*Составитель: Иванова А.В., воспитатель*

**Досуг аутичного ребенка**

Когда речь заходит о досуге ребенка, многие родители представляют себе увлеченно рисующего сына или дочь, занятую лепкой из пластилина: дети уютно устроились в своей комнате, тихо напевая любимую мелодию и создавая шедевр за шедевром. Однако для родителей аутичного ребенка эта часто воображаемая идиллия, в большинстве случаев, не достижима.

Как правило, в нашем понимании досуг – это когда дети заняты любимым делом или тем, что им интересно. Но многие родители аутичных детей непременно скажут: «Моему ребенку ничего не интересно!» или «Я не могу ничем занять его!». Как мама ребенка-аутиста, признаюсь, что я тоже никогда не видела своего 5-летнего сына одиноко и увлеченно сидящим за столом с акварелью. Но это никак не означает, что у него нет любимых занятий.

**Своеобразие интересов**

Аутичные дети часто имеют своеобразные интересы – мы назовем их «узкими» или «специфическими». Им нравится крутить колеса у машин, разглядывать мелкие предметы или махать руками; кто-то любит кутаться в покрывала или забираться в импровизированные «домики»; другим нравится часами разглядывать картинки в книгах, выстраивать в ряд кубики или собирать большие паззлы/мозаику. Но почему-то мы не считаем эти занятия «досугом».

Может быть, в нашем представлении, ребенок должен заниматься в свободное время непременно чем-то полезным и «развивающим» его? Но тогда мы должны знать, что именно таким образом, какой выбрал наш ребенок, он сам себя и развивает, и «подпитывает», и успокаивает, и ему, безусловно, важны эти «паузы».

Я знаю родителей, которые готовы загружать своих детей «развивалками» так, что у тех не остается свободной минуты – это относится и к родителям нормотипичных детей. Они лишают своего сына или дочь возможности созерцать этот мир, делать самостоятельные наблюдения, получать собственные впечатления, в том числе в соответствии с особенностями своей сенсорной системы.

Мне кажется, очень важным понять, что любой ребенок, как и любой взрослый, объективно живет в своем мире, и мы, будучи родителями, не должны грубо вторгаться в этот мир со своими установками, которые далеко не всегда бывают оправданы необходимостью. Гораздо чаще мы лишь предполагаем, что «так будет лучше», «это гораздо полезнее» и «это должно быть ему интересно». Но ребенок всегда имеет право выбора, особенно если речь идет о его собственном досуге.

**От простого – к новому**

Я думаю, чтобы «расширить» интересы аутичного ребенка, когда эти интересы кажутся нам слишком «узкими», мы должны иметь в виду две вещи: собственно, что это за интерес и каким образом мы можем, не разрушая его, дополнить картину?

Например, мой сын очень любит быстро и часто махать перед глазами палочкой и водить этой палочкой по стенам. Что его привлекает в этом занятии? Возможно, он тренирует свои зрительные «мышцы», или ему нравится легкий ветерок, возникающий от быстрых движений, или ему нравится звук, возникающий при трении палочки о стену? А может быть, таким образом он исследует поверхность стены, «чувствуя» палочкой ее пустоту или шероховатость?

Я предлагаю ему предметы, по форме похожие на палочки, постепенно расширяя их функциональность: карандаши, игрушечные удочки, пластмассовые ложки, зубные щетки, массажные щетки, гребневые расчески, толстые веревки, яркие ленты. Он с радостью использует их в своей игре, просит, ищет, носит с собой.

В качестве поверхностей, по которым можно водить этими предметами, подходят не только диваны и стены. Ткани с детскими рисунками, бархат и фетр, картонки, вязаные коврики, искусственный и натуральный мех, кора дерева и даже мох – все пригодится. Сын использует эти предметы и поверхности для получения самых разнообразных впечатлений. Этими же предметами он может манипулировать и в воде – вот новые впечатления.

**«Сенсорный» досуг**

Вода никогда не оставляет моего сына равнодушным, поэтому помимо незамысловатых игр вроде плескания и переливания из оранжевого стакана в зеленый я могу занять его «стиркой», вручив носок или небольшое полотенце, которое можно поласкать, выжимать и встряхивать так, что брызги летят по всей ванной. Сейчас это игра, дальше – полезный навык.

Другое увлечение моего сына – песочница на детской площадке. Возиться с песком он может часами, при этом не интересуясь такими играми, как лепка из песка куличиков или постройка крепости, перевозка песка грузовыми машинками или раскладывание по формочкам. Его интересует лишь сам песок – консистенция, запах, ощущения на ладонях и пальцах.

Дома я готова предложить ему большие контейнеры с самыми разными наполнителями: деревянная стружка, легкие шарики из пенопласта, кинетический песок, манка, гречка, фасоль. Все это можно пересыпать, держать в руках, в это можно «закапываться» пальцами, искать в сыпучих недрах мелкие фигурки животных или отделять фасолины от манки. А если ребенку больше нравится мять, а не сыпать, на помощь придут тесто, воск, пластилин, модная «жвачка» для рук.

**Визуальные расписания**

Конечно, такое сенсорное развлечение не может длиться целый день, поэтому в досуг ребенка, на мой взгляд, важно включить занятия, которые формируют ощущение собственной значимости, самостоятельности, «взрослости». Помимо уже упомянутой «стирки», это могут быть и другие «взрослые» занятия: уборка постели, вещей, игрушек, книг; уборка посуды и крошек со стола и мытье посуды в раковине на кухне (с надеванием фартука и другой возможной «рутиной»); переодевание – из пижамы в домашнюю одежду, из домашней одежды – на улицу, с улицы – снова в домашнюю одежду и раскладывание вещей по ящикам и полкам.

Если все эти простые повседневные действия уместить в визуальном расписании, ребенку будет значительно проще менять одну деятельность на другую. Кто-то будет стремиться соблюдать строгую очередность, другому будет достаточно знать, что часть дел уже выполнена и осталось совсем чуть-чуть до просмотра любимого мультфильма.

Поскольку подавляющее большинство аутистов – ярко выраженные «визуалы», которым проще и доступнее язык образов, а не метафор, то изображения с действиями и людьми могут и должны быть использованы в расписаниях! Я считаю, визуальное расписание – отличный помощник, особенно когда с годами занятий и дел становится больше и их требуется распределить по дням недели, а в жизни ребенка появляются новые специалисты и друзья.

**Структурированность досуга**

Всем известно, что перед тем, как у ребенка формируется понятие времени, он знакомится с последовательностью действий, и хорошо, если эта последовательность повторяется изо дня в день, создавая ощущение стабильности. Так ему становится проще распределять свои внутренние ресурсы для тех или иных занятий, имеющих определенную структуру и взаимосвязь. У многих аутистов эта «привычка» сохраняется на протяжении всей жизни.

Мой сын знает, что, придя из детского сада домой, он сможет спокойно насладиться собственными «стимами» для снятия напряжения и усталости, полистать любимые книжки. Он знает, что после принятия ванной непременно последует мультфильм, а надевание пижамы непосредственно предшествует залезанию под одеяло и колыбельной песенке.

Незначительные для нас, нормотипичных взрослых, детали дня для аутиста могут означать целое событие или сложное действие, требующее приложить немало усилий. Я полагаю, что крайне важно ценить эти усилия и поощрять любовь ребенка к порядку и стабильности, поскольку именно такое мировосприятие является для него естественным и логичным.

*Источник: http://specialtranslations.ru/konkurs\_2017/*