

## Социальные истории

Очень часто дети с расстройствами аутистического спектра (далее с РАС) в новой ситуации ведут себя странно. Например, при входе в магазин падают и начинают биться головой, при приближении автобуса кричат или закрывают уши руками, кусают врача в поликлинике....



Почему это происходит?

Дело в том, что у ребенка с РАС иное восприятие действительности, гормональный фон изменен, и ребенок часто испытывает тревогу в тех ситуациях, где иной сверстник чувствует себя совершенно спокойно. А так как ребенок в состоянии тревоги не знает, как себя защитить, он показывает свой страх или обороняется любым доступным ему способом.

Что же делать? Как помочь ребенку?

Ваша реакция на поведения ребенка должна быть максимально спокойной.



Если Вы начнете вскрикивать, громко ругаться или шлепните ребенка, вы только усилите страхи и закрепите реакцию. Если в ответ на неадекватное поведение Вы дадите ребенку конфету, начнете его поднимать и уйдете, например, от из поликлиник, Вы также рискуете закрепить реакцию. Поэтому лучшая стратегия – предупреждение боязни неизвестности. Для этого полезно составить социальную историю, т.е. в доступной для ребенка форме рассказать, что будет происходить в новой ситуации и как себя в этой ситуации вести. В конце социальной истории обязательно должен быть «happy ending» (счастливый конец).



Например, «мама и папа будут довольны», «это весело», «тебе будет приятно» и т.д.

Социальная история может быть в виде схематических изображений

<https://yandex.ru/images/search?from=tabbar&text=%D0%A1%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B8>

В форме истории в фотографиях, где изображен ребенок, для которого эта история составлена, его родители, место, куда ребенок пойдет и т.д.

История может быть в форме мультфильма

<https://youtu.be/D8C3nNMIB-Y>

или короткого видео

<https://youtu.be/Vt0WJR4JwWE>

Для каждого ребенка нужно найти удобную для него форму предоставления информации.

Важно, чтобы с социальной историей Вы познакомили ребенка заранее. По необходимости социальную историю можно предъявлять ребенку неоднократно, проверить насколько он понял и принял модель поведения. Социальную историю в форме картинок или фотографий после ознакомления можно дать ребенку с собой. Постарайтесь новую ситуацию сделать для ребенка максимально предсказуемой.

Удачи Вам!