

Як навчити дитину з аутизмом користуватися медичною маскою.

Підготувала: Афанасьєва Наталія Андріївна, практичний психолог ІРЦ №1
Голосіївського району м. Києва.

Слухач курсів підвищення кваліфікації кафедри психології управління

Історично квітень – місяць інформування про аутизм, але в квітні 2020 року ця тема, як і багато інших, перебувала в тіні новин про коронавірус. Нам всім складно адаптуватися до стрімких змін, але це особливо важко для дітей з аутизмом – будь-які зміни у звичному розпорядку потребують від них складної та тривалої адаптації. Наприклад, епідеміологічні служби рекомендують завжди носити маску поза домом. Багато магазинів, аптек, медичних та інших установ забороняють відвідувачам входити на свою територію без маски. У той же час діти з аутизмом, яким буває складно носити звичайні черевики або щільно прилеглий одяг, часто категорично відмовляються від такої незвичної і новою для них деталі одягу. Багато батьків таких дітей навіть не уявляють, як можна умовити їх ходити в масці. Пропонуємо рекомендації про те, як навчити дитину з аутизмом носити маску.

Дослідження в рамках прикладного аналізу поведінки пропонують два основних підходи, які допомагають адаптуватися до чогось нового. Це «поєднання стимулів» та «формування реакції».

«Поєднання стимулів» – це метод, що дозволяє безболісно «познайомити» дитину з новими ситуаціями, предметами або людьми. Наприклад, якщо потрібно познайомити дитину з маскою. Сенс в тому, щоб новий предмет завжди поєднувався для дитини з чимось приємним. Наприклад, з лоскотанням, грою, улюбленою музикою або обіймами. Перш ніж просити дитину одягти маску, важливо, щоб вона просто познайомилася з новим для неї предметом. Дайте дитині маску, а коли вона її візьме – похваліть і «дайте п'ять». Використовуйте маску, щоб робити смішні личка або пограти в «ку-ку». Після того, як дитина звикне до присутності маски, можна почати «формування реакції» того, як її носити.

Основний зміст **формування реакції** – заохочувати (нагороджувати) дитину за кожен маленький крок до того, щоб носити маску. Під час поєднання стимулів, ми хочемо, щоб дитині було весело і добре, коли вона тримає маску в руках. Тепер ми будемо хвалити дитину і давати якісь важливі тільки для неї нагороди якщо вона:

1. Піднесла маску близько до обличчя (не торкаючись).
2. Доторкнулась маскою до свого обличчя (навіть на мить).
3. Доторкнулась маскою до обличчя і дозволила нам натягнути лямки.
4. Дозволила закріпити лямки за вухами.

Пам'ятайте: начебто все просто, але необхідно, щоб дитина абсолютно спокійно і успішно виконувала кожен з цих кроків не один раз. В жодному випадку не можна переходити до наступного кроку занадто рано!