**«АВА-терапия: Как превратить ежедневные моменты в возможности для развития вашего ребенка»**

Автор-составитель
учитель-дефектолог
высшей квалификационной категории
Бударина А.А.

Уважаемые родители!

Сегодня я хочу познакомить вас с основными идеями замечательной книги Роберта Шрамма «Детский аутизм и АВА». АВА– это не сложная и пугающая наука, а структурированный и, что самое главное, очень эффективный подход к развитию детей с аутизмом. Его принципы можно и нужно использовать в повседневной жизни.

Вот ключевые шаги, которые помогут вам начать это делать.

**Шаг 1: Станьте «самым ценным ресурсом» для своего ребенка**

Это фундаментальный принцип Шрамма. Ваша задача – стать самым интересным и значимым человеком в мире для вашего ребенка.

- **Что делать?**
  - **Присоединяйтесь:** Наблюдайте, что любит ребенок (кручение колес, прыжки, определенные звуки), и делайте это вместе с ним, комментируя и превращая в игру.
  - **Контролируйте доступ:** Вы должны управлять доступом к самым желанным вещам: сладостям, гаджетам, любимым игрушкам. Не лишайте их, но сделайте так, чтобы для их получения ребенку нужно было обратиться к вам.
  - **Будьте источником веселья:** Ваше появление должно ассоциироваться с радостью, игрой и получением желаемого.

**Шаг 2: Управляйте средой, а не ребенком**

Среда часто провоцирует нежелательное поведение. Наша задача – изменить среду, чтобы предотвратить его.

- **Что делать?**
  - **Создайте четкий распорядок дня:** Предсказуемость успокаивает. Используйте визуальное расписание (картинки, обозначающие последовательность дел).
  - **Организуйте пространство:** Определите зоны для игр, занятий и отдыха.
  - **Упростите инструкции:** Говорите коротко и ясно. Вместо «Убери, пожалуйста, все свои игрушки и потом пойдем мыть руки» скажите: «Положи кубик в коробку».

**Шаг 3: Используйте «Метод семи просьб» для обучения сотрудничеству**

Это одна из центральных методик Шрамма для начала работы.

- **Что делать?**

1. Дайте ребенку четкую, простую и выполнимую просьбу (например, «Дай мяч»).
2. Немедленно помогите ему выполнить ее (физически направляя его руку).
3. Мгновенно дайте мощное поощрение (то, что он действительно любит).
4. Повторите цикл, постепенно уменьшая помощь.

- **Цель:** Сформировать у ребенка понимание, что следование инструкциям – это быстрый и приятный способ получить желаемое.

**Шаг 4: Разбивайте навыки на мелкие шаги**

Не пытайтесь научить ребенка мыть руки сразу. Разбейте этот процесс на шаги: открыть кран, намочить руки, взять мыло и т.д.

- **Что делать?** Используйте **метод цепочки**:
  - Выполняете все шаги сами, а ребенку даете выполнить последний, самый приятный (например, вытереть руки), и хвалите.
  - Постепенно «передвигаетесь» по цепочке назад, доверяя ребенку все больше шагов.

**Шаг 5: Понимайте и корректируйте поведение**

Любое поведение, даже самое сложное, – это коммуникация. Ребенок что-то хочет получить или избежать.

- **Что делать?**

1. **Определите «триггер»:** Что произошло *до* поведения?
2. **Проанализируйте само поведение:** Что именно делает ребенок?
3. **Определите последствие:** Что он получает *после* этого поведения? (внимание, игрушку, прекращение неприятного занятия).

- **Стратегия:** Измените триггеры и последствия. Научите ребенка альтернативному, приемлемому способу получить то же самое (например, вместо крика – протянуть руку к предмету или использовать карточку «хочу»).

**Шаг 6: Будьте последовательны**

Это самый тяжелый, но самый важный принцип. Если вы что-то требуете сегодня, вы должны требовать этого и завтра, и послезавтра. Если поведение нельзя допускать, его нельзя допускать никогда. Непоследовательность путает ребенка и сводит на нет все усилия.

**Шаг 7: Помните о своей роли**

Вы – не терапевт, который проводит занятия по 8 часов в день. Вы – родитель, источник любви, безопасности и поддержки. Используйте

принципы АВА как инструменты, чтобы сделать ваше общение с ребенком более понятным, эффективным и менее напряженным.

**Заключение:**

Книга Роберта Шрамма – это отличный практический ориентир. Начните с малого: выберите один небольшой навык для отработки и одну поведенческую проблему для коррекции. Будьте терпеливы к себе и к ребенку. Каждое, даже самое крошечное достижение – это огромный шаг вперед. Я, как ваш дефектолог, всегда готова помочь вам адаптировать эти принципы под индивидуальные особенности вашего ребенка.

С уважением, Бударина А.А..