# Организация жизни аутичного ребенка

**Организация времени**

*Режим дня ребенка*

Поддержание режима дня важно для всех детей, для ребенка с расстройством аутистического (РАС) создание особого режима всей жизни имеет первостепенное значение – это необходимое условие развития.

Распорядок дня (как и порядок в комнате) должен иметь определенную последовательность и повторяемость. При этом важно помнить, что режим дня непостоянен, он может меняться по мере развития и взросления ребенка. Режим дня ребенка обычно складывается естественным путем. Но для аутичного ребенка требуется специальное 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.

Предлагаем следующие рекомендации по организации режима дня:

1. **Эмоциональный комментарий всего, что происходит в течение дня**

Постоянно объясняйте ребенку, что происходит заряжая его при этом своим восприятием, - сейчас вы «окошко», через которое ребенок выглядывает в окружающий мир. Комментарий при этом, как правило, не содержит ничего особенного – самые простые, обычные слова, движения и действия лучше всего передадут ваши чувства. Оставайтесь естественны. При этом не забывайте: всё что для вас само собой разумеется, что обычный ребенок усваивает спонтанно, для аутичного ребенка трудно и требует специальной работы. Выполнение этой рекомендации поможет ребенку осмыслить происходящее, понять, почему всё происходит так, а не иначе. Это позволяет избежать механического повторения действий, а также помогает ребенку чувствовать себя более комфортно в рамках повседневной жизни.

1. **Работа по запоминанию последовательности событий, которая происходит в течение дня, а также порядка действий в той или иной ситуации**

Самостоятельность предполагает осознание происходящего, поэтому предлагайте ребенку вспомнить, что уже сделано, что надо делать дальше. В запоминании последовательности событий дня вам поможет самодельная книжка-раскладушка, рассказывающая о режиме дня вашего ребенка.

1. **Удовольствия от событий дня**

Старайтесь, чтобы проживание событий дня, выполнение необходимых действий приносило удовольствие. Для этого, например, во время купания поиграйте в «фонтанчик», «брызги», а укладывая ребенка спать спойте песенку, расскажите сказку или стихотворение. Никто лучше близких ребенка не знает, что доставляет ему удовольствие.

1. **Вещественные ориентиры**

Предлагайте ребенку вещественные ориентиры, символические обозначения того или иного события, помогающие ему быстрее переключиться: так перед едой можно звонить в колокольчик; перед купанием достаньте плавающую игрушку.

1. **Новые детали в привычных действиях**

Вводите новые детали в привычное действие, отступайте иногда от привычного режима, например, вместо обеда дома отправьтесь в ближайшее кафе.

**Формирование временных представлений**

*Время – абстрактная категория*

Осмысление его течения не просто даже взрослому. Категория времени особенно трудно досупна аутичным детям вследствие особенностей психического развития они живут исключительно настоящим – здесь и сейчас. Воспоминания у аутичного ребенка неосознанны и избирательны, а будущее полно неизвестностей. Своеобразие восприятия времени проявляется, например, в том, что такие дети оказываются не в состоянии ждать. Однако для жизни необходимо помнить события прошлого, планировать будущее. Поэтому обязательно формирование элементарных представлений о времени. Это следует делать постепенно, начиная с малого. Предлагаем примерный алгоритм:

*- знакомство с часами*

Покажите ребенку разные виды часов, заведите вместе будильник. При этом не стремитесь объяснить, что такое секунды, минуты и часы, главное, чтобы сам предмет стал для ребенка вещественным олицетворением времени.

*- усвоение понятий «утро», «день», «вечер», «ночь»*

Утром составьте с ребенком своеобразный план на предстоящий день. То есть, четко проговорите все планируемые события дня, а вечером, перед сном вспомните по порядку всё, что произошло за день. При этом обязательно используйте такие временные категории, как «утро», «день», «вечер», «ночь». Используйте эти понятия в течения дня.

Самодельная книжка-раскладушка, рассказывающая о режиме дня ребенка, станет наглядным представлением о разных частях суток. При этом можно использовать схему в виде круга.

Давайте ребенку словесные ориентиры частей суток, близкие по его опыту: утро – это «когда ты проснешься», день – «когда ты играешь и гуляешь в детском саду», вечер – «когда мы идем домой, когда на улице темнеет», ночь – «когда мы ложимся спать».

*- усвоение понятий «сегодня», «вчера» и «завтра»*

Попробуйте вместе с ребенком вспомнить, что интересного произошло вчера. Это особенно эффективно, если произошло что-либо необычное. Придумывайте вместе что-нибудь новое на завтра. Используйте слова «сегодня», «вчера», «завтра», но при этом объясняйте их смысл в доступной форме: «Вот стемнеет, ты ляжешь спать. А когда проснешься – наступит завтра».

*- усвоение понятия «неделя», дни недели*

В своем эмоциональном комментарии не забывайте обозначать дни недели – например, «сегодня вторник», - не требуя при этом от ребенка повторения.

*- месяцы*

В разговорах с ребенком называйте, какой сейчас месяц, но не требуйте заучивания названий месяцев. Сделайте самодельный календарь – перекидной или раскладушку. Для этого, начиная с января, в начале каждого месяца рисуйте соответствующую картинку и подписывайте её. Можно наклеить туда фотографии ребенка. Предлагайте ребенку вещественные ориентиры, символизирующие конкретные месяцы. Так, символом января может стать еловая веточка, мая – цветущий ландыш, а сентября – грибочек.

*- временя года*

Наблюдайте вместе с ребенком за сезонными изменениями в природе, обсуждайте наблюдения. Зарисовывайте наблюдения, полученные на прогулке. Изготавливайте поделки из природных материалов. Читайте рассказы и стихотворения о временах года. Для наглядности можно изготовить большой картонный круг – символ «круглого года»: поделите его на четыре части (сезоны), в каждой доле нарисуйте или наклейте картинки-символы времен года. Можно использовать фотографии ребенка (летом на даче, в осеннем парке, зимой на празднике елки). Повести круг на видном месте в комнате ребенка и время от времени возвращайтесь к работе с ним. Готовьтесь к сезонным праздникам (Новый год, 8 марта и др.), а также дням рождениям ребенка, близких и других родственников.

Дайте ребенку словесные ориентиры: осень – «листопад», «дождь», зима – «холод», «снег», «праздник елки».

Знакомя ребенка с понятием времени, мы используем такие **приемы** как:

- наблюдение;

- беседа;

- рисование и поделки;

- изготовление самодельных книжек;

- введение словесных и вещественных ориентиров;

- чтение книжек с картинками по данной теме.

При этом временной промежуток постепенно увеличивается: по началу мы обсуждаем события одного дня, затем вспоминаем, что было вчера, планируем, что будем делать завтра.