

## Рекомендации для школы

Проблемы детей, у которых диагностирован синдром Аспергера (СА) или РАС, представляют собой особую категорию в системе образования. Как правило, одноклассники воспринимают таких детей как эксцентричных и чудаковатых, а их низкие социальные навыки приводят к тому, что другие дети делают относятся к ним с издевками. Неуклюжесть и навязчивые, узкоспециализированные интересы дополняют их «странный» облик. Дети с РАС могут не понимать человеческие отношения и социальные конвенции; они наивны и им часто не хватает элементарного здравого смысла.

Естественно, дети с РАС не обязательно похожи друг на друга. Каждый ребенок с РАС обладает своей уникальной личностью, и «типичные» симптомы РАС проявляются по-своему у каждого из них. В результате, не существует никакого универсального рецепта по школьному обучению, который подойдет каждому ребенку с РАС без исключения.

6 КЛЮЧЕВЫХ МОМЕНТОВ!

## **1. Настоячивое стремление к однообразию**

Даже самая минимальная перемена может вызывать у детей с РАС бурю эмоций. Они крайне чувствительны к стрессорам окружающей среды, и временами они формируют очень жесткие ритуалы. Эти дети отличаются повышенной тревожностью, и они страдают от навязчивого беспокойства, если не знают, чего им ждать; стресс, усталость и сенсорная перегрузка быстро лишает их душевного равновесия.

## Предложения по организации учебы

- Минимизируйте любые переходы из одного помещения в другое.
- Предоставьте последовательный и стабильный распорядок дня. Ребенок с РАС должен понимать распорядок каждого учебного дня и точно знать, что именно его ожидает. В противном случае он не сможет сосредоточиться на учебных задачах.
- Избегайте любых сюрпризов и неожиданностей. Заблаговременно и очень тщательно готовьте ребенка к любым специальным мероприятиям, изменениям в расписании уроков и любым другим переменам в привычной рутине, даже если вам эти перемены кажутся незначительными.
- Помогайте ребенку справиться со страхом перед неизведанным, постепенно и осторожно знакомя его с новой деятельностью, учителем, классом, школой, лагерем и так далее.

## **2. Нарушения социального взаимодействия**

Для детей с РАС характерна неспособность понимать сложные правила социального взаимодействия. Они отличаются наивностью, эгоцентризмом, могут избегать любого физического контакта, говорить рядом с людьми, а не с ними, не понимать шутки, иронию или метафоры. Для таких детей характерен монотонный или неестественный тон голоса, они часто неправильно пользуются контактом глазами и языком тела, неправильно интерпретируют социальные знаки и оценивают «социальную дистанцию». Им трудно инициировать и поддержать разговор, и даже несмотря на хорошо развитую речь, их коммуникативные навыки остаются очень низкими. Несмотря на многочисленные трудности обычно такие дети испытывают огромное желание стать частью социального мира.

## Предложения по организации учебы

- Бдительно следите за тем, не начинают ли другие дети дразнить и травить ребенка с РАС. Активно вмешивайтесь и защищайте ребенка от нападок и травли.
- Подчеркивайте академические способности ребенка с РАС, создавая учебные ситуации, требующие сотрудничества. Старайтесь сделать так, чтобы одноклассники воспринимали способности такого ребенка к чтению, большой словарный запас или отличную память как ресурс, что будет способствовать принятию такого ребенка.
- Большинство детей с РАС хотят иметь друзей, но просто не знают, как общаться с другими детьми. Их необходимо учить, как реагировать на социальные намеки, и обеспечить их репертуаром стандартных ответов на различные социальные ситуации. Учите детей, что надо сказать, и как это нужно сказать.

- Детям с РАС может не хватать личного понимания эмоций других людей, но их можно научить правильным реакциям на них. Если ребенок ненамеренно оскорбил кого-то, проявил отсутствие такта или бесчувственность, то ему нужно просто объяснить, почему его ответ был неправильным, и какой ответ был бы адекватен. Помните, что люди с РАС могут научиться социальным навыкам только на интеллектуальном уровне – им не хватает врожденного социального инстинкта и интуиции.

- Ученики с РАС старшего возраста могут получить пользу от «системы приятелей». Учитель может объяснить чувствительным нейротипичным одноклассникам, какова ситуация ребенка с РАС и посадить их рядом с ним. Такой одноклассник может присматривать за ребенком с РАС в автобусе, на переменах, в коридорах и так далее и пытаться включить его в занятия других детей.

- Дети с СА склонны к замкнутости, поэтому учитель должен поощрять их общение с другими детьми. Поощряйте активную социализацию такого ребенка и ограничивайте время, которое он посвящает индивидуальным интересам.

### **3. Очень ограниченный круг интересов**

Дети с РАС обладают эксцентрическими увлечениями и странными, очень интенсивными фиксациями (иногда это навязчивое коллекционирование необычных вещей). Они склонны бесконечно «читать лекции» по теме своего интереса, постоянно задавать вопросы о своих интересах, им трудно «отпустить» ту или иную идею. Такие дети следуют своим увлечениям независимо от внешних требований, иногда они даже отказываются учить что-нибудь помимо своего ограниченного интереса.



## **Предложения по организации учебы**

- Не позволяйте ребенку с РАС постоянно обсуждать или задавать вопросы по своему изолированному интересу. Ограничивайте это поведение, выделив специальное время в течение дня, когда ребенок может говорить о своем интересе.

- Положительное подкрепление для формирования желательного поведения – это критически важная стратегия помощи ребенку с РАС. Эти дети очень хорошо реагируют на комплименты, другими словами, в случае с учеником, постоянно задающим вопросы, учитель может последовательно хвалить его каждый раз, когда ребенок воздерживается от вопроса, и поздравлять его, когда он позволяет говорить остальным ученикам. Этих детей также необходимо хвалить за любое простое, ожидаемое социальное поведение, которое у других детей воспринимается как должное.

- Некоторые дети с СА не хотят выполнять задания, которые не связаны с их интересом. Необходимо ставить перед ними жесткие требования по выполнению работы в классе. Надо четко дать понять ребенку с РАС, что это за гранью его контроля, и что он должен следовать существующим правилам. Тем не менее, постарайтесь найти с ребенком компромисс и предоставьте ему возможности заниматься своими интересами в другое время.

- Если ребенок особенно упорствует в своих интересах, то учителю стоит индивидуализировать учебные задания таким образом, чтобы включить в них интерес ребенка. Например, если ребенок интересуется динозаврами, то следует предложить грамматические предложения, математические задачи, чтение текстов и диктанты о динозаврах. В этом случае следует постепенно вводить в задания другие темы.

- Используйте фиксацию ребенка, чтобы расширить его репертуар интересов.

## **4. Проблемы с концентрацией внимания**

Дети с РАС очень часто отвлекаются от задания, их могут отвлекать внутренние стимулы, они очень дезорганизованы, им трудно сосредоточиться на занятиях класса. Очень часто проблема не столько с их вниманием, сколько со «странным» предметом их внимания – человеку с РАС трудно выявить главное и самое важное, так что часто их внимание сосредотачивается на неважных стимулах. Многие дети с РАС склонны погружаться в свой сложный внутренний мир в такой степени, что это выходит за рамки обычной мечтательности, и по этой причине им сложно учиться в группе.

## **Предложения по организации учебы**

- Для продуктивной работы ребенка с РАС в классе необходимо предоставить ему максимально регламентированную внешнюю среду. Все задания нужно дробить на маленькие подзадачи, учитель должен как можно чаще сообщать ребенку обратную связь и снова направлять его внимание в нужное русло.
- Детям с тяжелыми проблемами концентрации внимания полезно ограничивать время на работу. Это помогает им лучше организовывать свои занятия. Если работа в классе не была выполнена в определенные сроки (или выполнена небрежно), то он должен выполнить задание за счет личного времени (например, во время перемены или за счет времени, посвященного специальным интересам).
- Если ребенок с РАС учится в общеобразовательной школе, то при плохой концентрации внимания, низкой скорости реакций и тяжелой дезорганизации может быть необходимо уменьшить объем домашней/классной работы или выделить ребенку дополнительное время занятий со специальным педагогом, который сможет структурировать выполнение классной и домашней работы ребенком. Некоторые дети с СА настолько неспособны сосредоточиться, что без этих мер их родители страдают от никому не нужного стресса, каждый день тратя по несколько часов на попытки заставить ребенка сделать домашнюю работу.

- Посадите ребенка с СА на первую парту и как можно чаще задавайте ему вопросы, чтобы повысить его участие в занятии.
- Договоритесь с ребенком о невербальном сигнале (например, осторожное похлопывание по плечу) для тех случаев, когда он отвлекается.
- Если в классе используется «система приятелей», то посадите приятеля ребенка рядом с ним, чтобы он смог напоминать ребенку о задании или необходимости слушать учителя.
- Учитель должен активно поощрять ребенка с РАС уходить из своего внутреннего мира размышлений и фантазий и фокусироваться на реальном мире. Это постоянная битва, поскольку комфортный внутренний мир гораздо привлекательнее реальной жизни.
- Для маленьких детей нужно структурировать даже свободное время для игр, потому что иначе они погружаются в изолированные, ритуализированные игры-фантазии и теряют связь с реальностью. Поощряйте ребенка с СА играть в настольные игры с одним или двумя другими детьми под пристальным наблюдением учителя – это не только структурирует игру, но и позволит ребенку вырабатывать социальные навыки.

## **5. Плохая моторная координация**

Дети с РАС отличаются физической неуклюжестью и неловкостью. Их движения и походка могут быть странными и ригидными. Они неуспешны в играх, которые требуют моторных навыков. Их проблемы с мелкой моторикой часто приводят к серьезным трудностям с письмом и почерком, низкой скорости реакции и могут негативно повлиять на их способность к рисованию и лепке.

### **Предложения по организации учебы**

- В случае тяжелых моторных проблем ребенка с РАС необходимо направить в адаптивную программу физического воспитания.
- Вовлекайте ребенка с РАС в программы фитнеса/физического здоровья, но разрешайте ему не участвовать в соревновательном спорте.
- Никогда не заставляйте ребенка участвовать в соревновательном спорте – его плохая моторная координация может вызвать разочарование ребенка и спровоцировать подтрунивание со стороны других детей. Кроме того, ребенку с РАС могут тяжело даваться командные игры, поскольку ему трудно понять, как координировать свои действия с действиями остальной команды.

- Детям с РАС может потребоваться максимально индивидуализированная программа по развитию навыков письма, которая включает обводку контуров, копирование и письмо на доске. Учителю нужно постоянно направлять руку ребенка на разных этапах формирования букв, при соединении букв друг с другом и сопровождать действия ребенка вербальным сценарием. Как только сценарий отложится в памяти ребенка, он сможет сам проговаривать его во время написания букв.

- Младшим школьникам с РАС могут понадобиться образцы фраз, написанные в тетради, чтобы ребенку было проще контролировать размер и правильность написания букв.

- Если вы даете задания с ограничениями по времени, не забывайте принять во внимание, что ребенок с РАС пишет медленнее других.

- Людям с РАС может потребоваться больше времени на экзамены, чем их ровесникам. Лучше всего предоставить им возможность писать экзамен в отдельном помещении, так у них будет не только больше времени, но и дополнительная структура и помощь учителя, который будет напоминать детям о задании.

## **6. Эмоциональная уязвимость**

Дети с РАС могут обладать достаточным интеллектом, чтобы учиться в обычной школе, но им часто не хватает эмоциональных ресурсов, чтобы справиться с требованиями учебы в классе. Из-за отсутствия гибкости эти дети часто переживают стресс. Их самооценка занижена, и они часто крайне самокритичны и плохо переносят любые собственные ошибки. Люди с РАС, особенно подростки, подвержены высокому риску депрессии. У таких детей часто бывают приступы агрессии и истерики в ответ на сильный стресс и фрустрацию. Дети с РАС редко кажутся расслабленными, и они испытывают сильнейшие эмоции, когда что-то не соответствует их ригидным взглядам на ситуацию. Общение с другими людьми и выполнение самых обычных требований повседневной жизни требуют от этих детей постоянных героических подвигов.



## **Предложения по организации учебы**

- Предотвращайте эмоциональные вспышки ребенка с помощью максимальной последовательности и однообразия. Готовьте детей к любым изменениям в повседневной рутине, чтобы уменьшить возможный стресс.
- Учите детей справляться со своим стрессом, чтобы предотвращать эмоциональные вспышки. Помогите ребенку написать список конкретных действий, которые он может предпринять, если расстроится. (Например, 1 – глубоко вдохнуть три раза; 2 – медленно сосчитать пальцы на правой руке три раза; Включите в этот список ритуализированное поведение, которое успокаивает ребенка. Запишите эти шаги на специальной карточке и положите ее в карман ребенка, чтобы она всегда была у него наготове.
- Эмоции в голосе учителя нужно сводить к минимуму. Оставайтесь спокойны, говорите с ребенком с РАС в предсказуемой и повседневной манере, подчеркивая свое сострадание и терпение.
- Не ожидайте, что ребенок с СА признает собственную грусть или депрессию. Такие дети не только не понимают чувств других людей, они также не осознают свои собственные чувства. Очень часто они скрывают свою депрессию и отрицают ее симптомы.

- Учителя должны понимать, что резкие изменения в поведении ребенка могут говорить о депрессии. К таким признакам относится еще большая дезорганизация, невнимательность и изоляция, снижение порога стресса, хроническая усталость, плаксивость, суицидальные фразы и так далее. Никогда не принимайте на веру собственную оценку ребенка, который заверяет, что он «в порядке».

- Помните, что подростки с РАС особенно подвержены депрессии. В подростковом возрасте социальные навыки приобретают особую ценность, и ученик с РАС осознает свои отличия от других людей и трудности в формировании нормальных отношений. Учебный материал становится все более абстрактным, и школьные задания становятся все более трудными и сложными для подростка.

- Критически важно, чтобы у подростков с РАС, которые учатся в общеобразовательных школах, был конкретный сотрудник школы, с которым они должны беседовать как минимум один раз в день. Этот человек должен оценивать, насколько хорошо подросток справляется с учебными требованиями, и обобщать ежедневные наблюдения других учителей.

- Дети с РАС должны получать дополнительную помощь в учебе при первых же признаках проблем в определенной области. Эти дети испытывают сильнейшие эмоции в ответ на собственные неудачи и хуже переживают их по сравнению с другими детьми.

- Дети с РАС, которые отличаются особой эмоциональной хрупкостью, нуждаются в сильно структурированном специальном классе, который сможет предложить им индивидуализированную учебную программу. Эти дети нуждаются в такой обучающей среде, в которой они смогут воспринимать себя как компетентных и успешных учеников. Соответственно, если оставить их в общеобразовательной школе, где они не могут понять те или иные концепции или выполнить задания, это приведет к снижению их самооценки, увеличит их социальную изоляцию и создаст почву для депрессивных расстройств.

Дети с РАС так остро реагируют на стрессоры окружающей среды и страдают от такой сильной неспособности сформировать межличностные отношения, что неудивительно, что они производят впечатление «хрупкой уязвимости и жалкой незрелости». Эверард писал, что если сравнить этих детей с их нормотипичными сверстниками, то «неизбежно замечаешь, насколько они отличаются от них, и какие невероятные усилия они прилагают, чтобы жить в мире, который не делает для них никаких уступок, и где все ожидают от них подчинения правилам».

Учителя играют критически важную роль в том, чтобы помочь детям с РАС найти компромисс с миром вокруг них. Поскольку дети с РАС часто неспособны выразить свои страхи и тревогу, обязанность значимых взрослых – доказать детям, что опасный внешний мир стоит того, чтобы ради него пожертвовать безопасным внутренним миром фантазий. Крайне важно творчески подходить к методам преподавания при работе с людьми, страдающими РАС, не только ради успеваемости, но и для того, чтобы помочь детям справиться с обычными требованиями повседневной жизни и почувствовать себя менее отчужденными от других людей.