

Министерство социального развития, опеки и попечительства Иркутской области
ОГБУСО «Реабилитационный центр для детей и подростков с
ограниченными возможностями»

Принята на заседании методического
объединения педагогических работников
отделения социальной реабилитации и
психолого-педагогической помощи.
Протокол №21 от 24 августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ОГБУСО «Реабилитационный
центр для детей и подростков с
ограниченными возможностями», к.п.н
Т.В. Семейкина
Приказ № 74/АХ от «30» августа 2022г.



**Адаптированная дополнительная общеразвивающая
программа коррекционно-развивающей направленности
«Преодоление проблемного поведения у детей с РАС»**

Автор - составитель:
Антипина С.В., педагог-психолог
отделения социальной реабилитации
и психолого-педагогической
помощи

Иркутск 2022г

Социально-педагогическая значимость программы

Реализация программы в рамках ресурсного центра способствует:

Улучшению качества жизни ребёнка: снижение частоты и интенсивности проблемного поведения позволяет ребёнку активнее участвовать в обучении и общении.

Развитию адаптивных навыков: освоение альтернативных способов коммуникации и саморегуляции даёт ребёнку инструменты для выражения потребностей без деструктивных реакций.

Снижению стресса в семье: обученные родители чувствуют себя увереннее, лучше понимают ребёнка, меньше конфликтуют.

Социальной интеграции: ребёнок с меньшими проявлениями проблемного поведения легче включается в групповые занятия, посещает дошкольные учреждения, адаптируется в обществе.

Профилактике вторичных нарушений: своевременная коррекция снижает риск развития тревожности, депрессии, школьной дезадаптации.

Экономическому эффекту: раннее и эффективное вмешательство сокращает потребность в дорогостоящей интенсивной поддержке в будущем.

Формированию инклюзивной среды: успешная социализация детей с РАС способствует принятию разнообразия в обществе.

Нормативно-правовая база

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении ФГОС НО О обучающихся с ОВЗ»;
- Конвенцией ООН о правах инвалидов;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

Методологическая и теоретическая основа программы

Методологическая и теоретическая основа программы по преодолению проблемного поведения у детей с РАС базируется на современных научных подходах к коррекции поведенческих нарушений, а также на принципах индивидуализации, структурированности и системного воздействия. Ключевыми направлениями являются **прикладной анализ поведения (АВА), функциональный анализ поведения и стратегии проактивной и реактивной коррекции.**

Принципы индивидуализации и системности

Программа строится с учётом:

- индивидуальных особенностей ребёнка (возраст, уровень когнитивного развития, коммуникативные навыки, сенсорные особенности);
- результатов диагностики и функционального анализа поведения;
- данных о семье и социальной ситуации.

Работа ведётся комплексно: вовлекаются родители, используются междисциплинарные подходы (сотрудничество психолога, дефектолога, логопеда и других специалистов).

Таким образом, методологическая база программы сочетает научно обоснованные методы коррекции поведения, индивидуальный подход и системный анализ факторов, влияющих на проблемное поведение. Это позволяет разработать эффективную стратегию, направленную на формирование адаптивных навыков и снижение частоты нежелательных реакций.

Разработанная адаптированная дополнительная общеразвивающая программа (АДОП) коррекционно-развивающей направленности «Преодоление проблемного поведения у детей с РАС» представляет собой научно обоснованный и практически применимый инструмент для работы с детьми с расстройствами аутистического спектра в условиях ресурсного центра.

Научная новизна программы

Программа обладает научной новизной за счёт:

1. **Комплексного подхода к коррекции**, который объединяет методы прикладного анализа поведения (АВА), функционального анализа поведения (ФАП), эмоционально-уровневого подхода (О. С. Никольская), элементов ТЕАССН и сенсорной интеграции (А. Жан Айрес). Это позволяет воздействовать на проблемное поведение с разных сторон, учитывая его многофакторность.
2. **Чёткой алгоритмизации проактивных и реактивных стратегий** коррекции в зависимости от функции поведения (привлечение внимания, избегание, получение желаемого, сенсорная стимуляция). Программа предлагает конкретные шаги для каждого этапа работы.
3. **Учёта возрастных особенностей** детей : задания и материалы адаптированы под когнитивные, коммуникативные и эмоциональные возможности данной возрастной группы.
4. **Включения семьи в коррекционный процесс** как активного участника: родители не просто информируются, но и обучаются приёмам коррекции, получают домашние задания для закрепления навыков.
5. **Комбинированной системы оценки эффективности**, которая включает как количественные показатели (частота, длительность, интенсивность поведения), так и качественные (динамика социальной адаптации, развитие коммуникации, уровень тревожности).
6. **Использования визуальной поддержки** (расписания, карточки PECS, социальные истории) как ключевого инструмента структурирования среды и снижения тревожности.

Теоретическая значимость

Программа вносит вклад в развитие теории коррекционной педагогики и специальной психологии:

- **Расширяет понимание механизмов проблемного поведения** у детей с РАС, демонстрируя взаимосвязь между сенсорными особенностями, дефицитом коммуникации, эмоциональным состоянием и поведенческими реакциями.
- **Развивает теорию прикладного анализа поведения (АВА)** через апробацию его методов в российских условиях и их интеграцию с другими подходами (ТЕАССН, сенсорная интеграция).
- **Уточняет роль функционального анализа поведения (ФАП)** в разработке индивидуальных программ коррекции, показывая, как определение функции поведения влияет на выбор стратегий вмешательства.
- **Обогащает принципы индивидуализации коррекционной работы:** программа предлагает алгоритм адаптации методов под конкретные потребности ребёнка (возраст, уровень развития, сенсорные особенности, тип проблемного поведения).
- **Дополняет теорию проактивной коррекции** за счёт изучения влияния структурированной среды, визуальных опор и обучения альтернативной коммуникации на профилактику нежелательного поведения.
- **Способствует развитию теории социализации детей с РАС**, так как включает элементы социального моделирования и ролевых игр для отработки адаптивных реакций в типичных ситуациях.

Практическая значимость

Результаты реализации программы могут быть использованы:

- **Специалистами реабилитационных центров, школ, детских садов:** программа даёт готовый алгоритм работы с проблемным поведением, включая диагностику, выбор методов коррекции и оценку динамики.
- **Родителями детей с РАС:** обучение приёмам коррекции и вовлечение в процесс позволяют закрепить навыки в естественной среде (дома, на прогулке, в общественных местах).
- **В системе повышения квалификации педагогов и психологов:** материалы программы могут служить основой для семинаров и тренингов по работе с РАС.
- **При разработке методических рекомендаций** для учреждений, работающих с детьми с ОВЗ.
- **Для создания аналогичных программ** с учётом специфики других возрастных групп или типов проблемного поведения.

Технологические аспекты реализации

Ресурсный центр обеспечивает:

- доступ к специализированным материалам (карточки PECS, визуальные расписания, сенсорное оборудование);
- методическую поддержку специалистов и родителей (тренинги, семинары, вебинары);
- онлайн-консультации и сопровождение (чаты, видеосвязь);
- банк данных эффективных практик и кейсов для обмена опытом между семьями.

Ожидаемые результаты

По итогам реализации программы ожидается:

- снижение частоты эпизодов проблемного поведения на 30–50 %;
- уменьшение интенсивности проявлений (переход от агрессии к вербальному протесту или использованию карточек PECS);
- освоение детьми 2 альтернативных способов выражения потребностей (карточки, жесты, простые слова);
- использование стратегий саморегуляции («стоп-сигнал», дыхательные упражнения) в провоцирующих ситуациях;
- улучшение способности следовать визуальному расписанию;
- повышение готовности к взаимодействию со взрослым и сверстниками;
- рост компетентности родителей и педагогов в вопросах профилактики и коррекции проблемного поведения.

Перспективы развития

Программа может быть дополнена:

- расширением возрастного диапазона (для дошкольников 3–5 лет или подростков 13–18 лет);
- включением элементов арт-терапии и игротерапии для усиления эмоциональной регуляции;
- разработкой онлайн-модулей для дистанционного обучения родителей;
- созданием мобильного приложения с визуальными опорами и трекером поведения;
- проведением долгосрочного мониторинга (6–12 месяцев) для оценки устойчивости результатов.

Таким образом, программа сочетает научную обоснованность, практическую применимость и потенциал для дальнейшего развития. Её реализация позволит не только снизить частоту и интенсивность проблемного поведения у детей с РАС, но и создаст условия для их успешной социализации, развития коммуникации и адаптации в обществе.

Цель программы

Основная цель: снижение частоты и интенсивности проявлений проблемного поведения у детей с

РАС через формирование адаптивных навыков коммуникации, саморегуляции и социального взаимодействия в условиях реабилитационного центра (ресурсного центра для семей воспитывающих детей с ограниченными возможностями, детей-инвалидов)..

Цель достигается за счёт:

- выявления триггеров (пусковых механизмов) и функций проблемного поведения;
- обучения альтернативным способам выражения потребностей и эмоций;
- создания структурированной и предсказуемой среды;
- вовлечения семьи в коррекционный процесс.

Задачи программы

1. Диагностические задачи

- провести первичную диагностику поведенческих особенностей каждого ребёнка;
- осуществить функциональный анализ поведения (АВС-анализ: Antecedent — Behavior — Consequence) для выявления триггеров и подкрепляющих факторов;
- определить функции проблемного поведения (привлечение внимания, избегание требований, получение желаемого, сенсорная стимуляция);
- выявить индивидуальные мотивационные стимулы (любимые игрушки, активности, лакомства) для использования в системе подкрепления;
- оценить уровень развития коммуникативных, социальных и регуляторных навыков ребёнка;
- составить индивидуальную поведенческую карту (частота, длительность, интенсивность эпизодов проблемного поведения).

2. Коррекционные задачи

- обучить ребёнка альтернативным способам коммуникации (с использованием карт очек PECS, жестов, простых вербальных просьб) для выражения потребностей и эмоций;
- сформировать навыки саморегуляции (дыхательные упражнения, «стоп-сигнал», стратегии выбора, использование сенсорных инструментов);
- снизить частоту и интенсивность проявлений проблемного поведения на 30–50 % за счёт применения проактивных и реактивных стратегий коррекции;
- развить способность следовать визуальному расписанию и структурированным инструкциям для уменьшения тревожности и протестного поведения;
- отработать социально приемлемые реакции в типичных конфликтных ситуациях через ролевые игры и социальное моделирование;
- повысить стрессоустойчивость и адаптацию к изменениям в среде и режиме.

3. Развивающие задачи

- развить навыки позитивного взаимодействия со взрослым (выполнение инструкций, сотрудничество) и со сверстниками (обмен, совместная игра);
- способствовать развитию эмоционального интеллекта: распознаванию и называнию базовых эмоций (радость, грусть, злость, страх) у себя и других;
- стимулировать развитие когнитивных процессов (внимание, память, мышление) в контексте коррекционных заданий;
- обогатить сенсорный опыт ребёнка через контролируемое взаимодействие с различными стимулами (тактильными, зрительными, слуховыми).

4. Образовательные задачи для специалистов и родителей

- обучить родителей и педагогов методам профилактики и коррекции проблемного поведения (использование визуальных опор, системы поощрений, техник переключения);

- предоставить родителям индивидуальные рекомендации по закреплению навыков в домашних условиях;
- организовать регулярные консультации для семьи по вопросам динамики поведения и адаптации методов коррекции;
- сформировать у родителей понимание причин проблемного поведения и роли среды в его поддержании.

Эти цели и задачи обеспечивают комплексный подход к преодолению проблемного поведения, сочетая научно обоснованные методы (АВА, ФВА, ТЕАССН) с учётом индивидуальных особенностей детей с РАС. Программа ориентирована не только на снижение негативных проявлений, но и на формирование устойчивых адаптивных навыков, способствующих социализации и повышению качества жизни ребёнка и его семьи.

Принципы работы программы по преодолению проблемного поведения у детей с РАС

Программа строится на комплексе научно обоснованных принципов, обеспечивающих их эффективность коррекционного воздействия и учёт особенностей детей с расстройствами аутистического спектра.

1. Принцип индивидуального подхода

- учёт возрастных, когнитивных, эмоциональных и сенсорных особенностей каждого ребёнка;
- адаптация методов и материалов под уровень развития и специфические потребности;
- составление индивидуального плана коррекции на основе данных диагностики и функционального анализа поведения;
- гибкость в выборе стратегий: возможность менять темп, сложность заданий и формы взаимодействия.

2. Принцип структурированности и предсказуемости среды

- чёткое расписание занятий и последовательность этапов каждого занятия;
- визуальная поддержка: расписания, карточки, символы, социальные истории;
- зонирование пространства (зона для занятий, зона для игры, зона уединения);
- минимизация отвлекающих и раздражающих стимулов;
- использование ритуалов приветствия и прощания для создания ощущения стабильности.

3. Принцип позитивного подкрепления

- поощрение желательного поведения (жетоны, похвала, доступ к предпочитаемым активностям);
- немедленное подкрепление правильных реакций;
- подбор индивидуальных мотивационных стимулов (любимые игрушки, лакомства, активности);
- постепенный переход от материальных поощрений к социальным (похвала, улыбка).

4. Принцип постепенности и поэтапности

- пошаговое усложнение задач и ситуаций (от простого к сложному);
- дробление сложных навыков на мелкие шаги;
- постепенное уменьшение подсказок (от полной физической подсказки к вербальной, затем к самостоятельной реакции);
- последовательное введение новых элементов (сначала обучение просьбе карточкой, затем — выбору стратегии саморегуляции).

5. Принцип функционального анализа поведения (АВС-анализ)

- выявление antecedents (что предшествует поведению);
- описание самого проблемного поведения;
- анализ последствий (что происходит после поведения);

- определение функции поведения (привлечение внимания, избегание требований, получение желаемого, сенсорная стимуляция);
- разработка стратегии коррекции на основе выявленных функций.

6. Принцип проактивной коррекции

- предотвращение проблемного поведения через изменение среды и условий;
- использование проактивных стратегий:
 - визуальные расписания;
 - метод высоковероятностной серии (простые задания перед сложными);
 - обучение альтернативной коммуникации (карточки PECS, жесты);
 - сенсорная регуляция (мячики-антистресс, тактильные дорожки);
 - техники саморегуляции («стоп-сигнал», дыхательные упражнения).

7. Принцип мультидисциплинарного взаимодействия

- сотрудничество специалистов: психолога, дефектолога, логопеда, тьютора, врача;
- единый подход к коррекции поведения в разных ситуациях и средах;
- обмен информацией о динамике и трудностях;
- совместные консилиумы для корректировки программы.

8. Принцип сотрудничества с семьёй

- вовлечение родителей в процесс коррекции как активных участников;
- обучение родителей приёмам профилактики и коррекции проблемного поведения;
- предоставление индивидуальных рекомендаций и домашних заданий;
- регулярные консультации и обратная связь;
- информирование о динамике и успехах ребёнка.

9. Принцип системности и непрерывности

- единство диагностики, коррекции и развития;
- регулярность занятий (1–2 раза в неделю) и соблюдение графика;
- перенос навыков из структурированной среды (кабинет) в естественную (дом, улица, группа);
- долгосрочное сопровождение и мониторинг прогресса.

10. Принцип безопасности и эмоционального комфорта

- создание доброжелательной и поддерживающей атмосферы;
- предотвращение ситуаций, провоцирующих стресс и тревожность;
- обеспечение физического и психологического комфорта ребёнка;
- использование «тайм-аута» или сенсорной зоны при нарастании напряжения;
- избегание давления, критики и наказаний.

11. Принцип вариативности методов

- использование разнообразных техник и подходов (АВА, ТЕАССН, сенсорная интеграция, эмоционально-уровневый подход);
- адаптация методик под индивидуальные особенности ребёнка;
- чередование видов деятельности (игра, задание, перерыв) для поддержания интереса и внимания;
- включение игровых и творческих элементов для повышения мотивации.

12. Принцип объективности и мониторинга

- фиксация данных о поведении до и после коррекции (частота, длительность, интенсивность);
- ведение журнала наблюдений и поведенческой карты;
- видеофиксация (с согласия родителей) для анализа динамики;
- регулярная оценка эффективности программы и её корректировка.

Эти принципы обеспечивают комплексный и научно обоснованный подход к преодолению проблемного поведения у детей с РАС. Их соблюдение позволяет не только снизить частоту и интенсивность нежелательных реакций, но и сформировать устойчивые адаптивные навыки, способствующие социализации и повышению качества жизни ребёнка и его семьи.

Организация и содержание программы

Программа реализуется на базе ОГБУСО «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями».

Целевая аудитория: семьи с детьми с РАС и признаками РАС.

Срок реализации: 6 занятий.

Периодичность: 1 раз в неделю.

Продолжительность: 1 час.

Формы встреч:

1. **Индивидуальные диагностические встречи** (до начала групповых занятий, по необходимости):
 - сбор анамнеза и информации о ребёнке;
 - выявление актуальных трудностей и поведенческих особенностей;
 - проведение функционального анализа поведения (АВС-анализ);
 - составление индивидуальной поведенческой карты;
 - определение целей участия в программе;
 - анкетирование родителей.
2. **Групповые очные занятия** (основная часть курса, до 6 детей в группе):
 - структурированные игровые занятия;
 - упражнения на развитие коммуникации и саморегуляции;
 - отработка навыков в безопасной среде;
 - использование визуальной поддержки;
 - постепенное усложнение заданий.
3. **Совместные занятия «родитель + ребёнок»** (занятия 3 и 5):
 - обучение родителей методам взаимодействия;
 - отработка приёмов коррекции поведения в присутствии специалиста;
 - закрепление навыков в совместной деятельности.
4. **Онлайн-поддержка** (в течение всей программы):
 - консультации для родителей через мессенджеры;
 - рассылка домашних заданий и рекомендаций;
 - ответы на срочные вопросы;
 - создание родительского чата для обмена опытом.
5. **Итоговая диагностика и обратная связь** (после завершения программы):
 - заполнение анкеты обратной связи родителями;
 - индивидуальное консультирование по результатам программы;
 - выдача рекомендаций для дальнейшей работы.

1. Ожидаемые результаты для детей (6 занятий)

Поведенческие изменения:

- снижение частоты эпизодов проблемного поведения на 30–50 % (агрессия, самоагрессия, истерики, стереотипии);
- уменьшение интенсивности проявлений (переход от физической агрессии к вербальному протесту или использованию альтернативных способов коммуникации);
- сокращение длительности эпизодов проблемного поведения в провоцирующих ситуациях.

Развитие коммуникативных навыков:

- освоение 2 альтернативных способов выражения потребностей (использование карточек PECS, жестов, простых слов);
- способность инициировать контакт со взрослым для получения помощи или желаемого предмета;
- улучшение понимания простых инструкций и визуальных подсказок.

Навыки саморегуляции:

- использование «стоп-сигнала» или стратегии саморегуляции (дыхательные упражнения, обращение к тактильным инструментам) в провоцирующих ситуациях;
- способность переключаться между видами деятельности с минимальной поддержкой взрослого;
- снижение уровня тревожности в новых или неожиданных ситуациях.

Социальное взаимодействие:

- улучшение способности следовать визуальному расписанию (выполнение 3 последовательных действий);
- повышение готовности к взаимодействию со взрослым и сверстниками в структурированной среде;
- проявление интереса к совместной игре или деятельности с другими детьми под руководством специалиста.

Адаптация к среде:

- более спокойное реагирование на изменения в расписании или обстановке;
- освоение базовых правил поведения в группе (ожидание своей очереди, соблюдение границ);
- улучшение концентрации внимания на задании (удержание внимания в течение 5–7 минут).

2. Ожидаемые результаты для родителей

Компетентность в вопросах коррекции поведения:

- понимание функций проблемного поведения (привлечение внимания, избегание, получение желаемого, сенсорная стимуляция);
- владение методами функционального анализа поведения (АВС-анализ: antecedent — поведение — следствие);
- умение выявлять триггеры и предупреждающие признаки проблемного поведения.

Практические навыки:

- применение проактивных стратегий профилактики (позитивное подкрепление, структурирование среды, визуальная поддержка);
- использование реактивных стратегий в кризисных ситуациях (переключение внимания, «стоп-сигнал», сенсорная разгрузка);
- внедрение визуальных расписаний и социальных историй в повседневную жизнь;
- организация структурированной среды дома (зонирование, режим дня).

Психологическая устойчивость:

- снижение уровня стресса и эмоционального выгорания;
- овладение приемами самопомощи и релаксации;
- формирование позитивного отношения к возможностям ребёнка;
- развитие навыков конструктивного взаимодействия с ребёнком.

Социальная поддержка:

- расширение сети контактов с другими родителями детей с РАС;
- готовность обращаться за помощью к специалистам и сообществам поддержки;
- повышение уверенности в собственных силах и возможностях влиять на ситуацию.

Тематический план занятий

Занятие 1. Установление контакта и первичная диагностика

Цель: создать доверительную атмосферу, провести первичную диагностику поведенческих особенностей ребёнка.

Задачи:

- установить эмоциональный контакт с каждым ребёнком;
- выявить мотивационные стимулы;
- провести наблюдение за поведением в свободной игре;
- заполнить первичную поведенческую карту;

- познакомить родителей с принципами работы программы.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия (музыка, визуальная поддержка) — 5 мин.
2. Свободная игра с наблюдением за поведением — 15 мин.
3. Выполнение простых инструкций с поощрением — 10 мин.
4. Знакомство с системой жетонов — 10 мин.
5. Ритуал прощания — 5 мин.
6. Консультация для родителей: сбор анамнеза, обсуждение ожиданий, выдача дневника ABC — 15 мин.

Материалы: игрушки для свободной игры, жетоны, визуальные символы приветствия/прощания, бланки поведенческой карты и дневника ABC.

Домашнее задание: наблюдение за поведением ребёнка, заполнение дневника ABC (антецедент — поведение — последствие).

Занятие 2. Обучение альтернативной коммуникации

Цель: сформировать начальные навыки альтернативной коммуникации для выражения потребностей.

Задачи:

- обучить использованию карточек PECS для получения желаемого;
- развить способность инициировать контакт со взрослым;
- закрепить навык передачи карточки для получения предмета.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия — 3 мин.
2. Выбор карточек PECS — 10 мин.
3. Передача карточки взрослому для получения предмета — 15 мин.
4. Ролевая игра «Я хочу» — 10 мин.
5. Закрепление навыка в игре («магазин») — 10 мин.
6. Использование простых жестов — 7 мин.
7. Ритуал прощания и поощрение — 5 мин.

Материалы: набор карточек PECS, игрушки и предметы для обмена, жетоны.

Домашнее задание: внедрение карточек PECS дома, запись успехов и трудностей в дневнике ABC.

Занятие 3. Совместное занятие «родитель + ребёнок»: навыки саморегуляции

Цель: обучить ребёнка и родителя приёмам саморегуляции в провоцирующих ситуациях.

Задачи:

- познакомить с карточкой «СТОП»;
- отработать навык остановки по сигналу;
- обучить простым техникам саморегуляции (дыхание, тактильные инструменты);
- обучить родителей поддержке навыка саморегуляции дома.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия — 3 мин.
2. Знакомство с карточкой «СТОП» — 7 мин.
3. Игра «Замри» под музыку — 10 мин.
4. Тренировка «Стоп» в безопасной ситуации — 10 мин.
5. Выбор стратегии саморегуляции (мячик-антистресс, дыхательные упражнения) — 10 мин.
6. Практика в настольной игре — 10 мин.
7. Обучение родителей приёмам саморегуляции — 5 мин.
8. Ритуал прощания и поощрение — 5 мин.

Материалы: карточка «СТОП», аудиооборудование, мячики-антистресс, тактильные дорожки, настольные игры.

Домашнее задание: отработка «стоп-сигнала» дома, использование техник саморегуляции и при первых признаках напряжения.

Занятие 4. Визуальное расписание и предсказуемость

Цель: развить способность следовать визуальному расписанию для снижения тревожности и проблемного поведения.

Задачи:

- создать индивидуальное визуальное расписание;
- отработать выполнение последовательности действий;
- научить ребёнка отмечать выполненные этапы;
- подготовить к неожиданным изменениям в расписании.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия — 3 мин.
2. Создание индивидуального расписания (картинки/символы) — 10 мин.
3. Работа по расписанию с отметкой выполненных этапов — 15 мин.
4. Упражнение «Что изменилось?» — 10 мин.
5. Мини-сценарий «Неожиданность» — 10 мин.
6. Отработка перехода между видами деятельности — 7 мин.
7. Ритуал прощания и поощрение — 5 мин.

Материалы: карточки и символы для расписания, маркеры, бланки расписания, жетоны.

Домашнее задание: использование визуального расписания дома, запись реакций ребёнка на изменения.

Занятие 5. Совместное занятие «родитель + ребёнок»: социальное моделирование

Цель: развить социальные навыки и понимание эмоций через моделирование ситуаций.

Задачи:

- научить распознавать базовые эмоции (радость, грусть, злость, страх);
- проанализировать простые социальные ситуации;
- разыграть ситуации по ролям;
- обучить родителей методам социального моделирования дома.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия — 3 мин.
2. Сортировка карточек эмоций — 10 мин.
3. Анализ простой истории с проблемой — 10 мин.
4. Разыгрывание ситуации по ролям — 15 мин.
5. Обратная связь и похвала — 5 мин.
6. Обучение родителей методам социального моделирования — 5 мин.
7. Ритуал прощания и поощрение — 2 мин.

Материалы: карточки эмоций, социальные истории, игрушки для ролевых игр, жетоны.

Домашнее задание: проигрывание социальных ситуаций дома, обсуждение эмоций и реакций.

Занятие 6. Обобщение и закрепление навыков

Цель: оценить динамику поведения, закрепить освоенные навыки в комплексной деятельности.

Задачи:

- повторить изученные инструменты (PECS, «СТОП», расписание);
- применить навыки в серии заданий (квест);
- обсудить успехи и трудности с родителями;
- выдать рекомендации для дальнейшей работы.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия — 3 мин.

2. Повторение изученных инструментов (PECS, «СТОП», расписание) — 15 мин.
3. Квест с препятствиями (применение навыков в серии заданий) — 20 мин.
4. Обсуждение успехов и трудностей — 5 мин.
5. Награждение сертификатом — 2 мин.
6. Итоговая диагностика: сравнение данных поведенческих карт (до и после программы) — 3 мин.
7. Заполнение анкеты обратной связи (Анкета № 2) — 2 мин.
8. Индивидуальное консультирование родителей, выдача рекомендаций — по необходимости.

Материалы: карточки PECS, карточка «СТОП», визуальное расписание, элементы квеста, сертификаты, анкеты обратной связи.

Домашнее задание: продолжение использования освоенных инструментов дома, заполнение дневника ABC в течение следующей недели.

Список литературы

1. **Никольская О. С., Баенская Е. Р., Либлинг М. М.** «Аутичный ребёнок. Пути помощи». Книга посвящена особенностям психического развития детей с аутизмом, трудностям социализации и подходам к помощи в обучении и семейном воспитании. dsalenushka.68edu.ru +1
2. **Обучение детей с расстройствами аутистического спектра. Методические рекомендации для педагогов и специалистов сопровождения основной школы / Отв. ред. С. В. Алехина; под общ. ред. Н. Я. Семаго.** В пособии рассматриваются вопросы коррекции и обучения детей с РАС.
3. **Мелешкевич О. В.** «Особые дети. Введение в прикладной анализ поведения (АВА): принципы коррекции проблемного поведения и стратегии обучения детей с расстройствами аутистического спектра и другими особенностями развития». Книга посвящена методам прикладного анализа поведения (АВА), который активно применяется для коррекции проблемного поведения. multiurok.ru +1
4. **Ергина Л. А.** «Способы коррекции проблем поведения при работе с детьми с РАС в рамках поведенческого подхода». В статье рассматриваются методы коррекции поведения в рамках поведенческой терапии, включая подкрепление адекватного поведения, лишение подкрепления, тайм-аут и другие стратегии.
5. **Довбня С., Морозова Т., Залогина А., Монова И.** «Дети с расстройствами аутистического спектра в детском саду и школе: практики с доказанной эффективностью». Методическое пособие охватывает особенности обучения детей с РАС, современные подходы к развитию коммуникации и социальных навыков, способы оценки причин поведения и формирования социально приемлемого поведения.
6. **Овсянникова Т. М.** «Применение метода функционального анализа поведения для коррекции нежелательного поведения у ребёнка с расстройством аутистического спектра». Статья посвящена использованию функционального анализа поведения в коррекционной работе.
7. **Григоренко Е. Л.** «Расстройства аутистического спектра». Работа содержит информацию о клинических аспектах РАС, включая нарушения поведения.
8. **Carr E., Durand V.** Исследования этих авторов посвящены тренингу функциональной коммуникации как методу коррекции проблемного поведения.
9. **Ghaemmaghami M., Hanley G. P., Jessel.** «Functional communication training: From efficacy to effectiveness». Работа посвящена тренингу функциональной коммуникации.

10. **Hartley L., Sikora D. M., McCoy R.** «Prevalence and risk factors of maladaptive behaviour in young children with Autistic Disorder». Исследование посвящено распространённости и факторам риска проблемного поведения у детей с аутизмом.

Конспект занятия № 3

«Совместное занятие „родитель + ребёнок“: навыки саморегуляции»

Программа: «Преодоление проблемного поведения у детей с РАС».

Место проведения: ОГБУСО «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями».

Возраст детей: 5–8 лет.

Количество участников: 6 детей + родители/законные представители.

Продолжительность: 1 час (60 минут).

Цель: обучить ребёнка и родителя приёмам саморегуляции в провоцирующих ситуациях.

Задачи:

- познакомить с карточкой «СТОП» как визуальным сигналом остановки;
- отработать навык остановки по сигналу в безопасной обстановке;
- обучить простым техникам саморегуляции (дыхательные упражнения, использование тактильных инструментов);
- сформировать у родителей понимание, как поддерживать навык саморегуляции дома;
- снизить уровень тревожности ребёнка в ситуациях напряжения.

Материалы и оборудование:

- карточки «СТОП» (по одной на пару «родитель + ребёнок»);
- аудиооборудование с записью спокойной музыки;
- мячики-антистресс (6 шт.);
- тактильные дорожки (2–3 шт.);
- настольные игры с простыми правилами (2–3 набора);
- жетоны для системы поощрений;
- бланки рекомендаций для родителей.

Структура занятия

1. Вводная часть (10 минут)

Ритуал приветствия

- Дети и родители встают в круг.
- Звучит короткая музыкальная заставка (30 секунд).
- Каждый участник (сначала ребёнок, затем родитель) называет своё имя и показывает жест приветствия (например, помахать рукой, хлопнуть в ладоши, поднять большой палец вверх).
- Ведущий повторяет жест и имя, все хором говорят: «Привет, [имя]!».

Цель этапа: создание положительного эмоционального настроения, установление контакта.

2. Основная часть (40 минут)

Этап 1. Знакомство с карточкой «СТОП» (7 минут)

- Ведущий показывает карточку «СТОП», объясняет её значение: «Когда я показываю эту карточку, нужно остановиться и подождать».
- Родители и дети рассматривают карточку, обсуждают, где её можно использовать (дома, на улице, в магазине).
- Проводится 2–3 тренировочных показа карточки: дети останавливаются, родители помогают зафиксировать позу.

Этап 2. Игра «Замри» под музыку (10 минут)

- Включается спокойная музыка.
- Дети и родители свободно двигаются по залу.
- Внезапно музыка останавливается — все замирают в той позе, в которой оказались.

- Ведущий проверяет, кто замер правильно (не шевелится 5 секунд), вручает жетон.
- Повторяется 3–4 раза.

Цель: развитие произвольности, умения быстро переключаться с движения на неподвижность.

Этап 3. Тренировка «Стоп» в безопасной ситуации (10 минут)

- Родитель даёт ребёнку простое задание (например, собрать пирамидку, покатать машинку).
- В какой-то момент ведущий показывает карточку «СТОП».
- Ребёнок должен остановиться, положить руки на колени, посмотреть на родителя.
- Родитель хвалит: «Молодец, ты остановился! Теперь можно продолжить».
- Пары меняются ролями: теперь ребёнок показывает карточку родителю.

Цель: отработка навыка остановки по визуальному сигналу в контролируемой обстановке.

Этап 4. Выбор стратегии саморегуляции (10 минут)

- Детям и родителям предлагают попробовать разные способы успокоиться:
 - дыхательные упражнения («надуть шарик» — глубокий вдох носом, медленный выдох ртом);
 - работа с мячиком-антистресс (сжимать-разжимать);
 - ходьба по тактильной дорожке (ощупывание разных поверхностей босыми ногами).
- Каждая пара выбирает 1–2 наиболее комфортных способа.
- Ведущий фиксирует выбор в бланке рекомендаций.

Цель: формирование индивидуального набора техник саморегуляции.

Этап 5. Практика в настольной игре (3 минуты)

- Пары играют в простую настольную игру (например, «брось кубик — сделай ход»).
- Периодически ведущий показывает карточку «СТОП».
- Участники останавливаются, применяют выбранную технику саморегуляции, затем продолжают игру.

Цель: перенос навыка в игровую деятельность.

3. Заключительная часть (10 минут)

Этап 1. Обучение родителей (5 минут)

- Ведущий раздаёт бланки рекомендаций с алгоритмом:
 1. Заметить первые признаки напряжения у ребёнка (ёрзание, учащённое дыхание, сжимание кулаков).
 2. Спокойно показать карточку «СТОП».
 3. Предложить выбранную технику саморегуляции («Давай подышим, как шарик» / «Возьми мячик»).
 4. После успокоения похвалить и разрешить вернуться к деятельности.
- Кратко обсуждаются типичные трудности (игнорирование карточки, отказ от техники).

Этап 2. Ритуал прощания (3 минута)

- Все снова встают в круг.
- Каждый ребёнок получает жетон за участие.
- Родители и дети по очереди показывают свой любимый жест саморегуляции (например, глубокий вдох, сжатие мячика).
- Ведущий говорит: «Сегодня мы научились останавливаться и успокаиваться. Молодцы!».

Этап 3. Поощрение и обратная связь (2 минуты)

- Каждому ребёнку вручается наклейка или значок «Мастер саморегуляции».
- Родителям предлагается заполнить короткую анкету (2–3 вопроса):
 - Что получилось лучше всего?
 - С чем возникли трудности?

- Какой приём саморегуляции понравился ребёнку?

Ожидаемые результаты:

- 80 % детей смогут остановиться по сигналу карточки «СТОП» в течение 5 секунд.
- 70 % пар выберут и отработают хотя бы одну технику саморегуляции (дыхание/тактильные инструменты).
- Родители освоят алгоритм поддержки навыка дома.
- Снизится уровень тревожности у детей при внезапных остановках (по наблюдению ведущего).

Критерии оценки:

- выполнение инструкции «СТОП» без подсказок;
- самостоятельное применение техники саморегуляции после сигнала;
- положительная реакция родителей на рекомендации (вопросы, готовность применять дома).

Домашнее задание:

1. Использовать карточку «СТОП» 2–3 раза в день в бытовых ситуациях (перед едой, при переходе от игры к уборке).
2. Отрабатывать выбранную технику саморегуляции при первых признаках напряжения у ребёнка.
3. Записывать в дневник ABC:
 - antecedent (что предшествовало напряжению?);
 - поведение (как ребёнок отреагировал на карточку?);
 - последствие (помогла ли техника успокоиться?).

Рекомендации для специалистов:

- При трудностях с дыхательными упражнениями заменить на «подуть на одуванчик» или «задуть свечу».
- Если ребёнок игнорирует карточку «СТОП», добавить звуковой сигнал (хлопок в ладоши) или тактильный (лёгкое прикосновение к плечу).
- Для гиперактивных детей увеличить долю подвижных игр с остановками.