

**Психологическая газета №35**

**ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И СОТРУДНИКОВ**



**Газета, объединяющая больших и маленьких.**

**Газета для тех, кто растит и воспитывает детей.**

***«Зажги синим»***

Согласно резолюции Генеральной Ассамблеи ООН 2 апреля является Международным Днем распространения информации об аутизме.

 В этот день по всему миру знаковые здания и памятники освещаются синим цветом, который считается международным символом аутизма, проводятся мероприятия, направленные на привлечение внимания общественности к проблемам аутизма.

В рамках Всероссийской недели проводится цикл онлайн-площадок по наиболее актуальным темам в области сопровождения детей с РАС для специалистов и родителей. Программа онлайн-площадок размещена по следующей ссылке: https://go.gppc.ru

Что такое аутизм

Аутизм, или расстройство аутистического спектра (РАС), — это неврологическое нарушение развития с разнообразными симптомами, которое начинает проявляться ещё в детстве.

Симптомы сильно зависят от типа и степени тяжести РАС и обычно проявляются в возрасте до 2 лет. Как правило, люди с аутизмом испытывают потребность в строгом распорядке действий, который повторяется изо дня в день. Даже небольшие изменения могут спровоцировать тревогу или истерику. Часто люди с РАС гиперчувствительны к звукам, запахам и вкусам.

В целом аутизм — это нарушенное восприятие внешних стимулов, связанное с гиперактивностью мозга, из-за которой человек не успевает соединять и анализировать всё то, что он видит, слышит и чувствует. Такое восприятие заставляет ребёнка обострённо реагировать на одни явления внешнего мира и почти не замечать другие, приводит к трудностям в общении с людьми, формирует устойчивые бытовые привычки, затрудняет адаптацию к новым условиям, мешает обучаться наравне со сверстниками (в том числе через подражание другим).

Чтобы поставить диагноз «аутизм», необходимы консультации нескольких специалистов: психиатра, врача-невролога, терапевта или педиатра.

Людям с таким расстройством важно адаптироваться к жизни в обществе и научиться управлять своими эмоциями. В этом хорошо помогает поведенческая, образовательная и семейная терапия.

Признаки аутизма у детей разного возраста

Первые признаки нарушения развития ребёнка проявляются уже на первом году жизни (например, он поздно садится, не проявляет эмоций при общении с родителями, не интересуется игрушками, не отзывается на своё имя).

К вызывающим тревогу сигналам относят:

в 8 месяцев — отсутствие зрительного контакта и реакции на имя;

в 12 месяцев — нетипичное использование жестов, отсутствие указательного жеста;

в 18 месяцев — нетипичное поведение во время игр, непонимание речи или отказ от диалога;

в 24 месяца — целый набор взаимосвязанных признаков: ребёнок не повторяет за взрослым, не общается во время игры, медленно накапливает словарный запас.

Более заметными признаки аутизма становятся к двум-трём годам. Также возможны случаи, когда уже при появлении навыков происходит регресс, и ребёнок перестаёт делать то, чему научился ранее, например только научился произносить несколько слов, но потом вообще перестали разговаривать. В таком случае говорят о регрессивном аутизме. Также эту форму называют процессуальным, или органическим, аутизмом. В основном она возникает в 15-30 месяцев, может развиваться как медленно, так и быстро. После такого аутизма навыки долго не развиваются, возникает период «застоя». Чтобы быстро справиться с проблемой, важно вовремя обратиться к врачу.

В целом для ребёнка с аутизмом характерно позднее появление навыка речи либо его отсутствие, эхолалия (спонтанное повторение услышанных фраз и звуков вместо осознанной речи), задержки в развитии, отсутствие совместного внимания и указательных жестов, наличие специальных узконаправленных интересов, стереотипное поведение (например, ребёнок может подолгу раскачиваться и ничего не делать, беспрестанно щёлкать выключателем, зажигая и гася свет).

Распространённость

 Расстройство аутистического спектра (РАС), по сути, включают в себя такие понятия, как детский аутизм, атипичный аутизм, инфантильный психоз, синдром Канера, синдром Аспергера, проявляющиеся симптомами, выраженными в той или иной степени. Причём синдром Аспергера может оставаться недиагностированным у человека всю жизнь, не мешая профессиональному развитию и социальной адаптации, в то время как другие формы аутизма могут стать причиной ментальной инвалидности (человеку требуется пожизненное сопровождение и поддержка).

По данным ВОЗ, примерно каждый 100-й ребенок в мире страдает РАС. В США, согласно информации Центра по контролю и профилактике заболеваний, такой диагноз ставится одному ребёнку из 59, причём среди мальчиков РАС встречается в четыре раза чаще, чем среди девочек.

Причины РАС

Большинство случаев РАС не имеют конкретной причины. Считается, что к аутизму могут приводить некоторые генетические нарушения, воздействие токсических веществ, факторов окружающей среды и многие другие причины. Вопреки распространённому мифу, аутизм не развивается в результате вакцинации.

 Исследование о его связи с прививками от кори было опубликовано в конце 90-х годов в авторитетном медицинском журнале Lancet, но спустя 10 лет выяснилось, что данные исследования были cфальсифицированы. После судебных разбирательств журнал отозвал статью.

Вероятные причины аутизма:

• приём противосудорожных препаратов (в частности, вальпроевой кислоты) во время беременности;

• синдром Мартина — Белл (синдром ломкой Х-хромосомы), генетическое нарушение в X-хромосоме, ведущее к умственной отсталости и расстройствам поведения;

• краснуха во время беременности;

• туберозный склероз — наследственное заболевание, проявляющееся изменениями кожи, эпилептическими приступами, умственной отсталостью и высоким риском развития рака;

• синдром Прадера — Вилли, редкое генетическое заболевание, связанное с хромосомными нарушениями. Болезнь проявляется ожирением, умственной отсталостью, недоразвитием кистей и стоп, аномалиями формирования половых органов.

Часто мутации, которые впоследствии приводят к аутизму, происходят спонтанно в процессе развития плода, а не передаются по наследству от родителей.

Интеллект у ребёнка с аутизмом

Вопреки распространённому стереотипу, аутизм не связан с высоким уровнем интеллекта и гениальностью, хотя в некоторых случаях расстройству может сопутствовать синдром Саванта (савантизм) — выдающиеся способности в одной или нескольких областях знания, например в математике.

Развитие РАС

В норме, развитие ребёнка происходит постепенно: более сложные функции поочерёдно вытесняют простые. Так, сначала малыш ползёт, а потом ходит, или сначала агукает, а затем говорит слоги. При аутизме развитие происходит асинхронно, а простые функции как бы наслаиваются на сложные. Например, ребёнок может как агукать, так и говорить простые слова.

Стадии развития аутизма изучены недостаточно, а разные формы РАС имеют свои особенности.

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.

Симптомы аутизма у детей

Как правило, первые симптомы появляются у детей в возрасте до 3 лет. В это время родители замечают, что ребёнку тяжело даётся общение с другими людьми, он плохо контролирует свои эмоции, а в поведении могут появиться стереотипные движения вроде раскачиваний (стимминга).

Диагностировать РАС можно после 1–1,5 года. Трудности в диагностике возникают из-за того, что симптомы могут проявляться по-разному. Так, чем быстрее развивается ребёнок, тем менее заметными они могут быть. Поэтому даже в странах с хорошо развитой диагностикой аутизм иногда выявляют только к 4–6 годам.

Родителям следует обращать внимание на так называемые красные флаги.

«Красные флаги» аутизма у детей разного возраста

6 месяцев:

• ребёнок редко улыбается и практически не показывает эмоции,

• не идёт на зрительный контакт.

9 месяцев:

• мало улыбается,

• почти не издаёт звуков,

• редко демонстрирует эмоции.

1 год:

• мало или вообще не лепечет,

• не реагирует на своё имя,

• не использует жесты,

• не тянется к предметам и не указывает на них.

1,5 года — не разговаривает.

2 года:

• не может самостоятельно составлять простые фразы;

• стремится упорядочить предметы (например, выстроить игрушки в ряд);

• может подолгу беспорядочно размахивать руками, кружиться на одном месте или без остановки монотонным голосом задавать один и тот же вопрос.

Проявления аутизма крайне разнообразны, недаром специалисты говорят: «Если вы знаете одного человека с аутизмом — это не значит, что вы знаете что-то об аутизме».

Общие признаки аутизма:

• отсутствие социальных навыков;

• ухудшение речи;

• избегание зрительного контакта;

• трудности с различением эмоций;

• ограниченные интересы;

• регулярное повторение одних и тех же движений;

• отсутствие или, наоборот, гиперреакция на свет, звук, вкус, текстуру или запахи.

Ни один из этих симптомов сам по себе не указывает на аутизм. При РАС у человека выявляют их комплекс.

Проявления аутизма очень индивидуальны и могут варьироваться от человека к человеку. Так, один может быть очень общительным и увлекающимся, а другой — замкнутым и с тяжёлыми когнитивными нарушениями.

Как жить с ребёнком с аутизмом

Ребёнок с РАС требует внимания и ухода, поэтому, как правило, одному из родителей приходится уволиться, чаще всего такое решение принимает мать. Важное значение имеет чёткое распределение ролей членов семьи при уходе за ребёнком — это напрямую влияет на его качество жизни.

Перед семьёй, в которой растёт ребёнок с РАС, стоит важная задача: нужно создать такую обстановку, где перспективы развития будут не только у ребёнка с РАС, но и у всех членов семьи. В случае, когда родитель получает эффективную психологическую помощь, это положительно влияет и на состояние ребёнка с РАС, так как хорошее самочувствие родителя помогает ему лучше поддерживать ребёнка

 Литература:

1.Статья доктора Ворхлик Екатерины Викторовны.Над статьей работали литературный редактор Вера Васина, научный редактор Владимир Вожжов и шеф-редактор Лада Родчанина.

2.Никольская О.С, Баенская Е.Р, Либлинг М.М. Аутичный ребёнок, пути помощи// Москва, 2010, стр 233.

 3.Башина В. М. "Аутизм в детстве" // М.: Медицина, 1999. Стр 74.

*Выпуск газеты подготовлен*

*педагогом – психологом*

*Детского сада № 1 Ереминой Е. В.*