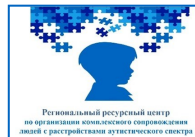


Бюджетное учреждение Чувашской Республики
"Реабилитационный центр для детей и подростков
с ограниченными возможностями"
Министерства труда и социальной защиты
Чувашской Республики



Федеральный научный центр
по организации комплексного сопровождения
лиц с расстройствами аутистического спектра



Визуальное расписание для детей с расстройством аутистического спектра

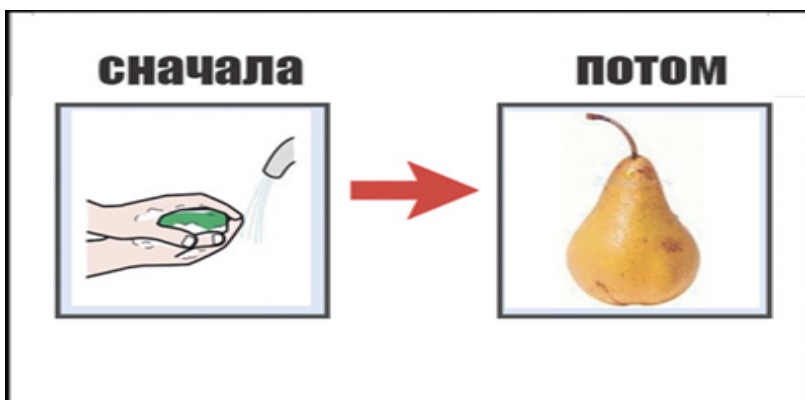
Методическое пособие

Чебоксары 2021

Язык и коммуникация являются основой социального взаимодействия. Большинству людей освоение процесса общения даётся без каких-либо трудностей, но существует немалая часть, которая не способна использовать речь для полноценного общения. Одни из них совсем не могут говорить, речь других недостаточно хорошо развита, чтобы выполнять все коммуникативные функции.

Альтернативная и дополнительная коммуникация – необходимое условие развития навыков общения, улучшения социальной адаптации и повышения качества жизни людей с нарушениями развития навыков общения.

Дополнительная коммуникация востребована лицами с недостаточно сформированной устной речью, которые нуждаются в соответствующей дополнительной поддержке, сопровождении собственной речи.



Визуальное расписание для ребенка с РАС

Это последовательность картинок, фотографий, слов или чисел, которые отображают этапы каких-то событий или занятий.

Расписания широко используются обычными людьми: просто вспомните о ежедневнике, списке покупок и перечне дел на день. Все эти помощники призваны облегчить нам задачу по запоминанию больших объемов информации.

Хорошо структурированная визуальное расписание качественно улучшает жизнь ребёнка с расстройством аутистического спектра, потому что обладает следующими преимуществами:

- ♦ **Самые сильные стороны – для развития и обучения.** Визуальный канал наиболее развит у большинства детей с РАС. Расписание позволяет изучать новое и автоматизировать известное, опираясь на сильную сторону ребёнка.
- ♦ **Исключение лишней речи из перечня внешних раздражителей.** Визуальное расписание убирает из жизни ребёнка избыток речи от взрослых и необходимость реагировать на их изменчивые слова (удаляет ребёнка от сенсорных перегрузок)
- ♦ **Не нужно запоминать быстро и сразу надолго.** Это позволяет ребёнку осваивать новые комплексные навыки в индивидуальном ритме, ведь картинки всегда перед глазами.

♦ **Фиксация начала решения проблемы и результата усилий.** Иллюстрации объясняют, с чего начинать любой сложный для ребёнка процесс и чем должна заканчиваться цепочка его действий.

♦ **Снижение тревожности благодаря предсказуемости будущего, в том числе в новых обстоятельствах.** Расписание делает предсказуемым изученный алгоритм действий и впервые осуществляемый процесс. Это особенно ценно, когда ребёнок оказывается в новых обстоятельствах (иное помещение, другие люди и т.п.). Такая предсказуемость снижает общую тревожность от неизвестности будущего.

♦ **Рост самооценки.** Это автоматический плюс любой самостоятельности. С помощью визуальных подсказок путь к самостоятельности становится кратким и наиболее безопасным.

♦ **Первые послы к обучению чтению.** Когда иллюстрации следуют слева направо, расписание может стать первым шагом на пути к чтению. Когда слово сопровождается картинкой, научиться читать существенно легче.

Для детей с аутизмом визуальное расписание — это способ удержать в поле внимания все занятия и действия, которые нужно совершать в течение дня.

Это удобный способ осваивать и осуществлять сложные комплексные навыки, среди которых может быть всё, что угодно:

- ♦ чистка зубов,
- ♦ гигиена перед сном,
- ♦ сам процесс отхода ко сну,
- ♦ навык самостоятельной игры,
- ♦ приготовление бутерброда и яичницы,
- ♦ умение пользоваться туалетом без помощи взрослых и т.п.



Шаги по созданию визуального расписания

Определить формат расписания.

Каждый вид расписания может использоваться в любом возрасте и при любых расстройствах аутистического спектра. Возможные типы расписаний включают:

А. Расписание из предметов.

Такое расписание наиболее уместно для людей с очень низкими речевыми навыками или невербальных. Самый простой способ использовать визуальное расписание из предметов — дать ребенку предмет незадолго до перехода к следующему занятию. Ребенок берет предмет и использует его во время следующего занятия. Самое главное при составлении расписания из предметов — определить, какой небольшой предмет может использоваться во время каждого занятия, либо какой предмет может символизировать то или иное событие.

Примеры предметов:

Играть на улице = синий мяч.

Ванная = шампунь.

Обед = ложка.

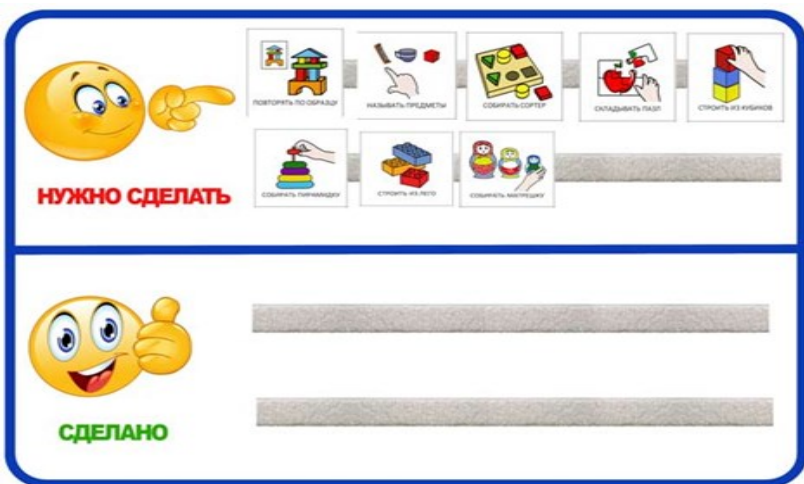
Играть дома = красная машинка.

Работа с психологом = кусочек пазла.

Б. Расписания из рисунков или фотографий.

Ребенок с расстройством аутистического спектра будет готов к расписанию из фотографий, если он сможет правильно соотносить картинки или фотографии друг с другом (например, в простой игре в лото).

Рисунки или фотографии располагаются в вертикальную или горизонтальную линию с помощью липкой ленты, магнитов или других приспособлений, отображая последовательность занятий или событий.



В. Письменные расписания.

Эти расписания лучше всего подходят для тех, кто хорошо читает. Если ребенок только учится читать, то можно попробовать расписание на основе изображений с добавленными к ним словами.

Надо можете сделать парные карточки со словами и использовать вышеописанный прием с парным расписанием или составить список занятий и событий, чтобы ребенок вычеркивал по очереди те пункты, которые он уже выполнил.

Для наиболее продвинутых учеников можно использовать более сложные виды письменного расписания, например, компьютерные программы планирования задач или органайзеры.



Учить пользоваться расписанием.

Детей с расстройством аутистического спектра нужно учить пользоваться визуальным расписанием. Если ребенок плохо или мало понимает устную речь, то для обучения надо будет вкладывать предмет или картинку в руку ребенка и мягко физически подсказывать ему (стоя сзади), что нужно пойти в обозначенное место. Очень важно никогда не стоять перед ребенком, когда ведут его в нужное место, так как иначе побуждаете его полагаться на вас, а не смотреть на расписание.

Детям с более развитыми вербальными навыками можно (кратко) объяснить. Для некоторых детей будет лучше, если дать им прочитать это объяснение в письменном виде. Также можно показать им расписания или фотографии расписаний, которыми пользуются другие дети, чтобы повысить их мотивацию пользоваться расписанием.

 СОБРАТЬ ПОРТФЕЛЬ	 НАДЕТЬ ПОРТФЕЛЬ	 ОДЕВАТЬСЯ	 РАЗДЕВАТЬСЯ	 ИДТИ В ШКОЛУ	 ИДТИ СО ШКОЛЫ
 ПЕРЕБУТЬСЯ	 ПОДНИМАТЬ РУКУ	 РУКИ НА СТОЛЕ	 ПОСТУЧАТЬ	 ЗАЙТИ В КЛАСС	 ВЫЙТИ ИЗ КЛАССА
 ОТВЕЧАТЬ У ПАРТЫ	 ОТВЕЧАТЬ У ДОСКИ	 ГОТОВИТЬСЯ К УРОКУ	 СЛУШАТЬ УЧИТЕЛЯ	 ВЫПОЛНЯТЬ ЗАДАНИЕ	 ОТПРОСИТЬСЯ В ТУАЛЕТ
 ПОРЯДОК НА СТОЛЕ	 ПЕРЕКУС	 КУШАТЬ В СТОЛОВОЙ	 ПЕРЕОДЕВАТЬСЯ НА ФИЗКУЛЬТУРУ	 УРОК	 ПЕРЕМЕНА

Внести изменения в расписание по необходимости.

Если учить расписание в течение пары недель, но не заметите никакого прогресса в независимости ребенка, то это признак того, что вам нужно модифицировать расписание. Например, можно уменьшить количество пунктов или заменить изображения на предметы.

По мере того, как ваш ребенок растет и развивает новые навыки, можно решить изменить формат расписания.

Избегать соблазна полностью отказаться от расписания. Дети с аутизмом с большой вероятностью регрессируют обратно к чрезмерной зависимости или потере навыков, если попытаться уменьшить поддержку расписанием. Однако для большинства детей формат расписания надо будет менять по мере развития у них новых навыков.





Визуальные расписания имеют много преимуществ как для людей с расстройством аутистического спектра, так и для их семей. Визуальные расписания важнее использовать дома, чем в школе. Дело в том, что школьный день по природе своей рутинный, кроме того, когда дети возвращаются домой, они больше не состояниии прилагать такие же интенсивные усилия для успешного функционирования, как и в школе. Время, которое потратили на изготовление визуального расписания, не только сэкономит вам время в будущем, но и будет способствовать развитию навыков детей с РАС и их независимости, при этом уменьшит тревожность и проблемные виды поведения.

Визуальное расписание



КОНТАКТЫ:

428024 Чувашская Республика
г. Чебоксары проспект Мира, д. 31,

тел. 63-75-52 – директор

28-64-59, 63-73-33 – специалисты по соц. работе.

