

## АУТИЗМ

Дети - аутисты нуждаются в общении даже больше, чем их здоровые сверстники.

Семьи, в которых появился ребенок, страдающий аутизмом, всегда особенные, так как на всех членов семьи падает большая физическая и психологическая нагрузка. Прежде всего, один взрослый член семьи (чаще всего мама) должна находиться все время с ребенком, чтобы обеспечить ему надлежащий уход и иметь возможность постоянно заниматься его социализацией и развитием. Каковы же правила жизни с ребенком-аутистом?

### Занятия с аутистом

Чтобы ребенок, страдающий аутизмом, мог нормально функционировать в обществе, с ним необходимо постоянно заниматься. Программа обучения ребенка должна быть составлена специалистом так, чтобы ребенок мог заниматься тем, что его по-настоящему увлекает и волнует, а родители могли помочь ему справиться с обучением, которое поможет ребенку проявить себя в дальнейшей жизни. Многие аутисты, с которыми упорно занимались в детстве, в дальнейшем стали успешными программистами, художниками, писателями.

### Четкий режим дня

Чтобы ребенок, страдающий аутизмом, мог нормально чувствовать себя, необходимо составить для него четкий режим дня. Затем присмотреться, сможет ли ребенок следовать этому режиму, и подкорректировать. Необходимо учитывать, что дети-аутисты болезненно воспринимают даже малейшие изменения не только в распорядке дня, но даже в расположении вещей. Поэтому следует свести к минимуму какие-либо изменения в распорядке дня в дальнейшем.

### Не прерывать занятия

Вся жизнь семьи должна быть подчинена необходимости регулярного проведения занятий с ребенком. Занятия не должны прерываться ни по какой причине, можно немножко сократить, в случае крайней необходимости, но не прерывать. Прогресс достигается тяжелым и постоянным трудом, но регресс происходит быстро. Если есть возможность посещать коррекционную школу, где, помимо специальных занятий с педагогами и психологами, можно общаться с другими малышами и их семьями, - это хорошо, так как дает стимул не только ребенку, но и родителям.

### Общение с ребенком-аутистом

Как известно, дети-аутисты не выносят прикосновений, но для развития психики малыша они просто необходимы, поэтому легкий массаж перед сном может помочь.

С таким ребенком нужно как можно больше общаться, хотя поведение и отстраненный взгляд может создать у тебя впечатление, что ребенок вовсе не хочет общения. Однако помни, что дети-аутисты нуждаются в общении даже больше, чем здоровые сверстники.

Но отметим, что их особенностью является необходимость в периодическом уединении, поэтому иногда давай ребенку возможность побыть наедине с собой. Устрой для ребенка место, где он сможет побыть один, и его никто не будет трогать.

### Непереносимость продуктов

Дети с аутизмом часто подвержены непереносимости некоторых продуктов. Поэтому зачастую детям-аутистам рекомендована особая диета с ограничением продуктов, богатых казеином и глютенем, а также сладкого. Однако понаблюдай за ребенком, чтобы определить, на какие продукты у него негативная реакция. Возможно, для него следует разработать другую диету. В любом случае стоит давать ребенку поливитамины.

Следуя этим правилам жизни с ребенком, страдающим аутизмом, можно помочь и ему, и себе справиться с нелегкой задачей социализации ребенка, а также поспособствовать его психологическому развитию.

### **Рекомендации родителям по организации жизнедеятельности и воспитанию детей с аутизмом**

1. Самое важное - не маскировать диагноз за якобы «более благозвучным» и «социально приемлемым». Не убегать от проблемы и не фиксировать все внимание на негативных аспектах диагноза, таких, как: инвалидность, непонимание окружающих, конфликты в семье и прочее. Гипертрофированное представление о ребенке, как о гениальном, также вредно, как и подавленное состояние от его не успешности.

2. Как можно раньше адаптировать ребенка к жизни в обществе; научить его справляться с собственными страхами; контролировать эмоции.

3. Необходимо без колебаний отказаться от терзающих иллюзий и выстроенных заранее планов на жизнь. Принять ребенка таким, каков он есть на самом деле. Действовать исходя из интересов ребенка, создавая вокруг него атмосферу любви и доброжелательности, организовывая его мир до тех пор, пока он не научится делать это самостоятельно.

4. Помните, что аутизм - это расстройство развития ребенка, сохраняющееся на протяжении всей жизни и без вашей поддержки ребенку с аутизмом не выжить.