

Сенсорные особенности детей с РАС.

На сегодняшний день доказано, что многие проблемы в поведении связаны с тем, что люди с РАС воспринимают и перерабатывают сенсорную информацию качественно иначе, чем нейротипичные.

У большинства детей с РАС обнаруживается целый ряд отклонений в сенсорной сфере.

В области тактильного восприятия: в младенческом возрасте отмечается отрицательная эмоциональная реакция на прикосновения, пеленание, купание, в более старшем — непереносимость одежды, обуви, чистки зубов. У другой группы детей с РАС наблюдается слабая реакция на прикосновения, мокрые пеленки, холод.

В области зрительного и слухового восприятия: непереносимость яркого света, громких звуков у одной группы детей с аутизмом и слабая реакция на них у другой. В ряде случаев аутичные дети ошибочно оценивались как глухие. Снижение ориентировки на речевые сигналы, невнимание к речи другого человека, его мимике, взгляду оказывают в дальнейшем тормозящее влияние на развитие коммуникативной стороны речи.

Особенности сенсорной сферы детей с расстройствами аутистического спектра становятся источником проблем в обучении и приводят к различным видам дезадаптивного поведения. Многие трудности, вызванные сенсорными особенностями детей с РАС, можно преодолеть, создавая особую сенсорную среду или используя специальное оборудование. При этом особенности восприятия каждого ребенка с РАС строго индивидуальны. Поэтому для создания оптимальных условий обучения каждый раз необходимо исследовать сенсорную сферу ребенка и опираться именно на его индивидуальные особенности.

При наличии у ребенка значимых сенсорных нарушений часто бывает необходима консультация специалиста, который поможет понять проблемное поведение, связанное с необычной сенсорной чувствительностью.

Задача специалиста — на основании полученного сенсорного профиля создать комфортную обстановку для обучения ребенка, убрав все непереносимые раздражители. Ими могут быть предметы или явления, не приносящие обычным людям явный дискомфорт, например, яркий свет лампы, запах дезодоранта, громкий голос преподавателя и т.п.

Помимо исключения неприятных для ребенка с РАС сенсорных раздражителей, важно обеспечить ему возможность получать приятные ощущения. Получение приятных сенсорных ощущений помогает ребенку успокоиться. Именно это становится причиной того, что многие дети с РАС трясут руками, раскачиваются, постоянно произносят какие-то фразы или издают звуки, стучат по парте и т.п. Такие стереотипные формы поведения и аутостимуляции (стимминг) у людей с РАС являются попыткой сохранить неизменность, комфортность среды, справиться с сенсорной перегрузкой, отрегулировать сенсорную систему.

О.Б. Богдашина приводит несколько примеров разных функций самостимуляции :

- защитная, чтобы уменьшить боль, возникающую из-за гиперчувствительности или сенсорной перегрузки, например: ребенок с гиперчувствительностью в слуховой сфере в условиях сенсорной перегрузки (голоса детей в классе) рассказывает самому себе стихи или повторяет определенные фразы
- самостимулирующая, чтобы улучшить восприятие поступающей информации в случае пониженной чувствительности, например: ребенок постоянно лижет и сосет жесткие предметы, стимулируя таким образом низкую тактильную чувствительность рецепторов рта;
- компенсирующая, чтобы понять окружающую обстановку в случае «недостоверной» сенсорной информации (при фрагментарном, искаженном восприятии), например: один ребенок из-за фрагментарного восприятия не мог запомнить окружающих его людей (т.к. не видел человека целиком, а воспринимал его как набор разных частей тела); для запоминания он ориентировался на обувь: вид обуви и ее разглядывание давали ему достоверную информацию о человеке и успокаивали;
- создание приятных ощущений, что помогает «уйти в себя», отдалиться от сбивающей с толку и подавляющей окружающей обстановки. Это похоже на сенсорную защиту, но в данном случае ребенок сознательно использует приятные ощущения для «отдыха», «ухода от реальности», например: ребенок стереотипно фантазирует при каждом удобном случае, таким образом отдыхая и регулируя свое состояние.

Если аутоstimуляция служит средством компенсации, то разумно поддерживать такое состояние, хотя многих родителей сильно огорчает подобное поведение их ребенка, поскольку оно привлекает внимание окружающих и, по мнению родителей, именно оно приводит к тому, что ребенок воспринимается другими людьми как «ненормальный» или больной.

Специалист обязательно должен разъяснить родителям причины подобного поведения, его функцию, и попытаться убедить их относиться к нему более спокойно. С другой стороны, поглощенность стереотипными формами поведения может препятствовать обучению и социализации. Для достижения ребенком комфортного состояния специалист может организовывать сенсорную стимуляцию социально приемлемым способом (например, качание на качелях или вращение на карусели). Это может предотвратить другие социально неприемлемые формы аутоstimулирующего поведения. Кроме того, родитель или учитель могут использовать сенсорные игры, обеспечивающие приток «сенсорной пищи».

Нужно помнить, что способность людей с РАС последовательно и целостно воспринимать физический мир, снижена, также отсутствует устойчивая база для более сложного поведения. В связи с этим возможность адаптироваться к окружающему миру сильно ограничена. Слишком большая сенсорная перегрузка может привести к «остановке» работы системы, и ребенок перестанет воспринимать и осмысливать окружающую его информацию. Попытки активно воздействовать на него в эти моменты (например, говорить «посмотри на меня» или «слушай внимательно») только ухудшат ситуацию: ребенок еще больше может «уйти в себя», или появится аутоагрессивное поведение.

Специально организованная внешняя среда, «сенсорная диета» обеспечивают комфортное состояние ребенка с РАС и повышают общий уровень продуктивности его деятельности. Каждому специалисту, работающему с детьми с РАС, необходимо:

- иметь общие представления о функциях и нарушениях сенсорных систем;
- понимать функции самостимулирующего поведения, разделять сенсорные ощущения на комфортные и не комфортные для ребенка;
- понимать, что у каждого ребенка с аутизмом есть свой собственный индивидуальный сенсорный профиль (нет двух одинаковых детей с РАС);
- уметь пользоваться диагностическим инструментарием для определения индивидуального сенсорного профиля ребенка;
- организовывать окружающую среду (в том числе уметь подбирать необходимое сенсорное оборудование) для снижения дискомфортных ощущений;
- подбирать подходящие обучающие материалы и методы работы;
- предоставлять ребенку возможности получать приятные ощущения безопасным для него способом для регуляции эмоционального состояния.

Таким образом, при планировании работы с ребенком с расстройством аутистического спектра необходимо учитывать особенности его сенсорных систем. Ниже представлены игры, воздействующие на сенсорные системы.

Игры, 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 **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, мигающие игрушки, сенсорные бутылки, игры, в которых нужно бросать предметы, попадая в цель, специальное место для сенсорной разгрузки.

Виды активности, воздействующие на проприоцептивную систему: крепкие объятия, массаж, батут, различные упражнения, требующие физических усилий.

Виды активности, воздействующие на *вестибулярную систему*: качели, велосипед, батут, карусель.

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), игры «угадай вкус».

Важно также включать виды активности, направленные на развитие координации и владение телом.

Литературные источники:

1. Сенсорные особенности детей с расстройствами аутистического спектра. Стратегии помощи. Методическое пособие / Манелис Н.Г., Никитина Ю.В., Феррой Л.М., Комарова О.П. / Под общ. ред. А.В. Хаустова, Н.Г. Манелис. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2018. 70 с.