



связаны со страхами. Ребенок может бояться заходить в ванную из-за звуков в трубах, мыться, если вода однажды попала ему в глаза.

Объясните ребенку, например, почему шумит вода, расскажите, как она идет к нам из реки и убегает в море. Научите ребенка самому регулировать поток воды при мытье, мыть голову кукле. При этом одобряйте его, подчеркивая, какой он уже большой и сильный – дайте ему возможность освоиться в пугающей ситуации.

**Не торопите ребенка.** Детям с расстройствами аутистического спектра требуется дополнительное время для осмысления своих действий.

**Не наказывайте ребенка.** Ребенок с расстройствами аутистического спектра не способен провести параллель между плохим поведением и наказанием, поэтому просто не поймет, за что его ругают.

**Разговаривайте с ребенком медленно, ясно и спокойно.** Лучше использовать короткие предложения, в

начале которых произносить имя ребенка, чтобы он понял, что обращаются к нему.

**Используйте разные способы общения,** в том числе картинки, карточки с пошаговыми инструкциями, фотографии и пр.

**Следите за мимикой ребенка.** Мимика может подсказать, когда ребенок устал или ему надоело играть. Следуя предложенным советам, вы можете ребенку шаг за шагом осваивать жизненные компетенции, постепенно избавляясь от страхов и накапливая позитивный опыт.

Департамент социального развития  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Методический центр развития социального обслуживания»

Совет директоров государственных учреждений,  
подведомственных Департаменту социального развития  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Издательство бюджетного учреждения  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Методический центр развития социального обслуживания»  
628418, Тюменская обл., ХМАО – Югра, г. Сургут,  
ул. Лермонтова, д. 3/1, Т.ф.: 8(3462) 52-11-94,  
e-mail: zent@dts.zhnmoo.ru; official site: <http://methodcentr.ru>



Памятка  
для родителей

**ФОРМИРОВАНИЕ  
ЖИЗНЕННЫХ  
КОМПЕТЕНЦИЙ У РЕБЕНКА  
С РАССТРОЙСТВАМИ  
АУТИСТИЧЕСКОГО  
СПЕКТРА**

## Уважаемые родители!

Предлагаем вам ознакомиться с советами по формированию жизненных компетенций у ребенка с расстройствами аутистического спектра.

Жизненные компетенции – это навыки, знания, умения и способы их применения, необходимые ребенку для максимально возможной независимой и самостоятельной жизни.

От успешного овладения жизненными компетенциями зачастую зависит качество жизни ребенка и его близких.

## СОВЕТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЖИЗНЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

**Обучайте постепенно.** Занимайтесь с ребенком каждый день, начиная с 5 минут, и постепенно увеличивайте время занятий.

**Следуйте принципу обучения «от простого – к сложному»**, постепенно усложняя деятельность. Начиная обучение с более привлекательных видов деятельности.

**Не говорите ребенку, что делать, лучше смоделируйте ситуацию и попросите имитировать ее.** Понимание устной речи – это проблема большинства детей с аутизмом, не стоит полагаться на слова, чтобы объяснить что-то новое или дать ребенку задание. Лучше покажите действия или ответы, которые вы от ребенка ожидаете, и дайте возможность ребенку повторить эту модель поведения.

**Используйте подсказки.** Если ребенок проигнорировал ваш вопрос, помогите ему подсказкой. Например, если вы спрашиваете ребенка, что нарисовано на картинке, а он не отвечает на вопрос, повторите вопрос и тут же начните отвечать. Может быть, ребенок и не смог сам назвать, что изображено на картинке, но он поймет, что, если ему задали вопрос, то на него нужно ответить.

**Повторяйте пройденное снова и снова.** Проживайте совместно с ребенком ситуации, связанные с формированием и укреплением конкретных навыков, повторение навыка помогает его сохранить.

**Придумывайте новые задания на закрепление навыков** и поощряйте использование ребенком сформированных навыков.

**Следуйте одному алгоритму.** Попросите всех членов семьи, участвующих в формировании жизненных компетенций, следовать одному алгоритму действий.

**Создайте ситуацию успеха.** Не спешите с усложнением задач деятельности. Обеспечьте поддержку и постепенное предоставление самостоятельности ребенку, чтобы у него возникло ощущение безопасности и уверенности в собственных силах.

**Награждайте ребенка** за приложенные усилия, а не за окончание задания. Поощряйте качество работы, вместо того, чтобы поощрять само ее выполнение.

**Предоставляйте самостоятельность ребенку.** При выполнении действий постепенно снижайте зависимость ребенка от вашей поддержки и подсказки, предоставляйте максимально возможную степень самостоятельности.

**Преодолевайте негативизм.** Трудности в адаптации ребенка к быту семьи, его отказ что-либо сделать часто

