



## ВЫСТУПЛЕНИЕ

Аутизм, или расстройства аутистического спектра (РАС), — термин, используемый для описания группы расстройств развития центральной нервной системы. К расстройствам аутистического спектра (РАС) относятся: детский аутизм, атипичный аутизм, синдром Аспергера, органический аутизм и аутистическое расстройство. Все эти термины описывают разные проявления одного и того же нарушения. Аутизм часто сочетается с другими нарушениями. Значительная часть людей с РАС (от 25 до 50%) имеют сопутствующую умственную отсталость, часто у них имеются расстройства моторики и координации, проблемы с желудочно-кишечным трактом, нарушения сна. Для людей с РАС также характерны особенности восприятия информации, трудности с концентрацией внимания и раздражительность.

К подростковому возрасту примерно у 10–30% детей с аутизмом развивается эпилепсия. У значительной части людей с аутизмом интеллект соответствует норме, нередко у людей с аутизмом есть удивительные способности в области зрительного восприятия, памяти, музыкального слуха, математики и других наук. Некоторые люди с аутизмом находят себя в искусстве благодаря своему необычному взгляду на мир. Вопреки распространенному мифу, люди с аутизмом не стремятся жить в собственном мире, наоборот, многие очень заинтересованы в общении с другими, способны устанавливать

глубокие эмоциональные связи с важными для них людьми, однако не имеют достаточных навыков для того чтобы общаться так, как это делают их сверстники.

Каждый человек с аутизмом уникален в своих проявлениях, и порой на первый взгляд сложно понять, что объединяет людей с расстройствами аутистического спектра. Некоторые (около 20–25%) так и не начинают говорить и общаются, используя альтернативные способы коммуникации (жесты, обмен карточками или письменный текст). Во взрослом возрасте им может требоваться много поддержки и заботы, они не могут жить самостоятельно. У других людей с аутизмом развивается речь и другие навыки социального взаимодействия, они могут посещать школу, поступать в высшие учебные заведения и работать. Им необходима поддержка, для того чтобы жить, полностью реализуя свои возможности, справляться с непростыми для них социальными задачами. Они нуждаются в признании и принятии их особенностей так же, как и мы с вами, но многие из людей с аутизмом просто не смогут достойно жить без этой поддержки.

Итак, Симптомы аутизма.

Проявления аутизма могут быть заметны у грудных детей (впрочем, специалисты пока не пришли к единому мнению о том, что эти проявления можно достоверно характеризовать как РАС) и ярче проявляются после года. Очевидными симптомы аутизма становятся ближе к двум-трем годам. В этом возрасте, как правило, можно диагностировать наличие аутизма достаточно уверенно. Когда ребенок становится старше, чаще всего симптомы аутизма начинают исчезать, или выраженность их становится слабее, однако в большинстве случаев они остаются в той или иной степени заметными.

Дети с аутизмом, подрастая, становятся подростками с аутизмом, а затем и взрослыми людьми с аутизмом

Причины аутизма

Ребенок с аутизмом может появиться в любой семье, вне зависимости от достатка, образования, социального статуса родителей. В том, что у ребенка аутизм, нет ничьей вины. Аутизм – это расстройство, в возникновении которого играет роль комплекс факторов. Очень большую роль играют генетические факторы: нарушения на уровне генов, молекул, хранящих в себе информацию о том, как должен формироваться и развиваться человеческий организм. Некоторые из генетических факторов, вызывающих аутизм, известны и могут быть выявлены с помощью анализов, в первую очередь, это спонтанные изменения генетического материала, мутации. Эти изменения могут быть достаточными для того чтобы сами по себе вызвать

аутизм. Но чаще аутизм возникает в результате взаимодействия генетических факторов и факторов среды, в которой развивается ребенок. Установлено, что в возникновении аутизма играют роль экология, состояние организма матери во время подготовки к беременности, течение беременности и родов, а также некоторые инфекции и некоторые лекарственные средства, принимаемые матерью во время беременности (например, вальпроевая кислота, используемая для лечения эпилепсии). Сочетание генетических и средовых факторов влияет на формирование головного мозга и изменяет развитие и поведение ребенка. Аутизм не возникает из-за небрежного, грубого или отстраненного отношения к ребенку.

Аутизм – не вина родителей, бабушек, дедушек и тем более самого ребенка, а биологическое расстройство.

#### Установление диагноза

Диагноз «расстройства аутистического спектра» устанавливается при выявлении в поведении и развитии ребенка симптомов аутизма. Специалист, проводящий диагностику, наблюдает за ребенком, может играть или беседовать с ним. Он также расспрашивает близких ребенка о том, как ребенок ведет себя дома и об особенностях развития этого ребенка с рождения. Иногда специалисты могут просить родителей заполнить анкеты и опросники, а также проводить специальные диагностические интервью с родителями. Все это помогает в выявлении и уточнении симптомов аутизма. Но до сих пор не существует каких-либо инструментальных методов или анализов, позволяющих с вероятностью 100% установить или опровергнуть диагноз «аутизм». В России диагноз РАС, как правило, ставит врач-психиатр, однако многие другие специалисты, занимающиеся детьми, могут либо сами обратить внимание родителей на симптомы аутизма, либо рекомендовать проведение обследования у психиатра. Наличие точного диагноза позволяет родителям претендовать на льготы, обеспечиваемые государством.

#### Рассмотрим, СИМПТОМЫ РАС:

Эти расстройства проявляются главным образом нарушениями в трех сферах:

Первое – общение. Как человек общается с детьми и взрослыми, то есть имеют место нарушения социального взаимодействия. Слайд

Второе – непосредственно, разговор. Как человек разговаривает, пользуется жестами или выражением лица (нарушения в области коммуникации).

Третье – Поведение. Как человек ведет себя (своеобразие, ограниченность и стереотипность интересов и деятельности).

Как же может аутизм проявляться в поведении детей в возрасте 1,5–2-х лет и старше. Еще раз перечислим основные нарушения, характерные для аутизма, которые дают основания для постановки диагноза.

Конечно же, не все они могут наблюдаться у ребенка с аутизмом одновременно, кроме того, часть симптомов встречается и у детей без аутизма.

Дополнительно при диагностике рассматриваются также часто встречающиеся при аутизме нарушения и проблемы поведения:

4. Нарушения моторики
5. Обостренная чувствительность
6. Особенности восприятия
7. Причинение вреда самому себе
8. Нарушение чувства опасности

Нарушения в сфере социального взаимодействия

Нарушения социального взаимодействия — самые важные симптомы аутизма. Часто маленький ребенок с аутизмом ведет себя так, будто он настроен «на свою волну», он может не проявлять интереса к играм других детей и даже упорно отказываться от участия в общих играх, его бывает сложно заинтересовать чем-то, что ему предлагает взрослый, он не повторяет действия, движения и звуки за взрослыми.

повторяет действия, движения и звуки за взрослыми.

-Ребенок может не замечать, дома родители или на работе, ушли куда-то или вернулись домой

-Может расстраиваться, когда взрослый пытается включаться в его игры

-Может сидеть в кроватке один и громко, монотонно кричать, вместо того чтобы позвать маму

-Может не проявлять интерес к играм других детей

-Может не проявлять интереса к игре в прятки и к другим играм, основанным на взаимодействии с другими людьми

-Часто бывает сложно привлечь его внимание к игрушкам или книгам

- Не улыбается в ответ на улыбку
- Не реагирует на свое имя
- Может явно и отчаянно сопротивляться объятиям, поцелуям и не давать брать себя на руки ни родителям, ни другим людям

#### Нарушения в сфере коммуникации

Нарушения коммуникации – также ведущий симптом аутизма. Многие дети с аутизмом гораздо позже других начинают говорить и могут не использовать жесты. Вместо этого они пользуются руками других людей, подводят взрослых к тем предметам, с которыми хотят чтобы взрослые что-то делали. Другие дети могут рано начинать говорить и запоминать много слов, но не используют их для того, чтобы общаться.

Например, снова и снова повторяют любимые цитаты из мультфильмов и книжек или слова и фразы, услышанные от других. Часто дети с аутизмом хуже понимают обращенную к ним речь. Часто также они позже других детей начинают выполнять инструкции, может казаться, что они не слышат обращенные к ним слова.

- Избегают контакта «глаза-в-глаза»
- Автоматически повторяют слова, не обращенные к другим (эхолалии)
- Используют «управляемую руку» взрослого

#### Нарушения в поведении

Третья группа обязательных для постановки диагноза РАС симптомов – своеобразие, ограниченность и стереотипность поведения, игр и интересов. Многие дети с аутизмом играют в игрушки необычным образом (например, выстраивают их в ряд или раскидывают), могут часто совершать повторяющиеся действия, интересоваться необычными предметами, странным образом двигаться, например, взмахивая руками, раскачиваясь на месте или бегая по кругу. Проявление симптомов этой группы очень разнообразно.

- Разглядывание предметов (лопастей вентилятора, кондиционеров). У наблюдателя возникает ощущение, что ребенок «прилип взглядом» и не может оторваться

- Может не проявлять интереса к игрушкам и восхищаться обычными предметами, например, обогревателем
- Может не играть с игрушками обычным способом, но крайне интересоваться какой-то частью игрушки (например, любит крутить колесо у машинки)
- Ребенок может часто кружиться вокруг своей оси
- Часто многократно взмахивает руками
- Расстановка игрушек в ряд; создание ряда самоценно, никакого сюжета не прослеживается
- Может вращать предметы, поднося их очень близко к лицу
- Может упорно пытаться есть несъедобные предметы: одежду, простыню, матрас, шторы
- Может часто или подолгу перебирать, трясти или щелкать пальцами перед своими глазами
- Часто и подолгу раскачиваться, сидя на месте и ничем больше не занимаясь
- Бесконечно щелкать выключателем, зажигая и гася свет

#### Нарушения моторики

Особенности моторики не являются ведущими диагностическими критериями при постановке диагноза «аутизм». Но многие родители и специалисты отмечают различные варианты неравномерности моторных навыков у детей с РАС. Некоторые дети могут одновременно демонстрировать прекрасное владение телом в одной области и быть очень неловкими в другой.

- Нарушение оценки расстояния до предмета также может приводить к моторной неловкости
- Хождение на цыпочках
- Плохая координация движений – научиться ходить по лестнице может оказаться очень трудной задачей для ребенка с аутизмом
- Часто ребенок не может захватывать и удерживать руками мелкие предметы
- Не может кататься на велосипеде или машинке-каталке с педалями

- Поразительные способности к удержанию равновесия и одновременно заметная неуклюжесть

- Может наблюдаться повышенное слюноотечение из-за проблем регуляции тонуса мышц рта и челюсти

Особенности восприятия – обостренная чувствительность

Дети с аутизмом могут быть очень чувствительными и с трудом переносить некоторые ощущения: шум, музыку, мигание лампочек, прикосновение одежды, запахи и т.п., которые другим кажутся вполне комфортными по интенсивности.

Гиперчувствительность может проявляться во всех видах ощущений, но иногда касается только каких-то определенных стимулов. По этой причине детям с аутизмом может быть очень тяжело в новой ситуации или обстановке. Чем больше разнообразных стимулов вокруг, тем больше вероятность, что ребенок не справится с такой нагрузкой и потеряет контроль над собой.

- Может демонстрировать неприятие всего нового или редкого, например, свечей на именинном пироге или шариков

- Ребенок может не переносить прикосновения к коже (сопротивляться раздеванию или мытью)

- Может не переносить прикосновения к голове и волосам, которые неизбежны при стрижке и мытье волос

- Может не переносить музыку

- Может иногда казаться глухим, не вздрагивать и не оборачиваться на громкие звуки, но в другое время реагировать на обычные или слабые звуковые раздражители

- Может не переносить обычные домашние запахи, особенно бытовой химии

- Может отказываться переодеваться или вообще надевать любую одежду, кроме нескольких определенных вещей

- Может отказываться от ремней безопасности в детском кресле машины

Причинение вреда самому себе

В некоторых случаях стремление к необычным ощущениям или сниженная болевая чувствительность могут приводить к тому, что ребенок сам себе

наносит травмы и причиняет вред. Это поведение встречается не очень часто, но вред бывает серьезным.

- Может вырывать у себя волосы клочьями
- Может сильно стучать головой о твердую поверхность (пол, стены)
- Царапать и отдирать кожу и раневые поверхности (корочки)
- Может кусать себя

### Нарушение чувства опасности

Иногда при аутизме бывает нарушено чувство опасности. В этом случае ребенок может вести себя так, будто у него нет инстинкта самосохранения, он не распознает ситуации, требующие осторожности, может стремиться к опасности и нарушать правила безопасности в одной и той же ситуации снова и снова, несмотря на полученный прежде негативный опыт. Это поведение тоже встречается не очень часто, многие дети с аутизмом, наоборот, боязливы и тревожны. Если же у ребенка чувство опасности снижено, то за ним нужно очень внимательно наблюдать: такое поведение может приводить к серьезным травмам.

### Расстройства желудочно-кишечного тракта

У многих детей с аутизмом встречаются частые расстройства желудочно-кишечного тракта. Ребенок согласен есть чрезвычайно ограниченный набор продуктов, и/или у него имеется повышенная чувствительность к вкусу пищи.

- Чрезвычайно ограниченный набор продуктов, которые ребенок согласен есть, и/или повышенная чувствительность к вкусу пищи
- У ребенка часто бывает понос. В стуле имеется непереваренная пища. Ребенок часто страдает запорами

### Нарушения сна

Многие дети с аутизмом подвержены нарушениям сна. Дети могут не различать день и ночь, оставаясь одинаково активными в любое время суток, их может быть трудно уложить спать, они могут часто просыпаться ночью. Периоды сна могут быть очень короткими: один-два часа. Болевая чувствительность у детей с аутизмом может быть снижена и даже



отсутствовать, а может быть, наоборот, чрезмерно высокой. У детей с аутизмом также встречаются судороги. Вероятность возникновения эпилепсии как сопутствующего заболевания увеличивается с возрастом.

Рано начатое обучение, индивидуальный подход к лечению, интенсивная терапия, участие всех членов семьи в обучении приводят к заметным улучшениям в развитии большинства детей с аутизмом.

#### Помощь детям с аутизмом

Лечение аутизма – процесс, требующий индивидуального подхода к каждому ребенку в зависимости от выраженности его симптомов, а также от наличия каких-либо сопутствующих аутизму нарушений и других расстройств.

Некоторые дети с аутизмом нуждаются в очень интенсивной помощи для того чтобы приобрести основные навыки социального поведения, научиться говорить. Многие дети при этом могут самостоятельно обучаться сложным умениям и больше нуждаются в поддержке с учетом их особенностей восприятия и мышления в школе и дома, нежели в интенсивной терапии. В некоторых ситуациях специалисты могут назначать лекарства, действие которых направлено на снижение выраженности проблем поведения, например, гиперактивность или раздражительность, могут также применяться лекарства, влияющие на сон, работу желудочно-кишечного тракта, неврологические нарушения, встречающиеся при расстройствах аутистического спектра. Однако до сих пор не существует лекарств, прямо влияющих именно на симптомы аутизма. Наиболее эффективным методом коррекции аутистических расстройств считается поведенческая терапия – процесс систематического и последовательного обучения с использованием подсказок и поощрения желаемого поведения. Программы развития детей с аутизмом, основанные на поведенческой терапии, особенно при условии рано поставленного диагноза и рано начатой помощи, помогают ребенку стать более самостоятельным, способным к социально приемлемому и соответствующему возрасту поведению, значительно улучшают прогноз его развития и социализации.

В помощи детям с аутизмом могут принимать участие специалисты, занимающиеся развитием речи, академических навыков, психологи, нейропсихологи и многие другие специалисты при условии достаточной подготовки и опыта работы в области аутизма.

Аутизм у ребенка влияет на всю семью. Многие родители детей с аутизмом описывают сложные переживания, возникающие в связи с наличием у ребенка расстройств, могут испытывать сильные стрессы из-за проблемного

поведения или необходимости постоянно контролировать малыша. В планировании помощи семье обязательно учитывается и состояние взрослых, находящихся с ребенком, и восприятие ситуации его братьями и сестрами. Нередко они также могут нуждаться в поддержке и консультациях специалистов, для того чтобы поддерживать хорошие отношения друг с другом, отдыхать и радоваться жизни.

Позвольте мне привести здесь слова доктора Каннера, основоположника этой области медицины. Он сформулировал главный принцип, который остался неизменным с середины XX века. Для соблюдения этого принципа не надо ни продвинутых сканеров, ни фантастических генетических маркеров, а только понимание и сострадание. **«Каждый ребенок, равно как и каждый взрослый, нуждается всего в трех элементах: любви, принятии таким, какой он есть, и одобрении...»**

