

## Что делать, если ребенок с аутизмом «застревает» на электронных устройствах?

Смартфоны и планшеты становятся все более популярны среди детей с аутизмом, и они могут быть прекрасным инструментом для обучения детей. Проблемы возникают, когда кажется, что ребенок «одержим» планшетом, не может с ним расстаться, а попытки родителей контролировать устройство вызывают скандалы. Если у ребенка возникают подобные трудности, то ниже приводится несколько рекомендаций. Если же такой проблемы пока нет, то вы можете применить некоторые из этих советов, чтобы предотвратить ее в будущем.

Самое главное — понять, что планшет может превратиться в устройство для самостимулирующего поведения, в «игрушку для стимминга». Если ребенок пользуется им, чтобы выполнять одно и то же действие снова, снова и снова, получая один и тот же результат, то это не функциональное использование устройства, а просто способ «стимминга». Поскольку самостимуляции — это поведение с автоматическим усилением, то чем больше времени ребенок посвящает такому поведению, тем чаще оно будет появляться в будущем. Используя устройство таким образом ребенок не учится новому и не приобретает навыков, кроме того, он «не доступен» для обучения чему-либо в окружающей среде.

В этом случае применяется то же правило, что и в отношении любых других «игрушек для стимминга» — **планшет используется только вместе со взрослым**. Взрослый внимательно наблюдает за ребенком и взаимодействует с ним, чтобы играть в игры, пользоваться обучающими приложениями и делит с ним радость от этих занятий. Никогда не позволяйте ребенку иметь бесконтрольный доступ к устройству в одиночестве.

Установите с ребенком рутину игры по очереди. Если у ребенка уже есть трудности с тем, чтобы отдать устройство другому человеку, начните использовать незнакомое для ребенка приложение. В отношении нового приложения у ребенка пока нет определенной рутины или «привычки», так что мотивация контролировать его может быть не так сильна. Запустите приложение и моделируйте для ребенка, как в него играть. Если ребенок проявляет какой-то интерес, позвольте ему играть, но сохраняйте контроль над устройством (чтобы он не смог быстро переключиться на любимую программу!).

Если ребенок не проявляет интереса к приложению, то попробуйте другие приложения до тех пор, пока не найдете то, что мотивирует ребенка (я всегда скачиваю МНОЖЕСТВО бесплатных версий приложений, прежде

чем покупать их). Как только вы нашли приложение, к которому ребенок проявляет интерес, начните пользоваться им по очереди. Если ребенок без проблем уступает вам устройство, быстро что-то сделайте и передайте очередь ребенку. Если же возникают трудности и ребенок демонстрирует дезадаптивное поведение, то убедитесь, что он успокоился, прежде чем разрешать ему снова воспользоваться устройством.

Если ребенок начал «стимиться», как описывалось выше, то прервите его и воспользуйтесь своей очередью. Если у ребенка возникают трудности, то дайте ему понять, что вы понимаете, что сейчас это слишком сложно, и уберите устройство. На данной стадии не позволяйте ребенку даже держать устройство в руках. Цель состоит в том, чтобы ребенок понял, что он получит доступ к устройству, только если будет играть **ВМЕСТЕ** с вами, а также будет играть уместным и функциональным образом.

Когда ребенок начнет терпимо относиться к игре по очереди с менее любимым приложением, начните ту же процедуру с **ЛЮБИМЫМ** приложением ребенка, которое он ранее использовал для стимминга. Опять же, если ребенок демонстрирует дезадаптивное поведение, то устройство изымается. Пробуйте играть таким образом как можно чаще (5-10 раз в день), но будьте последовательны в своей реакции на уместное использование устройства или на дезадаптивное поведение. Помните, что важно сохранять контроль над устройством и лишь позволять ребенку играть. Ребенок будет играть чаще и дольше, если он играет уместным образом и позволяет вам тоже поиграть. Он играет реже и более короткие промежутки времени, если не отдает вам устройство или использует его для самостимулирующего поведения. Если он демонстрирует дезадаптивное поведение, то устройство изымается.

Когда ребенок начинает терпимо относиться к игре с любимыми приложениями по очереди и начинает использовать приложения функциональным способом, разрешите ребенку держать устройство тогда, когда подходит его очередь. Повторяйте описанную выше процедуру, чтобы убедиться, что ребенок добровольно отдает устройство, когда подходит ваша очередь, и функционально использует приложение во время своей очереди.

Всем родителям нужен перерыв, и мне часто говорят, что планшет — это единственный способ занять ребенка на какое-то время. Если ребенок играет на планшете уместным образом и отдает его без проблем, то можно отдавать его ребенку на короткие промежутки времени, когда родители заняты. Я воспитала четырех детей, так что я прекрасно понимаю родителей! Важно только, чтобы ребенок научился играть функциональным образом и не использовал устройство для стимминга. Если это ваша цель, то после последнего шага наблюдайте за ребенком

какое-то время. Дайте ему устройство, спросите его, во что он хочет поиграть, или включите выбранное вами приложение, и сообщите ребенку, что он может играть определенный период времени.

В подобных случаях полезно использовать таймер с наглядным отсчетом времени или какую-то визуальную подсказку, чтобы ребенок видел, сколько еще времени он может играть, а также можно предупредить его о том, что время почти вышло.

Оставайтесь рядом с ребенком. Если он начинает использовать устройство для стимминга, то вмешайтесь и начинайте играть по очереди, пока он не успокоится, а затем снова отдайте устройство ребенку. Ничего не меняйте на таймере. И опять возникает ситуация, когда ребенок играет больше времени, если играет функциональным образом и не использует планшет для стимминга. Повторяйте до тех пор, пока ребенок не сможет играть функциональным образом отведенный период времени, и пока он не будет спокойно отдавать вам устройство после того, как сработал таймер. Если у ребенка возникают значительные трудности, когда приходит время отдавать устройство, предупреждайте его незадолго до того, как сработает таймер, но все равно убирайте устройство.

Внимательно наблюдайте за ребенком во время игры. Для некоторых детей электронные устройства становятся источником чрезмерной стимуляции. Обращайте внимание на поведение ребенка во время игры. Вы видите повышенное мышечное напряжение? Изменения в осанке? Повышенные вокализации? Движения кистями и пальцами? Через какое время после начала игры с устройством это начинается? Если это происходит как только ребенок начинает играть, то, вероятно, это устройство не лучший способ научить ребенка самостоятельной игре. Возможно, стоит доставать устройство только для учебных целей и игры вместе со взрослым. С другой стороны, если подобные виды поведения появляются лишь через 10-15 минут после начала игры, то время игры стоит просто сократить.

Все дети разные, и их возможности учиться и получать пользу от планшета тоже различаются. Если эти рекомендации не подходят вашему ребенку, то, возможно, ему нужно более конкретное вмешательство, разработанное с учетом его уникальных потребностей. Вот несколько дополнительных советов:

1. Если вы используете планшет как устройство для коммуникации, не устанавливайте на нем другие приложения, либо установите на остальные приложения пароль.
2. Если ваш ребенок отвечает неправильно в приложении, хотя он точно знает правильные ответы, обратите внимание, какие звуки издает

приложение в случае ошибки. Возможно, именно они поощряют ребенка. Лишние звуки обычно можно выключить в настройках приложения.

3. Если ребенок постоянно просматривает одни и те же фрагменты видео снова и снова, ограничьте возможности для просмотра фильмов на устройстве. Вместо этого ребенок может смотреть фильмы по телевизору или DVD-плееру, который вам будет проще контролировать.

4. Ищите приложения, где правильные ответы связаны с какой-то приятной сенсорной стимуляцией для ребенка, чтобы повысить вероятность, что ребенок будет использовать приложения функциональным образом.

5. Как только ребенок освоил какой-то навык на планшете, обязательно обобщите его на других материалах в естественной среде, чтобы закрепить навык и сделать его функциональным.