

Особенная газета



Читайте в номере:

стр. 2. Обращение директора

стр. 3. Новое об аутизме

стр. 4-5. Всемирный день распространения информации об аутизме в новом формате

стр.6-7. Мир людей с РАС

стр. 8-9. Подсказки для родителей: аутизм и проблемы с едой

стр. 10-11. Подсказки для родителей: как научить ребёнка считать

стр. 12. Мы – вместе! Обзор сетевых ресурсов



Дорогие читатели!

2 апреля во всем мире проходят акции и мероприятия в рамках Всемирного дня распространения информации об аутизме, учрежденного Организацией Объединенных Наций.

Тема очередного номера газеты выбрана не случайно. Мировая статистика свидетельствует о стремительном росте численности людей с аутизмом. На сегодняшний день каждый 160-ый ребёнок в мире имеет расстройство аутистического спектра (РАС), аутичные черты отмечаются у каждого 60-го ребенка на планете. В России

насчитывается более 320 тысяч детей с аутизмом, диагноз РАС поставлен 31 тысяче российских детей.

Такие дети могут появиться в любой семье вне зависимости от достатка, образования и социального положения. Им можно помочь, особенно если рано и правильно поставить диагноз и подобрать соответствующие методы коррекции и реабилитации с учётом уникальности каждого случая.

Многие из родителей не подозревают, что у их детей аутизм. Поэтому важнейшей составляющей нашей работы является информирование родителей о том, что такое аутизм, по каким признакам можно понять о наличии этого расстройства, куда и к кому можно обратиться за помощью.

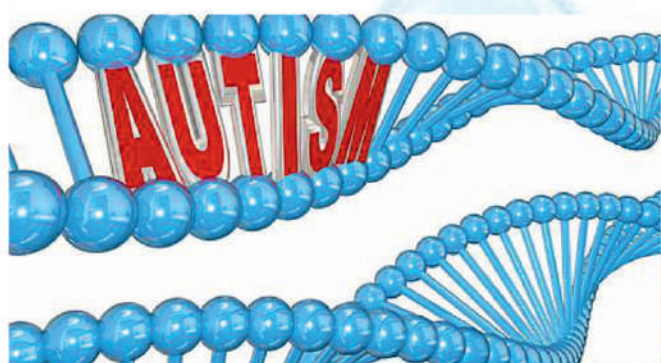
Специалисты Центра всегда готовы оказать необходимую поддержку семьям, в которых растут дети с таким диагнозом, готовы помогать справляться с непростыми для них жизненными задачами, способствовать включению детей с РАС в социальную жизнь!

Аутизм и расстройства аутистического спектра – это не приговор! Какой будет жизнь таких людей – зависит от нас с вами! Вместе с вами мы создаём в России инклюзивное общество и дружелюбную среду для людей с аутизмом и другими ментальными расстройствами!



С уважением,
директор ГАУ АО «Научно-практический
центр реабилитации детей
«Коррекция и развитие»
Наталья Юрьевна Сязина

Новое об аутизме



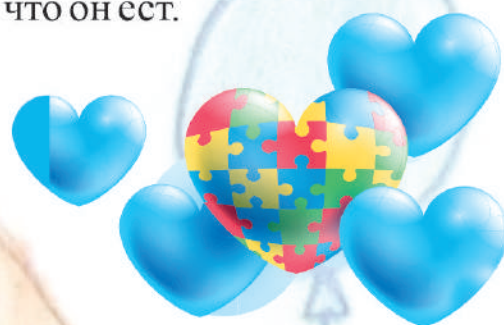
Согласно мировой статистике с каждым днем рождается все больше детей с диагнозом «аутизм» или с расстройством аутистического спектра. Миллионы семей надеются найти верный способ справиться с этой проблемой, проводятся многочисленные исследования, ежегодно появляются новые данные об аутизме, вызывающие разные мнения у общественности.

Что известно на сегодняшний день?

● Наследственная составляющая аутизма - около 90%. Это означает, что почти каждый случай аутизма можно свести к определенной комбинации генов. Некоторые из генетических факторов могут быть выявлены с помощью анализов.

● На возникновение аутизма влияет сочетание генетических и средовых факторов: экология, состояние организма матери во время подготовки к беременности, течение беременности и родов, а также некоторые инфекции и лекарственные средства, принимаемые матерью во время беременности. Сочетание генетических и средовых факторов влияет на формирование головного мозга и изменяет развитие и поведение ребенка.

● Аутизм никак не связан с теми прививками, которые делают ребёнку, и с тем, что он ест.



● Больше часов терапии при аутизме не обязательно повышают ее эффективность. Когда-то считалось, что детям с аутизмом нужно 40 часов поведенческой терапии в неделю. Впоследствии этот критерий снизили до 20 часов. Новые исследования говорят о том, что конкретное количество часов не так уж и важно.

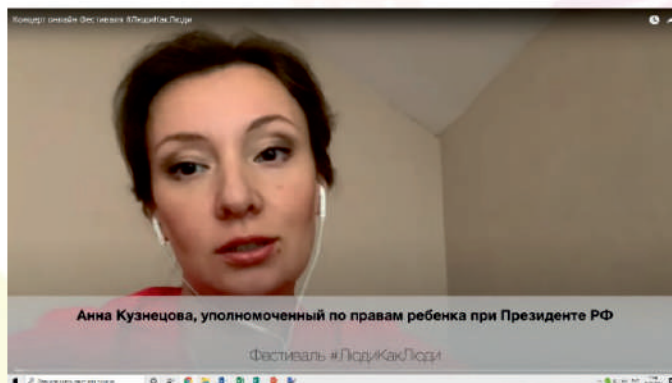
● Социальная мотивация повышает шансы на развитие речи при аутизме. Чем чаще аутичные дети сосредотачиваются на других людях и взаимодействуют с ними, тем лучше будут их речевые навыки в более старшем возрасте.



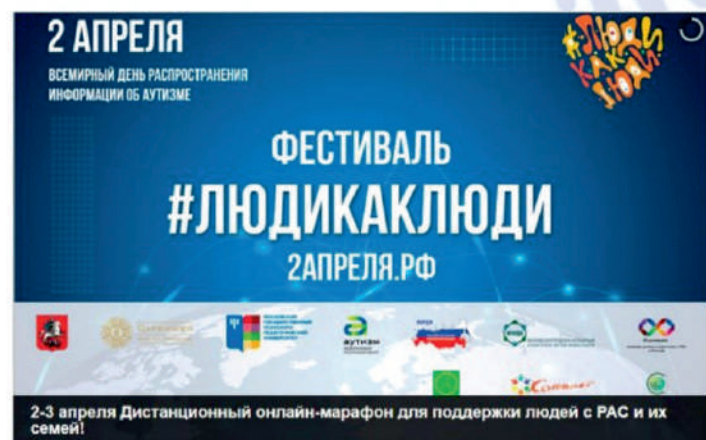
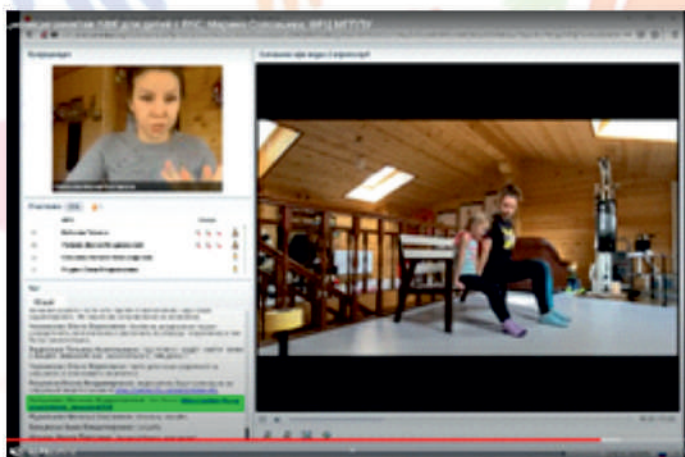
Всемирный день распространения информации о проблеме аутизма в новом формате

В рамках Всемирного дня информирования об аутизме во всём мире проходят акции и мероприятия. В России уже пятый год подряд проводится Всероссийский инклюзивный фестиваль #ЛюдиКакЛюди, организатором которого выступает Федеральный ресурсный центр по организации комплексного сопровождения детей с расстройствами аутистического спектра МГППУ. Его цель – не только информирование, но и поддержка и включение в социальную среду людей с расстройствами аутистического спектра и их семей, помощь обществу в понимании и принятии «особенных» детей и взрослых.

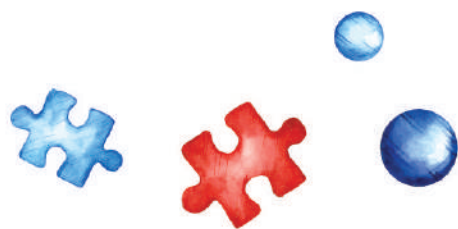
Традиционно Фестиваль проходит в Москве и принимает у себя гостей со всей России. В 2020 году, в связи с ограничительными мерами, все мероприятия проходили в формате онлайн.



Уполномоченный по правам ребенка в РФ Анна Кузнецова в своем обращении отметила: «Новые вызовы могут поменять форматы работы, но никогда не остановят деятельность, если она направлена на созидание самого главного – на здоровье наших детей».



Фестиваль объединил сотни организаций, оказывающих помощь детям и взрослым с аутизмом, как государственных, так и общественных из десятков регионов России. Был организован масштабный дистанционный онлайн-марафон #ЛюдиКакЛюди, обучающие вебинары и консультации, концерт. Все мероприятия до сих пор находятся на платформе Youtube на канале Фестиваля.



В Астраханской области региональной площадкой Фестиваля уже второй год является центр «Коррекция и развитие», структурным подразделением которого является региональный ресурсный центр по организации комплексного сопровождения детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). В 2020 году в онлайн-формате состоялся обучающий семинар для родителей «Современные технологии развития личности детей с расстройствами аутистического спектра», круглый стол «Комплексное сопровождение семей, воспитывающих детей с РАС» для специалистов. На сайте учреждения была представлена выставка творческих работ «Мир глазами особенных детей», размещены информационные материалы для родителей, педагогов, работников правоохранительных органов и обычных людей.



В условиях пандемии специалисты не оставляли без обратной связи родителей детей с РАС и подробно консультировали их по телефону и в социальных сетях.

В 2021 году Фестиваль #ЛюдиКакЛюди проводится в смешанном формате. На региональной площадке Центра пройдут различные мероприятия с участием Ассоциации родителей детей с РАС «Аутизм. Астрахань», специалистов здравоохранения и образования, Комплексных центров социального обслуживания Володарского, Красноярского, Лиманского и Наримановского районов.

 <p>ОНЛАЙН-КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ ПО ВОПРОСАМ РАЗВИТИЯ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С РАС</p>	<p>2 апреля 11:00 - 12:00</p>	<p>Государственное автономное учреждение Астраханской области Мульти-интеграционный центр развития детей с ограниченными возможностями г. Астрахань, ул. Таловая, 120 т. 8(852) 48-31-81, 48-39-80 e-mail: info@razvitiye30.ru centr_30@rambler.ru</p> <p>Вы узнаете:</p> <ul style="list-style-type: none"> О существующих проблемах аутизма О возможности получения помощи в учреждениях области Об инновационных технологиях, методах и формах работы с особенными детьми Сможете задать интересующие вас вопросы специалистам <p>Для участия в онлайн-встрече необходима предварительная регистрация на карте мероприятий сайта www.razvitiye30.ru</p> 
 <p>ОНЛАЙН-ВСТРЕЧА СО СПЕЦИАЛИСТАМИ</p> <p>Аутизм: две стороны одной реальности</p> <p>2 АПРЕЛЯ Всемирный день распространения информации о проблеме аутизма</p> 	<p>2 апреля 13:00 - 15:00</p> <p>На онлайн-консультирование необходима предварительная запись по тел. 8(852) 48-30-80 или skype: cent30-reaб</p>	
<p>Спонсеры</p> <ul style="list-style-type: none"> ГКУ АО «Мульти-интеграционный центр развития детей с ограниченными возможностями» Ассоциация родителей детей с расстройствами аутистического спектра «Аутизм. Астрахань» ГКУ АО «Областная детская клиническая больница имени Н. П. Соловьева» ГКУ АО «Центральная клинико-диагностическая лаборатория» ГКУ АО «Областная клиническая лаборатория» 		

2 апреля пройдет акция «Зажги синим с нами!» с участием членов волонтерского отряда «На крыльях добра». Специалисты Центра проведут онлайн-консультирование родителей по вопросам развития и воспитания детей с РАС.

Также будет организована онлайн-встреча родителей и специалистов «Аутизм: две стороны одной проблемы», во время которой родители узнают о признаках РАС, особенностях воспитания и развития детей с РАС, возможностях получения помощи в учреждениях Астраханской области, обмениваются опытом, получают ответы на свои вопросы.

Ознакомиться с подробной программой мероприятий, записаться на консультацию и зарегистрироваться для участия в онлайн-встрече можно на сайте Центра www.развитие30.рф, а также по тел. 8(852)483080.

Мир людей с аутизмом

Иногда мы совершаем повторяющиеся движения.

Наблюдая за нами, некоторые люди испытывают шок – порой им кажется, что они видят перед собой одержимых. Как бы вам ни нравилось что-то делать, невозможно делать это так часто, как мы, верно? Но мы повторяем одни и те же действия не по своей воле. Наш разум как будто снова и снова отдает нам один и тот же приказ. Повторяя то или иное действие, мы чувствуем невероятное облегчение и обретаем покой.



Мы можем повторять по несколько раз некоторые слова и фразы, сказанные собеседником. Таким образом мы хотим показать, что услышали сказанное, но не можем незамедлительно отреагировать на эти слова. Иногда, повторяя сказанное собеседником, мы выигрываем время, чтобы собраться с мыслями. Иногда это также может означать, что вы пока не очень полно ответили на наш вопрос.

Для нас окружающий мир очень непредсказуемое место. Взаимодействие с окружающим миром – это постоянный стресс, с которым нам помогают справляться ритуалы и самостимуляции. Это и способ успокоения, и «проверка» своей целостности в этом мире, это жизненная необходимость.

Нам может быть сложно воспринимать чужую речь на фоне шума. Как бы вы себя чувствовали, если бы не могли концентрироваться на речи вашего собеседника, а слышали бы все, что происходит вокруг вас, каждый звук? Многие из нас неспособны фильтровать звуковой поток и не способны отделить фоновый шум от речи. На шумной улице с музыкой и разговорами прохожих нам необходимо больше времени, чтобы сосредоточиться на речи, и скорее всего нам придется просить собеседника повторить сказанное.



Мы можем говорить медленно и монотонно. Для многих из нас разговор требует долгого и внимательного осмысления. Мы можем заикаться, делать смысловое ударение на неожиданных словах, или вдаваться в ненужные детали. Просто некоторые из нас не мыслят словами, поэтому всякий раз мы вынуждены «переводить» свои мысли с языка образов на язык слов, а это, как известно, требует времени. Поскольку такой разговор для обычного человека выглядит странным, то собеседник может отвлечься от разговора, перестать слушать или перестать стараться понять то, что ему говорят. Поэтому очень важно не торопить нас и слушать внимательно.

Мы предпочитаем переписку личному общению. Для некоторых из нас гораздо легче выражать свои мысли не вслух, а письменно. Так у нас есть время на то, чтобы обдумать ответ и сформулировать свои мысли, не переживая из-за необходимости поддерживать разговор. Зачастую это менее стрессовая форма общения, чем личный разговор. Такой способ разговора также помогает нам избежать необходимости считывать различные невербальные знаки общения, которые вызывают затруднения.

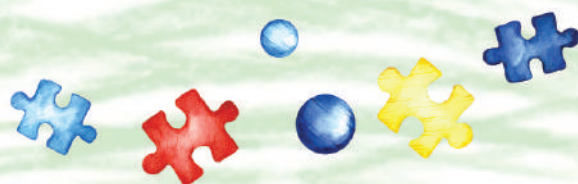


Общение по телефону мы тоже не очень любим. В этом случае также приходится реагировать на сказанное очень быстро. Также нас может отвлекать от разговора фоновый шум.



Иногда мы выражаем эмоции неожиданным образом. Мы можем очень неожиданно реагировать на некоторые события, потому что наше восприятие происходящего довольно сильно отличается от общепринятого. Когда мы испытываем очень сильные эмоции, нам сложно подобрать слова, чтобы выразить свои чувства. В таком случае можно помочь, задавая простые и ясные вопросы.

Мы можем не улавливать намеки и сигналы, которые легко понимают другие люди. Многие из нас не улавливают такие нюансы, как тон речи и выражение лица. Нам также сложно понять, как эти нюансы меняют значение сказанного. Но мы способны научиться считывать и расшифровывать такие невербальные сигналы, однако дается это зачастую довольно тяжело. Так как мы склонны воспринимать слова буквально, нам сложно понять сарказм, иронию, метафоры или игру слов. Поэтому объясните, почему то, что вы говорите, важно, это будет способствовать лучшему пониманию и поможет в общении.



Подсказки для родителей: аутизм и проблемы с едой

Необычное поведение детей, связанное с едой, – это распространенный симптом аутизма. Одни из-за стремления к однообразию могут реагировать с тревогой и неприятием на новую еду, у других есть проблемы с жеванием, у третьих – не усваивается определенная пища. Конечно, для решения этих проблем родителям необходимо обращаться к специалистам. А что можно предпринять дома?

Эрготерапевт из детской реабилитационной больницы в г. Торонто Мойра Пена предлагает применить следующие стратегии:

Делайте еду веселым мероприятием!

Если ребёнок маленький, то можно поиграть в «продуктовый магазин» с пластиковыми продуктами. Или это может быть поход в реальный магазин, где вы можете поощрять его брать и класть в тележку разные продукты. Обсуждайте с ним продукты – их цвет, запах, какие они на ощупь. Сочиняйте и пойте песенки про еду. И да, поощряйте ребёнка играть с едой! Если он не хочет прикасаться к еде пальцами, предложите использовать ложку или пластмассовый нож, чтобы придавать еде разную форму, делайте из еды фигурки или постройки. Вовлекайте ребёнка в приготовление еды и перекусов. Главное, чтобы ребёнок начал воспринимать разные блюда и продукты как что-то позитивное.

Не ждите, пока проголодается

Дети с аутизмом часто не воспринимают голод так же, как другие. Не следует дожидаться сильного голода и спрашивать ребенка, хочет ли он есть. Просто предлагайте ему еду в одно и то же время, в соответствии с расписанием на день.



Подготовьте визуальное расписание

Четкое и понятное расписание очень облегчает любую задачу для детей с аутизмом. Используйте картинки, чтобы показать, когда можно поесть или перекусить. Повесьте расписание в детской комнате, на кухне и других местах, где ребёнок проводит время. Можно использовать таймер или часы, чтобы показать, сколько времени остается до перекуса. Идея в том, чтобы как можно лучше подготовить ребёнка к приему пищи. Это также поможет избавиться от тревожности, связанной с едой.

Добавьте физической активности перед едой

Чтобы разбудить тело и ощущения ребенка, добавьте легкие физические упражнения (хотя бы просто маршировать вокруг стола под музыку) перед тем, как вы сядете за обеденный стол. Делайте это весело!

Не приправляйте еду эмоциями

Постарайтесь осознанно уменьшить свою тревожность и другие негативные проявления по поводу плохого питания ребёнка. Верьте в то, что ваш ребенок может есть новую еду, и празднуйте каждый успех, пусть даже самый маленький!



Поощряйте ребёнка самого накрывать на стол

Подавайте еду на общем блюде, чтобы он мог сам накладывать еду в тарелку. Если это возможно, попросите помочь вам накрыть на стол или передавать тарелки другим членам семьи. Главная идея в том, чтобы у ребёнка было как можно больше контроля над процессом приема пищи. Одновременно он привыкает к различным сенсорным аспектам еды (ее виду, запахам).



Предлагайте прием пищи или перекус каждые 2,5 часа

Для того чтобы избежать постоянных перекусов, запланируйте прием пищи или небольшой перекус каждые 2,5 часа в течение всего дня. По возможности придерживайтесь этого расписания, исключите любую еду в другое время. Важно, чтобы он запомнил, что еда бывает только в определенное время.

Превратите прием пищи в привычный совместный ритуал

Идея в том, что вам нужно сидеть вместе за обеденным столом хотя бы 15 минут. Может быть, поначалу ваша дочь или сын вообще не будут ничего есть, ничего страшного, все в порядке. Главное, что они будут наблюдать, как едят их близкие люди, они будут привыкать к запахам, виду и звукам, связанным с едой. Все это позитивные шаги к тому, чтобы начать пробовать новые продукты.



Подсказка для родителей: как подготовить ребёнка к обучению счету?

Многие дети с аутизмом или РАС хорошо ладят с цифрами. Как правило, они способны повторять или располагать цифры по порядку.

Для того, чтобы ребенок смог выучить цифры и постичь азы математики, он должен познакомиться с самыми первыми математическими понятиями: больше – меньше; мало – много; тяжелый – легкий; большой – средний – маленький; один – несколько – много; ещё один.

Предлагаем несколько простых способов подготовки к обучению счету:

Формируйте представления «больше - меньше»

Вам помогут мячи разных размеров. Покажите мелкий теннисный мячик, который вы легко спрячете всего лишь в одном кулаке. Затем покажите, что средний мяч спрятать в одной ладони не получается. Заканчивайте демонстрацию большим мячом для занятий фитнесом, который нужно держать двумя руками. Акцентируйте внимание, что он огромный – обнимите его, полежите на нем сами или покатайте ребенка.

Другой вариант: используя пластилин или тесто для лепки, покажите большой кусок и совсем маленький кусочек. Из первого скатайте тяжелый шарик, а второй прижмите пальчиком в маленькую лепешку. Объясните: когда материала больше – получается что-то весомое, большое. Когда меньше – почти незаметное.

Соотнесите «большой» и «маленький», объединив их

Оторвите от большого куска теста для лепки несколько мелких кусочков и сделайте маленькие лепешечки. Так из одной большой кучки получается много предметов поменьше.

Подключите яркие сенсорные ощущения и прятки

Для этого понадобится песок. Насыпьте совсем немножко в пластиковую миску и попытайтесь спрятать ручки малыша. Не получается.... А теперь добавляйте порциями все больше песка и проследите, как в итоге он покроет все ручки ребёнка.

Вовлекайте ребенка в игры с водой

Вам нужны пустая ванна и небьющаяся посуда разного объема – чашки, кувшин, миски. Устраивайте водопад, выливая воду в ванну. «Кто делает самый большой водопад?» — придется выбрать самую объемную емкость. От кофейной чашки – совсем мало всплесков. От салатной миски – много! Попутно ребенок ощущает вес. Также он работает руками, лучше чувствует тело и запоминает настоящие глаголы – поднять, нести, держать, наливать, выливать.



Сортировка разных больших и маленьких предметов

Большая миска, мелкий контейнер и 20 предметов с отчетливой разницей в размере. Положите рядом малышовые кубики, крупные фигурки животных, столовые ложки, крупные машинки и каштаны, орехи, героев Лего. Предложите ребёнку разложить предметы в большую и маленькую ёмкости.



Куча-мала в постели

Лягте с малышом под махровую простыню. Затем добавьте сверху еще одну. После одеяло, и еще одно. Привлекайте внимание ребенка к нарастанию тяжести, теплоты и акцентируйте процесс добавления предметов, которые постепенно делают из маленького явления – большое, из легкого - тяжелое.

Карточки «один - много»

Один из самых распространенных вариантов, которые легко полюбить многим детям с РАС в силу развитости визуального канала восприятия. Для малышей подберите фотографии предметов, для дошколят постарше подойдут и рисованные картинки. Обсудите с ребенком: «Каких предметов много?», «Каких по одному?» и т.п.

Формируйте понятия: «большой - средний - маленький»

Начните с полностью одинаковых, хорошо известных или очень любимых предметов ребенка. Например, напечатайте в трех размерах машину, фигурку динозавра, юлу, тарелку, ложку, чашку. Усвоив понятия на фотографиях, можно расширить ассортимент предметов и переходить к реалистичным рисованным изображениям, затем к похожим предметам, используя столовые приборы и кухонную утварь. Столовая ложка (большая) - десертная ложка (средняя) - чайная ложечка (маленькая) и т.д.

Важный нюанс ко всем способам обучения: сначала вводите противоположности, и только освоив их, подключайте понятие «средний». Акцентируйте на его соотношении с крайними: он больше маленького, он меньше большого.



Развивая малыша с РАС, не упускайте возможности для игры в разных обстоятельствах, с новыми

*предметами.
Желаем успехов
в обучении!*



Мы – вместе!

Сетевые ресурсы для родителей детей с РАС

stopautism.ru – сайт мамы ребенка с РАС

autism.invamama.ru – Мир аутизма - знакомство и общение аутичных людей

autismjournal.help/tag/sovety-roditelyam – научно-популярный журнал «Аутизм - это»

www.facebook.com/groups/autismparentsandpro – Аутизм - терапия, инклюзия. Форум родителей и профессионалов

outfund.ru – Фонд содействия решению проблемы аутизма в России «Выход»

osoboedetstvo.ru – Проект Центра лечебной педагогики «Особое детство»

autism.ru – Санкт-Петербургский общественный фонд помощи детям с особенностями развития «Отцы и дети»

autism-frc.ru – Федеральный ресурсный центр по организации комплексного сопровождения детей с РАС

autismeurope.org – Международная ассоциация Autism-Europe

ikp-rao.ru/roditelyam – Методические материалы для родителей детей с ОВЗ Института коррекционной педагогики



г. Астрахань, ул. Татищева, 12а

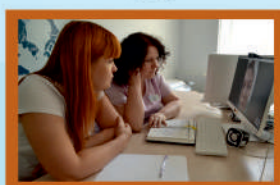
тел. 8(8512) 48-31-81, 48-30-80

e-mail: info@развитие.рф,

centr-reab@rambler.ru



Консилиум
48-31-77



On-line консультация
skype: centr-reab



Социальное такси
48-31-77