у детей с аутизмом наблюдается задержка в развитии навыков ролевых игр, их полное отсутствие или искажение. Чтобы помочь малышу преодолеть отставание, попробуйте играть с ним в такие игры:

Играйте в динозавров, ревите друг на друга и ищите спрятанную в траве еду;

Играйте с куклами и кукольным домиком и представляйте, что куклы встают, умываются, играют и ложатся спать;

Стройте из деталей для конструктора дома, составляйте из них улицы и водите между ними автомобиль;

Играйте в железную дорогу, загружайте поезд товарами, садите на него людей и перевозите со станции на станцию;

Создайте больницу для мягких игрушек и лечите зверей: делайте им уколы, капайте в глаза, носы и уши капли, перевязывайте лапы, поите их лекарством;

Используйте игрушечную еду, чтобы «приготовить» и «подать на стол» различные блюда;

Если у вашего ребенка есть какие-то особые интересы, учитывайте их в ролевой игре.

Перенесите в игру то, что ребенок любит в реальной жизни, например:

Прогулки на площадке

Детей, катающихся поочередно на горке

Качели и карусель

Голубей и кошек

Сервировку стола

Купание в бассейне или ванне

В помощь вам наборы сюжетных конструкторов (Лего и аналоги), самодельные игрушки из картона и пластиковые фигурки людей и животных.

В ролевых играх по факту хорошо разыгранной роли также можно награждать участников занятий наклейками, леденцами и другими особыми угощениями.

Сенсорные игры

У детей с РАС часто нарушена нормальная работа сенсорной сферы. Многие привычные для обычных людей раздражители (прикосновения, освещенность, вкусы, запахи, звуки) они могут воспринимать либо как слишком сильные, либо как очень слабые (тогда они начинают усиленно искать способы догрузить простаивающие каналы восприятия).

Детям с РАС важно предложить подходящую им сенсорную диету – набор ощущений, который, с одной стороны, восполнял бы нехватку, а с другой – понемногу и исподволь помогал бы привыкнуть к слишком интенсивным сенсорным переживаниям.

Попробуйте такие занятия:

Ванна с фасолью или рисом. Как уже говорилось ранее, пусть ребенок погружает в нее руки, закапывает и выкапывает зверей и другие игрушки;

Рисование по манной крупе. Насыпьте на противень или на разнос немного манной крупы и пусть ребенок рисует пальцем по манке;

Создайте «водяную стену»: расположите рядом друг с другом банки и колбы разной формы и пусть ребенок заполняет их водой из графина или пластиковой бутылки;

Ансамбль барабанов. Расставьте по столу барабаны. Пусть ребенок стучит в них с разным темпом и скоростью;

Предлагайте ребенку различные виды еды (но не забывайте о диете – если вы ей следуете) — с разной текстурой, хрустом, и вкусом;

Используйте вращающийся стул, чтобы кружить ребенка;

Купите небольшой трамплин;

Подвесьте под потолок качели;

Шведская стенка. Прикрепите к стене шведскую стенку и поощряйте малыша подниматься по ней вверх и вниз, свешиваться на руках и ногах;

Кольца и перекладина. Подвесьте к потолку пару колец и перекладину. Учите ребенка свисать с них, подтягивать тело вверх, раскачиваться в висе руками, поджав ноги.

Посещайте игровые площадки: ребенок должен освоить спуск и подъем на горки разной высоты (по лестнице, используя альтернативные маршруты карабканья), уметь преодолевать препятствия, кружиться на карусели, прыгать по пенькам и колесам.

Детский транспорт. Учите ребенка кататься на специальных тележках в форме машин и мотоциклов, на самокатах и особых велосипедах без педалей (велобегах).  
ПОМНИТЕ! Физические упражнения помогут ребенку лучше чувствовать тело, гармонизируют равновесие, улучшат чувствительность и даже могут повлиять на развитие навыков речи.