



**ФОРМИРОВАНИЕ  
ЖИЗНЕННЫХ  
КОМПЕТЕНЦИЙ  
У РЕБЕНКА  
С РАССТРОЙСТВАМИ  
АУТИСТИЧЕСКОГО  
СПЕКТРА**

*Памятка*

УДК 159.922.762:376.4

ББК 74.3

Ф 79

Ф 79 **Формирование жизненных компетенций у ребенка с расстройствами аутистического спектра** : памятка / Департамент социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», Совет директоров государственных учреждений, подведомственных Департаменту социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры. – Сургут : Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2017. – 8 с. – (Серия «Советы семье с особым ребенком»).

Памятка из серии «Советы семье с особым ребенком» подготовлена для членов семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, и содержит общие сведения и советы по формированию жизненных компетенций, необходимых ребенку с расстройствами аутистического спектра в домашних условиях.

Памятка поможет члену семьи обучить ребенка с расстройствами аутистического спектра жизненно необходимым навыкам, настроиться на систематическое закрепление полученных знаний и умений, создать ситуацию успеха в столь важном и сложном деле.

УДК 159.922.762:376.4

ББК 74.3

© Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2017

*Производственно-практическое издание*

Департамент социального развития  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания»

Совет директоров государственных учреждений, подведомственных Департаменту социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЖИЗНЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У РЕБЕНКА С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА**

Памятка

Ответственный редактор Р. Н. Шехова,  
кандидат филологических наук  
Редактор С. А. Глушкова  
Технический редактор, оформление  
Е. А. Круткова

Издательство бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания» 628418, Тюменская обл., ХМАО – Югра, г. Сургут, ул. Лермонтова, д. 3/1, т./ф. 8(3462) 52-11-94, e-mail: [zentr@dtsznhmao.ru](mailto:zentr@dtsznhmao.ru); official site: <http://methodcentr.ru>

Подписано в печать 20.12.2017. Формат 60x90x1/16. Бумага ВХИ. Гарнитура «Arial». Печать цифровая. Усл. печ. л. 0,5. Тираж 100. Зак. № 365. Издание отпечатано в ГУП СО МЦЗ «Березовская типография» Адрес типографии: 623700, Свердловская обл., г. Березовский, ул. Красных Героев, д. 10

## **ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ СЕМЬЕ О ЖИЗНЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЯХ**

### **Что такое жизненные компетенции?**

Жизненные компетенции – это навыки, знания, умения и способы их применения, необходимые ребенку для максимально возможной независимой и самостоятельной жизни.

Для некоторых детей с расстройствами аутистического спектра такими навыками являются самостоятельное одевание или прием пищи. Для других – умение пользоваться общественным транспортом, самостоятельно переходить дорогу или разрешать конфликтные ситуации.

### **Почему важно формировать жизненные компетенции у детей с расстройствами аутистического спектра?**

Овладение жизненными компетенциями – основа самостоятельности детей с расстройствами аутистического спектра. От успешного решения этой задачи зачастую зависит качество жизни ребенка и его близких.

### **Кто формирует жизненные компетенции у детей с расстройствами аутистического спектра?**

Формирование жизненных компетенций подразумевает совместную работу психолога, логопеда, дефектолога, воспитателей и учителей, а также членов семьи, воспитывающей ребенка с расстройствами аутистического спектра.

Родители (законные представители) ребенка, его братья и сестры, а также бабушки и дедушки могут совместно с детьми проживать ситуации, связанные с формированием и закреплением конкретных навыков.

Дети с расстройствами аутистического спектра нуждаются в систематическом обучении и систематическом повторении пройденных навыков в домашних условиях.

## СОВЕТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЖИЗНЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ<sup>1</sup>

**Действуйте.** Начав обучение своего ребенка, вы поможете себе.

**Обучайте постепенно.** Занимайтесь с ребенком каждый день, начиная с 5 минут и постепенно увеличивайте время занятий.

**Следуйте принципу обучения «от простого – к сложному»**, постепенно усложняя деятельность. Начинайте обучение с более привлекательных видов деятельности.

Не говорите ребенку, что делать, лучше смоделируйте ситуацию и попросите ... имитировать ее. Понимание устной речи – это проблема большинства детей с аутизмом, так что не стоит полагаться на нее, чтобы объяснить что-то новое или дать ребенку задание. Лучше покажите ситуацию визуально или представьте ответы, которые вы от ребенка ожидаете, и сразу же после моделирования (ответа, поступка, действия) дайте возможность ребенку повторить эту модель поведения.

Например, если вы учите ребенка пользоваться вилок, то сперва покажите, как это делать: вилку держат левой рукой зубчиками вниз: конец ручки упирается в ладонь, а сверху лежит указательный палец. Таким способом вилку держат, если необходимо взять кусок пищи, проткнув его зубьями. Но в некоторых случаях, когда едят не мясо, а другую пищу или мягкий гарнир, пользоваться вилок таким образом невозможно. Нужно перевернуть ее зубьями вверх и подчерпнуть еду снизу, как ложкой. Если у ребенка не будет получаться, сами проткните вилок кусок еды и подайте ребенку. После нескольких попыток ребенок научится самостоятельно пользоваться вилок.

---

<sup>1</sup> Подготовлено с учетом рекомендаций Винсента ЛаМарка о том, как избежать типичных ошибок при обучении ребенка с аутизмом. – Режим доступа : <http://www.lovaas.com/>. – Загл. с экрана.

**Используйте подсказки.** Если ребенок проигнорировал ваш вопрос, помогите ему подсказкой. Например, если вы спрашиваете ребенка, что нарисовано на картинке, а он не отвечает на вопрос, повторите вопрос и тут же начните отвечать, например: «Хол...». Или подскажите весь ответ целиком: «Что на картинке? Холодильник». Может быть, ребенок и не смог сам назвать, что изображено на картинке, но поймет, что если ему задали вопрос, то на него нужно ответить. Если ребенок все равно ничего не говорит, значит нужно изменить задание или вопрос. Например, показать на картинке холодильник. Ребенку необходимы подсказки, чтобы он был успешен и мотивирован.

**Повторяйте пройденное снова и снова.** Проживайте совместно с ребенком ситуации, связанные с формированием и закреплением конкретных навыков, повторение навыка помогает его сохранить.

**Придумывайте новые задания** на закрепление навыков и поощряйте использование ребенком сформированных навыков.

**Следуйте одному алгоритму.** Попросите всех членов семьи, участвующих в обучении ребенка, следовать одному алгоритму, повторять одни и те же шаги. Схема действий должна быть у всех одинаковой.

**Создайте ситуацию успеха.** Организуйте ситуацию успеха, не спешите с усложнением задач обучения ребенка. Обеспечьте поддержку и постепенное предоставление самостоятельности ребенку, чтобы у него возникло ощущение безопасности и уверенности в собственных силах. Неудача может вызвать стойкий протест ребенка против повторной попытки неудавшегося действия.

Ребенок, не уверенный в успехе, будет привлекать вас к помощи и может стать зависимым от поддержки и подсказки. Поэтому крайне важно создать у него ощущение успеха, силы. Важно подключать ребенка к наиболее легким операциям,

подчеркивая, как у него все ловко и хорошо получается, какой он сильный, как быстро одевается, аккуратно ест, чисто умывается и т. п.

**Во время обучения награждайте ребенка** за приложенные усилия, а не за окончание задания. Поощряйте качество работы, вместо того, чтобы поощрять само ее выполнение.

**Предоставляйте самостоятельность ребенку.** При выполнении действий постепенно снижайте зависимость ребенка от вашей поддержки и подсказки, предоставляйте максимально возможную степень самостоятельности.

**Преодолевайте негативизм.** Негативизм может быть преодолен, если вы будете понимать, что стоит за отказом ребенка. Трудности в адаптации ребенка к быту семьи, его отказ что-либо сделать часто связаны со страхами. Ребенок может бояться ходить в туалет из-за шума спускаемой из бачка воды, заходить в ванную из-за звуков в трубах, мыться, если вода однажды попала ему в глаза, одеваться, так как в прошлом испугался узкого воротника свитера, идти гулять, потому что боится соседской собаки или лифта.

Объясните ребенку, например, почему шумит вода, расскажите, как она идет к нам из реки и убегает в море, дайте поэкспериментировать с краном. Научите ребенка пользоваться гибким шлангом, самому регулировать поток воды при мытье, мыть голову кукле. Вместе покатайтесь на лифте. При этом одобряйте его, подчеркивая, какой он уже большой и сильный – дайте ему возможность освоиться в пугающей ситуации.

Ребенку можно помочь в преодолении страха, если дать возможность почувствовать себя хозяином ситуации.

**Не торопите ребенка,** когда он выполняет свои повседневные задачи. Детям с аутизмом требуется дополнительное время для осмысления своих действий.

**Будьте логичны и последовательны.** Придерживайтесь определенной модели поведения с ребенком.

**Будьте терпеливы** и регулярно повторяйте пройденное. Помните, что поведение вашего ребенка не изменится за один день или за неделю. Иногда ребенок, научившись определенному действию (например, ходить в туалет дома), не сразу может применить его в других областях своей жизни (например, пойти в туалет в школе). Показывайте ребенку, в каких еще ситуациях он может использовать свои навыки.

**Не наказывайте ребенка.** Ребенок с аутизмом не способен провести параллель между плохим поведением и наказанием, поэтому просто не поймет, за что его ругают.

**Разговаривайте с ребенком медленно, ясно и спокойно.** Лучше использовать короткие предложения, в начале которых произносить имя ребенка, чтобы он понял, что обращаются к нему.

**Используйте разные способы общения,** в том числе картинки, карточки с пошаговыми инструкциями, фотографии и пр. Следите за мимикой ребенка. Мимика может подсказать, когда ребенок устал или ему надоело играть. Если ребенок не может самостоятельно выразить словами, что он устал, подскажите ему фразы, которые помогут вам понять друг друга, например: «Хватит», «Все» и т. п.

**Вовлекайте ребенка в игры с другими детьми.** Ребенок с аутизмом стремится играть в одиночестве, поэтому родители должны стимулировать его к общению с другими детьми.

**Создавайте повод для общения.** Если у ребенка есть все, что ему необходимо, у него не будет стимула что-то просить у взрослых и, соответственно, общаться.

**Помогайте ребенку в случаях затруднений** во взаимодействии с другими детьми и взрослыми (озвучивайте его намерение, говорите от его имени, при знакомстве, вместе со своей рукой протягивайте его руку, продумывайте варианты продолжения контакта и пр.).

