

# ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!



НИКТО  
НЕ ВИНОВАТ

ОБЩАЙТЕСЬ  
СО МНОЙ

ЛЮБИТЕ  
МЕНЯ

БЕРЕГИТЕ  
СЕБЯ

Информация для родителей,  
имеющих детей с  
расстройством аутистического спектра  
(РАС)

## Уважаемые родители!

Это методическое пособие подготовлено в рамках проекта «Шаг в большой мир», направленного на развитие и мультипликацию методик и практик по работе с детьми и молодыми людьми, имеющими расстройства аутистического спектра (РАС) и сходные с ними состояния, реализуемого АНО «Иркутский центр абилитации» при поддержке Фонда президентских грантов.

АНО «Иркутский центр абилитации» - это единственная организация на территории Иркутской области, реализующая непрерывный процесс абилитации (охватывающий все возраста) и психолого-педагогическое сопровождение детей, молодых людей, семей с проблемами детей в интеллектуальном и психическом развитии.

Наш опыт работы ежедневно подтверждает исключительную роль ранней диагностики в судьбе любого ребенка. По данным Всемирной Организации Здравоохранения, 10% детей рождаются с различными нарушениями развития. Раннее вмешательство, медицинское, педагогическое и психологическое сопровождение ребенка дает 60% особым детям шанс жить обычной жизнью и учиться в общеобразовательных учреждениях.

Работа Центра проводится по самым разным программам: индивидуальные и групповые занятия с детьми и родителями, занятия по арт-терапии, сенсорной интеграции, социально-бытовой ориентировке, родительские школы, подготовка специалистов по сопровождению людей с особыми потребностями в социально-общественную жизнь, а также информационная и методическая поддержка специалистов и пр.

В 2018 году на базе Иркутского центра абилитации заработала Служба ранней помощи детям до 4 лет. Кроме того, на базе Центра родители могут пройти комплексную психолого-педагогическую диагностику развития ребенка с использованием современных лицензированных методик для разных возрастов.

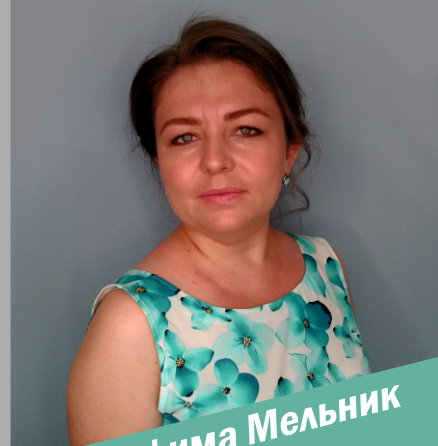
Центр – это ответ на запросы многих родителей особых ребят, которые подчас остаются один на один со своими проблемами. Особо подчеркнем – мы работаем с любимыми семьями, которые тревожатся за развитие ребенка, этот проект не ограничен диагнозами, которые имеют наши воспитанники. Мы оказываем поддержку тем, кто нуждается в несколько иных условиях для развития и особой заботе.

Звоните и приходите в Иркутский центр абилитации!

Мы поможем разрешить любые Ваши сомнения по развитию Вашего ребенка, выявить возможные проблемы, а также скорректировать или составить индивидуальную программу.

*С искренней симпатией к Вам, Серафима Мельник, специальный психолог, директор Центра.*

**\*Абилитация** — это комплекс мер (услуг), по отношению к людям с ограниченными возможностями, направленных на формирование новых и усиление имеющихся ресурсов социального, психического и физического развития ребенка или семьи.



**Серафима Мельник**

Директор  
АНО «Иркутский центр абилитации»

☎ +7 (3952) 37-38-65

📍 Иркутск,  
ул. Крымская, д. 33 А

# РАССТРОЙСТВО АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА (РАС)

**Это ряд связанных расстройств развития человека, начинающих в детстве и сохраняющихся в течение всей взрослой жизни**

**Аутизм** – это расстройство, в возникновении которого играет роль комплекс факторов.

Большую роль играют **генетические факторы**: нарушения на уровне генов, молекул, хранящих в себе информацию о том, как должен формироваться и развиваться человеческий организм. Некоторые из генетических факторов, вызывающих аутизм, известны и могут быть выявлены с помощью анализов, в первую очередь, это спонтанные изменения генетического материала, мутации. Эти изменения могут быть достаточными для того, чтобы сами по себе вызвать аутизм. Но чаще аутизм возникает в результате взаимодействия генетических факторов и факторов среды, в которой развивается ребенок.

Установлено, что в возникновении аутизма играют роль экология, состояние организма матери во время подготовки к беременности, течение беременности и родов, а также некоторые инфекции и некоторые лекарственные средства, принимаемые матерью во время беременности (например, вальпроевая кислота, используемая для лечения эпилепсии).

Сочетание генетических и средовых факторов влияет на формирование головного мозга и изменяет развитие и поведение ребенка. **Аутизм не возникает из-за небрежного, грубого или отстраненного отношения к ребенку.**

**РАС имеет сходные черты со многими нарушениями и особенностями развития**, такими как, нарушения слуха, нарушения зрения, задержка психического развития, умственная отсталость, сенсомоторная алалия, нарушения сенсорной интеграции, последствия плохого обращения с ребенком и т.д.

Для точного определения наличия РАС необходима тщательная и длительная диагностика, проводимая командой специалистов (психолог, специальный педагог, логопед и др.) при сотрудничестве с детским неврологом и психиатром.

**Чем раньше начинается оказание междисциплинарной помощи ребенку, тем более заметные улучшения наблюдаются в его дальнейшем развитии.**

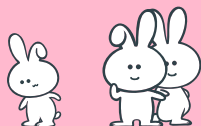
## РАС проявляется ярко выраженными нарушениями в трех сферах

- **нарушения социального взаимодействия** - в том, как человек общается с детьми и взрослыми.
- **нарушения в области коммуникации** - в том, как человек разговаривает, пользуется жестами или выражением лица.
- **нарушение поведения** - в том, как человек ведет себя - своеобразие, ограниченность и стереотипность интересов и деятельности.

# «КРАСНЫЕ ФЛАЖКИ» АУТИЗМА

ЕСЛИ ВЫ ОТМЕЧАЕТЕ УКАЗАННЫЕ СИМПТОМЫ У ВАШЕГО РЕБЕНКА,  
ОБРАТИТЕСЬ К СПЕЦИАЛИСТУ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ АУТИЗМА.

утерял какие-либо  
социальные или  
коммуникативные  
навыки



не лепечет  
к 12 месяцам  
или не произносит  
слов к 16 месяцам



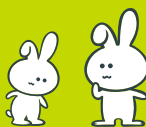
не имеет речи  
(от двух связных  
слов)  
к 24 месяцам



не реагирует и/или  
редко реагирует  
на имя



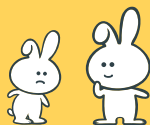
не смотрит  
вам в глаза



не использует  
указательный жест  
(или другие жесты)  
к 12 месяцам



не улыбается  
или редко улыбается  
другим людям



часто ведет себя так,  
как будто не слышит  
обращённой к нему  
речи



ОТ АУТИЗМА ПОКА НЕ СУЩЕСТВУЕТ ЛЕКАРСТВ.  
ОДНАКО, ЕСТЬ ЭФФЕКТИВНЫЕ РАЗВИВАЮЩИЕ И ОБУЧАЮЩИЕ  
ПОДХОДЫ ПОМОЩИ ТАКИМ ЛЮДЯМ

# СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ РАС

ЕСЛИ ВЫ ОТМЕЧАЕТЕ РЯД УКАЗАННЫХ СИМПТОМОВ У ВАШЕГО РЕБЕНКА И У ВАС ВОЗНИКЛО ПОДОЗРЕНИЕ НА НАЛИЧИЕ АУТИЗМА, МЫ РЕКОМЕНДУЕМ ОБРАТИТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТУ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ БОЛЕЕ УГЛУБЛЕННОЙ ДИАГНОСТИКИ.

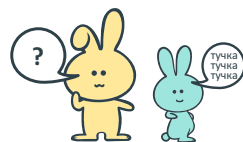
ВОЗМОЖНО, ЧТО ДАЖЕ ПРИ ОТСУТСТВИИ АУТИЗМА У РЕБЕНКА МОГУТ БЫТЬ ДРУГИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ, И ОН МОЖЕТ НУЖДАТЬСЯ В ПОМОЩИ.

## Нарушения в сфере коммуникации



Избегают контакта «глаза-в-глаза».

Дети могут рано начинать говорить и запоминать много слов, но не используют их для того, чтобы общаться.

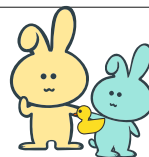


Автоматически повторяют слова, не обращенные к другим (эхолалии).



Часто дети с аутизмом хуже понимают обращенную к ним речь.

Часто дети позже других детей начинают выполнять инструкции, может казаться, что они не слышат обращенные к ним слова.



Используют «управляемую руку» взрослого (подводят взрослых к тем предметам, с которыми хотят, чтобы взрослые что-то делали).

# СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ РАС

## Нарушения в сфере социального взаимодействия



Часто бывает сложно привлечь внимание ребенка к игрушкам или книгам.

Может не проявлять интерес к играм других детей, основанным на взаимодействии с другими людьми и даже упорно отказываться от участия в общих играх.



Ребенок не повторяет действия, движения и звуки за взрослыми.

Ребенок может не замечать, дома родители или на работе, ушли куда-то или вернулись домой.

Может расстраиваться, когда взрослый пытается включиться в его игры и поддерживать их.

Может сидеть в кроватке один и громко, монотонно кричать, вместо того чтобы позвать маму.



Не реагирует на свое имя.

Может явно и отчаянно сопротивляться объятиям, поцелуям и не давать брать себя на руки ни родителям, ни другим людям.

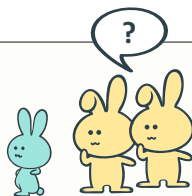


Не улыбается в ответ на улыбку.

Часто маленький ребенок с аутизмом ведет себя так, будто он настроен «на свою волну»

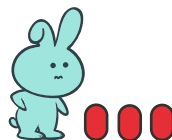
# СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ РАС

## Нарушения в поведении



У наблюдателя возникает ощущение, что ребенок «прилип взглядом» и не может оторваться.

Может не проявлять интереса к игрушкам, а наоборот разглядывать и восхищаться обычными предметами, например, обогревателем, лопастями вентилятора.



Расстановка игрушек в ряд - создание ряда самоценно, никакого сюжета не прослеживается.



Бесконечно щелкать выключателем, зажигая и гася свет.

Может не играть с игрушками обычным способом, но крайне интересоваться какой-то частью игрушки (например, любит крутить колесо у машинки).



Может часто или подолгу перебирать, трясти или щелкать пальцами перед своими глазами.

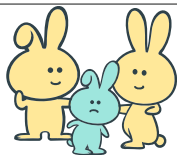
Может упорно пытаться есть несъедобные предметы: одежду, простыню, матрас, шторы.

Ребенок может часто кружиться вокруг своей оси, а также многократно размахивать руками.

Часто и подолгу раскачиваться, сидя на месте и ничем больше не занимаясь.

# СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ РАС

## Особенности восприятия - обостренная чувствительность



Может не переносить прикосновения к голове и волосам, которые неизбежны при стрижке и мытье волос.

Очень чувствительны и с трудом переносят некоторые ощущения: шум, музыку, мигание лампочек, прикосновение одежды, запахи и т.п., которые другим кажутся вполне комфортными по интенсивности.



Ребенок может не переносить прикосновения к коже (сопротивляться раздеванию или мытью).

Может демонстрировать неприятие всего нового или редкого, например, свечей на именинном пироге или шариков.

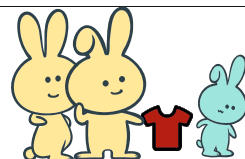
Может иногда казаться глухим, не вздрагивать и не оборачиваться на громкие звуки, но в другое время реагировать на обычные или слабые звуковые раздражители.

Может отказываться от ремней безопасности в детском кресле машины.



Может не переносить обычные домашние запахи, особенно бытовой химии.

Может быть очень тяжело в новой ситуации или обстановке (чем больше разнообразных стимулов вокруг, тем больше вероятность, что ребенок не справится с такой нагрузкой и потеряет контроль над собой).



Может отказываться переодеваться или вообще надевать любую одежду, кроме нескольких определенных вещей.



# СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ РАС

## Нарушения в моторике

Нарушение оценки расстояния до предмета также может приводить к моторной неловкости.

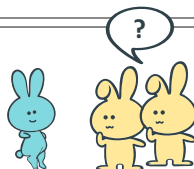
Плохая координация движений – научиться ходить по лестнице может оказаться очень трудной задачей для ребенка с аутизмом, а также возможность кататься на велосипеде.

Поразительные способности к удержанию равновесия и одновременно заметная неуклюжесть.



Часто ребенок не может захватывать и удерживать руками мелкие предметы.

Может наблюдаться повышенное слюноотечение из-за проблем регуляции тонуса мышц рта и челюсти.



Хождение на цыпочках.

## Причинение вреда самому себе

В некоторых случаях стремление к необычным ощущениям или сниженная болевая чувствительность могут приводить к тому, что ребенок сам себе наносит травмы и причиняет вред.

**Нарушение чувства опасности**  
Ребенок может вести себя так, будто у него нет инстинкта самосохранения, он не распознает ситуации, требующие осторожности, может стремиться к опасности и нарушать правила безопасности в одной и той же ситуации, несмотря на полученный прежде негативный опыт.

Многие дети с аутизмом, наоборот, боязливы и тревожны.

## СОВЕТ №1

### **Постарайтесь понять, что Вы не одни**

Ребенок с аутизмом может появиться в любой семье, вне зависимости от достатка, образования, социального статуса. В том, что у ребенка аутизм, нет ничьей вины. Есть множество родителей и специалистов, которые могут Вам помочь и которые также могут нуждаться и Вашем опыте. Найти их можно в специализированных организациях или родительских сообществах.

## СОВЕТ №2

### **Важно постоянно общаться со специалистами, задавать вопросы, узнавать больше информации**

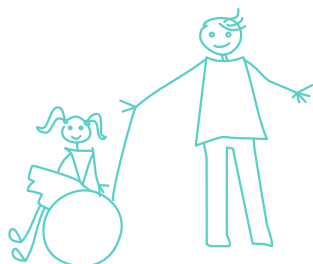
Читать книги, написанные другими родителями или самими носителями РАС. Смотреть выступления известных личностей. Ведь понимание специфики РАС поможет настроиться на решение проблем.

## Дорогие родители!

## СОВЕТ №3

### **Примите Вашего ребенка таким, каков он есть**

Ваш ребенок в любом возрасте, будь он младенец или уже подросток, все равно Ваш ребенок. Любите своего ребенка. Не отвергайте из-за физического или интеллектуального несовершенства. Каждый человек с аутизмом уникален в своих проявлениях. Некоторые так и не начинают говорить и общаются, используя альтернативные способы коммуникации (жесты, обмен карточками или письменный текст). У других людей с аутизмом развивается речь и другие навыки социального взаимодействия, они могут посещать школу, поступать в высшие учебные заведения и работать.



## СОВЕТ №4

### Измените отношение к Вашему ребенку, не считайте его бесперспективным

У значительной части людей с аутизмом интеллект соответствует норме, нередко у людей с аутизмом есть удивительные способности в области зрительного восприятия, памяти, музыкального слуха, математики и других наук. Некоторые люди с аутизмом находят себя в искусстве благодаря своему необычному взгляду на мир.

## СОВЕТ №5

### Важно позаботиться о себе

Наличие в семье особого ребенка связано с повышением уровня стресса, тревожности и депрессии. Воспитание ребенка с РАС — это марафон, а не спринт и от Вашего самочувствия зависит качество вашей жизни и жизни Вашей семьи.

## СОВЕТ №6

### Постарайтесь принять факт наличия проблемы развития Вашего ребенка




Многие родители много времени, сил и энергии тратят на процесс отрицания существующих у их ребенка проблемы. Такое понимание проблемы не продуктивно и не принесет пользы ни Вам, ни Вашему ребенку, ни окружающим. Постарайтесь также не поддаваться агрессии, раздражению, подавленности, страху, которые, естественно, могут возникать из-за волнения о здоровье вашего ребенка.

*При подготовке использованы материалы с электронных ресурсов:*  
[https://outfund.ru/wp-content/uploads/2016/10/A5\\_empty\\_fields.pdf](https://outfund.ru/wp-content/uploads/2016/10/A5_empty_fields.pdf)  
<https://dailybaby.ru/magazine/interviews/vospityvat-rebenka-s-ras-eto-marafon-a-ne-sprint>



## Уважаемые родители!

Приглашаем вас присоединиться к рабочим программам Центра. Это постоянно действующие индивидуальные и групповые занятия для детей, а также информационные семинары и тренинги для родителей, имеющих детей с проблемами в развитии. Наши педагоги используют лучшие российские и мировые практики работы с особыми семьями. Будем рады видеть вас и помочь вам!

-  Иркутский центр абилитации: +7 (3952) 37-38-65
-  Центр находится по адресу: Иркутск, ул. Крымская, д. 33А
-  [www.ica-irk.ru](http://www.ica-irk.ru)

[www.ica-irk.ru](http://www.ica-irk.ru)

Тираж 500 экземпляров