УДК 376.1

Особенности формирования социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра

Кушнарева Валентина Валерьевна
Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема
Магистрант

Аннотация
Статья посвящена проблеме изучения развития социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра. Даны определения понятий «социально-бытовые навыки» и «расстройство аутистического спектра». Раскрываются трудности, препятствующие самостоятельному одеванию, приёму пищи и повседневному общению таких детей. Определены способы и методы коррекционной работы по формированию социально-бытовых навыков у детей с РАС. Обоснована необходимость внедрения коррекционных программ с пошаговым обучением, визуальной поддержкой и игровыми методиками. Подчёркивается роль специалистов и семьи в коррекционной работе.
Ключевые слова: расстройство аутистического спектра, социально-бытовые навыки, процесс формирования, младший дошкольный возраст, избирательность в еде, обучение детей с аутизмом.

On the issue of developing social and everyday skills in children with autism spectrum disorders

Kushnareva Valentina Valerievna
Sholom-Aleichem Priamursky State University
Master student

Abstract
The article is devoted to the problem of studying the development of social and everyday skills in children with autism spectrum disorders. Definitions of the concepts “social and everyday skills” and “autism spectrum disorder” are provided. The difficulties that hinder such children from dressing independently, eating, and engaging in everyday communication are revealed. The methods and techniques of corrective work aimed at developing social and everyday skills in children with ASD are identified. The necessity of implementing corrective programs with step-by-step training, visual support, and game-based methods is substantiated. The role of specialists and the family in corrective work is emphasized.
Keywords: autism spectrum disorder, social and daily living skills, the process of development, early preschool age, food selectivity, teaching children with autism.

В настоящее время педагоги и психологи активно изучают эффективные способы формирования социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). По оценкам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) на 2025–2026 годы, РАС встречаются у 1 из 100 детей в мире, что означает около 61–80 миллионов человек с РАС. У детей 3–4 лет с РАС наблюдаются существенные трудности в освоении социально-бытовых навыков из-за особенностей развития. Своевременное формирование социально-бытовых навыков у детей с РАС в рамках коррекционно-развивающей работы формирует их бытовую самостоятельность. Это позволяет детям приобрести навыки самообслуживания и уметь их применять в стандартных бытовых ситуациях.

Целью исследования является изучение теоретических источников по проблеме формирования социально-бытовых навыков у детей с РАС.

Расстройство аутистического спектра - это нарушение психического развития, характеризующееся качественным дефицитом в сфере социального взаимодействия и взаимной коммуникации, а также ограниченными, стереотипными, повторяющимися формами поведения, интересов и активности [11, с. 3].

Под социально-бытовыми навыками понимается совокупность знаний и умений, позволяющих ребёнку самостоятельно организовывать своё поведение и выстраивать взаимодействие с окружающими в различных социально-бытовых ситуациях [9, с. 4]. Эти навыки формируются в процессе хозяйственно-бытовой деятельности и самообслуживания и служат основой самостоятельной жизнедеятельности детей. Их развитие обеспечивает успешную адаптацию и социализацию, при этом уровень освоения навыков зависит от специфики окружающей среды, поставленных целей и индивидуальных возможностей ребёнка.

Проблемой изучения детского аутизма и особенностей развития таких детей занимались Е.Р. Баенская [1], Л.С. Выготский [4], К.С. Лебединская [6], В.В. Лебединский [7], М.М. Либлинг [8], О.С. Никольская [9] и другие. Исследования показали, что при РАС психика детей развивается неравномерно. Из-за этого простые действия, например, умение одеваться или умываться могут полностью отсутствовать. В то время как другие сложные способности, например, механическое запоминание текстов или цифр развиваются нормально.

О. С. Никольская отмечает, что дети с РАС очень чувствительны к окружающему миру. Обычные вещи кажутся им пугающими, непонятными и вызывают сильный дискомфорт. Из-за этого аутичное поведение становится способом защиты от внешнего мира. Самое главное следствие такой защиты — у детей не работает механизм простого подражания. Дети с РАС не могут просто смотреть на родителей и повторять за ними бытовые действия, поэтому они долгое время остаются полностью зависимым от помощи взрослых [9].

У детей с РАС формирование этих навыков происходит с большим трудом, что снижает качество их жизни. Одной из проблем является избирательность в еде, связанная с нарушением чувствительности.

Как пишут А.В. Хаустов [11] и И.М. Бгажнокова [3], обед или ужин часто вызывают у детей истерику и протест. Они могут отказываться от твердой пищи, требующей жевания, и соглашаться только на мягкую. Специалисты также отмечают что у детей с РАС встречается избирательность по цвету, например, ребенок соглашается есть продукты только одного цвета (только белую пищу — макароны, рис, белый хлеб) и панически боится еды других цветов.

Также у детей с РАС возникают серьезные проблемы в процессе одевания. Одевание предполагает длинную цепочку действий, которую необходимо выполнять в определённом порядке, и хорошо управлять своим телом. Дети с РАС плохо ориентируются в пространстве, а это значит, им бывает непросто соотнести деталь одежды с нужной частью тела. Дети пытаются надеть штаны на голову, засунуть обе ноги в одну штанину или надеть обувь не на ту ногу. Они постоянно путают изнанку и лицевую сторону у одежды, левый и правый ботинок, не могут застегнуть молнию или липучку из-за недостаточной сформированности мелкой моторики. Ситуация усугубляется, если детям физически неприятны швы, ярлыки или резинки на одежде — тогда они со слезами срывают ее с себя.

Дополнительные трудности возникают при общении, когда нужно поздороваться, попрощаться или выполнить простые инструкции взрослых («дай», «положи», «возьми»). Дети с РАС не умеют пользоваться речью для общения и не использует указательный жест. Когда они хотят пить или взять игрушку, они начинают плакать, кричать или просто берут руку взрослого и тянут ее к предмету, используя её как инструмент. Словесные команды часто игнорируют, так как воспринимают речь как обычный шум. Как объясняют ученые С. Барон-Коэн [2] и У. Фрит [10], дети с РАС не понимают, что другие люди имеют свои мысли и с ними можно договориться. Кроме того, они не умеют переносить сформированные навыки в новую ситуацию. Например, если дети научились мыть руки дома с мамой, они полностью теряют этот навык в новой для них обстановке.

О.С. Никольская отмечает, что проблемы в быту зависят от формы РАС. Автор выделяет четыре формы РАС: аутистическая отрешенность, аутистическое отвержение, аутистическое замещение, сверхранимость и сверхтормозимость. У детей первой группы навыки полностью отсутствуют из-за отрешенности. У детей второй группы навыки есть, но они превращаются в жесткие ритуалы: ребенок моет руки только конкретным мылом и в одной раковине, а любое изменение вызывает у него сильную истерику. Дети третьей группы постоянно отвлекаются на свои фантазии и забывают, что они делали (например, застывают с одним носком в руке). Дети четвертой группы очень пугливы: при малейшей неудаче они начинают плакать и полностью отказываются пробовать еще раз [8].

При проведении коррекционной работы по формированию социально-бытовых навыков применяют разнообразные методы. В мировой практике часто используют поведенческую терапию (ABA), основанную на трудах Б. Ф. Скиннера, где любое сложное действие разбивается на мелкие шаги, ребенка учат выполнять их по очереди и обязательно поощряют за успехи. Программа TEACCH Э. Шоплера предлагает четко разделить комнату на зоны (для еды, для одежды) и развесить на стенах понятные картинки-подсказки с последовательностью действий [13].

Отечественный подход О. С. Никольской [9] и М. М. Либлинг [8] требует, чтобы взрослый постоянно ласково разговаривал с ребенком, превращал быт в игру и не допускал механического дрессирования.

Специалисты отмечают, что лучше всего помогает сочетание поведенческих методов, картинок-подсказок и доброго эмоционального контакта. Успех обучения зависит от того, устранили ли специалисты, пугающие ребенка звуки и запахи, помогают ли они детям его же руками (метод «рука в руке») и соблюдают ли родители дома те же правила, что и со специалистами. Также важно, чтобы родители дома требовали от ребенка того же, чему его учат специалисты. Только при совместной работе специалистов и семьи ребенок сможет стать по-настоящему самостоятельным. Авторы разрабатывают новые игровые методики, которые помогут эффективно развивать бытовые и коммуникативные навыки у детей с РАС. Внедрение игровых методик в процесс формирования социально-бытовой сферы обусловлено спецификой восприятия и мотивации детей с РАС. Поскольку методы обучения часто вызывают у таких детей протестные реакции или стереотипное выполнение действий без понимания их сути, игра становится мягким проводником к самостоятельности. Моделирование повседневных ситуаций (например, мытье рук кукле, «сервировка» игрушечного стола или сортировка одежды по цветам в игровой форме) позволяет снизить уровень тревожности перед реальным бытовым процессом.

Игровой контекст также естественным образом стимулирует вербальную и невербальную коммуникацию, побуждая детей к разделенному вниманию и взаимодействию со взрослым, что позволяет целенаправленно формировать социально-бытовые навыки в безопасной и мотивирующей среде. Дети с РАС осваивают алгоритмы повседневных действий (одевание, уборка, сервировка и т. п.) через совместное выполнение и проговаривание шагов, а также учатся считывать невербальные сигналы и взаимодействовать со взрослым. [12]

Таким образом, можно сделать вывод, что дети с РАС в возрасте 3–4 лет сталкиваются с определенными трудностями при освоении бытовой сферы из-за нарушений моторики, страха перед внешними раздражителями и отсутствия природной способности к подражанию. Их проблемы носят системный характер и проявляются в выраженной путанице при попытках надеть одежду, а также в категорическом отказе от привычной еды из-за ее консистенции или определенного цвета. Преодолеть эти трудности позволяет коррекционная работа детей с РАС самообслуживанию и навыкам повседневного

взаимодействия, которое возможно исключительно на основе специальных коррекционных программ, с опорой на пошаговое разделение действий, постоянной визуальной поддержкой в виде картинок, обязательное закрепление навыков, а так же игровые методики, которые делают бытовые и коммуникативные действия понятными для ребёнка и, естественно, побуждают его к формированию социально-бытовых навыков.

Библиографический список

1. Баенская Е.Р. Помощь в воспитании детей с аутизмом (ранний возраст). М.: Теревинф, 2014. 160 с.
2. Барон-Коэн С. Слепота души: об аутизме и теории чужого сознания. М.: Просвещение, 2012. 208 с.
3. Бгажнокова И.М. Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития. М.: Владос, 2018. 239 с.
4. Выготский Л.С. Основы дефектологии. СПб.: Лань, 2003. 654 с.
5. Лебединская К.С., Никольская О.С. Ранний детский аутизм: клинико-психологическая структура и пути коррекции. М.: Наука, 1991. 168 с.
6. Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте. М.: Академия, 2011. 144 с.
7. Либлинг М.М. Эмоционально-смысловой подход к коррекции раннего детского аутизма // Дефектология. 2017. № 2. С. 14–22.
8. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. М.: Теревинф, 2022. 342 с.
9. Пешкова Н. А., Лещенко С. Г. Диагностика и развитие социально-бытовых навыков у старших дошкольников с расстройствами аутистического спектра: учебно-методическое пособие. М.: Мир науки, 2020. 12 с.
10. Фрит У. Аутизм: Разгадка тайны. М.: Центр лечебной педагогики, 2013. 272 с.
11. Хаустов А.В. Особые образовательные потребности обучающихся с расстройствами аутистического спектра // Аутизм и нарушения развития. 2016. Т. 14. № 2. С. 3–12.
12. Шаргородская Л.В. Формирование вербальной и невербальной коммуникации у детей с расстройствами аутистического спектра в процессе предметно-практической деятельности: автореф. дис. ... кандидата педагогических наук. М., 2011. 24 с.
13. Шоплер Э., Ланзинд М. Стратегии поддержки семей, имеющих детей с аутизмом: программа TEACCH. М.: Рама Паблишинг, 2016. 192 с.