



Визуальное расписание для обучения самостоятельному мытью рук.

Дополнительный плюс визуальных расписаний в том, что они могут увеличить независимость вашего ребенка. Благодаря им ваши сын или дочь могут научиться переходить от одного занятия к другому, ориентируясь на расписание, а не на руководство со стороны другого человека или его вербальные подсказки.

Следуя этим советам по организации жизни ребенка с расстройствами аутистического спектра, можно помочь и ему, и себе справиться с нелегкой задачей социализации, а также способствовать его психологическому развитию.

Желаю удачи! До новых встреч!



Памятка подготовлена учителем-дефектологом отделения психолого-педагогической помощи ГБУ СО «ОРЦ» *И. О. Кривошеевой*.

Оформлено методистом и специалистом по социальной работе информационно-методического ресурсного центра ГБУ СО «ОРЦ» *Т.И.Аникиной, М.А. Бузиловой*.

Одобрено к выпуску медико-социально-педагогическим Советом ГБУ СО «ОРЦ» (протокол № 2 от 17.02.2016 года).



Министерство социального развития Саратовской области  
государственное бюджетное учреждение Саратовской области  
«Областной реабилитационный центр для детей и подростков  
с ограниченными возможностями»

Информационно-методический  
ресурсный центр



*Памятка для родителей*

## Организация в семье пространственно-временной среды для ребенка с расстройствами аутистического спектра



Саратов

2016



Здравствуйте, дорогие друзья!

С того момента, как в семье появляется ребенок с расстройствами аутистического спектра (РАС), жизнь всех членов семьи меняется. Дом – это место, где ребенок проводит большую часть времени, и организация пространственно – временной среды для него является необходимым аспектом социальной адаптации. Жизненное пространство требует особой заботы и специальной организации, так как оно приобретает для ребенка с РАС терапевтическую значимость.

По виду деятельности ребенка пространство можно условно разграничить на:

- **бытовое** – все, что касается усвоения навыков повседневной жизни (туалет, прием пищи, подготовка ко сну и т. д.),
- **игровое** – место для разнообразных игр,
- **учебное** – место для специальных развивающих занятий,
- **ближайшее социальное окружение** – лестничная клетка, где происходит общение с соседями, детская площадка, где ребенок вступает в общение с другими детьми, магазин, улица.

Пространство квартиры в большой степени связано с **освоением ребенком бытовых навыков**. Здесь на первом плане стоит задача «обжить» пространство квартиры, осознать многие социальные смыслы, связанные с обыденным течением жизни людей. В норме такие смыслы усваиваются ребенком спонтанно, без специального обучения. Ребенку с расстройствами аутистического спектра необходимо помочь осознать предназначение ванной комнаты, кухни, туалета, понять назначение самых разных вещей.

#### Для этого следует:

● во-первых, постоянно комментировать разнообразные бытовые моменты, объясняя смысл происходящего: «Мы сейчас с прогулки вернулись – руки грязные! Пойдем мыть! Где мы руки помоем? Правильно, в ванной комнате. А что нужно взять? Мыло – как оно приятно пахнет»;

● во-вторых, необходимо вовлекать ребенка в работу по дому. Пусть ребенок участвует в приготовлении обеда – бросит овощи в суп, натрет сыр; во время мытья посуды можно попросить его вытереть полотенцем чашки, разложить посуду и приборы по полкам; предложите ему расставить ботинки в прихожей. Следует учитывать возраст ребенка и его возможности. Главное - не качество выполнения работы, а участие в выполнении домашних обязанностей. Используйте для этого все возможности, постепенно расширяя виды домашней работы. Часто дети сами хотят поучаствовать в происходящем – позвольте ребенку засыпать порошок в стиральную машину, капнуть на губку средство для мытья посуды, порезать хлеб к обеду. И эти несложные действия станут точкой отсчета на пути ребенка к самостоятельности.

Необходимо с раннего возраста вводить в повседневную жизнь ребенка с РАС понятие **структурированности пространства**. Детей необходимо приучать к тому, что пищу нужно принимать на кухне, играть в игровой зоне, заниматься за столом.

Организация временного пространства ребенка прежде всего подразумевает четкое соблюдение режима дня.

Создание особого режима всей жизни для таких детей имеет первостепенное значение – это необходимое условие развития. Распорядок дня (как и порядок в комнате) должен иметь определенную последовательность и повторяемость. Тогда хаос и фрагментарность в сознании ребенка постепенно перерастут в более целостную картину мира, а упорядоченная, предсказуемая жизнь поможет организовать его поведение. Режим дня ребенка обычно складывается естественным путем. Но для ребенка с расстройствами аутистического спектра требуется специальная работа по организации режима: ведь он может не выражать активно свои физиологические потребности. Кроме того, не происходит спонтанного усвоения социального смысла происходящего, ребенок не понимает, почему повторяются те или иные действия. Его поведение в быту – часто лишь пассивное подчинение предложениям и требованиям взрослого.

Для того, чтобы особый ребенок научился проводить свободное время более функционально, взрослый обязательно должен его направлять, используя словесную инструкцию («Возьми куклу и поиграй»), указание с помощью жестов (указать на игрушки) и т.д. Но, чаще всего, применение данных навыков спонтанно, без инструкций или подсказок взрослых практически не происходит.

Одной из самых эффективных поведенческих процедур для обучения самостоятельно выполнять последовательность действий является использование визуального расписания заданий.

**Визуальное расписание заданий** - это набор карточек либо написанных слов - подписей, на которые ориентируется ребенок во время самостоятельного выполнения задания. Визуальное расписание может быть различного вида, но на начальном этапе это папка, на каждой странице которой расположена картинка или название той деятельности, которую ребенок должен выполнить. Визуальное расписание может быть детальным, в котором расписано каждое действие, или более общим, включающее обозначения отдельных заданий. Основной целью визуального расписания заданий является выполнение ребенком последовательных действий без прямых инструкций или подсказок со стороны учителей или родителей. Самостоятельно выполнять задания по расписанию может научиться даже маленький ребенок - 2-2,5 года. Для маленьких детей расписание может содержать такие задания, как складывание пазлов, пирамидки. Более взрослые дети могут научиться выполнять такие задания, как сделать упражнение в учебнике, помыть посуду, приготовить салат, развесить полотенца и собрать портфель.