

Рекомендации для родителей детей с РАС.

Возможно, ваш ребенок имеет некоторые особенности развития, которые необходимо учитывать при его обучении и воспитании.

Большинству людей – и детям, и взрослым, нравится общаться друг с другими людьми. Им нравится улыбаться друг другу, разговаривать, то есть получать удовольствие от общения. Но некоторые дети не испытывают потребности в обществе других людей, ведут себя так, словно им хочется остаться в одиночестве. Некоторые дети избегают смотреть в глаза другому человеку, не улыбаются, когда с ними разговаривают, не тянутся навстречу взрослому, когда их гладят или берут на руки.

Если ребенок не улыбается вам, не смотрит в лицо, отводит взгляд, то дожидаться от него проявления желания общаться очень трудно. Вы можете почувствовать себя в нелепом положении или обидеться на ребенка. Когда вам не отвечает взрослый, вы обычно прекращаете общаться с ним. Если ребенок не радуется тому, что вы уделяете ему внимание, у вас вполне естественно возникает желание прекратить общение с ним. Однако следует помнить, что многие дети реагируют на призыв к общению не так быстро, как вам бы хотелось. Вашему ребенку может понадобиться значительно больше времени, чем другим детям, чтобы обучаться.

Чтобы понять смысл происходящего, он, возможно, должен видеть и слышать одно и то же много раз. Поэтому очень важно, чтобы вы не прекращали попыток разговаривать и играть с вашим ребенком. Вам потребуется дольше и чаще общаться со своим ребенком, чтобы у него было достаточно времени для освоения навыков общения.

Можно порекомендовать несколько приемов, которые помогут вам научить вашего ребенка общаться с другими людьми:

1. как можно чаще обращайтесь к ребенку, не прекращайте попыток вовлечь его в разговор, дайте ему понять, что вы рады, что он отвечает вам.

2. комментируйте вслух действия ребенка, когда он занят игрой или рассматриванием книги («Теперь ты берешь кубик и ставишь его на кирпичик. Теперь ты строишь стену. Это получился домик? Давай в нем будет жить зайка»).

3. многие дети не испытывают потребности говорить, так как родители и без слов прекрасно их понимают. Старайтесь «не понимать» что именно нужно вашему ребенку, побуждайте и учите его обращаться с просьбами, использовать для этого слова.

4. поощряйте ребенка, когда он рассматривает себя в зеркале, называйте и побуждайте его называть части тела человека. Пусть он заметит, что в зеркале есть не только его отражение, но и ваше, или других людей.

5. для развития восприятия себя, своего тела, можно предложить ребенку обвести его руку на листе бумаги, раскрасить ее. Можно, положив ребенка на большой лист бумаги, обвести контур его

тела, а затем вместе, называя вслух части тела и предметы одежды, закрасить этот контур.

6. помните, что вашему ребенку необходим индивидуальный ритм работы, более частое переключение с одного вида деятельности на другой, так как он быстро истощается физически, устает и уже не может усваивать знания.

7. для вашего ребенка очень важна спокойная атмосфера, отсутствие неожиданных событий, так как они надолго «выбивают его из колеи» (поэтому обо всех планах на день ребенку стоит рассказать заранее, понятными словами), важно чаще обнимать, гладить ребенка.

Игры и упражнения, которые можно делать дома.

«Воздушный шарик»

Задача: помочь ребенку почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение, успокоиться.

Взрослый говорит: « Мы сейчас будем надувать шарик. Вдохни воздух, поднеси шарик к губам и, медленно, через приоткрытые губы, надувай его. Следи глазами за тем, как шарик становится все больше и больше, как меняется узор на шарике. Дуй осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажи мне шарик. Какой он формы? Какого цвета? Очень красивый шар! Можно сдуть его если выпустить воздух (показать) и снова надуть (показать). А теперь давай как будто мы с тобой превратились в воздушные шарики и стали тоже надуваться. Сначала мы были какими? Правильно, маленькими (присели на корточки), потом стали потихоньку надуваться все больше и больше (выпрямляемся, тянемся руками вверх – движение выполняется напряженно, тянемся изо всех сил). Вот какие мы большие шарики. А теперь как будто мы сдулись (резко присесть, опустив руки).

Это упражнение позволяет чередовать напряжение мышц тела с расслаблением, его можно повторить 3-4 раза.

«Подарок под елкой»

Задача: помочь ребенку почувствовать мышцы лица, особенно вокруг губ. Учить произвольно расслаблять и напрягать их.

Взрослый говорит: «Представь себе, что скоро новогодний праздник. Ты целый год мечтал о замечательном подарке. Вот тыходишь к елке, крепко-крепко зажмуриваешь глаза и делаешь глубокий вдох. Затаил дыхание. Что же лежит под елкой? Теперь выдохни и открой глаза. О, чудо! Долгожданная игрушка перед тобой! Ты рад? Улыбнись!»

После упражнения можно обсудить, какие игрушки нравятся, как мы проявляем радость.

«Какое у меня настроение?»

Взрослый рассказывает ребенку о том, что такое настроение, как можно понять, что сейчас чувствует другой человек. Потом просит посмотреть на его лицо и угадать, что он сейчас чувствует (сначала просто плохое настроение или хорошее, позже можно просить угадать радость, грусть, гнев, удивление и другие эмоции). Можно попросить ребенка перед зеркалом или без него изобразить на лице какое-то настроение. Не забывайте похвалить ребенка за внимательность, старание. Даже если вы думаете, что ребенок не слышит ваш рассказ, не прекращайте разговаривать с сыном. В эту игру можно играть много раз, можно рисовать картинки с лицами и рассматривать их.

«Волшебный мешочек»

Задача: развивать тактильное восприятие, побуждать говорить, называть предметы.

В мешочек из ткани взрослый вместе с ребенком складывают 3-5 предметов (кубик, кирпичик, машинку, тарелочку, ложечку и т.п.), при этом вместе называют их. Потом взрослый показывает, как он может не глядя узнать, что лежит в мешочке, засунув руку и ощупывая предмет. Взрослый просит ребенка сделать то же, следит, чтобы ребенок называл предмет до того, как увидит его глазами (ребенок узнает предмет на ощупь).

Набор предметов можно менять, можно увеличить их количество. В этой игре можно закреплять названия формы предметов.

Успехов вам!