**Рекомендации для родителей, воспитывающих аутичных детей дошкольного возраста по вопросу их воспитания в семье**

1. Придерживайтесь четкого распорядка дня. Дети, страдающие расстройствами аутистического спектра, лучше всего обучаются, придерживаясь постоянного распорядка. Это также связано с необходимостью стабильного окружения и последовательности в действиях. Установите для ребенка распорядок, отведите определенное время для приема пищи, учебы и сна. Старайтесь свести отклонения от установленного графика до минимума. Если изменения в распорядке неизбежны, подготовьте ребенка к этому заранее.
2. Объясняйте ребенку правила поведения в доме, на улице, в общественных местах надо давать постепенно, они упорядочивают жизнь, делают ее более предсказуемой и спокойной. Правила поведения помогают ребенку понять, что он может делать при тех или иных обстоятельствах, и что делать ему категорически запрещается.
3. Будьте последовательны. Если педагог устанавливает для ребенка определенные правила, четко придерживайтесь их и дома. Например, чтобы остановить ребенка, хлопните в ладоши или возьмите за руку. Этого должны придерживаться все домочадцы.
4. Научите ребенка, слову “стоп”. Дело в том, что эти дети, имея различные фобии, могут не замечать реальных опасностей: переходить улицу перед машиной, приближаться к горячим предметам. Если ребенок будет знать слово “стоп”, это может уберечь его от травм. Сделать это можно следующим образом: внезапно прекратить какое-то действие и твердо сказать “Стоп”, со временем он поймет, чего от него добиваются;
5. Научитесь отказывать. Приучайте ребенка к словам «нет», «нельзя». Иначе малыш не поймет, что некоторые его поступки причинят боль – он будет толкать детей на площадке или бить маму и т. д.
6. **Обращайте внимание на сенсорную чувствительность вашего ребенка.** Устраните из окружения ребенка все то, что может напугать его: резкие звуки (хлопанье дверью, грохот посудой, ссору, громкую музыку); резкие зрительные впечатления (мощные, не защищены источника света, внезапное движение в поле зрения ребенка); резкие запахи, грубые обращения и тому подобное.
7. На всех этапах установления контакта подбирайте безопасную дистанцию для общения и ненавязчиво демонстрируйте свою готовность к контакту, каждый раз обязательно начиная с того психического уровня, на котором находится ребенок.
8. Постоянно привлекайте внимание ребенка к своим действиям. Купая, одевая, осматривая т.д. ребенка, не молчите и не игнорируйте ребенка, а, наоборот, постоянно ласково стимулируйте ее к подражанию. При этом помните, что ребенок способен подражать лишь то, что в общей форме он уже сам может сделать. Разговаривать с таким ребенком лучше - спокойным (желательно даже тихим) голосом.
9. Поощряйте любую выбранную ребенком систему коммуникации. Если ребенок может говорить, обращаться с жестами или с помощью системы PECS то поощряйте и требуйте от него использовать эти средства коммуникации. Убедитесь, что в семье все понимают необходимость этого. Тогда вы быстрее найдете с ребенком общий язык.
10. При обучении используйте схемы и модели. Детям нужна дополнительная наглядная визуальная опора, поддержка, т.к. они не удерживают слуховую информацию.
11. Занимайтесь спортом. Лечебная физкультура способствует развитию мозга и координации движений. Дома вы можете практиковать с малышом различные прыжки: на одной ножке, спрыгивание с бровки, скакалку. Также можно лазать по лесенкам, приседать, кружиться. Это не только укрепляет здоровье, но и дает понимание понятий право -лево, верх-низ.
12. Уделяйте время развлечениям. Дети, страдающие расстройствами аутистического спектра, в первую очередь дети. И им, и родителям больше необходима полноценная жизнь, чем лечение. Обязательно планируйте время для игр. Подумайте, что заставляет ребенка улыбаться или смеяться и делает более открытым. Придумайте совместные занятия, которые подарят веселье вам обоим. Вероятно, ребенку понравятся занятия, в которых он не будет видеть лечение или обучение. В совместных занятиях, приносящих положительные эмоции, есть масса преимуществ. Игра – это основная часть обучения детей, при этом она не доставляет им труда.
13. Создайте дома безопасное место для ребенка. Выделите в доме место, где ваш ребенок сможет отдыхать и чувствовать себя в безопасности. Так он научится устанавливать границы. Обозначить данное место можно с помощью визуальных знаков, например, оградить «безопасную зону» цветной лентой или обозначить предметы с помощью картинок. Можно также сделать весь дом безопаснее, особенно если ваш ребенок испытывает приступы гнева или проявляет другое поведение, которое может привести к травмам.
14. Систематически используйте возможности арт-терапевтических средств как социально приемлемого выхода агрессивности и негативных эмоций ребенка с аутизмом, безопасного способа снятия напряжения, уменьшения страхов, агрессии и жестокости. Совместное участие в рисовании, в музыкальных занятиях, в элементарных спортивных играх будет способствовать формированию отношений эмпатии и взаимной поддержки.
15. **Поощряйте хорошее поведение**. Положительные изменения в поведении ребенка с расстройствами аутистического спектра – долгий процесс, поэтому постарайтесь замечать маленькие шаги ребенка на этом пути. Хвалите его, когда он хорошо себя ведет или приобретает новый навык. Прямо говорите о том, за что вы хвалите ребенка. Ищите новые способы отметить его хорошее поведение: придумайте для него какую-нибудь символическую награду или позвольте поиграть с любимой игрушкой.