**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №67 «Аистёнок»**

**Старооскольского городского округа**

**Консультация для родителей**

**«Как учить аутичного ребенка следовать инструкциям»**



Подготовила: Данилова Е.Н.,

воспитатель

2024

Рекомендации для родителей о пошаговом обучении маленького ребенка с аутизмом выполнению устных инструкций в повседневных ситуациях

Один из самых ценных навыков для детей и взрослых с аутизмом — это способность следовать устным инструкциям. Когда люди с аутизмом следуют инструкциям, это открывает для них возможности для дальнейшего обучения, приобретения новых друзей, получения образования и самостоятельной жизни.

Если ваш ребенок выполняет большинство инструкций из одного шага не более чем с одним напоминанием, то ему будет проще посещать детский сад. Если ребенок может следовать инструкциям из двух шагов, то у него больше шансов адаптироваться к школьному классу. Если подросток может следовать инструкциям дома, чтобы справиться с повседневными делами самостоятельно или с минимальной помощью, то у него будет больше возможностей для трудоустройства после школы. Когда дети и взрослые с аутизмом следуют устным инструкциям настолько, насколько могут, или с наименьшим уровнем помощи, то это облегчает жизнь всем, кто заботится о них — родителям, бабушкам и дедушкам, учителям, сотрудникам учреждений и руководителям на работе!

Почему следовать инструкциям так трудно?

На самом деле, следование инструкциям требует целого ряда навыков. Они включают такие способности, как:

* Уделять внимание устной речи во время инструкции.
* Понимать, что значит эта инструкция.
* Запомнить только что произнесенную инструкцию.
* Физически следовать инструкции.

Если ваш ребенок регулярно отказывается выполнять инструкции и/или начинает так или иначе скандалить в ответ на инструкции, то это поведенческая проблема. Это отличается от обучения выполнению инструкций и требует совершенно других стратегий.

Ниже приводятся 5 шагов по обучению ребенка тому, как выполнять инструкции:

Соберите предварительные данные

Вам нужно удостовериться, на каком уровне сейчас находится ребенок, и выбрать правильный уровень инструкций для обучения.

Существует иерархия для обучения инструкциям.

Инструкция из одного шага дома. Например: «сядь», «подойди сюда», «дай ...».

* Выполнение знакомой инструкции из одного шага в другой обстановке.
* Выполнение новой инструкции из одного шага дома. Это значит, что вы немного меняете хорошо знакомую инструкцию, и ребенок все равно ее выполняет, ему не нужно заново ей учиться. Например, ребенок может положить чашку на кухонный стол по инструкции, и вы можете дать ему новую инструкцию: «Положи чашку в раковину».
* Новая инструкция из одного шага в другой обстановке.
* Инструкции из двух шагов дома. Например: «Возьми шапку и положи ее в рюкзак».
* Выполнение знакомой последовательности из двух шагов в другой обстановке.

Вы могли заметить, что на каждом уровне инструкции делятся на выполнение «дома» и «в другой обстановке». Очень важно, чтобы ребенок следовал инструкциям с разными людьми и в разных ситуациях и местах. Попросите других людей собрать для вас информацию о другой обстановке.

Выберите подходящий уровень для обучения ребенка инструкциям. Обычно это уровень, на котором он может выполнить инструкцию, но только время от времени и с вашей помощью. Если ваш ребенок выполнит большинство инструкций из одного шага без помощи, то вы начинаете обучение новым инструкциям дома. Начинайте обучение с действий, которые хорошо знакомы ребенку, особенно дома.

Обучение ребенка состоит из 4 шагов:

1. Произнесите инструкцию.
2. Помогите ребенку выполнить инструкцию.
3. Предоставьте ребенку поощрение за выполненную инструкцию, ДАЖЕ если вам пришлось ему помочь.
4. Когда ребенок начнет выполнять инструкцию без помощи, начинайте проводить обучение с другими людьми и в других ситуациях.

Давайте рассмотрим каждый шаг по отдельности.

Решите, какой инструкции вы будете учить

Выберите инструкцию на подходящем уровне. Сформулируйте и запишите эту инструкцию. Ваши инструкции должны быть максимально четкими и короткими. Уберите из инструкции все лишние слова. Не надо говорить ребенку: «Ты можешь подойти сюда и взять свой рюкзак? А то нам уже пора в школу собираться». Вместо этого инструкция должна звучать так:

* «Возьми рюкзак» (один шаг).
* «Возьми рюкзак и дай его мне» (два шага).

Проследите, чтобы ваши инструкции соответствовали уровню коммуникации вашего ребенка.

**ПОЧЕМУ ИНСТРУКЦИИ ДОЛЖНЫ СООТВЕТСТВОВАТЬ ЯЗЫКОВОМУ УРОВНЮ РЕБЕНКА**

Детям с аутизмом нужно услышать самую главную часть инструкции. Мы должны строить обучение ребенка так, чтобы он был «обречен» на успех после того, как мы произнесли инструкцию. Если вы используете слишком много слов, ребенок может не понять, что вы сказали, и проигнорировать инструкцию.

Важный принцип: ваши инструкции могут превышать уровень развития речи ребенка не больше, чем на одну ступеньку. Вот несколько примеров того, как родители могут сформулировать инструкцию «садись» для своего ребенка:

* Ребенок невербальный, родитель говорит: «Сядь».
* Ребенок говорит отдельные слова. Родитель говорит: «Сядь на стул».
* Ребенок говорит предложения из 2-3 слов, родитель говорит: «Сядь на свой стул».

Ваши инструкции всегда должны быть позитивными, а не негативным. Другими словами, не надо говорить: «Не бросай на пол». Лучше сказать: «Положи на стол».

Скажите вашему ребенку выполнить инструкцию, не просите его выполнить инструкцию. Например, скажите: «Иди в туалет». Не надо говорить: «Можешь сейчас сходить в туалет?» Второй пример является вопросом, это не инструкция.

Поддерживайте и учите ребенка выполнять инструкцию

Если ребенок не следует инструкции, то начинайте добавлять немного помощи или подсказок, чтобы гарантировать, что он ее выполнит. Продолжайте увеличивать степень помощи и подсказки до тех пор, пока ребенок не сможет выполнить инструкцию.

Давайте рассмотрим, какие подсказки или поддержку вы можете добавить. Допустим, мама хочет научить ребенка убирать игрушку.

Мама дает инструкцию: «Убери». Мы обычно рекомендуем в первый раз дать инструкцию вообще без подсказок, потому что это и есть наша конечная цель. Выберите наилучший момент для инструкции. Встаньте прямо перед ребенком (если это возможно).

Подсказка 1: Встаньте ближе к ребенку, повторите инструкцию медленнее и немного громче.

Подсказка 2: Прикоснитесь к руке ребенка и повторите инструкцию.

Подсказка 3: Положите руки на руки ребенка и уберите игрушку его руками, одновременно говоря: «Убери».

Вот пример, в котором папа учит ребенка инструкции «Возьми шапку и положи ее в рюкзак».

Папа дает инструкцию: «Возьми шапку и положи ее в рюкзак».

Подсказка 1: Укажите на шапку и снова произнесите инструкцию.

Подсказка 2: Возьмите шапку, положите ее в рюкзак и скажите: «Возьми шапку и положи ее в рюкзак». После этого достаньте шапку и повторите инструкцию.

Подсказка 3: Подведите ребенка к шапке, положите руки ребенка на шапку, помогите отнести шапку и положить ее в рюкзак. Делая это, скажите инструкцию: «Возьми шапку и положи ее в рюкзак».

Есть множество разных способов подсказывать ребенку во время выполнения инструкции. Подсказки, которыми вы пользуетесь, должны соответствовать особенностям вашего ребенка. Цель в том, что они должны помочь ребенку, но это должен быть самый маленький объем помощи из возможного.

Мы знаем, что если мы будем слишком много помогать ребенку с аутизмом во время выполнения инструкций, то он просто будет каждый раз ждать, пока вы ему поможете. Маловероятно, что он научится самостоятельно следовать инструкциям, если вы всегда слишком много помогаете.

Некоторым детям всегда будет нужна какая-то помощь для выполнения инструкций, но мы хотя бы должны уменьшить уровень этой помощи.

Если вам сложно понять, какие подсказки лучше всего подходят вашему ребенку, то можно обсудить это с логопедом или поведенческим терапевтом.

Подсказки, которые можно использовать при обучении ребенка выполнению инструкций, включают:

* Повторение инструкции медленнее, с большей эмоциональностью в голосе.
* Прикосновение к руке или плечу ребенка при повторении инструкции.
* Использование жеста (например, указательный жест на нужный предмет) во время повторения инструкции.
* Моделирование, то есть выполнение инструкции самим во время повторения инструкции. Но после этого всегда возвращайте предмет (если инструкция включает предмет) на место, чтобы у ребенка была возможность самому выполнить инструкцию.
* Мягко подтолкнуть ребенка или поднести его руку для выполнения инструкции, когда вы произносите инструкцию.
* Физически помогите ребенку выполнить инструкцию, но не помогайте выполнить ее всю. Например, помогите физически начать выполнение инструкции, а потом посмотрите, может быть, он сможет самостоятельно закончить.
* Физически помогите выполнить всю инструкцию, повторяя инструкцию во время помощи.

Не надо использовать все подсказки для каждой инструкции. Мы рекомендуем родителям начинать с 3 подсказок максимум. К третьей подсказке ребенок точно должен выполнить инструкцию с вашей помощью. Выбор этих 3 подсказок зависит от особенностей вашего ребенка.

Давайте рассмотрим предыдущий пример с «Убери». Ниже приводятся 3 варианта подсказок для 3 разных детей. При этом подсказки зависят от уровня развития ребенка.

Невербальный четырехлетний ребенок, которому нужно много помощи для выполнения инструкций дома:

1. Дайте инструкцию «Убери» без подсказок.
2. Повторите инструкцию и прикоснитесь к плечу (ребенок не выполнил инструкцию, поэтому вы увеличиваете помощь).
3. Повторите инструкцию и поднесите руки ребенка к тому месту, куда нужно убрать игрушку (ребенок не выполнил инструкцию, поэтому вы увеличиваете помощь).
4. Повторите инструкцию и, не убирая свои руки с рук ребенка, помогите ему убрать игрушку (ребенок выполнил инструкцию, так что хвалите и/или предоставьте поощрение).

Трехлетний ребенок, который использует отдельные слова и выполняет много разных инструкций дома с небольшой помощью:

1. Дайте инструкцию «Убери» без подсказок.
2. Повторите инструкцию и покажите, куда нужно убрать игрушку (ребенок не выполнил инструкцию, поэтому вы увеличиваете помощь).
3. Повторите инструкцию и слегка похлопайте по плечу или руке (ребенок не выполнил инструкцию, поэтому вы увеличиваете помощь).
4. Повторите инструкцию и поднесите руки ребенка к тому месту, куда нужно убрать игрушку (ребенок выполнил инструкцию, так что хвалите и/или предоставьте поощрение).

Пятилетний ребенок, который говорит предложениями и может выполнять инструкции из двух шагов с небольшой помощью:

1. Дайте инструкцию «Убери» без подсказок.
2. Повторите инструкцию медленнее и с большей эмоциональностью в голосе (ребенок не выполнил инструкцию, поэтому вы увеличиваете помощь).
3. Повторите инструкцию и покажите, куда нужно убрать игрушку (ребенок не выполнил инструкцию, поэтому вы увеличиваете помощь).
4. Повторите инструкцию и слегка похлопайте по плечу или руке (ребенок выполнил инструкцию, так что хвалите и/или предоставьте поощрение).

Поощряйте ребенка за выполнение инструкции, ДАЖЕ если вам пришлось помогать

Мы все учимся лучше, когда за нашими действиями следует какой-то позитивный результат. Это касается и детей с аутизмом. Разница в том, что дети с аутизмом лучше всего учатся, если за выполнением инструкции немедленно следует какой-то позитивный и значимый именно для этого ребенка результат.

Мы также знаем, что ребенок с большей вероятностью будет выполнять инструкции в будущем, если вы будете тут же предоставлять за выполнение инструкции позитивное последствие или поощрение. Какое это может быть поощрение? Это зависит от того, что именно ваш ребенок считает приятным и позитивным.

Это могут быть социальные поощрения, которые очень легко предоставлять сразу после выполнения инструкции (даже если вы помогали). Улыбнитесь и очень позитивным, эмоциональным голосом скажите:

* «Ура-а-а!»
* «Ты сделал это!»
* «Молодец!»
* «Ты так хорошо нашел свой рюкзак!»

Если вы используете какой-то ощутимый предмет или занятие в качестве поощрения, то важно предоставить его как можно более естественным образом. Например, если ребенок выполнил инструкцию и сел за кухонный стол, то естественно, что он получит какую-то еду в качестве поощрения. Если же он сел перед тем, как смотреть телевизор, то естественно, что поощрением станет просмотр любимого мультика. Даже если ребенок «взял шапку», то поощрением может быть то, что он пошел на игровую площадку после этого. Если вы держите два вида еды и просите: «Покажи, что ты хочешь», то ребенок, естественно, получает то, что он хочет.

Но вы также можете предоставить в качестве позитивного поощрения что-то приятное, но не связанное напрямую с выполненной инструкцией. Такой подход бывает полезен с детьми с более развитыми языковыми навыками и большей способностью принимать задержку в предоставлении поощрения. Например, родители учат ребенка инструкции «Убери свои игрушки», а после того, как ребенок это делает, ему говорят: «А теперь пойдем пить сок».

**ВСЕГДА поощряйте ребенка независимо от уровня предоставленной помощи.**Поощряйте его, если он выполнил инструкцию самостоятельно, но также поощряйте его, если вам нужно было помогать ему физически выполнить всю инструкцию.

Если в данный момент вы не готовы учить ребенка инструкции, то просто не давайте инструкцию. Если вы опаздываете в детский сад, то давайте инструкцию «Возьми шапку и положи ее в рюкзак», только если у вас будет время помочь ему выполнить инструкцию. Если времени нет, то на этот раз просто возьмите шапку сами.

Обобщайте способность следовать инструкциям с разными людьми и в разных ситуациях

Когда ребенок сможет выполнять инструкции дома в большинстве случаев без какой-либо помощи, тогда нам нужно убедиться, что он будет делать это с другими людьми и в других ситуациях. Мы знаем, что у детей с аутизмом есть проблемы с переносом навыков в другие условия. Они могут выполнять только инструкции человека, который обычно дает им инструкции, или они могут следовать инструкциям только в привычной обстановке.

Проверьте, может ли ваш ребенок следовать инструкциям в различных ситуациях:

* Что происходит, если другой человек дает инструкцию у вас дома?
* Если ребенок выполняет инструкцию дома без помощи, что произойдет, если дать ту же инструкцию в гостях у бабушки или в парке?
* Если ребенок выполняет инструкцию дома без помощи, что произойдет, если ту же инструкцию даст воспитательница в детском саду?

Убедитесь, что ребенок одинаково хорошо выполняет инструкции в разных ситуациях, прежде чем переходить к более сложным инструкциям.

**Повторяйте, повторяйте и снова повторяйте — пусть выполнение инструкций станет привычкой, рутиной.**Привычки упрощают обучение для всех детей, особенно для детей с аутизмом. Мы знаем, что они лучше всего справляются с привычными задачами. Если следование инструкциям станет для ребенка знакомой привычкой, то он будет это делать!

ИСТОЧНИК: [AUTISM AWARENESS AUSTRALIA](https://www.autismawareness.com.au/aupdate/teaching-your-child-to-follow-instructions)