Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение

«Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья пгт Опарино» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Гмызина Л.Н., педагог-психолог

КОГОБУ ШИ ОВЗ пгт Опарино

**Информация и рекомендации для родителей по воспитанию детей с расстройствами аутистического спектра (РАС)**

Слова «расстройства аутистического спектра (РАС)» звучат для родителей пугающе, вызывают растерянность и тревогу за будущее ребенка… Всего три слова оказываются способны выбить из колеи взрослого человека, прошедшего большой путь к осознанному родительству.

Давайте не будем пугаться, и паниковать, а заручимся поддержкой специалистов и фактами об обширном и успешном опыте развития и социализации особенных детей. Для начала попробуем разобраться, что понимают под расстройствами аутистического спектра (РАС) и в чем специфика этих особенностей детского развития.

**Что такое расстройства аутистического спектра?**

Сегодня диагноз РАС – уже не редкость. Очень важно, что на государственном уровне принимаются меры по адаптации детей с особенностями, все больше становится специалистов, умеющих работать с особенными детками: психологи, дефектологи, АВА-терапевты, специалисты по сенсорной интеграции, учителя. Открываются инклюзивные детские сады, в школах появляются коррекционные классы с последующим введением ребенка в школу.

**Расстройство аутистического спектра (РАС)** – это нейроразвивающее состояние, которое влияет на социальное взаимодействие, коммуникацию и поведение. Обычно симптомы РАС могут проявляться в возрасте до трех лет. Первые особенности в развитии чада родители могут заметить уже после полутора лет.

**В чем причина расстройства аутистического спектра?**

До настоящего времени причины точно не известны, но предполагается мультифакторный их характер:

* биологические (генетические, дизнейроонтологические, нейрохимические, иммунные),
* психосоциальные.

Возникновение РАС никак не связано с особенностями воспитания или душевными переживаниями ребенка.

**Ключевые признаки РАС.**

1. Социальные трудности – отсутствие интереса к взаимодействию. Ребенок может не искать общения с другими детьми или взрослыми. Проблемы с пониманием социальных сигналов. Трудности в распознавании интерпретации мимики и жестов.
2. Коммуникативные особенности. Ограниченный словарный запас. Использование немногих слов или фраз, затруднения в формулировании предложений. Эхололии – повторение услышанных слов или фраз без понимания их смысла.
3. Повторяющееся поведение. Стремление к рутинным действиям. Неприятие изменений в распорядке дня; может проявляться в повторении одних и тех же действий. Зацикленность на определенных темах. Интерес к узкому кругу предметов или тем, например, к поездам или мультфильмам.

**Ребенок с РАС хочет быть понятым. Воспитание детей с расстройством аутистического спектра (РАС).**

Ребенок с РАС нуждается в социализации и понимании, хочет разобраться в мире вокруг себя, и для этого ему требуется помощь и поддержка со стороны близких людей. Воспитание таких детей требует особого подхода, терпения и понимания.

Вот несколько рекомендаций, которые помогут родителям в этом процессе:

- **Понимание РАС.** Изучите особенности РАС. Понимание, как проявляется РАС, поможет вам лучше взаимодействовать с ребенком. Читайте, книги, статьи и смотрите видео с РАС.

- **Принятие индивидуальности.** Каждый ребенок уникален, и проявления РАС могут сильно различаться. Сравнивайте с другими детьми, но не забывайте, что ваш ребенок имеет сильные и слабые стороны.

- **Создание поддерживающей среды.** Создайте безопасную и предсказуемую обстановку. Убедитесь, что у ребенка есть место для игр и обучения.

- **Четкий распорядок дня.** Установите распорядок, который поможет ребенку предсказать, что будет происходить. Используйте визуальное расписание с картинками, чтобы легче воспринимать информацию.

- **Эффективная коммуникация.** Используйте простые и ясные фразы. Говорите медленно и четко. Избегайте сложных предложений и абстрактных понятий.

- **Поддерживайте невербальные сигналы.** Используйте жесты, мимику и визуальные подсказки. Научите ребенка использовать жесты для выражения своих потребностей.

- **Социальные навыки.** Используйте ролевые игры для обучения социальным навыкам. Например, разыгрывайте ситуации, где нужно попросить помощи или поделиться игрушкой.

- **Разговоры об эмоциях.** Обсуждайте с ребенком различные эмоции, используйте карточки с изображением лиц. Это поможет ему лучше понимать чувства.

- **Поведенческая поддержка.** Хвалите ребенка за хорошие поступки и достижения. Например, если он делиться игрушкой, скажите: Ты молодец! Это очень хорошо!»

- **Избегайте наказаний.** Вместо наказаний, направляйте внимание на позитивное поведение. Помогите ребенку понять, что делать вместо нежелательных действий.

- **Поддержка в обучении.** Работайте с педагогами для создания индивидуального образовательного плана (ИОП), адаптированного к потребностям вашего ребенка. Используйте визуальные и тактильные материалы. Включайте в обучение картинки, схемы и другие визуальные материалы для лучшего понимания.

- **Поиск профессиональной помощи.** Регулярно консультируйтесь с логопедами, психологами и другими специалистами. Это поможет вам получить рекомендации и поддержку. Присоединитесь к родительским группам, где можно обменяться опытом и получить советы от других родителей.

- **Забота о себе.** Не забывайте о собственном благополучии. Воспитание ребенка с РАС может быть эмоционально и физически изнурительным. Заботьтесь о своем здоровье и находите время для отдыха.

- **Ищите поддержку.** Общайтесь с другими родителями, друзьями или профессионалами, чтобы получить эмоциональную поддержку.

Воспитание детей с РАС требует терпения, понимания и любви. Следуя этим рекомендациям, вы можете создать поддерживающую и развивающую среду для вашего ребенка, что поможет ему развивать необходимые навыки и уверенность в себе.