

# РОЗЛАДИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА (РАС)



## Загальний огляд

РАС характеризують групу дітей із дуже особливою поведінкою, у яких спостерігаються труднощі під час соціальної взаємодії, спілкування, потреба виконувати лише передбачувані й незмінні щоденні дії. Ключовою рисою РАС є наявність проблем із формуванням соціальних стосунків. РАС вважається довічним порушенням розвитку. РАС виявляють у 4–5 випадках серед кожних 10000 народжених. Хлопчиків із цим розладом у чотири рази більше, ніж дівчаток. Зазвичай РАС діагностується у віці від 2,5 до 4 років. Однак останнім часом спеціалістам вдається встановити його й раніше, рідко до 18 місяців. 20–30% дітей із РАС майже нормально розвиваються до 2,5 років, лише спостерігається уповільнене опанування мовлення, децю гірші соціальні здібності. РАС має неврологічне чи фізіологічне походження, інколи підозрюють і генетичні причини.

Хоча кожна дитина з РАС унікальна, окремі характеристики вважаються надзвичайно суттєвими під час діагностування. Вони підпадають під чотири основні категорії:

- комунікаційні характеристики;
- характеристики соціальної взаємодії;
- характеристики незвичайної/проблемної поведінки;
- навчальні характеристики.

До інших характеристик належать:

- незвичайні моделі запам'ятовування;
- незвичайні реакції на сенсорні стимули;
- тривожність.

Зазвичай РАС діагностують за результатами перевірки наявності зразків певної поведінки. А саме:

Якісне порушення соціальної взаємодії	Це такі симптоми, як: ігнорування інших, небажання або слабе бажання пошуку комфорту в стресових ситуаціях, відсутні або порушені імітаційні вміння, обмежені соціальні ігри, труднощі з налагодженням дружніх стосунків з однолітками.
Якісне порушення словесної та невербальної комунікації, а також діяльності із застосуванням уяви	Це такі симптоми, як: обмежена словесна та жестова комунікація, обмежене встановлення зорового контакту, відсутні або дуже нечасті ігри, де дитина має виконувати чи імітувати певні ролі. Якщо дитина говорить, то буквально повторює слова чи фрази інших людей (ехолалія), часто вживає одне й те саме слово або фразу/речення, що зовсім не стосуються конкретної ситуації. Можуть спостерігатися проблеми зі швидкістю або мелодикою (інтонацією) мовлення, а також труднощі підтримання розмови.
Очевидний обмежений набір дій та інтересів	Це такі симптоми, як: стереотипні повторювані рухи тіла (хитання головою, клацання пальцями, плескання руками), проблеми із пристосуванням до змін у розкладі дня, дуже обмежений спектр інтересів, ігри лише з конкретними іграшками, виконання тільки певних дій чи розмови на обмежені теми.

*!!! Слід звернути увагу на те, що й досі єдиного критерію виявлення РАС немає, і не визначено, які із симптомів важливіші для його діагностування. Кожна дитина з РАС відрізняється від іншої дитини з таким самим розладом.*

Деякі діти з РАС мають хороші здобутки з певних предметів або в діяльності із залученням візуальних і просторових навичок. Вони можуть навчатися у звичайних класах із наданням певної підтримки. В інших дітей спостерігаються значні труднощі у навчанні й поведінковій сфері. Вони потребуватимуть значної підтримки та навчання за спеціальною програмою. Незалежно від рівня здібностей дитини, насамперед необхідно виявити соціальні та комунікативні труднощі і спрямувати зусилля на мінімізацію та подолання цих труднощів.

## Загальні ознаки

### Комунікація

У всіх дітей з РАС спостерігаються труднощі мовлення та комунікації, хоча існують і значні відмінності мовленнєвих здібностей. Деякі діти розмовляють дуже погано, інші говорять дуже добре, але їм важко застосовувати мовлення в комунікаційних ситуаціях.

Особливості мовлення	Загальні рекомендації
<p><b>Труднощі невербальної комунікації:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• недоречний вираз обличчя;</li><li>• незвичайне використання жестів;</li><li>• відсутність зорового контакту;</li><li>• дивна постава;</li><li>• відсутність взаємного чи спільного фокуса уваги.</li></ul> <p><b>Затримка розвитку або цілковита відсутність навичок експресивного мовлення. Значна відмінність усного мовлення, в кого воно розвинуте:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• дивне інтонування;</li><li>• швидкість мовлення вища або нижча за норму;</li><li>• незвичний ритм чи наголоси;</li><li>• монотонний голос або прискорений ритм. <b>Тенденція застосування мовлення для задоволення своїх потреб, а не для комунікації. Повторювані й ідіосинкратичні зразки мовлення.</b></li></ul> <p><b>Ехолалічне мовлення — буквально повторювання мовлення інших одразу після них або з певною затримкою:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• здається беззмстовним, але може свідчити про намагання встановити контакт;</li><li>• свідчить про здібності імітувати та використовувати мовлення;</li></ul>	<p>До програм навчання учнів з РАС та іншими наскрізними порушеннями розвитку входять оцінювання усвідомленої комунікації та відповідні втручання (корекційні заходи). Це передбачає попередню діагностику логопеда, а також неформальне спостереження й оцінювання в класі. Це є стартом для встановлення цілей і способів сприяння розвитку рецептивних і експресивних мовленнєвих навичок, особливо прагматичних здібностей.</p> <p>Під час навчання слід зосередитися на:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• зверненні уваги;</li><li>• імітуванні;</li><li>• розумінні загальних слів і вказівок;</li><li>• використанні мови у потрібних соціальних ситуаціях, а не лише для задоволення базових потреб;</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• може забезпечувати комунікацію або когнітивну потребу учня.</li> </ul> <p><b>Обмежений словниковий запас:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• переважають іменники;</li> <li>• для контролю свого фізичного середовища часто вдається до вимог або відмов;</li> <li>• обмежене соціальне функціонування. <b>Тенденція до зациклення на певній темі (постійно обговорювати одну тему)</b></li> </ul> <p><b>й труднощі з переходами на інші теми. Проблеми з прагматикою бесіди:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проблеми із започаткуванням бесіди;</li> <li>• труднощі із застосуванням «неписаних правил»;</li> <li>• нездатність утримувати розмову в рамках теми;</li> <li>• недоречне перебивання;</li> <li>• нездатність регулювати стиль мовлення;</li> <li>• стереотипний стиль мовлення.</li> </ul> <p><i>Учням часто складно зрозуміти словесну інформацію, запам'ятати довгі словесні пояснення та послідовність дій. Розуміння мовлення може бути дуже конкретним. Труднощі розуміння в різних дітей відрізняються.</i></p>	<p>функціональній комунікації.</p> <p><i>Цілі комунікації мають підкреслювати функціональне використання мови й комунікації в різних середовищах.</i></p>
---	---

## Соціальна взаємодія

В учнів з РАС спостерігаються якісні відмінності соціальної взаємодії, часто їм складно налагоджувати й підтримувати стосунки. У них помітне обмеження соціальної взаємодії або дуже прямий спосіб взаємодії з оточуючими. Такі проблеми свідчать не про відсутність інтересу чи небажання взаємодіяти з іншими, а про нездатність вичленовувати соціальну інформацію із соціальної взаємодії та застосовувати відповідні комунікативні навички для реакції на оточення. Розуміння соціальних ситуацій потребує обробки мовлення і невербальної комунікації, що в дітей з РАС часто недорозвинені.

Діти можуть не помічати соціально важливі нюанси (наприклад, тон голосу, вираз обличчя тощо). Їм зазвичай складно застосовувати невербальну поведінку

і жести в соціальній взаємодії (наприклад, зоровий контакт, поставу), а також розуміти невербальну поведінку інших людей.

Учні часто не можуть зрозуміти бачення інших людей, або ж розуміють зі своєї точки зору. Також їм може бути складно зрозуміти свої власні переконання, бажання, наміри, знання та сприйняття. Можуть спостерігатися труднощі розуміння зв'язків між діями та настроєм людини. Наприклад, якщо дитина з РАС зараз не засмучена, то вона не може зрозуміти, що інша дитина в цей момент може сумувати (навіть якщо вона плаче).

Учні з РАС зазвичай граються предметами й іграшками не так, як інші діти. Деякі можуть надто довго сміятися або хихотіти. Часто під час ігор з іншими дітьми їм бракує уваги, вони не вміють грати в рольові ігри. Деякі діти з РАС граються поруч з іншими дітьми, але не разом з ними, не дотримуються черги, в той час як інші можуть повністю відсторонюватися від взаємодій з оточуючими.

Соціальну взаємодію можна розділити на три підтипи:

- відсторонення — дитина не демонструє помітного інтересу або бажання взаємодіяти з іншими людьми, крім випадків, коли їй потрібно задовольнити власні базові потреби; під час занадто близького знаходження інших людей такі діти можуть дуже хвилюватися, а також відмовлятися від небажаних фізичних і соціальних контактів;
- пасивність — дитина не ініціює соціальні стосунки, але сприймає запрошення від інших;
- активність — дитина намагається розпочати спілкування, але робить це незвичайно, часто неприйнятним способом.

Учні з РАС можуть демонструвати соціальну поведінку, що підпадає більше ніж під один підтип.

Для учнів з РАС життєво необхідно розвивати соціальні навички — це надзвичайно важливий компонент під час розробки планів управління складною поведінкою цих дітей. У багатьох із них розвиваються соціальні інтереси, однак немає соціальних навичок, необхідних для успішного започаткування або підтримки взаємодій.

Їм складно навчатися соціальних навичок у процесі зростання або просто спостерігаючи за іншими людьми

та беручи участь у різних взаємодіях.

Зазвичай в учнів існує потреба цілеспрямовано навчатися певних умінь. Вони потребують постійної підтримки та заохочення застосовувати вивчені вміння на практиці. Наведені далі соціальні вміння необхідні для соціального успіху дитини з РАС.

Потрібно навчати:

- толерантно ставитися до того, що в її робочий або ігровий простір можуть втручатися інші люди;
  - імітувати дії та мовлення інших людей;
  - здійснювати якусь діяльність разом або паралельно з іншими;
  - ділитися матеріалами;
  - у сім'ї дотримуватися своєї черги під час виконання певних дій;
- установлювати зоровий контакт під час початку або підтримки взаємодії

Учні з РАС часто виконують незвичайні або особливі дії.

Особливості поведінки	Загальні рекомендації
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обмежена сфера інтересів і зацікавлення лише власним конкретним інтересом чи предметом;</li> <li>• небажання пристосовуватися до змін усталених дій/процесів;</li> <li>• стереотипні й повторювані моторні рухи (наприклад, плескання в долоні, клацання пальцями, хитання, вертіння, ходіння на пальчиках, крутіння предметів у руках);</li> <li>• надмірна зосередженість на складових предметів;</li> <li>• зацікавлення певним рухом (наприклад, вертіння вентилятора, коліс іграшкових машинок);</li> <li>• наполягання на одному та опір змінам;</li> <li>• незвичайна реакція на сенсорні стимули.</li> </ul> <p>У багатьох учнів з РАС спостерігається складна поведінка (наприклад, агресія, розбивання/розламування предметів, крики, заподіювання собі шкоди і/або напади).</p> <p>Зважаючи на те, що більшість таких дітей не може чітко передати оточуючим свої думки та бажання, не дивно, що для передачі певного повідомлення вони покладаються на свою поведінку.</p> <p>Наприклад, щоб повідомити оточуючим про те, що поставлене завдання занадто складне для нього, учень може вдатися до агресії або порушення поведінки. В інших випадках діти можуть так само реагувати на певне завдання, щоб уникнути його або щоб упоратися з власним страхом. Щоб зрозуміти, що саме учень хоче сказати своєю поведінкою, педагог має поспостерігати за дитиною уважніше.</p> <p>Дивну та стереотипну поведінку можуть спричиняти інші чинники (наприклад, гіпер- або гіпочутливість до сенсорних стимулів, труднощі розуміння соціальних ситуацій, труднощі зі змінами щоденних усталених дій або тривожність).</p>	<p>Навчальні плани мають містити прийоми роботи для:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• розширення сфери інтересів учнів;</li> <li>• розвитку вмінь у різноманітних функціональних сферах;</li> <li>• допомоги учневі стежити за своїм рівнем збудження чи тривожності;</li> <li>• підготовки учня до планування змін;</li> <li>• навчання способів самозаспокоєння та зниження тривожності.</li> </ul> <p>Під час планування навчання педагогам слід зважати на проблемну поведінку та її прояви у такого учня.</p> <p>Щоб контролювати чи послабити проблемну поведінку, успішні стратегії навчання зазвичай зосереджуються на адаптації навколишнього середовища для зниження неприйнятної поведінки і/або допомоги учням навчитися більш прийнятної поведінки, що супроводжує цю саму функцію.</p>

## **в інклюзивному середовищі**

### ***Ефективні заходи:***

- Діти з РАС можуть отримати багато корисного від співпраці з ровесниками в інклюзивному класі.
- Цілі й заходи мають бути ретельно сплановані й узгоджені між освітнім закладом, сім'єю та спеціалістами. Батьки та фахівці мають розробити конкретні цілі й зосередитися на вміннях і навичках, необхідних учневі для щоденного застосування в діяльності (функціональні навички).
- Щоденні дії розкладмають бути передбачувані й незмінні. Дитина з РАС навчається й залучається до щоденних дій активніше, коли вони значущі для учня. Якщо потрібно змінити щоденні дії, важливо до цього підготувати дитину, щоб уникнути непорозуміння, що може призвести до порушення поведінки. Інколи таким учням складно навчатися в неупорядкованому середовищі, тому важливо звернути увагу на різні види діяльності, що їх можна застосовувати в різний період дня.
- У будь-якій діяльності під час навчання необхідно спиратися на сильні сторони учня. У дітей з РАС зазвичай сильними сторонами є відносно хороша пам'ять, навички конструювання (складання пазлів, будування з кубиків тощо), добрі зорові й просторові навички (упізнавання малюнків, графіків, робота з комп'ютером тощо). Ці сильні сторони слід використовувати, щоб допомогти дитині зрозуміти щоденні дії (використання піктограм, календарів, фотографій для демонстрації поступових кроків певної діяльності тощо).
- У роботі з дітьми з РАС зосереджуються на розвитку мови, мовлення, комунікації, соціальних навичок. Якщо в учнів не розвивається комунікативне мовлення, необхідно використовувати засоби альтернативних комунікативних систем, наприклад, мову знаків чи комп'ютер. Можна запобігти багатьом проблемам, якщо розвивати в дітей комунікативні навички.
- Для всіх дітей, і особливо старших, слід створювати можливості для навчання й тренування соціальних і комунікативних навичок у громадських закладах (наприклад, у магазинах, транспорті тощо).
- Необхідно підвищувати самоповагу в учня та соціальний контроль, заохочуючи до позитивної та дружньої взаємодії, використовуючи соціальне схвалення, надання можливостей для вибору і прийняття рішень, застосування позитивних підходів до управління складною поведінкою, коли вона має місце.

### ***Специфічні когнітивні прояви***

Особливості	Ймовірні труднощі у навчанні
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проблеми зі зверненням уваги на важливі підказки, інформацію та реакцією на множинні підказки;</li> <li>• порушення рецептивного та продуктивного мовлення, у використанні мовлення для висловлення абстрактних понять;</li> <li>• порушення формування понять і абстрактного мислення;</li> <li>• порушення пізнання соціуму, здатності ділитися увагою й емоціями з іншими, розуміти почуття інших людей;</li> <li>• нездатність планувати, впорядковувати й вирішувати проблеми.</li> </ul> <p>У деяких учнів спостерігаються кращі здібності механічного запам'ятовування, візуально-просторового орієнтування.</p> <p>Діти можуть добре виконувати завдання цього типу (складання пазлів, просторові, перцептивні та завдання на добір частинок тощо). Деякі учні пригадують просту інформацію, але із труднощами згадують складнішу.</p> <p>Деякі діти легко запам'ятовують і пригадують візуальну інформацію, і зі значними труднощами те, що не можна передати у візуальному форматі.</p> <p>В учнів можуть виникати труднощі з розумінням усної та письмової інформації (наприклад, з виконанням поставлених усно завдань чи розумінням того, що вони читають). Хоча в окремих випадках здатні впізнавати слова, застосовувати фонетичні вміння й розуміти значення слів.</p> <p>Не в усіх учнів спостерігаються добре розвинені певні аспекти мови й мовлення (наприклад, звукоутворення, словниковий запас, прості граматичні структури тощо), в деяких випадках дітям дуже складно підтримувати бесіду, використовувати мовлення для соціальної взаємодії. Учень може дуже добре розв'язувати математичні вправи, але не вміти вирішувати математичні проблеми.</p>	<p>Нестійкі когнітивні навички по-різному формують сильні та слабкі сторони учнів у навчанні, соціальній взаємодії й поведінці. Зазвичай когнітивні вміння формуються нерівномірно.</p> <p>Навчальні програми слід створювати на основі унікального (для кожної дитини) поєднання сильних і слабких сторін. Може також виникати необхідність у постійному оновленні/адаптації програм, щоб вони відповідали потребам учня.</p> <p>У багатьох учнів виникають проблеми з розвитком уваги й мовлення, з формуванням понять, проблеми із запам'ятовуванням складної інформації. Ці ознаки в поєднанні з особистим баченням візуальної орієнтації таких учнів свідчать про те, що до процесу навчання слід обов'язково вводити унаочнення</p>

### **Специфічне запам'ятовування**

В учнів з РАС часто спостерігаються незвичайні способи запам'ятовування. Це може негативно впливати на комунікацію, соціальний розвиток, набуття навчальних навичок.

Особливості	Ймовірні труднощі у навчанні
<p>Часто дітям важко звертати увагу на різні важливі соціальні підказки чи натяки або на навколишню інформацію, тому вони можуть зосереджуватися на певній частині зі свого оточення, не звертаючи увагу на інші важливі речі. Наприклад, учень може дивитися на м'яч, а не на особу, якій цей м'яч кидатиме. Або учень може звертати увагу на неважливі деталі, наприклад, скріпку на аркуші паперу, а не на те, що на ньому написано. Таку ситуацію називають перебором стимулів.</p> <p>Ще однією рисою цього розладу є порушення здатності рівномірно розподіляти увагу між двома людьми або двома об'єктами. Це називають проблемою спільної або розділеної уваги. Наприклад, багато осіб із порушеннями аутистичного спектра не намагається повернути увагу інших до предметів чи подій, що їх цікавлять. Подібним чином учні з порушеннями аутистичного спектра часто не звертають увагу на предмети чи події, що цікавлять інших людей. Учням може бути складно переключати увагу з одного стимулу на інший, і це інколи призводить до певної негнучкості й опору змінам. Також у них може бути малий обсяг пам'яті.</p>	<p>Труднощі запам'ятовування негативно впливають на здатність дитини розвинути ефективну соціальну поведінку й мовлення. Наприклад, учні можуть реагувати на неважливу соціальну інформацію, що привернула їхню увагу, або звертати увагу лише на окремі фрагменти бесіди й не розуміти, для чого все це їм повідомляється. Вони можуть не звертати увагу на численні натяки в усному мовленні й пропустити важливу інформацію.</p> <p>Інформацію та вказівки слід повідомляти дитині:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• чітко й зрозуміло;</li> <li>• відповідно до рівня її розуміння;</li> <li>• урахувавши рівень її уважності;</li> <li>• підкреслюючи найважливішу інформацію та підкріплюючи візуально.</li> </ul> <p>В ІПР можна вказати індивідуальні способи зосередження уваги учня. Батьки можуть надати важливу інформацію про те, як саме вони допомагають своїм дітям зосередитися. В ІПР можуть бути зазначені підходи, що можуть застосовуватися самими учнями.</p>

### ***Специфічні реакції на сенсорні стимули***

Учні з РАС зазвичай відрізняються своєю реакцією на сенсорні подразники (вона може варіюватися від гіпо- до гіперчутливості). У деяких випадках один чи кілька органів чуттів дитини або надмірно реагують на подразнення, або загальмовані. Водночас стимули середовища можуть бути для дітей такі, що дратують, або й навіть болісні.

Інші ознаки можуть проявлятися порушеннями на рівні обробки сенсорної інформації. Наразі існує достатньо даних, аби вважати, що слід враховувати і тип, і обсяг сенсорного стимулювання, а також реакцію дитини на нього.

<b>Особливості сенсорних систем</b>	
<b>Тактильна система</b>	<p>Шкіра та нервова система «збирають» інформацію через дотик, температуру, тиск. Отримані дані інтерпретуються як нейтральні, задоволення або біль. Тактильна система дає змогу отримувати інформацію й реагувати належним чином на навколишнє середовище. Людина автоматично відсмикує руку від дуже гарячого предмета, але позитивно реагує на тепло та обнімання.</p> <p>Діти з РАС, внаслідок порушення тактильної системи, можуть уникати дотиків або занадто експресивно реагувати на текстуру предметів, тканин чи їжі. Часто це є наслідком неправильного сприйняття, що може призвести до проблем з поведінкою, дратівливості, відсторонення й ізоляції. Хоча деякі подразники викликають бажання їх уникнути, інші можуть справляти заспокійливий ефект. Деякі з дітей потребують збудження від певних тактильних дотиків, і тому вони шукають таких подразників, наприклад, часто торкаються гладеньких поверхонь.</p>
<b>Слухова система</b>	<p>Діти з РАС можуть бути гіпо- або гіперчутливими до звуків. Майже нечутні звуки можуть викликати у деяких дітей бурхливу реакцію. Це може бути проблемою в освітньому закладі, де дитина зазвичай стикається з багатьма різними звуками (скрипіння стільця, дзвінки на урок і перерву, оголошення по внутрішньому радіо тощо). Для деяких дітей з РАС ці звуки неймовірно різкі. Інші учні з РАС можуть не реагувати на певні звуки (наприклад, коли їх кличуть, дзвонить дзвоник тощо).</p>
<b>Зорова й нюхова системи</b>	<p>Діти з РАС по-різному реагують на запахи (наприклад, негативно на парфуми чи дезодоранти; іншим для обстеження навколишнього середовища потрібно все в ньому понюхати).</p> <p>Окремі діти з РАС можуть прикривати очі, щоб уникнути яскравого світла сонця чи відблисків від предметів. Інші шукають маленькі предмети та можуть довго на них дивитися.</p>
<b>Вестибулярна і пропріоцептивна системи</b>	<p>У дітей з РАС можуть спостерігатися розлади системи вестибулярної орієнтації (наприклад, вони бояться руху й важко пристосовуються до утримання певного положення тіла на сходинках чи на похилих поверхнях). Вони можуть здаватися дуже незграбними й переляканими. А може бути й навпаки — вони активно виконують різкі рухи, для того щоб заспокоїти вестибулярну систему (наприклад, крутитися, хитатися, розмахувати руками тощо).</p>

Через отримувану від м'язів та інших частин тіла інформацію люди автоматично дізнаються про те, як рухатися чи ефективно й плавно пристосувати положення тіла. У дітей з РАС можуть спостерігатися труднощі інтегрування пропріоцептивної інформації тіла, внаслідок чого їхні рухи здаються дивними та незграбними.

### Ймовірні труднощі у навчанні

Ці сенсорні порушення спричиняють неприйнятну поведінку, що її можна спостерігати в учнів з РАС. Наприклад, діти можуть повністю закритися в собі, щоб уникнути сильних стимулів чи надмірної стимуляції.

Бажання позбутися певних подразників може бути настільки сильним, що призводитиме до нападів. Водночас самостимуляція може допомогти дитині заспокоїтися, коли таких подразників надто багато. У цьому випадку дитина сама створює й контролює повторювані подразнення.

Для планування ІПР необхідно зрозуміти поведінку учнів з РАС, вплив різних сенсорних стимулів та інтеграції.

### Тривожність

Тривожність не є визначальною ознакою розладів аутистичного спектра. Проте в багатьох дітей з РАС спостерігається тривожність.

Особливості	Ймовірні труднощі у навчанні
<p>Тривожність можуть спричинити різні джерела:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• нездатність виявити себе;</li> <li>• труднощі з обробкою сенсорної інформації;</li> <li>• джерела сенсорної стимуляції, що лякають;</li> <li>• надзвичайна потреба передбачуваності, труднощі під час змін і переходів;</li> <li>• труднощі з розумінням соціальних очікувань;</li> <li>• страх ситуацій, що їх дитина не розуміє.</li> </ul>	<p>Під час розробки ІПР для учнів з РАС слід звертати увагу на страх і фактори, що його спричиняють. В освітньому середовищі можна робити необхідні адаптації, аби зменшити тривожні ситуації, а також створювати різноманітні ситуації, щоб допомогти учневі взяти під контроль свою тривожність і впоратися з важкою ситуацією. Це можуть бути:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• попередження про майбутні зміни чи переходи;</li> <li>• надання дітям планів роботи на день і на тиждень, щоб вони могли пристосуватися до них;</li> <li>• застосування соціальних історій, для того щоб дитина могла використати приклади способів заспокоєння чи способів вирішення ситуацій;</li> <li>• надання фактичної інформації про страшні чи тривожні ситуації (наприклад, що робити, якщо ти загубився?);</li> <li>• створення в класі тихого куточка для перепочинку і релаксації.</li> </ul>

# Стратегії навчання в інклюзивному класі

## *Навчальне середовище*

Більш детальне планування (структурування) є основним принципом, що покладено в основу всіх успішних підходів

роботи з учнями з РАС. Також важливо застосовувати структурування в організації фізичного середовища та під час планування конкретних видів діяльності.

*Фізичне середовище в класній кімнаті можна структурувати таким чином:*

- Виділити певні місця в класі для виконання конкретних дій (наприклад, спокійна робоча зона, місце для групової роботи, постійне місце, де можна підобідати тощо). Для фізичного позначення цих зон можна використати килимки, кольоровий скотч або відповідні позначки.
- Чітко позначити матеріалий виділити для них окреме місце.
- Заховати матеріали, що не стосуються діяльності, запланованої на цей час, аби не відволікати дітей.
- Позначити відведене дитині місце її фотографією чи іншим зрозумілим для неї способом.
- Для різних уроків чи завдань використовувати різнокольорові закладки, теки або скріпки.
- Виділити кожному учневі дві коробки: в одну класти завдання, що він має їх виконати, а в другу — вже виконану роботу.
- Усі матеріали для виконання робіт групувати і складати (наприклад, в окремі прозорі теки можна класти олівці, чисті аркуші паперу, унаочнення тощо).

Один із найефективніших підходів — **використання унаочнення**. Учні можуть демонструвати відносну самостійність конкретного мислення, механічної пам'яті, розуміння візуально-просторових залежностей, однак мають особливості абстрактного мислення, соціального пізнання, спілкування, уваги. Піктограми та візуальні підказки суттєво допомагають учням навчатися, спілкуватися й розвивати самоконтроль.

Одна з переваг наочних опор полягає в тому, що учень може їх використовувати стільки часу, скільки йому потрібно для обробки інформації (на відміну від усної інформації, що відразу ж зникає після її повідомлення). Для учнів із труднощами обробки мовлення і тих, які потребують для цього більше часу, усна інформація створює додаткові труднощі. Часто учням з РАС важко стежити за важливою інформацією, водночас наочність дає змогу зосередитися саме на важливому.

Візуальні опори та символи можуть бути прості і складні, конкретні й певною мірою абстрактні. Слід рухатися поступово до ускладнення (від реального предмета чи ситуації до чорно-білого зображення, кольорової фотографії, кольорового малюнка, лінійного малюнка, і нарешті — графічного символу й писемного мовлення). Об'єкти — це найпростіша конкретна форма унаочнення. Графічні символи, хоча вони достатньо складні й абстрактні, успішно застосовувалися під час роботи з багатьма учнями з РАС.

У класі наочність можна використовувати в різноманітні способи, але, щоб бути корисною, вона має відповідати рівневі розуміння учня. Наприклад, якщо в учня спостерігається значна затримка розуміння, корисно зобразити інструкційну карту виконання конкретного завдання, використовуючи фотографії дитини, яка виконує це завдання. В інших випадках достатньо відобразити ці дії піктограмами або словами.

*Наочність можна використовувати для:*

- зображення запланованих завдань і дій;
- розвитку самостійності;
- полегшення організації;
- навчання соціальних навичок;
- розвитку комунікації;
- заохочення до належної поведінки;
- чіткого визначення очікувань;
- опису варіантів вибору.

**• !!! Орієнтовні приклади впорядкування завдань:**

- *Перед тим як навчати чогось, попросіть учнів прибрати з парти всі зайві предмети.*
- *Під час читання краще дати учневі текст для читання на окремому аркуші, а не книжку із цим текстом.*
- 
- *Створіть набір малюнків, що демонструють порядок виконання дій під час самостійної роботи.*
- *Перевірте, щоб у кожного завдання був чіткий початок і чіткий кінець. Наприклад, якщо учневі потрібно виконати записані на аркуші приклади, позначте перший із них зеленим маркером, а останній — червоним.*
- *Якщо пропонуєте дитині завдання, дайте також зразок чи ілюстрацію його виконання (який вигляд воно повинне мати після завершення).*

Загалом учням з РАС така структура виконання потрібна більше, ніж іншим дітям. Утім наявність чіткого плану дій корисна для всіх учнів класу, а не лише для дітей з РАС. Відповідно, важливо врахувати таку потребу під час підготовки виконання певного завдання чи середовища для роботи. Упорядкування завдання й навчального середовища підвищує самостійність дитини та сприяє її успішності. Коли діти звикнуть до встановленого порядку виконання дій і класного середовища, на це можна буде звертати менше уваги й послаблювати порядок.

## ***Навчання на основі діяльності***

Навчання на основі діяльності традиційно відбувається в рамках звичайних уроків. Під час цієї діяльності педагог проводить відповідне навчання, дає вказівки, а також природні підкріплення. Застосування навчання на основі діяльності потребує ретельного планування, щоб створити для учня якомога більше можливостей для тренування вмінь у тих ситуаціях, в яких вони зазвичай застосовуються в реальному житті. *Наприклад, на уроці малювання вчитель ставить за мету навчити учня розрізняти кольори. Він звертається до дитини: «Дай мені червоний папір», «Візьми червону фарбу», «Дай Олені червоний фломастер». Оскільки підкріпленням демонстрації правильної дії є природна участь у виконанні конкретних дій, слід дуже ретельно добирати мотивуючі чинники.*

**!!! Використання елементів природного навчання:** *учитель застосовує підходи й теми, спираючись на інтереси учня, який має бути небайдужим до запропонованої діяльності; відповідями учня можна керувати (наприклад, забирати в нього улюблену іграшку або робити підкріплення, що йому подобаються); підкріплення пов'язане з відповідями учня (наприклад, учень розмовляє з іграшкою й отримує можливість погратися з нею); елементи навчання вбудовані в діяльність учня.*

Навчання на основі діяльності дає змогу педагогам зосередитися на багатьох цілях та вміннях у рамках однієї діяльності. Наприклад, можна використати прості складання пазлів для розвитку комунікативних навичок (попросити пазл), соціальних навичок (працювати по черзі з однокласником), моторних навичок (скласти пазли) і когнітивних навичок (вкласти пазли саме на відповідне місце). Окрім цього, є можливість включати підкріплення в діяльність. Оскільки навчання на основі діяльності відбувається в ситуаціях звичайних дій, то засвоєні вміння легко узагальнювати.

## ***Заохочення до самостійності та зменшення допомоги***

Учням з РАС необхідні можливості для розвитку самостійної поведінки. Якщо їм надавати постійну підтримку, самостійність може не розвинутися. Це відбувається через залежність від підказок або очікування підказок. Саме тому важливо, щоб педагоги та асистенти вчителя постійно заохочували учнів максимально самостійно виконувати завдання та брати участь у спільній діяльності класу. Коли в дитини розвиватимуться певні вміння й навички, слід докласти зусиль для зменшення допомоги дорослих. Зокрема: зменшувати допомогу дорослого і контроль з його боку.

Для зменшення допомоги дорослих часто застосовується ієрархія підказок.

*Підказки можуть бути:*

- вербальні (наприклад, формулювання завдання);
- наочні (наприклад, демонстрація того, що і як слід зробити);
- фізичні (безпосередня допомога).

Коли учень почне отримувати кращі результати, підтримку необхідно послаблювати. Важливо стежити за покращенням умінь дитини, аби підказки відповідали їй рівню, і за тим, щоб не посилювати залежність дитини від підказок.

### ***Застосування важливого для дитини підкріплення***

Підкріпленням, що підсилює бажання учня виконати завдання, може бути будь-що — від похвали до реального предмета. Підкріплення посилює певні дії. Учні з РАС можуть не мотивувати підкріплення, що є дієвими для інших дітей.

Наприклад, таким учням може знадобитися:

- побути на самоті;
- поговорити з учителем/шкільним персоналом;
- сходити в їдальню;
- виконати вправи;
- погратися з бажаним предметом;
- послухати музику;
- погратися з водою;
- виконати дії, що подобаються;
- погратися з предметами, що стимулюють;
- посидіти біля вікна тощо.

Відтак, необхідно з'ясувати, що є мотиватором для такої дитини. Доречно зазначити це в ІПР.

### ***Задоволення сенсорних потреб***

Для мінімізації негативного впливу на учнів з РАС сенсорної інформації доцільно провести перевірку сенсорних чинників. Слід врахувати таке:

<p><b>Аудіальні стимули:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Чи наявні в середовищі шуми, що можуть негативно впливати на дитину (вентилятори, аудіоколонки, дзвінки, скрипіння дверей, гудіння кондиціонера, сигналізація, голоси людей тощо)?</li> <li>• Яка загальна звукова ситуація в середовищі, чи можна її передбачити, як часто звуки повторюються?</li> <li>• Що можна зробити для мінімізації негативного впливу, який вплив можуть чинити ці стимули на учня з РАС?</li> <li>• Зверніть увагу на розуміння учнем словесної інформації та час, який потрібний йому для обробки інформації, сприйнятої на слух, а також на переключення уваги між звуковими стимулами.</li> <li>• Зверніть увагу на те, чи є в середовищі учня звукові стимули, що дуже подобаються йому або заспокоюють.</li> </ul>	<p><b>Візуальні стимули:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Чи є в середовищі зорові стимули, що негативно впливають на здатність дитини стежити за роботою (світло, рух, відбиття світла, кольорова гама)?</li> <li>• Зверніть увагу, на якому рівні знаходяться очі дитини, місце вчителя відносно дитячої парти, а також на те, що може відволікати її від навчання.</li> <li>• Урахуйте час, необхідний дитині для переключення уваги.</li> <li>• Зверніть увагу на візуальні стимули, що можуть бути негативні для дитини. Зменшення впливу цих стимулів може покращити навчання та вгамувати проблемну поведінку.</li> <li>• Зверніть увагу на те, чи є в середовищі дитини зорові стимули, що їй подобаються.</li> </ul>
<p><b>Тактильні стимули:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Чи наявні в середовищі неприємні для учня поверхні?</li> <li>• Чи належна температура в класі?</li> <li>• Чи спостерігається в учня бажання до всього доторкнутися; небажання, щоб торкалися його?</li> </ul>	<p><b>Вестибулярні стимули:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Зверніть увагу на потребу учня рухатися й виконувати різні вправи.</li> <li>• Як учень реагує на рух?</li> <li>• Зверніть увагу на те, як ввести до навчального процесу необхідні для учня рухи.</li> </ul>
<p><b>Смакові й нюхові стимули:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Зверніть увагу на улюблені запахи та смаки дитини.</li> <li>• Ураховуйте реакцію дитини на запахи під час вибору видів діяльності.</li> <li>• Ці стимули можуть вплинути на формування відповідної поведінки.</li> </ul>	

### Пристосування/адаптації у навчальному процесі

#### *Адаптація обладнання*

Для підвищення успішності часом може знадобитися адаптація робочих матеріалів у класі. Можливі адаптації обладнання:

- Можуть знадобитися адаптери утримувачів олівців, ложок для учнів з особливостями моторної координації.
- Папір з накресленими лініями, що визначає рамки написання і допомагає учням писати.
- У деяких учнів спостерігається моторна нестриманість,

їм складно контролювати свої рухи впродовж тривалого часу. У таких випадках утримувати увагу на темі, що вивчається, їм допоможе надута подушка для сидіння. Так само їй інші діти уважніше слухають педагога, коли сидять на спеціальному м'ячі.

- Довгі шнурки на застібках або застібки «Велкро» полешать процес одягання.
- Учні з особливостями моторної координації краще використовувати комп'ютер для виконання письмових завдань. Деякі з них із задоволенням вивчають комп'ютерну грамотність у ранньому віці.
- Адаптовані ножиці допоможуть дітям самостійно й краще вирізати з паперу.
- Дітям з РАС складно зрозуміти просторові поняття (наприклад, праворуч — ліворуч). Можна позначити, наприклад, черевики, щоб полегшити взування на відповідну ногу.
- Деяких дітей відволікає другорядна інформація (наприклад, номери сторінок, лінії, малюнки тощо). Для них доречно видалити зайву інформацію (наприклад давати тексти, завдання на окремих аркушах).
- Деяких учнів відволікають від роботи блискучі поверхні. Парти мають бути з матовою поверхнею, на блискучі підручники можна одягти обкладинки нейтрального кольору.

### ***Адаптація фізичного оточення***

Оскільки багатьом учням з РАС складно обробляти сенсорну інформацію, важливо продумати, в якому місці в класі така дитина навчатиметься найкраще. Якщо діти надмірно реагують на звукові стимули, то не потрібно садити їх біля дверей. Так само й учнів, які погано реагують на штучне світло, краще садити ближче до вікна. Якщо дітей від роботи відволікають комп'ютери чи зображення на стінах, їх потрібно садити так, аби вони їх не бачили.

У деяких ситуаціях корисно відвести місце в класі для виконання певних дій. Наприклад, учні з РАС активніше беруть участь у груповій роботі, якщо вона проводиться на килимку в кутку класу. Щоб не привертати увагу до конкретного учня, можна роздати килимки всім. І навпаки, якщо учневі важко зосередитися в оточенні однокласників, його можна садити окремо від усіх або в кінці класу.

### ***Адаптація завдань***

Учням з РАС потрібно більше часу для обробки вербальної інформації та надання відповіді. Ці труднощі часто ускладнюються затримкою розвитку моторної координації. Під час введення нових понять або розв'язання відносно складних завдань, слід давати учням більш короткі, стислі варіанти завдання. Наприклад, якщо завдання для всього класу складається з 10 виразів, то для учнів з РАС достатньо 5. Коли учні демонструватимуть успіхи, обсяг завдань можна поступово збільшувати, щоб із часом учні з РАС виконували такий самий обсяг роботи, як і їхні ровесники.

### ***Адаптація способів презентації матеріалів***

Зважаючи на те, що однією з ключових ознак РАС є порушення комунікаційних навичок, ефективною буде зміна способу навчання та проведення уроків.

Слід скоротити тривалість або спростити презентацію нового матеріалу. Оскільки в деяких учнів спостерігаються труднощі з утриманням уваги, їм складно стежити за усними повідомленнями і пригадувати усні вказівки. Краще таким дітям давати завдання, написані на аркуші паперу, щоб під час виконання роботи вони могли час від часу дивитися та пригадувати, що саме задано. Деякі діти дають точніші відповіді, коли текст написаний відносно великим шрифтом.

Учні з РАС зазвичай навчаються з візуальними опорами, і в багатьох ситуаціях для них «картинка важливіша за слова». Корисно часто використовувати унаочнення.

### ***Адаптація продуктів навчальної діяльності***

Вербальні навички дітей з РАС мають суттєві особливості, тож доречно адаптувати їхні відповіді на запитання та презентацію виконаного завдання. Урахуйте, що учням з РАС легше:

- писати друкованими літерами, ніж рукописними;
- відповідати одним словом, а не фразою чи реченням;
- обводити правильну відповідь, а не писати її;
- давати відповідь-копію, а не вільно сконструйовану;
- показувати на правильну відповідь, ніж писати її;
- відповідати за допомогою малюнків-символів, ніж словами;
- малювати, ніж писати відповідь словами;
- перелічувати набір фактів, а не будувати зв'язну розповідь чи її частину.

#### **• Зміна змісту діяльності та рівня складності**

- Інколи потрібно змінити зміст або складність навчальної діяльності, для того щоб краще задовольнити інтереси й навчальні потреби учнів з РАС. Цей вид адаптацій (інколи за потреби і модифікацій) може набувати різних форм.
- Оскільки таким учням складно зрозуміти абстрактні по-

няття, краще презентувати їх дуже конкретно. Наприклад, щоб учні зрозуміли зміст абстрактних понять, потрібно навести конкретні приклади і пояснити кожен із них. Це можна зробити словами, малюнками або прикладами з реального життя.

- Для пояснення абстрактних понять можна використовувати карти понять. Вони дають змогу групі учнів працювати над одним і тим самим проектом на різних рівнях. Зазвичай головне поняття формулюється в центрі аркуша словами або малюнками. Потім від нього відходять лінії, що пов'язують з ним деякі інші факти або поняття. Кожне з них описується словами, малюнками або вирізаними із журналів фотографіями. Карти понять корисні, оскільки вони наочно зображують певне поняття або тему. Також вони дають змогу учням з РАС брати активну участь у групових проектах.
- Деякі учні з РАС відмовляються виконувати нецікаві для них завдання. Тому важливо до змісту уроку інтегрувати зацікавлення дітей. Деяких учнів мотивує введення сенсорного елемента в навчальну діяльність (наприклад, вивчення букв буде цікавішим, якщо їх не просто писати на аркуші паперу, а виписувати на піску чи ліпити з тіста).
- Учні з РАС зазвичай більш умотивовані, коли дії мають конкретну зрозумілу для них мету. Рахувати кубики, для того щоб просто рахувати, — нецікаво, а от порахувати кількість учнів у класі та повідомити цю інформацію вчителю — важливіше. Написання слів — нецікаво, а от складання свого меню або розкладу дій на завтра має зрозумілу мету.

## Навчання організованості

Деяким учням з РАС важко тримати в порядку матеріали й знаходити їх за потреби. Також вони можуть пропускати важливі усні вказівки, через що виникає тривога. Одним зі способів уникнути таких проблем є навчання учнів уміння застосовувати ефективні підходи організації/упорядкування. Можна:

- позначати матеріали кольором, щоб з окремим предметом асоціювався певний колір (наприклад, математика червоною, мова синім);
- на партах чи в індивідуальних шафах учнів наклеювати позначки, куди слід класти матеріали;
- давати учням коробочки або пакети, в які слід складати матеріали для певного предмета;
- давати учням розклади робіт і списки перевірки, аби

переконатися, що вони знають, які завдання й до якої дати мають виконати;

- допомагати учням упорядкувати їхні тексти з робочими матеріалами;
- давати учням аркуші перевірок, де б вони позначали виконання конкретних дій (наприклад, складання всіх своїх речей у рюкзак після завершення уроку).