

«У вашего ребенка аутизм» - что делать родителям.

Ваши подозрения подтвердились, и у ребенка действительно расстройство аутистического спектра (РАС). Что делать в первую очередь? Как не потерять драгоценное время? С чего начать работу и реабилитацию? Помогут ли лекарства? Познакомьтесь с алгоритм самых первых действий родителей детей РАС.

1. Не пропустите тревожные признаки

Еще до постановки точного диагноза важно не упустить время и начать раннее вмешательство. Чем раньше родители обратят внимание на первые симптомы у ребенка, указывающие на возможное расстройство аутистического спектра, тем быстрее и эффективнее может быть оказана помощь.

Вот некоторые из возможных признаков-ориентиров для обращения к специалисту: звуки, одинаковые во всех ситуациях (голод, злость, интерес, раздражение, радость), нежелание тактильного контакта, отстранение во время объятий и ласк, нежелание продлить тактильный контакт, отсутствие ответной улыбки и контакта глазами, пониженная чувствительность к боли, необычная привязанность к предметам, агрессия.

2. Убедитесь, что диагноз верный

В международной практике диагноз «аутизм» ставит не один врач, а группа специалистов, чтобы исключить возможную ошибку. Если вам как родителю кажется, что есть повод для беспокойства, не тяните и покажите ребенка специалистам.

Комплексная диагностика аутизма может включать в себя: наблюдение ребенка и его взаимодействия с людьми и предметами в разных обстановках, физический осмотр, психологические тесты, генетическое исследование, неврологическое исследование, оценку речи и сенсомоторики, оценку когнитивных способностей, историю семьи. На постановку диагноза уйдет некоторое время. Аутизм – диагноз, который невозможно поставить за одно посещение врача. Для постановки точного диагноза лучше всего обратиться в организации системы ранней помощи и профильные центры. При отсутствии в вашем городе специализированного центра раннего вмешательства, первым шагом к

постановке диагноза станет первичное посещение терапевта и получение направлений к специалистам.

3. Обратитесь к психологу сами.

Новость о том, что у вашего ребенка диагностировано расстройство аутистического спектра, травматична. Это стресс, с которым большинство родителей не в состоянии справиться самостоятельно. И здесь действует правило, применяемое в самолете: «Наденьте маску сначала на себя, потом на ребенка». 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. Лучше всего с этой задачей может помочь справиться хороший психолог.

4. Найдите родителей детей с РАС и нужных специалистов в своем городе.

В первую очередь, знакомство с другими родителями необходимо для поддержки и понимания, что вы не одни такие. В пространстве людей, переживающих схожую с вашей ситуацию, проще сориентироваться, поделиться страхами, переживаниями, поговорить по душам. Еще одна задача, которую решает сообщество родителей, – поиск и проверка информации.

Если родитель присоединяется к уже существующей группе людей, он может воспользоваться их знаниями и опытом и сэкономить собственное время, силы и деньги. Можно поискать подобные сообщества в социальных сетях по запросам «аутизм (название города)», «особенные дети (название города)», спросить контакты других родителей у специалистов.

Наиболее типичные симптомы аутизма

Ранние признаки Аутизма

(от 2х лет)*



Не смотрит в глаза



Не интересуется детьми



Не любит прикосновений



Чувствителен
к некоторым звукам



Выстраивает предметы в линейку



Нет речи.
Не может сказать чего хочет



Не осознает опасных ситуаций



Гиперактивен или
наоборот пассивен



Частые истерики

***Для определения риска развития аутизма пройдите тест M-CHAT**

- Недостаточное развитие или отсутствие речи. У детей раннего возраста, наблюдаются нарушения (им трудно говорить), они чрезмерно застенчивы, часто повторяют одни и те же слова по несколько раз подряд. Ребенок не понимает речь других людей, сам не стремится разговаривать, общаться с другими людьми, даже матерью. В речи ребенка, присутствуют эхолалии, когда он иногда повторяет обрывки элементов речи, которые он услышал от других людей или по телевизору. Ребенок с расстройством аутистического спектра понимает только односложные слова-команды: «Ешь», «Сядь». Ребенок не может абстрактно мыслить, анализировать и обобщать. Чаще всего ребенок не понимает местоимений мой, твой, их и т. д. В то же время у него может достаточно интенсивно развиваться "автономная речь", "речь для себя".

- Ребенок не воспринимает окружающий мир, не реагирует на происходящее вокруг него. Родителям порой совершенно невозможно привлечь внимание ребенка, он не реагирует на свое имя и на звуки голосов мамы и папы. Более того, со временем ребенок начинает активно избегать общения, скрывается, уходит. Ребенок не фиксирует взгляд на лице родителей, нет контакта взглядов.

- Зрительное внимание детей с расстройством аутистического спектра крайне выборочно и очень кратковременно, ребенок смотрит мимо людей, не замечая их и относится к ним как к неодушевленным предметам. В то же время ему характерна повышенная впечатлительность, его реакции на окружающее часто непредсказуемы и непонятны. Такой ребенок может не замечать отсутствия близких родственников, родителей и чрезмерно болезненно и возбужденно реагировать даже на незначительные перемещения и перестановки предметов в комнате.

- Ребенок с расстройством аутистического спектра не переносит эмоционального контакта с родителями. Даже в первые месяцы жизни ребенок не тянет ручку, не прижимается к матери, а, находясь на руках у родителей, сопротивляется физическому контакту, напрягает спину, пытается вырваться из объятий родителей. Ребенок, никогда не играет с игрушками, и даже не проявляет к ним интереса. Игра ребенка с расстройством аутистического спектра заключается в наборе простых движений - он дергает кусок одежды, крутит веревку, сосет или нюхает части игрушек. Эти признаки аутизма также проявляются после достижения ребенком возраста 1 года.

- Ребенок не проявляет интерес к другим детям, не играет со сверстниками. На втором году жизни заметно, что ребенок не имеет даже простейших игровых навыков. Единственная игра, которую он может поддерживать, это простые механические движения "возьми - дай". Характерной чертой игровой деятельности является то, что обычно ребенок играет сам, преимущественно используя не игровой материал, а предметы домашнего обихода. Он может долго и однообразно играть с обувью, шнурками, бумагой, выключателями, проводами и тому подобное. Сюжетно-ролевые игры со сверстниками у таких детей не развиваются. Наблюдаются своеобразные патологические перевоплощения в тот или иной образ в сочетании с его собственными фантазиями. При этом ребенок не замечает окружающих, не вступает с ними в речевой контакт.

- Ребенок с расстройством аутистического спектра не может научиться простейшим навыкам самообслуживания. Такому ребенку порой невозможно научиться одеваться самому, самостоятельно ходить в туалет, умываться, принимать пищу и пользоваться столовыми приборами.

- Такие дети требуют постоянного контроля со стороны взрослых. Ребенок не понимает и не может оценить опасности окружающего мира. Малыш не может переходить улицу, потому что не воспринимает движущиеся машины и может пострадать. Такой ребенок не понимает опасность, исходящую от падения с высоты, игры с электроприборами, острыми предметами.

- Несмотря на безразличие к окружающему миру, ребенок с расстройством аутистического спектра может очень часто проявлять вспышки гнева и агрессии. В основном, эта агрессия направлена на самого себя. Ребенок до крови кусает свои руки, бьется головой о мебель и пол, бьет кулаками себя по телу и лицу. Иногда эта агрессия

возникает против других людей, и ребенок при любой попытке контакта царапает, кусает или бьет родителей. Ребенок не умеет испытывать чувство сожаления, на просьбы родителей не реагирует, безразличен.

- У ребенка с РАС часто присутствует синдром навязчивых движений – он раскачивается стоя или сидя, долгое время бесцельно хлопает в ладоши, вращает и крутит различные предметы, долгое время смотрит на огонь, вентилятор и т. д. Ребенок вместо игры может выстраивать различные предметы и игрушки в аккуратные ряды, может долгое время безэмоционально подпрыгивать, приседать.

Рекомендации родителям ребенка с расстройством аутистического спектра.

Трудно оставаться равнодушным, наблюдая за тем, как ребенок с РАС пытается адаптироваться в скоротечном современном мире. Хотя формы подобных расстройств варьируют от легких до тяжелых, многие дети с РАС проявляют исключительные способности к музыке или другим видам искусств.

Аутизм не является результатом плохого воспитания. Аутизм - это расстройство, возникающее вследствие нарушения развития мозга и характеризующееся отклонениями в социальном взаимодействии и общении, а также стереотипностью в поведении и интересах.

Что можно посоветовать родителям и близким детей с аутизмом?

Если для родителей заметными становятся вышеперечисленные признаки аутичного типа развития, то обязательно нужно обратиться к детскому психиатру, чтобы убедиться, насколько эти особенности развития ребенка имеют основание. Если диагноз ребенку поставлен, то родителям нужно определиться с программой дальнейшего обучения и развития малыша. Для этого важно проконсультироваться у специального психолога или коррекционного педагога, которые имеют опыт работы с такими детьми, могут предоставить развернутую характеристику состояния психического развития ребенка, а также определить формы и направления коррекционных занятий для ребенка.

Родителям нужно набраться терпения, твердо верить в успех и не терять надежду. Основой успешного преодоления аутизма, является выполнение в домашних условиях и в условиях специальных центров индивидуальной программы реабилитации ребенка с РАС. Естественно, главная задача здесь ложится на плечи родителей. Поэтому первостепенной задачей должно стать принятие того, что их ребенок имеет данное расстройство. **Ведь он не психически больной человек, у него просто "другой способ видения мира", ему немного труднее выразить свои чувства.**

Вот здесь и нужно ему помочь, поддержать, научить. При правильном, упорном подходе к выполнению лечебной (реабилитационной) программы дети с РАС показывают отличные результаты и могут в значительной мере восстанавливаться, адаптироваться к нормальной жизни. Нередко они обладают даром или талантом в какой-то области искусства или знания. Гиперчувствительность к звукам и прикосновениям, задержка речевого развития, неуравновешенность - такие проблемы развития детей с аутизмом возникают перед родителями особых детей. Интеллектуальное развитие этих детей достаточно разнообразно. Среди них могут быть дети с нормальным, ускоренным, резко задержанным и неравномерным умственным развитием. Отмечается также как частичная или общая одаренность, так и умственная отсталость. Первый возрастной кризис приходится на возраст между двумя и тремя годами, когда каждый ребенок дифференцирует себя и людей на своих и чужих. В этот период ребенок начинает узнавать себя в зеркале и говорить о себе в первом лице. Рост самосознания и стремление к самостоятельности обуславливают частоту эмоционально-поведенческих расстройств на

этом этапе. Стремясь к независимости, ребенок проявляет негативизм и упрямство на замечания и запреты взрослых. Для предупреждения эмоциональных и поведенческих расстройств очень важно, чтобы взрослые относились к малышу бережно, с большим терпением и уважением. При этом ни в коем случае нельзя подавлять или запугивать ребенка, необходимо одновременно стимулировать и организовывать его активность, формировать произвольную регуляцию поведения. Особенно важное значение в воспитании ребенка с РАС имеет организация его целенаправленного поведения, четкого распорядка дня, формирование стереотипного поведения в определенных ситуациях.

Положительное влияние на развитие ребенка должно происходить комплексно. Речь идет о том, что в центр внимания должны попадать моторная, эмоциональная и познавательная сферы. По моторной сфере стоит получить консультацию специалистов (особенно важно - еще и отработать определенные навыки), как помогать ребенку в этом направлении. Уметь: активизировать проявления ребенка, выполнять упражнения на перераспределение мышечного напряжения, владеть различными способами снятия напряжения, способствовать гармонизации двигательной активности в целом, поскольку именно она является основой полноценного и физического, и психического развития.