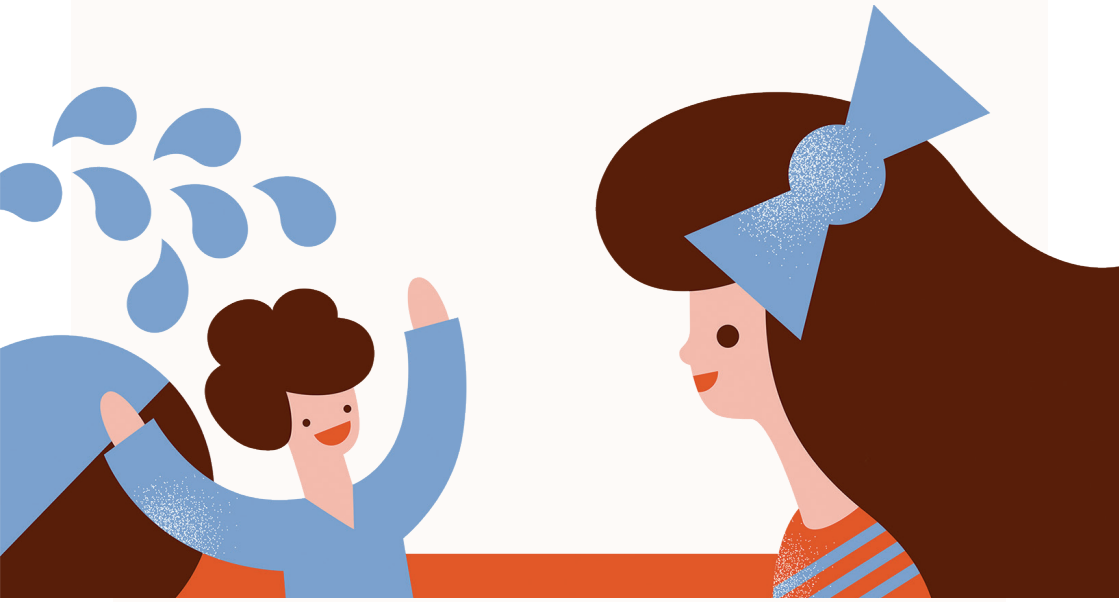
За підтримки

УКФ

Happy Today

ПЕТРИК І ФОНТАНИ: РОЗМОВА З ДІТЬМИ ПРО АУТИЗМ

МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК ДЛЯ ПЕДАГОГІВ



Юрченко Я.В., Малько С.В.

«ПЕТРИК І ФОНТАНИ: РОЗМОВА З ДІТЬМИ ПРО АУТИЗМ»

МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК ДЛЯ ПЕДАГОГІВ

2021

Автори: Юрченко Я.В., Малько С.В.
Редакція: Степула А.П., Гарбар М.А.
Авторка ілюстрацій: Селищева О.

Цей методичний посібник призначений для вчителів й учнів молодших та середніх класів для проведення уроку про інклюзію. Він допоможе педагогу познайомити дітей з поняттям інклюзії та підкаже, як пояснити дітям, що всі ми - різні, що важливо приймати особливості одне одного. Книга описує цікаві ігри та приклади діалогу з дітьми після перегляду мультфільму «Петрик і Фонтани».

Посібник рекомендовано для проведення занять у загальних класах та класах, що готуються стати інклюзивними.
Рекомендовано проводити такі заняття до приходу дитини з розладом аутистичного спектра (РАС) в клас, а не за її присутності.
Якщо ж заняття проводяться в присутності дитини з РАС, то рекомендується робити акцент не на діагнозі й особливостях дитини, а на тому, що усі ми різні та унікальні, і використовувати приклади реагування такої дитини.

Видання підготовлено за підтримки Українського культурного фонду.
Позиція Українського культурного фонду може не збігатись з думкою автора.

Усі права застережено. Відтворювати будь-яку частину цього видання у будь-який спосіб без письмової згоди правовласників заборонено.

ЗМІСТ

Інформація для вчителів.....4
Як поводитись з дітьми з аутизмом.....4
Особливості подачі та засвоєння інформації дитиною.....8
Пам'ятка для вчителів.....10
Перегляд мультфільму. Розмова з дітьми.....13
1. Обговорення мультфільму з дітьми.....13
2. Варіанти подій у колективі.....16
3. Приклади ігор.....18

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ

Аутизм, або розлад аутистичного спектра (РАС) – не хвороба, а стан.

Це розлад розвитку людини, за якого мозок і нервова система функціонують нетиповим чином: людині складно дається спілкування, побудова соціальних взаємодій та дотримання поведінкових правил.

Сучасна медицина вважає термін «аутизм» некоректним, і його замінюють на ширше поняття - «розлад аутистичного спектра». Це пов'язано з тим, що розлад має безліч симптомів, об'єднаних у спектр, які проявляються у кожного по-різному. Їх різновид і кількість у кожної особи є індивідуальними.

Діти з аутизмом інакше сприймають інформацію, особливо її візуальну складову. Вони більш сфокусовані на окремих деталях, ніж на загальній картині, мають високий рівень тривоги та сенсорні особливості.

Сукупність педагогічних та психологічних методів допомагають зменшити прояви симптомів та покращити якість життя.

Будь ласка, ніколи не вживайте "АУТИСТ" - кожна людина, у першу чергу, є особистістю, а не носієм діагнозу. Використовуйте наступні коректні вирази: "людина з аутизмом", "дитина з аутизмом", "людина/дитина у спектрі", "людина/дитина з РАС".

ЯК ПОВОДИТИСЬ З ДІТЬМИ З АУТИЗМОМ

Основне, що потрібно знати під час контактування:

- Вчитель обов'язково має дізнатися у батьків усі особливості, звички та уподобання дитини.

Наприклад, можна спитати, чи є у дитини сенсорна гіпер- або гіпочутливість. Якщо дитина різко реагує на звуки, це означає, що у неї присутня слухова гіперчутливість. У такому випадку, факторами стресу може бути шкільний дзвінок чи шум у коридорі під час перерви. Діти з сенсорною гіпочутливістю, навпаки, можуть стимулювати власні органи чуття. Наприклад, при зниженій чутливості органів смаку, дитина може тягнути до рота та гризти предмети; у разі вестибулярної

гіпочутливості, дитина може тривалий час кружляти навколо себе. Така поведінка є спробою врівноважити свою нервову систему.

Якщо у дитячому колективі виникне ситуація, коли інші діти насміхатимуться з проявів подібної поведінки, їм варто пояснити її причину. Наприклад: «Ваш однокласник закриває вуха під час перерви, адже йому дуже важко реагувати на шум, і він чує його втричі сильніше, ніж ми».

- Потрібно дізнатися у батьків, яким методом дитина легше засвоює інформацію.

Часто діти з аутизмом потребують візуальної підтримки у сприйнятті інформації: картинки, схеми, соціальні історії.

- Варто запитати у батьків, чи легко дитина йде на контакт, чи їй потрібен час в тиші для того, щоб самостійно адаптуватися до нового.

Деякі діти з аутизмом не люблять, коли до них торкаються, а інші, навпаки, можуть почати обіймати зовсім незнайому людину. Буває, що такі дітки зовсім не дивляться в очі, і для них це – звична поведінка.

- Вчителю дуже важливо знати, що дитині подобається і що вона любить, щоб заохотити її певними діями або словами в потрібний момент.

Майже кожна дитина з РАС має спецінтереси – теми, які цікавлять її найбільше: динозаври, космос, музичні інструменти тощо. Педагогу варто знати про такі інтереси свого підопічного, та використовувати їх, щоб привернути увагу дитини, або змінити фокус її сприйняття у необхідній ситуації.

- Дорослі, які знають дитину, повинні бути провідником між дитиною з аутизмом та її оточенням.
  Для вчителя таким провідником є батьки, для однокласників – вчитель, який допоможе правильно зрозуміти бажання дитини з аутизмом і навчить правильно з нею спілкуватись.

- Батьки повинні донести дитині, що вчитель – це людина, яка допоможе їй за їхньої відсутності.

- Дуже важливо в дитячому колективі знайти спільні інтереси серед учнів.

Прикладами спільних занять можуть бути:

– Складання різноманітних предметів або фігур (LEGO чи інші конструктори, картки тощо).

– Спостереження за різними рухомими механізмами (запуск електромоделі авто, літака).

– Сенсорні ігри. Наприклад, ігри з сенсорними м'ячиками чи фігурами з різними фактурами.

Спільні заняття допоможуть дітям налагодити контакт. Діти з аутизмом рідко змінюють звички, тому, знаючи їхні вподобання, з ними дуже легко товаришувати.

- Часто дітям у спектрі важко грати в рольові ігри, а саме імітувати іншу модель поведінки. Для розвитку таких навичок необхідно багато часу, терпіння та зусиль.

- Обов'язково треба дізнатися у батьків про поведінку дитини з аутизмом у стані стресу та нервового перенапруження, а також, які саме фактори можуть спровокувати стрес (втома, голод, тривале шумове чи світлове навантаження). Важливо слідкувати за станом дитини й, у разі підвищення рівня стресу, дати їй можливість перепочити або вийти з класу в ресурсну зону.

У деяких дітей під час нервового перенапруження реакцією на стрес чи подразник може бути агресія чи аутоагресія (агресія, яка спрямована на себе). У такому стані дитина може завдати шкоди собі, наприклад, махати руками, падати на підлогу і битися головою, дряпати себе. Рідко агресія може бути направлена на інших, коли дитина може створювати неприємності іншій дитині – штовхати, вдарити, різко вихопити з рук бажаний предмет. Подібні прояви не треба сприймати як навмисне

бажання завдати шкоди. Якщо дитину не провокувати та не доводити до перевантаження, цього не відбуватиметься. Саме тому вкрай важливо знижувати рівень тривоги й стресу заздалегідь. Майже завжди така поведінка є реакцією на якийсь подразник, який сильно й довго турбує дитину з РАС. Якщо знати фактори, які викликають у дитини стрес, то його легко уникнути.

Причинами такої поведінки в класі можуть бути:

- порушення плану дій або розкладу (заміна вчителя, класу або предмету, щось незаплановане);
- сенсорні перенавантаження (шумові, світлові, тактильні);
- нерозуміння ситуації чи дій інших дітей;
- неможливість висловити свої бажання чи почуття;
- страх перед незнайомими людьми, предметами чи непередбачуваними подіями.

Перше, що необхідно зробити, коли у дитини проявляються ознаки нервового зриву – це виявити та усунути причину такої реакції, забезпечити дитині безпечний простір. Найкраще для цього підійде ресурсна зона чи кімната, тихе спокійне місце, де дитина зможе пережити кризу. Потім необхідно покликати людину, з якою в дитини встановлені довірливі стосунки, і дати зрозуміти дитині, що вона знаходиться в безпеці.

ВАЖЛИВО РОЗУМІТИ, ЩО НЕРВОВИЙ ЗРИВ - ЦЕ НЕКОНТРОЛЬОВАНИЙ СТАН І НЕ ІСТЕРИКА, А ЗРИВ РОБОТИ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ.

ОСОБЛИВОСТІ ПОДАЧІ ТА ЗАСВОЄННЯ ІНФОРМАЦІЇ ДИТИНОЮ

Зазвичай діти з РАС попередньо підготовлені до навчального процесу в школі та володіють усіма необхідними навичками. Вони проходять необхідну психологічну діагностику, що підтверджує здатність дитини навчатися в певному закладі. На практиці, для кращої інтеграції дитини у навчальний процес, поряд має знаходитись спеціаліст (тьютор), який, паралельно з вчителем, допомагає дитині у навчальному процесі.

Під час навчального процесу для дитини з РАС важливі:

- Структура уроку, візуальний розклад, наперед затверджений план завдань на урок

Діти у спектрі дуже залежні від рутин і розкладів: передбачуваність подій знижує рівень тривоги дитини та дає їй можливість відчувати себе у безпеці. Дитина з РАС може відчувати тривогу без чіткої організації та розпорядку через особливості роботи нервової системи, а зміни та відхилення від стандартного плану можуть спровокувати проблемну поведінку.

- Зрозумілість

Наприклад, зрозуміле й постійне робоче місце (можливо, ближче до вчителя) у спокійній локації необхідне для кращої концентрації та спокою дитини. Важливі також зрозумілі початок та кінець уроку, перерви, чіткі інструкції під час занять.

- Практична робота

Частина уроку, у якій багато усних завдань, може сильно втомлювати дитину з РАС, адже вербальна комунікація завжди дається таким дітям складніше. Якщо під час уроку планується довга розмова з дітьми, важливо дати можливість дитині у спектрі написати чи намалювати свої думки, або запропонувати практичне завдання на цю тему. Це допоможе знизити рівень тривожності та перелаштуватися на зрозумілі дитині дії. Оскільки деяким дітям з РАС притаманні порушення дрібної моторики, завдання, за можливості, мають бути у трьох формах: **письмовій, усній** та **практичній** – це збільшить шанси дитини на успіх у виконанні завдання.

- Відчуття належності до класу

Для дитини в спектрі важливо: мати довірливі стосунки з дорослою людиною, до якої вона може звернутися, брати участь в обговореннях та виконанні завдань з однокласниками. Також важливо вчити інших учнів правилам взаємодії з різними людьми.

- Більше часу на виконання завдання

Необхідно пам'ятати, що дитині в спектрі складно швидко перелаштовуватися з одного завдання на інше, тому вона потребує більше часу для завершення завдання.

- Врахування складнощів із координацією

На уроках фізичного виховання важливо враховувати, що деякі діти з РАС мають складнощі з великою моторикою, координацією рухів, та дисбаланс у відчутті частин тіла. Вони можуть здаватися незграбними, випадково натрапляти на різні предмети, але чіткі та спокійні інструкції разом з регулярними тренуваннями поступово дадуть позитивний результат та привчать дитину до занять спортом. Якщо дитина слабо реагує на інструкції на уроках фізичного виховання, їй можна допомогти картками з візуальною інформацією (наприклад, картки з зображенням дитини, яка біжить, кидає м'яч або присідає) для того, аби дитина з РАС могла зрозуміти, яку саме вправу потрібно зараз виконувати.

- Зацікавленість

У більшості дітей з аутизмом центри мозку, які відповідають за уяву, можуть бути ще на етапі розвитку. Великі оповідання чи тексти здебільшого є складними для засвоєння, адже такій дитині потрібно більше часу та пояснень для усвідомлення абстрактних понять. Для кращого засвоєння матеріалу можна використовувати практичні завдання або обирати тексти з тематикою, близькою до вподобань дитини, підбирати візуальний ряд, який підходить для текстів.

- Впевненість

Діти з РАС, як і більшість людей, потребують підтримки та усвідомлення того, що помилятися може кожен, і це нормально.

ПАМ'ЯТКА ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ

НА ЩО ТРЕБА ЗВЕРНУТИ УВАГУ ІНШИХ ДІТЕЙ ПІД ЧАС КОНТАКТУ З ДИТИНОЮ З АУТИЗМОМ.

1. Розкажіть іншим дітям у колективі про вподобання та інтереси дитини з РАС.

Часто діти з аутизмом мають спеціальні інтереси й поглиблено цікавляться певними темами. Дізнайтесь, що це за теми та розкажіть про них у дитячому колективі. Можливо, це допоможе дитині швидко знайти однодумців.

2. Не нав'язуйтеся. Говоріть простими та короткими реченнями.

Приклад

Неправильно:

Ромчику, поглянь на цей яскравий малюнок і зверни увагу на дерева. Як ти думаєш, яка це пора року зображена? Можливо, твоя улюблена?

Правильно:

Ромчику, ось малюнок. (Звернення уваги, пауза.)

Що тут зображено? (Пауза на відповідь до 30 секунд.)

А яка це пора року? (Пауза на відповідь до 30 секунд.)

А яка пора року твоя улюблена? (Пауза на відповідь до 30 секунд.)

Можна розмову доповнити жестами. Ніколи не підвищуйте голос.

3. Давайте час на відповідь.

Якщо ви ставите запитання, то дайте дитині час відреагувати й відповісти. Порахуйте подумки до 10 і лише потім повторіть питання.

4. Будьте терплячими до звичок і вподобань дитини з аутизмом.

Варто пам'ятати, що дитина з аутизмом має свої звички. Такі дітки дуже болісно реагують на їхні зміни та втручання. Це може призвести до зростання рівня тривоги й нервового напруження дитини. Якщо дитина, наприклад, крутить олівець у руках для заспокоєння –

дозвольте їй це робити, якщо це не заважає решті класу. Якщо звичка відволікає інших, обговоріть з дитиною та її батьками в особистій розмові, яким чином цю звичку можна замінити на щось більш прийнятне. Ніколи не вимагайте терміново припинити такі дії.

5. Під час розмови варто стояти перед дитиною або присісти біля неї, аби вона могла зосередити свою увагу на вас.

НЕ ВАРТО стояти занадто близько та заглядати в очі дитині – це може викликати сильний дискомфорт. Дитина з аутизмом дуже емпатична. Якщо бути напруженим у спілкуванні з нею, вона також буде напружена.

6. НЕ ВАРТО торкатися чи брати дитину за руку без її згоди.

Якщо ви хочете взяти дитину з аутизмом за руку, обов'язково запитайте її дозволу чи попередьте її про це: «Зараз я візьму тебе за руку. Можна?».

7. Підбадьорюйте й заспокоюйте дитину, якщо вона стурбована.

Якщо дитина нервується, ви можете сказати: «Я з тобою»; «Я поруч»; «Я допоможу тобі»; «Все буде добре».

8. Не змінюйте правил гри.

Якщо ви граєтесь із дитиною з аутизмом і погодились на певні правила гри, то не варто їх змінювати чи різко переходити до іншої гри. Таким діткам важко швидко перелаштовуватися, їм потрібно на це більше часу.

9. Слід пам'ятати, що дитині легше йти на контакт з однією особою, ніж з групою.

Групові ігри мають вводитися поступово і лише після налагодження контакту з одним окремим учасником або вчителем.

10. Діти з аутизмом болісно реагують, коли їх перебивають.

Дитині важко швидко перелаштовуватися з однієї ситуації чи теми на іншу, тому вона може нервуватися. Необхідно дати їй змогу висловити свою думку.

11. Не варто пропонувати дитині з аутизмом попередньо неузгоджену їжу.

Якщо хочете пригостити дитину з аутизмом, обов'язково уточніть у батьків дитини або у вчителя, чи можна їй ці продукти, адже такі діти часто дотримуються спеціальної дієти. Усі діти люблять солодощі, але вони можуть завдати шкоди й вплинути на поведінку дитини (вона може стати більш неспокійною), тому необхідно заздалегідь підготувати дозволені продукти. Також в окремих дітей певні запахи або консистенції можуть викликати болісні відчуття – про це необхідно знати наперед.

12. Якщо дитина під час гри змінила поведінку (почала активно стимулювати себе, вокалізувати, проявляти агресію, занепокоєння тощо), необхідно звернути її увагу на щось більш приємне, запропонувати відпочинок у ресурсній зоні, у разі потреби – покликати вчителя.

ПЕРЕГЛЯД МУЛЬТФІЛЬМУ

РОЗМОВА З ДІТЬМИ

1. Вчитель із дітьми обговорюють мультфільм. Під час бесіди необхідно пояснити дітям загальні відмінності й особливості дітей з аутизмом.

Мета: пояснити дітям, що всі ми різні, і це нормально.

Курсивом виділено частини, які рекомендовано проговорювати чи зачитувати дітям у класі.

Діти, вам сподобався мультфільм?

Про що був цей мультфільм?

Про дружбу? Так?

Дівчинка зустріла хлопчика та захотіла з ним потоваришувати?

А на що звернула увагу дівчинка? На поведінку хлопчика?

Він дивно поводився?

У чому це проявлялося?

Чи завадила незвична поведінка хлопчика стати другом для дівчинки?

У хлопчика Петрика з мультфільму не просто інший характер, його мозок працює інакше. У нього АУТИЗМ.

У дітей, які мають аутизм, ті частини мозку, що відповідають за звичні для нас дружбу й спілкування, працюють слабше, і їх треба постійно розвивати. Інші ж частини мозку, які відповідають за увагу до дрібниць, вмінню думати картинками й запам'ятовувати дороги,

навпаки, розвинуті дуже сильно. Вони можуть глибоко цікавитися певними темами та бути в них хорошими спеціалістами. Наприклад, знати назви всіх динозаврів Юрського періоду чи швидко додавати тризначні суми. Серед людей з аутизмом є видатні футболісти, вчені, актори та кінорежисери. Але через те, що їх поведінка не всім зрозуміла, вони часто відчувають себе самотніми. Тому треба йти їм на зустріч і допомагати у спілкуванні.

Як ви вважаєте, хлопчик був радий новому другу?
Наприкінці мультфільму дівчинка зрозуміла, що з хлопчиком можна дружити, якщо робити це не звичним чином, і він відповів їй взаємністю.

У цьому мультфільмі зображено двох героїв, які є цілковито різними, однак це не завадило їм зрозуміти один одного та стати друзями. Як ви гадаєте, ми з вами різні?

Ви помітили, що у класі є дітки вищі, є трошки нижчі; є зі світлим волоссям, а є – з темним. У кожного з вас також є свої вподобання й уявлення.

Це ми зараз побачимо в грі.

Вчитель проводить із дітьми гру на відмінності й подібності «Усі ми різні». (див сторінку 18)

Ми знаємо, що у світі є багато різних мов. Для того, щоби зрозуміти іншомовного, ми повинні вивчити його мову.

Ми знаємо, що можуть бути як зовнішні, так і внутрішні особливості. Назвемо їх особливостями сприйняття світу. До них можна віднести й АУТИЗМ.

Деякі з вас не раз чули це слово, можливо, зустрічали людей з аутизмом, бачили передачі по телевізору. Така дитина зовнішньо нічим не відрізняється від будь-якої іншої людини чи дитини. На перший погляд, про таку дитину іноді можна подумати, що вона є неслухняною, або що у неї поганий настрій і вона не хоче зараз розмовляти. Під час уроку може скластися враження, що дитина втомилася і не хоче навчатися, або просто не слухає вчителя, чи раптом стала неслухняною й почала щось голосно промовляти. Якщо ми зрозуміємо, що наш однокласник або друг відчуває світло, звуки, смаки й дотики по-іншому, ми зможемо допомогти йому підібрати слова до своїх відчуттів:

- *я не розумію, що маю робити;*
- *зараз у класі для мене дуже голосно, мені боляче;*
- *допоможіть мені;*
- *незнайома людина мене тривожить;*
- *я скучив за батьками й просто хочу додому.*

А чи завжди вам легко висловити свої почуття? Чи завжди вас розуміють інші? Зараз ми подивимося, як це буває.

Вчитель проводить гру «Зрозумій мене» (див. сторінку 19)

Усі ми можемо відволікатися на уроках, поринути в думки про щось цікаве, що не має жодного відношення до теми уроку. Діти з аутизмом також часто відволікаються на різні деталі. Наприклад, така дитина може дивитися на тебе, але зовсім не слухати те, що ти їй говориш, а бути повністю зануреною у свої роздуми про, скажімо, картинку на твоїй футболці. Тому, знаючи про ці особливості, можна такій дитині допомогти: говоріть коротко, чітко і зрозуміло. Давайте час на відповідь, наприклад, зробіть паузу й порахуйте до 30. Не треба нікого примушувати робити небажане, якщо у цьому немає потреби.

А ти легко й залюбки виконуєш домашнє завдання, яке ти не зрозумів? Чи, щоб його виконати, тобі потрібна допомога батьків чи вчителя?

Важливо знати й пам'ятати, що діти з аутизмом можуть бути дуже прив'язаними до певних звичок у поведінці. Наприклад, іти додому зі школи лише певною дорогою. Якщо дитину повести додому іншим шляхом, у неї може з'явитися тривога і вона почне нервувати.

Такі дітки спокійніше себе почувають в умовах, які постійно повторюються: наприклад, сидіти на одному й тому ж самому місці в класі чи їдальні, розкладати приладдя в рядок – просто не заважай і намагайся не втручатися в їхню власну систему. Будь-які зміни у їхньому звичному устрої можуть вибивати з рівноваги й сильно нервувати дитину. А можеш і сам спробувати попрактикувати такий порядок, адже це дисциплінує й допомагає у житті.

А у вас є звички? Наприклад, ти ідеш до улюбленого магазину з батьками й зазвичай вони купують тобі там те, що ти любиш. Ти це знаєш і завжди чекаєш - це твоя звичка. А уяви, що одного разу ви пішли в магазин, а його на тому місці більше немає. Що ти будеш відчувати? Чи засмутишся ти?

Найголовніше знати, що діти з аутизмом – це звичайні діти, які

люблять своїх батьків, сюрпризи, прогулянки, смаколики, нові іграшки, тварин, охоче прийдуть на допомогу, зацікавлені в навчанні, можуть дуже вправно робити те, що їх цікавить.

ОБОВ'ЯЗКОВО потрібно запам'ятати, що АУТИЗМ – це не хвороба, а, отже, ним не можна заразитися. Не треба боятися спілкування з людьми з аутизмом.

2. Варіанти подій у колективі:

Вчитель розглядає з дітьми можливі варіанти події у класі й роз'яснює, як необхідно діяти.

- Ти вирішив поговорити та потоваришувати з дитиною в спектрі.

Тримай дистанцію - нікому не приємна штовханина, а однокласнику з аутизмом занадто близький контакт може завдати болю. Зараз ми з вами перевіримо, чи нам також це некомфортно.

Вчитель проводить із дітьми гру «Мій простір» (див. сторінку 18)

- Ти хочеш погратися разом із дитиною з аутизмом.

Перед тим, як будеш щось робити, промов цю дію. Якщо ти хочеш взяти за руку, спочатку скажи: «Я зараз візьму тебе за руку, можна?». Не кидай м'ячик відразу, а спочатку скажи: «Я зараз кину м'ячик, а ти його лови. Хочеш?... Тепер, кидай мені назад!».

- Ти хочеш пограти з ним/нею в будь-яку гру.

Спочатку дуже чітко поясни правила гри й не змінюй їх у процесі гри, адже це нечесно, а твого друга з РАС може сильно розхвилювати.

Ти ж, напевно, також не любиш, коли хтось посеред гри говорить: «Ні, я так не хочу грати, давай краще зробимо інакше».

- Під час перерви у їдальні ти вирішив сісти за стіл поряд із твоїм другом, але місце вже зайняте, там сидить дитина з аутизмом. Йому (або їй) буде важко помінятися з тобою місцем. Запам'ятай її улюблене місце й намагайся його не займати.

- Ти розмовляєш із дитиною, а вона тобі дуже повільно відповідає.

Уяви, що ти думаєш не словами, а картинками. Усе, що ти сказав, твій друг з аутизмом перевів у своїй голові в картинки, і тепер підбирає слова до тих картинок, що з'явилися в його голові у якості відповіді. Уявляєш,

яка це складна і кропітка робота? Отож, вимагає більше часу! Якщо ти нудьгуєш, очікуючи відповіді, спробуй у себе в уяві підібрати картинку до кожного свого слова. Тобі легше зрозуміти короткі та чіткі речення – так само й дитині з аутизмом, коли ти до неї звертаєшся.

- Ти помітив, що дитина з аутизмом трясе руками.

Намагайся не звертати на це увагу. Таким чином дитина знімає напругу, коли нервується. На уроці фізкультури, після тренування, ми робимо так само. Вчитель фізкультури нам говорить: «Підніміть руки догори, зробіть вдих, тепер опустіть руки донизу – видих, і трішки потрясіть руками».
Спробуймо це зробити зараз разом. Це також називається «зняття напруги». Ми робимо так на уроці фізкультури. Дитині з аутизмом це необхідно частіше. Або, наприклад, коли ти гризеш ручку або олівець - це таке ж зняття напруги.

- Ти помітив, що дитина закрила руками вушка.

Можливо, щось є занадто гучним для неї, їй боляче, і вона намагається не слухати. У такому разі важливо допомогти своєму другові – попросити інших не кричати, зменшити рівень гучності, або запропонувати своєму другові чи подрузі відійти до більш спокійного місця. Тебе також можуть дратувати стороні неприємні звуки чи різке світло. Давайте зараз спробуємо всі разом голосно постукати олівцем по парті. Чи будуть ці звуки нам приємні, коли ми будемо писати диктант? Ні, ми не зможемо сконцентруватися!

- Ти помітив, що дитина не відповідає на твої питання.

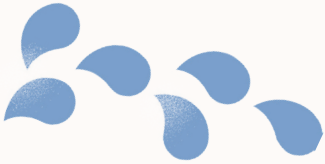
Дай їй час подумати. Зроби паузу, порахуй подумки до 30, і запитай ще раз.

- Дитина з аутизмом почала кричати, плакати, стукати руками по парті.

Це може свідчити про нервовий зрив, а не бути просто проявом поганої поведінки. У такій ситуації постарайся лишатися спокійним, не засуджуй і не коментуй таку поведінку. Якщо таке трапилося під час перерви, потрібно покликати вчителя. Твої друзі, що мають спектр – дуже чутливі, і багато речей, на які ти навіть не звертаєш увагу, для них є болючими та вкрай неприємними, тому їм необхідний час, щоб заспокоїтися. Уявляєш, який супергерой твій друг чи подруга,

мякщо вміє витримувати таку напругу й лиш деколи проявляє емоційне перенапруження? Можливо, варто провести його або її в тихе безпечне місце чи куточок у класі, щоб він або вона могли дати лад своїм емоціям.

3. Приклади ігор.



Гра: «Усі ми різні»

Мета: Виявлення різних особливостей у дітей. Показати дітям, що кожний має свої відмінності.

Хід завдання: Без чіткої інструкції попросити намалювати дітей «улюблений предмет».

Обговорення: *кожен намалював щось своє, у кожного свої кольори, свій малюнок і своя уява. Немає жодного однакового малюнка, але ми це розуміємо і приймаємо. Так і люди – кожен має свої звички, особливості, вподобання.*

Гра: «Мій простір».

Мета: На практиці показати дітям, що таке власний простір, та вказати на необхідність його враховувати.

Хід завдання: Дві дитини стають на певній відстані одна навпроти іншої. За командою вчителя, перша дитина починає швидко наближатися до другої. Дитина, що стоїть, повинна виставити перед собою руки й не дозволити іншій дитині підійти дуже близько у той момент, коли почуватиметься некомфортно від наближення іншої. Повторити гру з іншими парами дітей.

Обговорення: *Коли дитина стояла від тебе на відстані й не наближалася, ти був спокійний, правда? Що ти відчував, коли до тебе почали наближатися? Ти був впевнений, що він/вона зупиниться? Тобі захотілося простягнути руки, щоб до тебе не підійшли занадто близько й не зіштовхнулися з тобою? У кожного з нас є власний простір. Якщо незнайома людина підходить до нас занадто близько, нам стає некомфортно – ця людина порушила наші кордони. Дитина з аутизмом так само потребує простору й дуже сильно відчуває порушення власних кордонів, їй також некомфортно.*

Гра: «Загадковий мішечок»
Мета: Показати дітям, як важко правильно і спокійно реагувати на щось невідоме.

Хід завдання: Вчитель готує невеличкий мішечок із різними предметами (маленькі іграшки, олівці, камінчики тощо). Не дивлячись, дитина занурює руку в мішечок, намацує предмет, намагається відгадати, що це, дістає. Після того, як усі діти витягли предмет, вчитель обговорює відчуття дітей.

Обговорення: *Ти одразу знав, що ти витягнеш? Ти хвилювався, коли занурював руку в мішечок? Тобі легко було вгадати, що за предмет у мішечку? Ти був впевнений, що вгадав? Ми всі відчуваємо страх перед чимось невідомим, але діти з аутизмом бувають у такому стані частіше, навіть коли нам здається, що немає причин нервувати.*

Гра: «Зрозумій мене»

Мета: Показати дітям, як важко без слів висловлювати почуття і як важко це зрозуміти.

Хід завдання: Вчитель загадує одній дитині емоцію (щасливий, сердитий, сумний, серйозний, радісний, задоволений, перелякany, здивований, спокійний, винуватий), яку вона повинна показати іншим дітям лише очима та мімікою навколо очей. Іншу частину обличчя (рот і брови) необхідно прикрити – наприклад, листком паперу. Інші діти намагаються відгадати емоцію.

Обговорення: *Питання до дитини, яка виконувала завдання: Чи легко тобі було виконати це завдання? Чи одразу зрозуміли діти, що ти показуєш? Чи було відчуття, що ти все дуже зрозуміло показуєш, але інші все одно тебе не розуміють?*
Питання до дітей, що відгадували: Чи одразу була зрозуміла відповідь? Чи достатньо було бачити лише очі? Чи легко відгадати емоцію?
Так і дитині з аутизмом не завжди зрозуміло, як висловити свої емоції або сприйняти чужі.

Гра: «Захоплива послідовність»

Мета: На прикладі показати дітям одну з особливостей дітей з аутизмом – послідовність та стереотипію.

Хід завдання:

1) Вчитель пропонує учню виставити в рівну шеренгу на парті заздалегідь підготовлені фігурки доміно.

2) Вчитель пропонує учню виставити у рівну шеренгу на парті заздалегідь підготовлені фігурки доміно. У цей час, інші учні повинні намагатися легенько трясти парту і зачіпати учня, тим самим заважаючи йому побудувати рівну шеренгу з доміно.

Обговорення: v

Обговорити перший варіант завдання: *Чи цікаво було тобі будувати шеренгу з доміно? Чи потрібно було тобі концентруватися, щоб не зачепити сусідні фігурки й вони не впали? Як ти вважаєш, чи можливо було робити водночас ще якусь справу?*

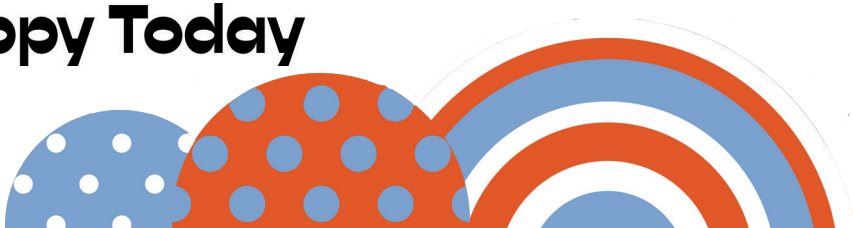
Обговорити другий варіант задання: *Чи легко тобі було зараз будувати шеренгу з фігурок? Чи потрібно було тобі докладати більше зусиль, ніж зазвичай? Чи не заважали тобі однокласники концентруватися? Що ти відчував, коли фігурки падали? Чи був ти засмучений, коли шеренга падала й усі твої зусилля її побудувати були зруйновані поштовхами парти?*

Діти з аутизмом вкрай чутливі, і часто навколишні рухи, миготіння світла, розмови та шум відволікають їх так само як і парта, що трясеться, а за таких умов дуже складно концентруватися.

Цей методичний посібник призначений для вчителів й учнів молодших та середніх класів для проведення уроку про інклюзію. Він допоможе педагогу познайомити дітей з поняттям інклюзії та підкаже, як пояснити дітям, що всі ми - різні, що важливо приймати особливості одне одного. Книга описує цікаві ігри та приклади діалогу з дітьми після перегляду мультфільму «Петрик і Фонтани».

Посібник рекомендовано для проведення занять у загальних класах та класах, що готуються стати інклюзивними.
Рекомендовано проводити такі заняття до приходу дитини з розладом аутистичного спектра (РАС) в клас, а не за її присутності.
Якщо ж заняття проводяться в присутності дитини з РАС, то рекомендується робити акцент не на діагнозі й особливостях дитини, а на тому, що усі ми різні та унікальні, і використовувати приклади реагування такої дитини.

Видання підготовлено за підтримки Українського культурного фонду.
Позиція Українського культурного фонду може не збігатись з думкою автора.

УКРАЇНСЬКИЙ
КУЛЬТУРНИЙ
ФОНД

Happy Today