Рекомендации для родителей детей с РАС.

 Основное и самое главное, что нужно родителю во время воспитания - это набраться терпения и верить в благоприятный исход и максимально эффективное развитие ребенка с РАС в силу его психофизиологических особенностей.

Так же важно не забывать о самих себе, не замыкаться на доме и не отгораживаться от родных, близких, друзей и в целом от внешнего мира. Не лишайте себя важных лично для вас потребностей. Переключение и смена деятельности пойдет на пользу вам и вашему ребенка, позволит сделать передышку и поможет оставаться в ровном эмоциональном состоянии.

Вступайте в сообщества родителей, которые воспитывают детей с подобным диагнозом, принимайте их положительный опыт и делитесь своим. Не пренебрегайте советами специалистов педагогического (дефектолог и психолог) и медицинского (психиатр, невролог) профиля.

Организуйте для ребенка жизненное пространство, разделив жилую площадь на сектора: бытовую, игровую, учебную. Эти зоны можно выделить визуально понятным для ребенка образом, разметив их цветным скотчем. Комната ребенка должна быть оформлена в теплых, успокаивающих тонах с мягким электрическим освещением. Это поспособствует созданию для ребенка комфортной, уютной среды и ощущению чувства безопасности. Так же в доме в недоступности для ребенка должны храниться острые, тяжелые, бьющиеся и прочие предметы, которые могут нести опасность и причинить вред ребенку.

В жизни ребенка с РАС должен строго соблюдаться определенный режим и ритм, с соблюдением ежедневных ритуалов. Организация четкого распорядка и режима дня помогает детям в усвоении бытовых навыков. При обучении стереотипам поведения в быту требуйте от ребенка выполнить какое-либо действие, которое ему под силу. Соблюдайте принцип «от простого к сложному», и действуйте в тактике «мелких шагов».

Все взрослые, участвующие в процессе обучения и воспитания, должны действовать в одном ключе - схема действия должна быть во всех случаях одинаковой. Будьте последовательны, придерживайтесь одного и того стиля поведения при повторяющихся ситуациях. Если существует запрет на какое-то действие ребенка, то запрет этот должен соблюдаться всегда и всеми членами семьи. Терпеливо объясняйте ребенку смысл его деятельности.

Общение родителя с ребенком должно быть частым и обязательно эмоционально насыщенным. Эмоциональный окрас звукосочетаний простимулирует и вызовет у ребенка заинтересованность к внешнему миру, что поспособствует потребности в контакте, разовьет любознательность и даст толчок для изменения собственного эмоционального состояния.

Проявляйте тактильный контакт к ребенку тогда, когда он к этому готов. Играйте в контактные игры, такие примитивные развлечения помогают развивать тактильные навыки. Любую игру, особенно новую, проигрывайте много раз, сопровождая каждое действие комментариями, чтобы ребенок учился не только слушать, а главное - слышать и понимать правила, и чтобы игра превратилась в ритуал.

Занимайтесь с ребенком лечебной физкультурой (ЛФК). ЛФК развивает не только координацию движений и укрепляет здоровье, но еще и способно прекрасно снимать психоэмоциональное напряжение и развивать мыслительные процессы (понимание пространственных представлений: право -лево, верх-низ).

Не балуйте ребенка, избегайте проявлений гиперопеки, предупреждайте вседозволенность и не делайте всю работу за ребенка. Приучитесь отказывать, говорить ребенку «нет». Но и обязательно хвалите ребенка, даже за самые маленькие его достижения. Ведь каждое правильно выполненное действие ребенком с РАС является титаническим прыжком на пути к развитию.