УДК 37.04

**РЕБЁНОК РАС И СЕНСОРНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ**

Ракитина Е.Ю.,

воспитатель МАДОУ№33,

г. Салават, Республика Башкортостан

**Аннотация**

В МАДОУ№33 города Салават была открыта группа для детей с расстройством аутистического спектра в 2021 году. В данной статье рассматривается проблема сенсорной интеграции у детей с расстройствами аутистического спектра с точки зрения теории сенсорной интеграции. На основе теории сенсорной интеграции предлагаются направления коррекционной работы, которые могут значительно улучшить сенсорную потребность детей с РАС.

**Ключевые слова:** расстройства аутистического спектра, аутизм, теория сенсорной интеграции, депривация сенсорной интеграции, коррекционная работа.

Сенсорная интеграция представляет собой упорядочивание ощущений, которые потом будут как-либо использованы. Ощущения дают ребёнку информацию о физическом состоянии его тела и окружающей среды. Они текут в мозг подобно ручейкам, впадающим в озеро. Каждую миллисекунду в мозг поступают бесчисленные кусочки сенсорной информации – и не только от глаз или ушей, но от всего тела. Ребёнок обладает также особым чувством, которое фиксирует действие силы тяжести и перемещения тела по отношению к земле.

Одной из главных особенностей в развитии детей с РАС является нарушение сенсорной интеграции, при которой процесс ощущения и восприятия остаётся сохранным, но искажена или отсутствует интерпретация воспринятого сигнала: ребенок чувствует дискомфорт, но не понимает причину этого состояния, в связи с чем реакция ребенка направлена на дискомфорт. При отсутствии интерпретации ребенок может не познать нужной тревожности сигнала, что может привести даже к прекращению ее физического существования. Кроме того, эти дети характеризуются повышенной или пониженной реактивностью на сенсорную информацию или необычным интересом к сенсорным аспектам окружающей среды [1].

Сенсорная интеграция играет ключевую роль в развитии детей, особенно для детей РАС. Дети с РАС часто сталкиваются с особенностями в обработке сенсорной информации, что может влиять на их восприятие окружающего мира и взаимодействие с ним. Ребёнок с РАС должен развивать сенсорную интеграцию, по-разному взаимодействуя с окружающим миром.

Сенсорная интеграция является бессознательным процессом, происходящим в головном мозге (мы не задумываемся о ней, как не задумываемся о дыхании);

- организует информацию, полученную с помощью органов чувств (вкус, вид, звуки, запах, прикосновение, движение, воздействие силы тяжести и положение в пространстве);

- наделяет значением испытываемые нами ощущения, фильтруя информацию и отбирая то, на чем следует сконцентрироваться (-позволяет нам осмысленно действовать и реагировать на ситуацию, в которой мы находимся (адаптивный ответ);

- формирует базу для теоретического обучения и социального поведения. [2, стр. 22]

У детей с РАС, как мы уже обсуждали выше, проблема именно с организованностью информации. Специалистам необходимо использовать специальные техники, чтобы полноценно развить все стороны личности ребенка. Комплекс специальных упражнений и игр позволит детям полноценно сенсорно развиваться.

Сенсорные упражнения дают возможность детям с аутизмом получить положительный чувственный опыт одновременно с развитием визуального, обонятельного, аудиального, вкусового, осязательного восприятия, а также с развитием системы координации и представления о собственном теле. Чтобы понимать детей, которым мы желаем помочь, необходимо понять, что следствие аутизма — особое состояние искаженного восприятия окружающего. И замкнутый ребенок с РАС — это ребенок с особым внутренним миром. Его мир наполнен яркими сенсорными вспышками, фрагментами событий реального мира, отголосками звуков, эхом отраженной речи, отблесками ярких событий, обонятельных и тактильных переживаний. Все это может вести к сенсорным перегрузкам, иногда к депривации (лат. deprivatio — потеря, лишение) — сокращение либо полное лишение возможности удовлетворять основные потребности — психофизиологические либо социальные. В коррекционной работе с аутичным ребенком часто у специалиста возникает ситуация, когда ребенок не обращает внимания на присутствие нового взрослого или становится тревожным и агрессивным. Необходимо заранее быть готовым к такой реакции и четко понимать причины этого поведения. Для того чтобы помочь детям с расстройством аутистического спектра справиться с сенсорными проблемами мы создали доброжелательную, комфортную обстановку для обучения ребенка, убрав все непереносимые раздражители, например, яркий свет лампы, запах дезодоранта, громкий голос и т.п. Помимо исключения неприятных для ребенка с РАС сенсорных раздражителей, обеспечивали ему возможность получать приятные ощущения. Получение приятных сенсорных ощущений помогало ребенку успокоиться.

Разработали индивидуальные «сенсорные направления». Для каждого ребенка в группе выявили и оценили имеющиеся у них особенности функционирования сенсорных систем. Используя методы сенсорной интеграции, мы следовали за ребенком и искали тот метод, который помогал преодолеть проблемы и трудности данного конкретного ребенка, и гибко менять приемы, методы, если они не подходят к конкретному ребенку. Мы целенаправленно стимулировали отдельные системы таким образом, чтобы на долю других приходилось как можно меньше работы.

Анализ сенсорных направлений позволил выявить особенности каждого ребенка: повышенную или пониженную чувствительность к сенсорным стимулам, а также наличие самостимулирующего поведения, которое может быть обусловлено различными причинами. Полученные данные дали возможность определить пути помощи в каждом конкретном случае.

Дети, имеющие сенсорные дисфункции, нуждаются в специальных занятиях, цель которых заключается в том, чтобы:

* дать возможность ребенку получить необходимые ему ощущения, чтобы уменьшить стереотипность поведения, мешающую обучению и социализации;
* снизить или повысить чувствительность к сенсорным раздражителям;
* обеспечить возможность расслабиться и предотвратить сенсорные перегрузки.

В течение работы группы с 2021 года нами было приобретены разные оборудования, с помощью них мы разработали сенсорные направления для наших детей РАС. В результате проведенного мной теоретического анализа литературы предположила, что в зависимости от особенностей сенсорного направления ребенка необходимо использование различных форм активностей, которые будут обеспечивать воздействие на ту или иную сенсорную сферу

Коррекционные занятия с использованием методов сенсорной интеграции проводили 1-2 раза в неделю по 20-30 минут.

При организации занятий использовали различные виды активностей, с целью воздействия на различные сенсорные системы.

Исходя из индивидуальности ребенка каждому ребенку подбирается . выработные алгоритмы работы:

Например, для **н*ормализации тактильной чувствительности***

*Повышенной*

* Предупреждение ребёнка о прикосновении, прекращение прикосновений по просьбе ребёнка.
* Использование уверенных интенсивных прикосновений.
* Подбор комфортной в ношении одежды, удаление ярлыков с одежды.
* Обеспечение свободного доступа к предметам с приятной для ребёнка текстурой, подбор деятельности, которая не вызывает у него тактильной оборонительной реакции.
* Растирание поверхности тела ребёнка губкой или полотенцем перед неприятными для него процедурами (одеванием, купанием, причёсыванием, стрижкой), что позволяет снизить чувствительность.
* Утяжелители (жилеты, одеяла, браслеты).
* Сквишбоксы (SquishBox) – мягкие антисресс-игрушки для сжимания.

*Пониженной*

* Тактильные игры (с крупами, пластичными материалами, водой, пластилин, массы для лепки, жвачка для рук).
* Игры с мячом (гимнастические, массажные)
* Сюжетные игры с прикосновениями (больница, парикмахер, мойка машин).
* Растирание поверхности тела ребёнка тканями различной текстуры.
* Массаж.
* Обеспечение чувства давления (плотная одежда, тяжёлое одеяло, спальный мешок, мешочки с песком, бинтование, гимнастические ленты).

***Нормализация проприоцептивной чувствительности***

*Повышенной*

* Снижение требований к скорости и точности выполнения движений.
* Частые перерывы для отдыха в течение дня.
* Покачивание на гимнастическом мяче, качели, кресле-качалке (быстрое горизонтальное или вертикальное ускорение)
* Малоподвижные игры с повторяющимися ритмичными движениями.
* . Ношение утяжелителей (специальные жилеты, пояса).
* Физическая нагрузка (толкание тяжёлых предметов, растягивание эластичных лент, перетягивание каната).

*Пониженной*

* Создание безопасной среды (устойчивая мебель, отсутствие опасных предметов).
* Межсенсорное усиление через горизонтальное или вертикальное ускорение (гамак, сова-лента, сова-няня и др.
* Легкая опосредованная тактильная информация (вибромассажеры, машина для обнимания и др.)
* Медленное и равномерное ускорение (разные виды качелей)

***Нормализация вестибулярной чувствительности***

*Повышенной*

* Снижение требований к скорости и точности выполнения движений.
* Частые перерывы для отдыха в течение дня.
* Покачивание на гимнастическом мяче, качели, гамаке. Катание на велосипеде, прыжки на батуте.
* Малоподвижные игры с повторяющимися ритмичными движениями.
* Игры с воздушными шарами.

*Пониженной*

* Создание безопасной среды (устойчивая мебель, отсутствие опасных предметов).
* Оборудование помещения полосой препятствия, выделение зоны для прыжков и бега.
* Ношение утяжелителей (специальные жилеты, пояса).
* Физическая нагрузка (толкание тяжёлых предметов, растягивание эластичных лент, перетягивание каната, закатывание в маты, придавливание подушками).
* Занятия спортом, танцами.
* Участие в работе по дому и на приусадебном участке.
* Шумные подвижные игры.

***Нормализация слуховой чувствительности***

*Повышенной*

* Исключение или сведение к минимуму неприятных звуковых раздражителей (скрип передвигаемых стульев, гудение ламп или компьютеров, бытовые шумы).
* Сокращение и упрощение словесных инструкций, обращение к ребёнку с использованием тихого спокойного тона голоса.
* Использование наушников, силиконовых беруш в шумной обстановке с целью звуковой изоляции.
* Прослушивание любимой музыки.
* Игры шепотом.
* Спокойные игры с ритмами (хлопки в ладоши, пропевание и проговаривание стихотворений-потешек и др.).

*Пониженной*

* Повторение вопросов, обращённых к ребёнку, и ожидание от него ответов.
* Обращение к ребёнку с использованием оживлённого эмоционально окрашенного тона голоса.
* Подражание звукам ребёнка, имеющим для него значение, и придание им социального смысла.
* Игры со звучащими игрушками, музыкальными инструментами (барабан, бубен, металлофон, свистульки).
* Ритмические музыкальные игры с движениями.
* Разучивание песенок, стихов и считалок.

Своей работой по применению методов сенсорной интеграции при дисфункции сенсорных систем у детей мы увлекли и родителей, так как очень важно, чтобы коррекционная работа осуществлялась дома. Для этого мы регулярно проводили консультации, мастер-классы, обучали их основам сенсорной интеграции и стимуляции, предоставляли видеозаписи занятий в ДОУ. Родители начали использовать сенсорные тренажеры (гамаки, доски, балансиры, фитболы, батуты и т.п.) дома и отмечали положительный эффект от применения сенсорных тренажеров и методов сенсорной интеграции.

В результате использования занятий с применением методов сенсорной интеграции, мы получили следующие результаты: улучшение чувствительности к тактильным, вестибулярным, слуховым стимулам; осознание своего тела в пространстве; снижение уровня двигательного беспокойства; улучшение мышечного тонуса; улучшение двигательной координации, моторных навыков; улучшение концентрации внимания; развитие способности к обучению и коммуникации; нормализация эмоционального фона.

Анализ проведенной работы подтвердил предположения о важности того, что у методов сенсорной интеграции в работе с детьми с РАС очень много достоинств. Мы считаем, что ребенок постепенно проходит процесс обучения интерпретации разных сенсорных откликов и начинает быстрее адаптироваться к новым, более высоким уровням, которые ранее были ему недоступны. Сенсорная интеграция эффективна в применении и в учебном процессе.

Это достаточно простой, доступный в использовании, и весьма эффективный метод может быть использован при работе не только с детьми с нарушениями аутистического спектра, как специалистами, так и непосредственно родителями.

**Список литературы:**

* 1. Кислинг У. Сенсорная интеграция в диалоге. - Москва: Теревинф, 2017. -235с.
  2. Айрес, Э. Дж. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития / Э. Дж. Айрес; [пер. с англ. Юлии Даре]. –5-е изд. – М. : Теревинф, 201 . – 272 с.
  3. Богдашина О.Б. Сенсорно-перцептивные проблемы при аутизме. Министерство образования и науки Российской Федерации, Международный институт аутизма/О Б. Богдашина. - Красноярск, 2014 - 179 с.
  4. Сенсорные особенности детей с расстройствами аутистического спектра. Стратегии помощи. Методическое пособие / Манелис Н.Г., Никитина Ю.В., Феррои Л.М., Комарова О.П. / Под общ. ред. А.В. Хаустова, Н.Г. Манелис. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2018 - 70 с.