

**Государственное учреждение Тульской области
«Социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних № 4»**

Комплект методических рекомендаций «В помощь педагогу»:

**«Сенсорные особенности детей с
расстройствами
аутистического спектра стратегии помощи»**

*Подготовил: воспитатель стационарного отделения
социальной реабилитации несовершеннолетних
Исаева Иса-Заде К.Ю.*

п. Гвардейский, 2025 г.

Сенсорные особенности переработки информации у аутичных детей, проявляющиеся в вербальной и невербальной сфере

В вербальной сфере:

Трудности с пониманием обращённой речи. Ребёнок может реагировать только на часть высказывания, воспринимать всё буквально.

Использование просьб в необычной форме. Ребёнок способен произвольно повторять слова и словосочетания, не закреплённые за ситуацией.

Чрезмерная буквальность в понимании слов. Также для детей с аутизмом характерна перестановка местоимений, подтверждение с помощью повторения, требовательность к одному и тому же вербальному повторению, метафоричная речь.

В невербальной сфере:

Недостаточность использования мимики, жестов, интонации. Мимика ребёнка маловыразительна, характерен взгляд вдоль или сквозь собеседника.

Неспособность ориентироваться и самостоятельно инициировать обращение. Также ребёнку сложно поддерживать контакт, он не выражает интерес к взрослому как к новой личности.

Направленность поведенческой активности преимущественно на манипуляции с предметами, а не с собеседником.

Трудности с интерпретацией жестов и выражений лиц других людей.

Особенности сенсомоторного развития детей с аутизмом.

Доказано, что многие проблемы в поведении связаны с тем, что люди с РАС воспринимают и перерабатывают сенсорную информацию качественно иначе.

У людей с РАС способность последовательно и целостно воспринимать физический мир снижена.

Возможность адаптироваться к окружающему миру сильно ограничена. Слишком большая сенсорная перегрузка может привести к «остановке» работы системы, ребенок перестанет воспринимать и осмысливать окружающую его информацию.

Попытки активно воздействовать на него в эти моменты («посмотри на меня», «слушай внимательно») только ухудшат ситуацию. Ребенок еще больше «уйдет в себя» или появится аутоагрессия.

Тактильная система.

избегание определенных видов одежды или материалов/
необычные предпочтения в одежде или материалах;

стремление уклониться от прикосновения;

избегание игр, связанных с телесным контактом;

отвращение или сопротивление, когда ребенка ловят, обнимают или сжимают;

может не узнавать объекты на ощупь;

может любить шариковый бассейн, лежать под тяжелыми одеялами, матами;

не определяет без зрительного контроля до какой части тела дотронулись;

может лить на себя очень холодную или очень горячую воду;

Нужно быть очень внимательным к поведению такого ребенка, он может нанести вред себе или окружающим!

Также ребенок часто:

испытывает дискомфорт при мытье и расчесывании волос, стрижке ногтей, волос;

сопротивляется при чистке зубов;

испытывает отвращение к материалам для творчества (пальчиковые краски, тесто, песок).

Проприоцептивная система.

Проблемы в проприоцептивной сфере можно заподозрить в тех случаях, если ребенок:

приходит в волнение, когда его конечности двигаются активно, мышцы сжимаются или растягиваются;

избегает движений, связанных с преодолением собственного веса (не хочет прыгать, бегать, ползать, скакать);

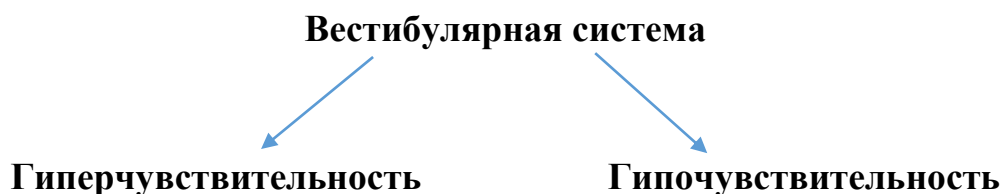
может врезаться и наталкиваться на предметы вокруг себя;

включается в аутостимуляцию (бьется головой, кусает ногти, сосет палец, хрустит суставами пальцев, скрипит зубами);

любит, чтобы его крепко завернули в одеяло или потискали перед сном;

прикладывает неоправданно большие усилия, когда что-либо делает, поэтому часто ломает предметы;

любит постоянно жевать предметы, еду, которую нужно долго жевать.



При гиперчувствительности (гравитационной неуверенности), часто встречающейся при РАС:

ребенок старается держаться в стороне, чтобы его не подвинули, не толкнули;

медленно ходит по лестнице, держится за перила;

не любит наклоны головы, перекаты, кувырки; Боится прыжков, качелей, каруселей;

боится ездить на эскалаторе, лифте.

Усиление проприоцептивных ощущений давления на суставы, мышцы и туловище уменьшает гравитационную неуверенность

При гипочувствительности:

ребенок раскачивается, трясет ногой, головой;

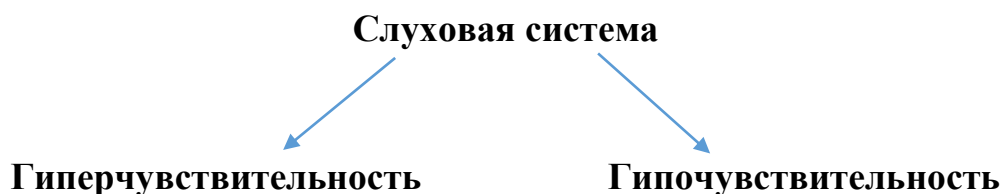
находится в постоянном движении, кружится, не испытывая головокружения;

плохо координирует движения конечностей;

любит сильные неожиданные движения: подбрасывания, сильное раскачивание на качелях и др.;

не замечает, когда падает, не выбрасывает руки вперед, пытаясь защититься.

Качание, кружение или повороты головы доставляют особое наслаждение и стимулируют вестибулярную систему детей с РАС. Но следует избегать сильной стимуляции детей!!!!



Ребенок зажимает уши когда вокруг смеются, шумят, разговаривают;
Ребенок может слышать звуки на большом расстоянии

Трудности при распознавании или игнорирование определенных звуков;
Стремление издавать громкие ритмичные звуки, стучать

Зрительная система

Гиперчувствительность

Ребенок избегает яркого света;
Избегает видов активности, где требуется групповое движение, глазной контакт;
Пугается движущихся предметов, плохо оценивает расстояние;

Гипочувствительность

Ребенка привлекают движущиеся, яркие и мигающие объекты;
Не удерживает внимание на неподвижных объектах (крутят головой при письме).

Помощь детям с повышенной чувствительностью к сенсорным раздражителям

Поведение:

Ребенок часто закрывает руками уши и зажмуривается, реагируя на различные звуки. Если кто-то рядом громко говорит или поет, то ребенок может ударить этого человека.

Возможная причина

Повышенная чувствительность к слуховым стимулам.

Помощь:

научить ребенка пользоваться шумопоглощающими наушниками или берушами;

сажать ребенка дальше от источников шума: открытых окон, дверей, гудящих аквариумов и т.д.;

во время шумных массовых мероприятий школьных посадить ребенка ближе к выходу, чтобы он имел возможность выйти в коридор и отдохнуть;

в шумных местах предлагать использовать плеер, чтобы слушать любимую музыку через наушники.

Повышенная чувствительность к тактильным стимулам, стремление защитить себя от неприятных ощущений

Поведение:

Ребенок отказывается находиться в кругу детей, стоять или идти рядом, стремится убежать с занятия. Ребёнок кричит, стремится стоять в последнем в ряду, сидеть не в кругу, а сзади, и т.п.

Помощь:

позволить ребенку находиться на некотором расстоянии от других;
использовать тугую одежду;
разрешить держать в руках где требуется тактильные игрушки (игрушки Fidget);

возможно, это поведение связано к сверстникам. также с повышенной чувствительностью к слуховым стимулам. В этом случае следует воспользоваться шумопоглощающими наушниками.

Повышенная чувствительность к зрительным раздражителям**Поведение:**

Ребенок щурится, закрывает глаза, становится беспокойным или невнимательным при ярком освещении или в классе с большим количеством зрительных стимулов.

Помощь

Носить кепки с козырьком, шляпы, капюшоны, солнцезащитные очки.

По возможности избегать яркого освещения, особенно люминесцентного, использовать лампы низкой мощности с матовым стеклом: они дают мягкий и равномерный свет.

Использовать очки для блокировки бликов.

Не перегружать класс (комнату) разнообразными зрительными стимулами (плакаты, картины и пр.) .

Повышенная чувствительность к тактильным стимулам**Поведение:**

Ребенок каждое утро со скандалом надевает школьную форму. В школе испытывает трудности при переодевании после урока физкультуры (отказывается надевать форму, хочет ходить в спортивном костюме). Не дает расчесать и поправить себе волосы, кричит, бросает расческу.

Помощь

Надевать под школьную форму мягкую футболку или леггинсы (а также любую незаметную одежду, в которой будет комфортно).

Удалить с одежды ярлыки.

Использовать бесшовные носки и нижнее белье.

Научить ребенка причесываться самостоятельно, чтобы он мог регулировать свои действия.

Любую новую обувь разносить дома, прежде чем брать ее в школу, сад.

Поведение

Ребенок не ощущает боль так, как большинство других детей.

Помощь

Учитывать повышенную вероятность получения травм, ожогов и пр.

Обеспечить безопасность.

Увеличить активность ребенка, стимулирующую тактильную систему.

Стимуляция вестибулярной системы

Получение вестибулярных и /или зрительных/ проприоцептивных ощущений

Поведение:

Ребенок часто кружится, бегают по кругу.

Помощь

Разрешать недолго побегать с умеренной скоростью.

Увеличить количество действий и занятий, стимулирующих вестибулярную систему.

Поведение:

Ребенку трудно сидеть за столом/партой, он постоянно крутится, раскачивается, вскакивает, сползает на пол.

Помощь:

Обеспечить дополнительные сенсорные ощущения и возможность движения во время сидения на разных предметах. С этой целью удобно использовать балансировочную или надувную сенсорную подушки, большой резиновый мяч, на которых ребенок может сидеть во время занятий.

К ножкам стула прикрепить широкую эластичную ленту, на которую ребенок может ставить ноги.

Получение проприоцептивных оральных ощущений

Поведение:

Ребенок часто тянет в рот несъедобные объекты, кусается: жует свою одежду, учебные материалы, кусает себя или окружающих людей.

Помощь:

Предложить ребенку на выбор какое-либо приспособление для жевания (кулон, браслет, бусы и пр.).

Использовать жевательную насадку на карандаш.

Пить густые напитки (кисель, густой сок и пр.) через трубочку.

Предлагать хрустящую и вязкую еду.

Если возможно, использовать жевательную резинку (при условии, что ребенок ее не проглотит).

Сенсорная перегрузка

Слишком длительное и/или интенсивное воздействие на органы чувств, особенно у детей с повышенной чувствительностью к сенсорным стимулам, может привести к сенсорной перегрузке. В свою очередь, такая перегрузка может вызвать срыв или истерику. Часто такое состояние называют мелтдаун, или «отключение», когда человек полностью или частично перестает реагировать на внешние раздражители.

Признаками, указывающими на сенсорную перегрузку у ребенка с РАС, могут быть внезапно возникшие:

- крики,
- агрессия,
- аутоагрессия,
- попытки убежать или спрятаться,
- отказы выполнять задания.

Кроме этого, очень часто возникают повторяющиеся моторные движения: раскачивания, прыжки, хлопанье в ладоши, повторения одной и той же фразы и т.п.

Помимо перечисленных признаков при сенсорной перегрузке также могут наблюдаться:

- ухудшение координации,
- бледность или покраснение лица,
- учащение сердцебиения,
- сильное потоотделение,
- боли в животе, тошнота, рвота.

В подобных ситуациях необходимо как можно быстрее избавить ребенка от слишком сильных сенсорных раздражителей: увести в тихое спокойное место, помочь надеть наушники.

Не следует много говорить и просить объяснений возникшему поведению.

Рекомендации для ситуаций, связанных с сенсорной перегрузкой

С ребенком говорит только один взрослый, который, если есть такая возможность, уединяется с ним в тихом месте.

Взрослый (без слов) берет руки ребенка в свои.

Взрослый дает ребенку мячик для снятия стресса; взрослый сжимает мячик в руках ребенка (все действия взрослого сопровождаются «глубоким», ощутимым давлением на руки ребенка, которое поможет ему избавиться от напряжения в мышцах).

Взрослый, желательно по инициативе самого ребенка, может крепко обнять его (ребенок стоит спиной ко взрослому).

Некоторых детей может успокоить коробочка с приятными на ощупь предметами.

Если ребенок владеет устной речью, то взрослый может спросить, что его встревожило.

Во время тяжелой сенсорной перегрузки дети, владеющие речью, могут потерять способность говорить. Если ребенок не может говорить ни слова, взрослый задает односложные вопросы, на которые можно ответить «да» и «нет» жестами.

Взрослый избегает легких прикосновений к ребенку.

Если ребенок причиняет себе боль, бьет кулаками по предметам или стучит головой об стену, то взрослый переключает ребенка на другие действия. Например, в первом случае, когда ребенок бьет кулаками по предметам, следует переключить ребенка на другие действия: бить кулаками по мячу или по подушке; в другом случае, когда ребенок бьет головой об стенку, взрослый защищает ребенка от таких ударов, подкладывая подушку (желательно плотную, ортопедическую).

Истерики, крики, агрессия, аутоагрессия и пр. могут возникать не только при сенсорной перегрузке. Они также могут быть обусловлены попытками ребенка добиться желаемого или стремлением избежать неприятных для него заданий

При мелтдауне поведение:

Не преследует никакой цели, за исключением попыток устранить раздражители (убежать, сломать и т.п.).

Является реакцией на перегрузку.

Возникает независимо от присутствия другого человека.

Не контролируется ребенком.

Прекращается, если удалены сенсорные раздражители (как правило, через некоторое время, которое необходимо ребенку, чтобы успокоиться).

При вспышках гнева (tantrum):

Поведение преследует некоторую цель.

Обычно вызвано желанием что-то получить (предмет, внимание и пр.) либо избежать чего-то.

Возникает в присутствии другого человека и направлено на него.

Ребенок контролирует свое поведение.

Прекращается, если цель достигнута (например, ребенок получает игрушку, или ему позволяют не выполнять задание).

Для того чтобы уменьшить появления таких форм поведения в будущем, следует:

не поощрять проблемное поведение, но всегда поощрять желательные формы.

Для того чтобы уменьшить вероятность появления мелтдауна следует:

- ✓ защищать ребенка от сильных для него сенсорных раздражителей;
- ✓ заранее предупреждать о возможных изменениях;
- ✓ замечать первые признаки сенсорной перегрузки;
- ✓ обеспечить ребенку возможность регулярно отдыхать (оборудовать дома/в классе зону для релаксации ;
- ✓ использовать специальные приемы, позволяющие снизить чувствительность к сенсорным стимулам.

Занятия, игры и оборудование, рекомендуемые для детей с сенсорными проблемами.

Дети, имеющие сенсорные дисфункции, нуждаются в специальных занятиях, цель которых заключается в том, чтобы:

дать возможность ребенку получить необходимые ему ощущения, чтобы уменьшить стимминг, мешающий обучению и социализации;

понизить или повысить чувствительность к сенсорным раздражителям;

обеспечить возможность расслабиться и предотвратить сенсорные перегрузки.

Виды активности, материалы и приспособления, воздействующие на тактильную систему:

Пересыпание мелких предметов, игры с крупой.

Пластилин, массы для лепки.

Пальчиковые краски.

Сжимание рук (взрослый регулярно с силой сжимает руки ребенка).

Глубокий массаж.

Сквишбоксы (Squish Box) – мягкие антисресс-игрушки для сжимания.

Утяжелители.

Виды активности, воздействующие на проприоцептивную систему:

Крепкие объятия.

Массаж.

Батут.

Различные упражнения, требующие физических усилий.

Отжимание от стены.

Игры с тестом.

Виды активности, воздействующие на слуховую систему:

Звуковое лото.

Движения под музыку.

Пение.

Занятия с музыкальными инструментами.

Аудиокниги.

Использование наушников.

Использование плееров с любимой музыкой

Виды активности, воздействующие на зрительную систему:

Визуальное расписание.

Конструкторы Marble.

Мигающие игрушки

Калейдоскоп.

Игры с лабиринтами.

Лава–лампа.

Сенсорные бутылки.

Игры, в которых нужно бросать предметы, попадая в цель.

Специальное место для сенсорной разгрузки (релаксации).

Антибликовые приспособления.

Виды активности, воздействующие на вестибулярную систему:

Качели.

Велосипед.

Батут.

Карусель.

Висеть вниз головой.

Виды активности, воздействующие на систему обоняния:

Занятия с ароматизированным тестом.

Рисование ароматизированными пальчиковыми красками, ароматизированными фломастерами.

Использование ароматизированных сенсорных игрушек.

Виды активности, воздействующие на вкусовую и орально-моторную сферы:

Выдувать мыльные пузыри.

Дуть в свистки, дудочки и пр.

Хрустящая и вязкая еда.

Жевательная резинка.

Игрушки для жевания.

Пить из трубочки густые напитки.

Пить из бутылок с питьевым клапаном (обычно используются спортсменами: для получения воды требуется слегка надавить зубами на клапан).

Съедобные бусы («бусины» - сухофрукты, твердое печенье и пр.).

Игры «угадай вкус».

Оборудование места для релаксации

Уголок для релаксации должен находиться в наиболее спокойном месте квартиры или класса.

Удобно использовать палатку, в которой ребенок может уединиться и в то же время не мешать другим (не отвлекать других детей).

Внутрь стоит поместить мягкие подушки, коврики, одеяло с утяжелителями и т.п.

Также в уголке должны находиться разнообразные сенсорные игрушки: игрушки для жевания, калейдоскоп или лава–лампа, сенсорные бутылки, картины с пересыпающимся песком, вибрирующие игрушки, игрушки для сжимания и пр.

Эти игрушки удобно поместить в специальную коробку, из которой ребенок сам может выбрать то, что ему требуется в данный момент.