

Департамент образования и науки Тюменской области  
Государственное автономное профессиональное образовательное  
учреждение  
Тюменской области «Тюменский колледж производственных и  
социальных технологий»  
(ГАПОУ ТО «ТКПСТ»)

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ПРОВЕДЕНИЕ АКЦИИ «ЗАЖГИ СИНИМ»  
ПРИУРОЧЕННОЙ К ВСЕМИРНОМУ ДНЮ РАСПРОСТРАНЕНИЯ  
ИНФОРМАЦИИ О ПРОБЛЕМЕ АУТИЗМА**



**Тюмень, 2024 г.**

Авторы: Болотова Татьяна Борисовна, методист инклюзивного образования ГАПОУ ТО «Тюменский колледж производственных и социальных технологий»

Болотова Анна Борисовна, сурдопереводчик ГАПОУ ТО «Тюменский колледж производственных и социальных технологий»

Аннотация: в данных методических рекомендациях освещена история возникновения акции «Зажги синим», психолого - педагогические особенности детей с расстройствами аутистического спектра. Рассматриваются правила поведения с людьми с РАС. Приведены рекомендации по проведению акции «Зажги синим» в профессиональных образовательных организациях. Методические рекомендации адресованы педагогическим работникам, родителям, студентам.

© Болотова Т.Б.,  
©Болотова А.Б.,  
© БПОО,  
РУМЦ  
©2024г

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	4
ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ АКЦИИ «ЗАЖГИ СИННИМ» .....	5
АУТИЗМ: ПРИЧИНЫ, СИМПТОМЫ, ПОСЛЕДСТВИЯ .....	6
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ С РАС.....	11
ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ С РАС .....	16
РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРОВЕДЕНИЮ АКЦИИ «ЗАЖГИ СИННИМ».....	18

## ВВЕДЕНИЕ

2 апреля - день распространения информации о проблеме аутизма. Ежегодно в эту дату по всему миру проводятся различные информационные и благотворительные акции, направленные на распространение информации о детях с аутизмом, их возможностях и особенностях.

Обычный человек немного знает об аутизме. Информация об этом заболевании самая неполная и противоречивая. Аутистические нарушения могут быть выражены в разной степени. Некоторые люди с аутизмом говорят мало, другие не говорят совсем, они могут быть высокоинтеллектуальными и с умственной отсталостью, одни игнорируют общество людей, а другие нет, одни имеют ярко выраженные проблемы поведения, а у других только их отдельные признаки. Вот почему символ аутизма - пазлы, несобранные в общую картину.

Специалисты бьют тревогу и называют аутизм эпидемией 21 века. Ещё несколько десятилетий назад аутизму был подвержен 1 из 10 000 детей. На сегодняшний день, каждый 70-й ребенок на планете страдает расстройством аутистического спектра. Им нужна наша помощь, наше понимание и наша терпимость. И порой 3-5-7-летний ребенок, орущий и катающийся по полу в супермаркете, на самом деле вовсе не избалован родителями, а оглушен и напуган до невозможности навалившимися на него ощущениями. Очень часто проблемой становится отношение окружающих. Возникший социальный барьер мешает детям. Из-за отсутствия достоверной информации о диагнозе детей не берут на занятия в кружки и секции, косо смотрят в общественных местах. Мы хотим изменить эту ситуацию, но для этого необходимо, чтобы как можно больше людей знали о детях и их особенностях.

Ежегодно в знак солидарности с людьми с аутизмом и их семьями, а также для привлечения внимания общественности к проблемам аутизма в мире проходит акция «Зажги синим». Синий – официальный цвет организации.

Поэтому возникла идея проведения акции «Зажги синим» в ГАПОУ ТО «Тюменский колледж производственных и социальных технологий».

Цель акции «Зажги синим»: привлечение внимания обучающихся, педагогического состава, родителей к проблемам аутизма.

Задачи акции:

- знакомство с проблемой детского аутизма;
- воспитание у всех участников образовательного процесса общечеловеческих ценностей;

- формирование толерантного отношения к людям с РАС;
- создание для обучающихся с РАС психологически комфортной образовательной среды в профессиональных образовательных организациях, обеспечивающей адекватные условия и равные с обычными детьми возможности для получения образования.

### **ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ АКЦИИ «ЗАЖГИ СИНИМ»**

Вечером 2 апреля многие памятники архитектуры в разных городах мира предстают в непривычном, фантастическом освещении. Это происходит в знак поддержки людей с аутизмом.

Международная акция «Зажги синим» проводится ежегодно 2 апреля, во Всемирный день распространения информации об аутизме. Великие пирамиды в Гизе (Египет), оперный театр в Сиднее (Австралия), статуя Христа Искупителя в Рио-де-Жанейро (Бразилия), небоскребы в Нью-Йорке (США), Пизанская башня (Италия) и другие достопримечательности подсвечивают синим в знак солидарности с людьми с аутизмом.

Синий – официальный цвет неправительственной организации по защите прав людей с аутизмом Autism Speaks, которая придумала эту акцию. Другой символ аутизма – фрагмент пазла.

2 апреля ежегодно с 2008 года проводится Всемирный день распространения информации о проблеме аутизма. Он был установлен резолюцией 62/139 Генеральной Ассамблеи ООН от 18 декабря 2007 года, в которой указывается на необходимость обеспечения детям и взрослым с аутизмом "возможности жить полной и содержательной жизнью". Также в документе содержится призыв выполнять Конвенцию о правах людей с инвалидностью (принята в декабре 2006 года, вступила в силу в мае 2008 года), утверждающую принцип соблюдения всех прав человека и основных свобод в отношении инвалидов.

Цель Дня - привлечь внимание общественности к необходимости помогать людям с аутизмом и повышать качество их жизни.

В 2005 году в США по инициативе Боба и Сюзанны Райт, у внука которых диагностировали аутизм, была основана организация Autism Speaks ("Аутизм говорит"). Сегодня это одна из наиболее авторитетных структур в мире, занимающихся проблемами данного заболевания. Она поощряет научные исследования в этой области, а также осуществляет ряд благотворительных и просветительских программ.

В числе ее самых известных акций - "Зажги синим", которая проводится с 2010 года. Она заключается в том, что 2 апреля во многих

городах мира в 20:00 (по местному времени) включается синяя или голубая подсветка известных зданий. Синий (голубой) цвет выбран в связи с тем, что в большинстве стран он ассоциируется с мальчиками (с девочками - розовый), а аутизм, по данным экспертов, выявляется у мальчиков примерно в пять раз чаще, чем у девочек (у одного из 42 мальчиков и одной из 189 девочек).

В настоящее время в акции участвуют порядка 150 стран. В России она проводится с 2013 года Фондом содействия решению проблем аутизма "Выход" (учрежден в 2012 году сценаристом и режиссером Авдотьей Смирновой) при поддержке Комиссии Общественной палаты РФ по социальной политике, трудовым отношениям и качеству жизни граждан и Агентства социальной информации и информационно-аналитического портала "Социальная карта Российской Федерации".

В Москве подсвечиваются такие здания, как Центральный Манеж, Музей космонавтики, магазин "Детский мир" на Воздвиженке, Центральный телеграф, Театр Ермоловой и др.

Акция проходит также во многих городах Российской Федерации.

### **АУТИЗМ: ПРИЧИНЫ, СИМПТОМЫ, ПОСЛЕДСТВИЯ**

Аутизм – расстройство, возникающее вследствие нарушения развития головного мозга и характеризующееся выраженным и всесторонним дефицитом социального взаимодействия и общения, а также ограниченными интересами и повторяющимися действиями. Все указанные признаки начинают проявляться в возрасте до трёх лет. Схожие состояния, при которых отмечаются более мягкие признаки и симптомы, относят к расстройствам аутистического спектра.

Впервые аутизм был описан американским клиницистом Лео Каннером в 1942 году, в 1943 году сходные нарушения у старших детей описал австрийский ученый Ганс Аспергер, а в 1947 году – советский ученый Самуил Мнухин.

Долгое время считалось, что характерная для аутизма триада симптомов вызывается некоей общей причиной, действующей на генетическом, когнитивном и нейрональном уровнях. Однако в настоящее время всё большую силу набирает предположение о том, что аутизм, напротив, представляет собой сложное расстройство, ключевые аспекты которого порождаются отдельными причинами, часто действующими одновременно.

В большой степени развитие аутизма связано с генами, однако генетика аутизма сложна и неясна, что оказывает преобладающее влияние на появление расстройств аутистического спектра – взаимодействие множества генов либо редкие мутации, имеющие сильный эффект.

В настоящее время РАС считается полиэтиологическим заболеванием, т. е. может развиваться вследствие нескольких факторов. Среди причин выделяют:

- Генетические факторы. В последние годы в России и за рубежом велись исследования по выявлению генов, ответственных за возникновение РАС. Согласно последним данным, около половины этих генов широко распространены в популяции, но проявление заболевания зависит от их сочетания между собой и факторов окружающей среды.

- Структурные и функциональные нарушения головного мозга. С появлением магнитно-резонансной томографии (МРТ) расширились возможности изучения головного мозга. Благодаря этому стало известно, что у людей с РАС изменено строение различных структур мозга: в лобных долях, мозжечке, лимбической системе и стволовом отделе головного мозга. Имеются данные об изменении размера головного мозга у детей с симптомами аутистического спектра по сравнению со здоровыми детьми: при рождении он уменьшен, затем резко увеличивается в течение первого года жизни. При аутизме также отмечается нарушение кровоснабжения головного мозга, а в части случаев расстройству сопутствует эпилепсия.

- Биохимические изменения. Множество исследований было посвящено нарушению обмена веществ головного мозга (нейромедиаторов), которые участвуют в передаче импульсов между нервными клетками. Например, у 1/3 детей с РАС был увеличен серотонин в крови. По результатам других исследований, у всех детей с аутизмом наблюдалось повышение глутамата и аспартата в крови. Предполагается также, что аутизм, как и ряд других заболеваний, может быть связан с нарушением усвоения некоторых белков: глютена, казеина (исследования по этому направлению ведутся до сих пор).

В случае с расстройствами аутистического спектра примерно половина родителей замечают необычное поведение ребёнка по достижении 18 месяцев, а к 24 месяцам на отклонения обращают внимание уже 80% родителей. Поскольку задержка лечения может повлиять на долгосрочный результат, ребёнка следует

незамедлительно показать специалисту при наличии любого из следующих признаков:

- к 12 месяцам жизни ребёнок ещё не лепечет;
- к 12 месяцам не жестикулирует (не указывает рукой на предметы, не машет рукой на прощанье и т. п.);
- к 16 месяцам не выговаривает слов;
- к 24 месяцам не произносит спонтанно фразы из двух слов (за исключением эхолалии);
- если в любом возрасте происходит потеря какой-либо части языковых или социальных навыков.

По сведениям ВОЗ, аутизм может приводить к преждевременной смерти - при средней продолжительности жизни в мире в 72 года у больных с этим диагнозом она составляет 36 лет.

Аутизм распространен во всех регионах мира. В США, по данным Центров по контролю и профилактике заболеваний с РАС, рождается каждый 68-й ребенок. В России, по информации портала [autizmy-net.ru](http://autizmy-net.ru), этот диагноз ставят каждому 88-му ребенку.

Симптомы аутизма примерно такие:

- отказ от общения, самоизоляция,
- ограниченность интересов,
- бедность выражения эмоций,
- задержка речевого развития,
- стереотипные формы поведения,
- неадекватная реакция на сенсорные раздражители.

Но благодаря своевременной диагностике и ранней коррекционной помощи часть детей с этим заболеванием можно адаптировать к жизни в обществе.

Симптомы аутизма у взрослых:

- плохо понимают, что думают или чувствуют другие люди;
- испытывают трудности с тем, чтобы заводить друзей;
- могут казаться грубыми или не заинтересованным в других людях;
- с трудом описывают свои чувства;
- воспринимают вещи очень буквально, плохо понимают сарказм;
- плохо усваивают социальные правила;
- избегают зрительного контакта;
- не любят, когда кто-то прикасается к ним или подходит слишком близко;

- замечают мелкие детали, узоры, запахи или звуки, на которые не обращают внимание другие люди;
- испытывают повышенный интерес к узкоспециализированным занятиям;
- тщательно планируют дела, прежде чем их начинать.

«Для аутичного ребенка вообще весь мир, который он воспринимает, сенсорно избыточен. То есть свет слишком яркий, звук слишком громкий, прикосновения могут быть даже болезненными. Он как будто обжегшийся об мир», – рассказал руководитель центра реабилитации детей «Наш солнечный мир» Игорь Шпицберг.

Темпл Грандин, американский профессор с аутизмом, описала свое заболевание с помощью такого образа: мозг – это многоэтажный дом, опирающийся на фундамент, в подвале которого находится система отопления, где проведены коммуникации, обустроена работа какой-то организации, а на самом верхнем этаже сидит администрация. И вот кому-то с верхнего 22-го этажа нужно периодически спускаться вниз и проверять, как работают стояки и трубы, кому-то – бегать на 16-й этаж в бухгалтерию, а кому-то на 10-й в конференц-зал, проводить встречи с клиентами. У аутиста есть все те же самые 22 этажа с аналогичными функциями, но не работают лифты, а потому бежать с 22-го на 10-й приходится по лестнице.

Людам с аутизмом порой удается донести до окружающих свое восприятие мира, и тогда выясняется, что пропасть между ними и людьми нормотипическими не так уж и велика.

«Понял, что боюсь высоты наоборот. Если стою на 18-м этаже и смотрю вокруг, то не страшно. А вот если я стою внизу и смотрю на здание МИДа (высотка), то теряю равновесие. Удивлен этим», – написал недавно в Facebook Никита Щирук, один из тех людей с аутизмом, которые способны выразить свои мысли и чувства.

«Много чего боюсь и стесняюсь. Чувствую себя к жизни неприспособленным. Сам не могу выбрать товар, сдачу боюсь посчитать, сказать, если что-то не так, в глаза прямо человеку. Вот этого я боюсь», – признается Валентин Юнин, другой молодой человек с аутизмом.

А это строки из стихотворения, написанного восьмилетней девочкой Соней Шаталовой:

«Мне скоро девять.

Это вечность

В сравненье с временем костра.

Но он согрел людей.

А я?»

Среди людей с аутизмом встречаются очень талантливые, они могут иметь уникальные способности в музыке, математике, компьютерных технологиях. Например, Федя Назаров, имеющий расстройство аутистического спектра, в пять лет на слух играл Седьмую симфонию Бетховена. Артем Шилин из Воронежа сумел поступить в американский университет Full Sail University при киностудии Universal, где учится музыке, и оценки у него самые высокие.

«У меня есть мальчик, который пишет километровые поэмы абсолютно классическим пятистопным ямбом. Причем делает это очень быстро, не отрывая ручку от бумаги. Но если рассматривать Алешу с точки зрения нормального социума, то, наверное, он умственно отсталый человек», – рассказала Любовь Аркус.

А в Калифорнии есть студия «Исключительные разумы», куда принимают выпускников средних школ с аутизмом и обучают их мультипликации и созданию визуальных эффектов. Завершив учебную программу, эти люди выполняют работы по контрактам для крупных кинокомпаний.

Дефицит информации порождает много мифов, что приводит к предубеждениям и ложному представлению о людях с аутизмом. Им приписывают особенности поведения, которых у них нет.

««Аутисту не присуще все то, за что его принято бояться», – сказала Любовь Аркус.

– Истерики, страшные срывы, повышенная тревожность – это корректируется, если человека адаптируют к социуму и развивают его таланты.

Отчего возникают эти страшные проявления?

Не оттого, что человек – аутист. Они возникли бы у любого здорового человека, оторви его от всего и посади в комнате. Понимаете?

Это не имманентно присуще аутизму, это то, что возникает из-за жизни человека, которая ему суждена».

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ С РАС

Расстройства аутистического спектра не является отдельным диагнозом, он обозначает группу состояний, а также отражает идею о высокой вариабельности проявлений и выраженности аутистических нарушений, значительных различий на уровне речевого, когнитивного развития детей этой группы.

Раннее развитие детей, у которых выявляются РАС, исследователи отмечают, что существуют несколько вариантов того, как и когда проявляются симптомы аутизма. У части детей особенности взаимодействия с другими людьми отмечаются уже в первые месяцы жизни, вызывая беспокойство со стороны близких, хотя члены семьи и не всегда могут озвучить свои тревоги специалистами. Другая часть детей развивается в варианте, приближенному к обычному, а особенности ребенка становятся видны его близким по мере взросления (что часто связывается с возрастанием требований к качеству и содержанию взаимодействия с взрослыми и сверстниками, предъявляемых ребенку по мере взросления), или же происходит регресс в речевом, социальном развитии ребенка, когда близкие замечают у него потерю имеющихся достижений. Начав проявляться в младенчестве или раннем детстве, к трем годам симптомы расстройств аутистического спектра становятся явными.

Выделяют четыре группы развития детей с РАС, для каждой из которых характерен свой способ отгораживания от внешнего мира:

Первая группа. Полная отрешенность от происходящего вокруг, при попытках взаимодействия с ребенком характерно явление крайнего дискомфорта. Отсутствие социальной активности, даже близко трудно добиться от ребенка какой-либо ответной реакции: улыбки, взгляда. Дети данной группы стараются не иметь никаких точек соприкосновения с окружающим миром, они могут игнорировать жизненно важные, витальные потребности, например, голод. Очень тяжело переносят взгляд глаза в глаза и избегают различных телесных контактов.

Вторая группа. Активное отвержение окружающей среды. Характеризуется не как отрешенность, а как тщательная избирательность в контактах с внешним миром. Ребёнок общается с ограниченным кругом людей, зачастую это родители, близкие люди. Проявляет повышенную избирательность в еде, одежде. Любое нарушение привычного ритма жизни ведёт к сильной аффективной реакции. Детям данной группы более, чем другим, свойственно

испытывать чувство страха, на которое они реагируют агрессивно, бывает, что агрессия принимает формы аутоагрессии (агрессии, направленной на себя). Несмотря на всю тяжесть различных проявлений, эти дети гораздо более адаптированы к жизни, чем дети, относящиеся к 1 группе.

Третья группа. Захватченность аутистическими интересами. Дети этой группы стараются укрыться от окружающего мира в своих интересах, при этом их занятия имеют форму устойчивого повторения (стереотипичная форма) и не носят познавательного характера. Увлечения носят циклический характер, ребёнок может годами разговаривать на одну и ту же тему, рисовать или воспроизводить один и тот же сюжет в играх. Интересы зачастую носят мрачный, устрашающий, агрессивный характер.

Четвертая группа. Чрезвычайная трудность во взаимодействии с окружающей средой. Наиболее лёгкий вариант проявления РАС. Основной чертой является повышенная эмоциональная ранимость, что проявляется в избегании отношений, если ребёнок чувствует какую-либо преграду.

У аутистов обычно нарушены коммуникативные способности, т.е. способность к общению с другими людьми. Первые признаки детей-аутистов могут выражаться уже в возрасте до 2 лет. Могут проявляться как симптомы легкой формы, когда нарушен контакт глаза-в-глаза, так и более тяжёлые, когда он полностью отсутствует.

Аутисты часто не участвуют в диалоге. Обычно то, как выражается другой человек, ими воспринимается как нечто непонятное. Речь аутистов обычно монотонная, лишённая эмоций. Фразы чаще всего оборваны, например, аутист произносит: «хочу воды», вместо того, чтобы сказать «я хочу воды». Часто люди, страдающие аутизмом, повторяют предложения и фразы, сказанные другими людьми. Например, вы можете сказать: «Посмотри на самолёт!», а ребёнок или взрослый повторяет: «Самолёт», не понимая, что произносит. Такое повторение слов и фраз носит название эхолалия. В то время как многие люди полагают, что это признак ума (повторение песен и др.), аутисты чаще всего не понимают содержания того, что говорят.

Аутичные дети испытывают трудности различения простых плоскостных форм; трудности цветового различения; трудности восприятия объема предметов небольшой величины. В своем восприятии ребенок ориентируется на ограниченный набор зрительных

признаков объекта. Поэтому работая с такими детьми необходимо тренировать их в различении зрительных характеристик. Зрение аутичных детей отличается повышенной чувствительностью к свету. Яркий искусственный свет может быть для них раздражающим, так как производит блики (по этой причине они иногда смотрят на предметы из уголков глаз) и вызывает дополнительную нагрузку на глаза. Кроме того, некоторые аутичные дети страдают от эпилепсии, а определенные вспышки света, блики могут вызвать у них эпилептический припадок.

Слух у аутичных детей также имеет свои особенности. Наблюдается повышенная чувствительность к фоновым шумам. Дети не могут их «отключить», и окружающая атмосфера превращается для них в хаос.

Осязание аутичного ребенка характеризуется тем, что у многих детей через нервы проходят измененные сигналы. По этой причине не стоит ожидать, что общение с аутистом будет происходить посредством прикосновения.

Обоняние аутичного ребенка характеризуется гораздо большей восприимчивостью к различным запахам, чем у обычных людей. Список запахов, вызывающих дискомфорт, довольно обширный и индивидуален в каждом конкретном случае. Чаще это различные духи, шампуни, продукты питания и др.

Вкус является очень мощным чувством у аутичных детей. Вкусовые ощущения у них усиливаются в несколько раз. Это надо принимать во внимание, если будут использоваться в работе вкусовые стимулы.

Отмечается болезненная гиперестезия к обычным раздражителям. Помимо искажения психического развития, наблюдается выраженная эмоциональная незрелость детей. Поэтому необходимо помнить следующее:

- ребенок с аутизмом легко пресыщается даже приятными впечатлениями;
- он часто действительно не может подождать, ему надо получить значимый результат как можно быстрее, поэтому ему надо дать понять, что результат совместной работы зависит и от его участия;
- аутичному ребенку нельзя предлагать ситуацию выбора, в которой он самостоятельно беспомощен;
- восприятие информации у ребенка спонтанно, произвольно, при этом усвоение происходит очень избирательно;

– аутичному ребенку нужно время для того, чтобы пережить полученное впечатление или информацию, поэтому характерны отсроченные реакции, стремление стереотипизировать взаимодействие с окружающим;

– интерес аутичного ребенка направлен в основном на мир предметов;

– аутичные дети имеют тенденцию к использованию периферического зрения.

Болезненная гиперестезия и эмоциональный дискомфорт приводят к повышенной боязливости, легкости возникновения страхов у детей с аутизмом. У них часто отмечаются страхи, вызываемые самыми обычными предметами (шум бытовых приборов, воды, ветра), которые могут сохраняться годами. Аутистические страхи связаны с искаженным восприятием окружающего мира, который воспринимается на основании отдельных аффективно значимых признаков, а не целостно. Предметы воспринимаются по своим аффективным признакам – как приятные или неприятные. Стойкие страхи способствуют эмоционально отрицательному представлению об окружающем мире, препятствуют формированию его устойчивости и тем самым вторично усиливают страх перед ним. Чтобы справиться со страхом, ребенок использует различные защитные действия и движения, носящие характер ритуалов. Детям данной категории присуще стремление поддерживать и сохранять неизменность окружающей обстановки. Ребенок может отреагировать бурным и непонятным для других людей возбуждением в ответ на незначительные изменения в окружающей обстановке. Такой выраженный страх изменений сильно затрудняет адаптацию к новым условиям (еде, одежде, обстановке, маршрутам прогулок и т. д.). К этому примыкает непереносимость взгляда в глаза – живое человеческое лицо оказывается для аутичного ребенка до болезненности сильным раздражителем.

Кроме того, среди детей с аутизмом распространены самостимулирующие действия, отличающиеся особой навязчивостью. Выделяют следующие формы самостимулирующих действий:

– визуальная (постоянно моргает, шевелит пальцами перед глазами);

– слуховая (щелкает пальцами, издает голосовые звуки, вертит предмет на столе);

- тактильная (скребет или трет кожу руками или каким-либо предметом);
- вестибулярная (раскачивания);
- вкусовая (засовывает части тела или предметы в рот, лижет их);
- обонятельная (нюхает различные предметы или обнюхивает людей).

У подавляющего большинства детей с аутизмом имеются нарушения моторики, различающиеся по характеру и степени выраженности: тики, тремор, кататония, застывание в одной позе, вычурные жесты. Типичным является ограниченный репертуар движений, повторяемых бесконечно без всякой видимой цели.

Практически у всех детей с аутизмом имеется специфика интеллектуального развития. Отмечаются нарушения целенаправленности и пресыщаемость интеллектуальной деятельности, вычурность мышления.

Познавательные процессы детей с аутизмом очень своеобразны. В развитии мышления отмечаются серьезные трудности целенаправленного разрешения задач, возникающих в реальной жизни. Детям свойственны трудности символизации, переноса действий из одной ситуации в другую, что связано с нарушением способности к обобщению и абстрагированию. Такому ребенку сложно понять развитие ситуации во времени, разграничить в последовательности событий причины и следствия. Исследователи отмечают трудности в понимании логики другого человека, в учете его намерений и мнения. В развитии восприятия такого ребенка можно отметить нарушения ориентировки в пространстве, искажения целостной картины реального предметного мира и вычленение отдельных, аффективно значимых, сенсорных ощущений или ощущений собственного тела. Внимание ребенка с аутизмом произвольно, его практически невозможно привлечь.

В поле внимания ребенка попадают только те предметы и явления, которые являются привлекательными для него. В памяти ребенка информация усваивается целыми блоками. Воспринятые блоки информации не перерабатываются ребенком и используются в неизменной воспринятой извне форме. Следует отметить, что в некоторых случаях отдельная функция может быть очень развитой, например, ребенок может уже в раннем возрасте проявлять увлечение классической музыкой.

## ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ С РАС

### 1. Вести себя тише

- Разговаривайте спокойно, размеренным тоном. Дети с РАС (расстройствами аутистического спектра) не способны считать ваши эмоции с голоса: они реагируют на любое резкое изменение тона. Повышение или понижение голоса воспринимают как повод к беспокойству.

- Избегайте громких звуков. Ребята с этим отклонением часто имеют сверхчувствительный слух, поэтому многие звуки, которых не замечают другие дети, для них могут показаться болезненными.

- Не ссорьтесь в присутствии ребенка с РАС. Общаясь с ним употребляйте доброжелательные интонации в голосе, они воспринимаются детьми как позитивный фактор.

- Обращайте внимание на музыкальный фон в играх, мультфильмах, аудиокнигах. Исключите быструю, ритмичную музыку любых направлений. Звуки природы, размеренная, спокойная классика лучше подойдут для нервной системы особенных детей.

### 2. Уважение и порядок

#### **Что делать нельзя?**

- Разбираясь, как вести себя с ребенком – аутистом, подростком, как общаться с аутичным взрослым человеком, стоит упомянуть и о тех действиях, которые совершать нельзя.

- Большинство страдающих РАС, даже легкой формой, тяжело идут на контакт с родными людьми, не говоря уже о новых знакомых. Пугливы, и, как следствие, закрываются от общения.

- Одна неудачно оброненная фраза может свести к нулю общение с аутистом, который может прекратить взаимодействовать как с конкретным человеком, так и с другими, на долгий срок.

### 3. Особенные в общении

- Учитывайте прямолинейность собеседника. Люди с РАС плохо воспринимают иносказания, иронию. При этом прямолинейны и даже во взрослом возрасте плохо считывают чужие эмоции. Не всегда следуют неписанным общественным правилам. Но, говоря что-то, возможно, для вас неприятное, они не стремятся обидеть собеседника. Просто констатируют конкретный факт или задают действительно интересующий их вопрос.

- Не игнорируйте аутиста, не говорите о нем в третьем лице в его присутствии. Как только человек с РАС понимает, что в разговоре его

не учитывают или игнорируют, подчеркивая отличие от окружающих, он еще больше закрывается, погружаясь в свои переживания и чувство одиночества, считая, что общество отвергает его из-за отличий.

- Не нарушайте личные границы и не повышайте голос. Аутичные люди нервно реагируют на чрезмерные проявления эмоциональности и нарушение их личных границ. Повышение голоса пугает их, приводит к состоянию сильного стресса, от которого они будут долго восстанавливаться. А телесный контакт с не знакомым близко человеком воспринимается как жестокое нарушение границ.

- Если вы хотите прикоснуться к аутисту – спросите на это разрешение. Некоторые ребята успокаиваются, если их обнять, но это редкий случай. И далеко не от всех окружающих они готовы принять подобный близкий контакт.

- Не оказывайте помощь, о которой вас не попросили. В ситуации, когда человек с РАС ведет себя странно, а сопровождающие его реагируют не так, как вы считаете нужным – проигнорируйте происходящее. Родители и сопровождающие знают об особенностях больного больше вас. Стороннее вмешательство лишь усиливает стресс и усугубляет ситуацию. Если все же решили вмешаться, то перед тем как начать оказывать помощь, спросите, нужна ли она.

#### 4. Объяснить другим – облегчить общение

Рассказывайте окружающим о людях с особенностями, чтобы они лучше понимали трудности, с которыми сталкиваются эти малыши. И не реагировали на них слишком резко или негативно. Как правило, даже в детском саду ребята, узнавшие об особенностях аутиста из их группы, начинают вести себя дружелюбнее по отношению к нему, учитывают его потребности, чем, когда просто думают, что он странный.

Детям и взрослым необходимо рассказывать, как познакомиться, начать общаться и подружиться с аутистом. Эти люди не опасны для общества. И аутизм никак не связан с умственной отсталостью. Наоборот, такие люди талантливы в определённой области, склонны к искренним положительным эмоциям, открыты.

## РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРОВЕДЕНИЮ АКЦИИ «ЗАЖГИ СИНИМ»

1. Участники образовательного процесса могут прийти на занятия в синей одежде или с предметами синего цвета.

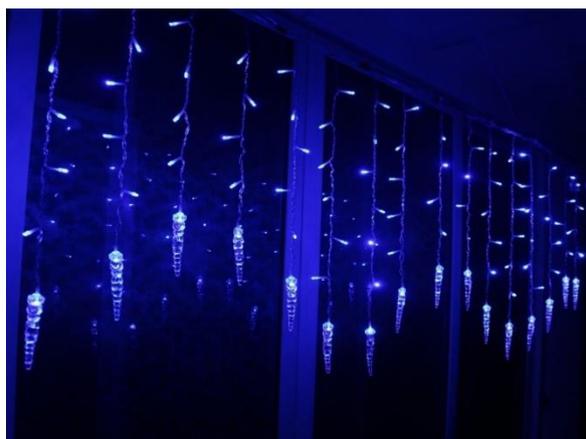


2. Поделиться информацией об акции и особенностях людей с расстройством аутистического спектра с помощью распространения информационных буклетов (Приложение 1).

2 апреля | Всемирный день распространения информации о проблеме аутизма



3. Подсветить синей лампой или гирляндой окна.



4. Организовать групповой просмотр фильмов: «Дети дождя», «Каждый 88», репортажей об аутизме (Приложение 2). Провести тематические беседы «Дети дождя», «Мы все разные».



5. Изготовить совместно со студентами плакаты с изображением синих цветов, сердец, ладошек.



6. Сделать фото участия обучающихся, педагогов, родителей в акции и опубликовать пост в социальных сетях с хэштегами:

[#зажгисиним](#)

[#2апреля](#)

**Аутизм, или расстройства аутистического спектра (РАС),** — термин, используемый для описания группы расстройств развития центральной нервной системы

Эти расстройства проявляются главным образом нарушениями в трех сферах:

### 1. Общение

Как человек общается с детьми и взрослыми (нарушения социального взаимодействия)

### 2. Разговор

Как человек разговаривает, пользуется ли жестами или выражением лица (нарушения в области коммуникации)

### 3. Поведение

Как человек ведет себя (своеобразие, ограниченность и стереотипность интересов и деятельности)

К расстройствам аутистического спектра (РАС) относятся: детский аутизм, атипичный аутизм, синдром Аспергера, органический аутизм и аутистическое расстройство. Все эти термины описывают разные проявления одного и того же нарушения. Аутизм часто сочетается с другими нарушениями. Значительная часть людей с РАС (от 25 до 50%) имеют сопутствующую умственную отсталость, часто у них имеются расстройства моторики и координации, проблемы с желудочнокишечным трактом, нарушения сна. Для людей с РАС также характерны особенности восприятия информации, трудности с концентрацией внимания и раздражительность.

**Ребенок с аутизмом может появиться в любой семье, вне зависимости от достатка, образования, социального статуса родителей. В том, что у ребенка аутизм, нет ничьей вины. Аутизм – не вина родителей, бабушек, дедушек и тем более, самого ребенка, а биологическое расстройство.**

К подростковому возрасту примерно у 10–30% детей с аутизмом развивается эпилепсия. У значительной части людей с аутизмом интеллект соответствует норме, нередко у людей с аутизмом есть удивительные способности в области зрительного восприятия, памяти, музыкального слуха, математики и других наук. Некоторые люди с аутизмом находят себя в искусстве благодаря своему необычному взгляду на мир.

**Вопреки распространенному мифу, люди с аутизмом не стремятся жить в собственном мире, наоборот, многие очень заинтересованы в общении с другими, способны устанавливать глубокие эмоциональные связи с важными для них людьми, однако не имеют достаточных навыков для того чтобы общаться так, как это делают их сверстники.**

Каждый человек с аутизмом уникален в своих проявлениях, и порой на первый взгляд сложно понять, что объединяет людей с расстройствами аутистического спектра. Некоторые (около 20–25%) так и не начинают говорить и общаются, используя альтернативные способы коммуникации (жесты, обмен карточками или письменный текст). Во взрослом возрасте им может требоваться много поддержки и заботы, они не могут жить самостоятельно. У других людей с аутизмом развивается речь и другие навыки социального взаимодействия, они могут посещать школу, поступать в высшие учебные заведения и работать.



**2 апреля был объявлен Генеральной Ассамблеей ООН Всемирным днем распространения информации о проблеме аутизма еще в 2007 году.**

2 апреля по всему миру зажигаются синие огни. Синим светом подсвечиваются здания, памятники, мосты и другие постройки в разных городах. Много семей вечером по всему миру погасят свет и зажгут синие фонари у себя дома.



Почему же именно синий? С чем связан выбор этого цвета? Дело в том, что, по статистике, аутизм встречается у мальчиков почти в 5 раз чаще, чем у девочек. За последние годы акция «Зажги синим!» (Light It Up Blue) приобрела широчайшую популярность.



Так же символом информированности о проблеме аутизма является ленточка с изображением пазла. Узор на ленточке символизирует сложность заболевания, разные цвета и формы – то, как много совершенно разных людей живёт с этим заболеванием.

## Что делать, если вы стали случайным свидетелем истерики, связанной с аутизмом?

1. Истерики у детей случаются нередко, и это касается не только детей с аутизмом. Однако гораздо труднее успокоить ребенка, если у него есть аутизм.
2. Важно понять, что ребенок в состоянии истерики уже прошел тот этап, когда он может прислушаться к чужим уговорам. Он потерял контроль над собой.
3. При наличии аутизма истерика связана с более высоким риском причинения себе вреда. Это может выглядеть очень страшно. Это также значит, что в этот момент приоритет родителей — это безопасность ребенка, а не удобства окружающих.
4. В первую очередь, вам необходимо помнить, что в случае аутизма нет никаких «рецептов на все случаи». Так что никакая реакция не может подходить для любой ситуации.
5. Самое главное — доверяйте родителям и их знанию своего ребенка. Всегда позволяйте семье играть ведущую роль в отношении ребенка.
6. Не бойтесь подойти к родителям и спросить, можно ли им чем-то помочь. Будьте готовы принять ответ «нет».
7. Если кто-то будет негативно комментировать ситуацию или возмущаться — отвечайте вместо родителей, что истерика была вызвана трудностями ребенка, и что ситуация не имеет отношения к родительскому воспитанию.
8. Продолжительность истерики может быть разной. Она не зависит ни от вас, ни от родителей. Лучшая помощь с вашей стороны — это ваше спокойствие и попытки успокоить окружающих.
9. Даже если вы просто предложите помощь и при этом проявите терпение и понимание, то уже одним этим шагом вы окажете родителям неоценимую поддержку.
10. Воздержитесь от каких-либо советов родителям. Скорее всего, это не первая истерика, с которой им приходится справляться



## Международная акция «ЗАЖГИ СИНИМ»

- ✓ прийти на занятие в синей одежде или с предметами синего цвета, разместить фото в социальных сетях с хэштегами #зажгисиним и #2апреля;
- ✓ написать материал или снять сюжет об акции и опубликовать пост в социальных сетях с хэштегами #зажгисиним и #2апреля;
- ✓ подсветить синей лампой или гирляндой окна, сделать фото и опубликовать пост в социальных сетях с хэштегами #зажгисиним и #2апреля;
- ✓ изготовить плакаты с изображением синих цветов, сердец, ладошек сделать фото и опубликовать пост в социальных сетях с хэштегами #зажгисиним и #2апреля;



**2 апреля — всемирный день информирования о проблемах аутизма**

**Апрель – месяц информирования об аутизме**

**Что такое аутизм?**

1. <https://yandex.ru/video/preview/15079352882068383339> - Каждый 88
2. <https://yandex.ru/video/preview/3141896342971867336> - Дети дождя
3. [https://www.youtube.com/watch?app=desktop&si=cawDDuug5n-ljGz4&embeds\\_referring\\_euri=https://yastatic.net/video-player/0xe7891f6f377/pages-common/youtube/youtube.html&source\\_ve\\_path=MjgyNDAsMjgyNDAsMjgyNDAsMjgyNDAsMjgyNDAsMTY0OTksMjg2NjQsMTY0NTA2&feature=emb\\_share&v=TaTWbfoAB00](https://www.youtube.com/watch?app=desktop&si=cawDDuug5n-ljGz4&embeds_referring_euri=https://yastatic.net/video-player/0xe7891f6f377/pages-common/youtube/youtube.html&source_ve_path=MjgyNDAsMjgyNDAsMjgyNDAsMjgyNDAsMjgyNDAsMTY0OTksMjg2NjQsMTY0NTA2&feature=emb_share&v=TaTWbfoAB00) – Аутизм. Акция #Зажги синим
4. <https://yandex.ru/video/preview/5847369893060510959> - Жизнь с аутизмом. Документальный фильм BBC
5. <https://www.1tv.ru/news/2021-04-02/404212-v-gorodah-rossii-vklyuchili-sinyuyu-podsvetku-dlya-privlecheniya-vnimanija-k-problemam-osobennyh-lyudej> - Репортаж 1 канала об акции Зажги синим