

**Рекомендации для учителей по работе с
учениками с расстройствами аутистического
спектра – от учителя с аутизмом**

Фергюс Мюррей – учитель математики и химии из Эдинбурга, один из основателей Общества взаимопомощи для людей с аутизмом Эдинбурга (ОВЛАЭ). Его твиттер: @MxOolong

Конечно, все дети с аутизмом разные, но многие из них сталкиваются со схожими проблемами. Фергюс Мюррей, профессиональный учитель, делится своими вариантами их решения.

Я хочу обрисовать некоторые практические стратегии обучения детей с расстройствами аутистического спектра и тех учеников, чей образ мышления имеет отдельные аутические черты. Большая часть стратегий будет полезной вообще для всех учителей, и несоблюдение описанных принципов в некоторых случаях сделает нахождение в школе отдельных учеников совершенно невыносимым, а остальным детям затруднит процесс обучения или даже отдыха.

Мои предложения основаны не только на опыте работы учителем. В возрасте 32 лет мне был поставлен диагноз «расстройство аутического спектра», я полностью погружен в проблему. Много лет я изучал большой объем литературы и участвовал в многочисленных дискуссиях по теме. Мне очень приятно, что мои идеи получили серьезную поддержку, а также были дополнены в ходе исследований, проведенных такими специалистами как Джулия Леверленд.

Приведенные ниже подходы облегчат жизнь многим ученикам с аутизмом, но, если вы действительно хотите понять, с какими затруднениями сталкивается тот или иной ваш ученик, и как вы можете ему помочь, лучше всего будет просто поговорить с ним. Постарайтесь поверить ему, когда он говорит, что именно вызывает у него затруднения, потому что умения людей с аутизмом развиваются очень неравномерно, то есть способности в разных сферах находятся на совершенно разном уровне. Вследствие этого нельзя решить проблему, основываясь на собственных предположениях. Что должно быть легко для человека с аутизмом и что трудно выполнимо – лучше всего знает он сам. Конечно, это не означает, что человек никогда не будет способен на что-то, просто потому что в данный момент ему это не удастся. Люди никогда не прекращают учиться, но различные умения могут появляться и теряться.

Я хотел бы рассказать о том, какое значение имеют для процесса обучения **шесть характерных черт мышления людей с аутизмом.**

Перевод с английского inclusion24.ru

1. Сложно справляться с несколькими каналами информации одновременно

Речь идет о каналах сенсорного восприятия или других информационных потоках. Если вы хотите, чтобы ваши инструкции были точно поняты, недостаточно просто озвучить их словами. Напишите их четко и ясно, чтобы ученики могли впоследствии обратиться к записям, если это необходимо, а не полагаться на то, насколько успешно им удалось вычленивать ваш голос из общего шума в классе. Будьте готовы, что ученики упустят часть информации, потому что в этот момент концентрировались на чем-то другом или ее было слишком много одновременно.

Непонимание возникает часто, причем с обеих сторон. Учителя регулярно неверно интерпретируют сигналы от учеников с аутизмом, в результате чего упускают из виду их потребности и неверно истолковывают просьбы о помощи. Хуже того, они могут негативно реагировать на язык тела и способ коммуникации ученика, заставляя его выражать свои мысли еще менее эффективно. Очень многие учителя, например, пытаются запретить ученикам двигаться по классу, не понимая, что это необходимо для разгрузки, или настаивают, чтобы ученик смотрел в глаза, не понимая, что это для него непосильно.

2. Фильтрация информации происходит сложно и ненадежно

Ученики могут пожаловаться, что «Иногда я не могу отвлечься от общего шума, а в другие моменты – полностью отключаюсь от всего». Подумайте, как можно снизить в классе уровень шума, визуального хаоса и социальных требований. Один из самых мощных инструментов в образовании – это фокус внимания на чувстве удовлетворения от освоения чего-то нового, поэтому это просто трагедия для процесса обучения, если школа не дает возможность каждому ученику оказаться в состоянии потока хотя бы иногда, то есть полностью сосредоточиться на интересной задаче столько, сколько нужно.

Заранее продумайте план действий на случай, если кто-то из учеников почувствует, что не справляется с окружающей обстановкой. В этот момент им необходимо тихое место, куда можно пойти, чтобы расслабиться, и без стеснения потратить какое-то время на стимминг (самостимуляцию).

3. Изменение планов и направления работы дестабилизирует

Переключение между разными задачами дается таким ученикам тяжело, и любое изменение плана вызывает затруднения. Для того чтобы переключиться с одной задачи или эмоции на другую, необходимо время и усилия. Ученикам с аутизмом проще существовать в предсказуемой ситуации: предсказуемость снижает когнитивную нагрузку и смягчает стресс от необходимости перевести фокус внимания на что-то другое. Чем больше всего происходит неожиданно, тем более неустойчиво мы себя чувствуем, при этом мир вокруг постоянно преподносит сюрпризы людям с аутизмом. Чтобы обрести ощущение стабильности, нам необходимо чувствовать, что мы полностью понимаем, что происходит, и в достаточной степени контролируем происходящее, но не больше, чем можем выдержать. Это острая потребность для людей с аутизмом, которая проявляется в том, как мы задаем вопросы, как мы используем стимулинг, чтобы контролировать окружающую нас сенсорную среду, как мы пытаемся разобраться во всем при помощи правил. Ощущение, что что-то не логично, не понятно, может стать серьезным барьером на пути человека с аутизмом.

Для ослабления тревоги нужны структура и четкость. Нерегламентированные отрезки времени, сопровождающиеся высокими социальными требованиями, особенно тяжелы для людей с аутизмом – например, перемены, во время которых нельзя уединиться от толпы, или упражнения, когда ученикам самим надо выбрать себе партнера или группу для совместной работы.

4. «Я часто очень глубоко переживаю то, что касается моих интересов или вызывает беспокойство»

То, что привлекает наше внимание, может забирать его полностью. Ключевой момент для благополучия человека с аутизмом – это то, что происходит в сферах его интересов. Это верно, вероятно, для любого человека, но для нас это жизненно важно: во-первых, потому что наши интересы приносят нам много радости, а во-вторых, потому что нам очень сложно переключить свое внимание на что-то другое. Если в процессе обучения педагог будет учитывать интересы ученика с аутизмом и не будет пытаться с ними бороться, можно добиться больших образовательных и личных успехов (подробнее – в недавнем исследовании [Ребекки Вуд](#)), однако из-за их своеобразного характера мало кто из учителей готов пробовать такой подход.

Отрицательные переживания часто бывают очень сильными. Многие ученики чувствуют себя некомфортно, например, когда находятся в центре внимания, а для детей с аутизмом это особенно тяжело, так как они с трудом переносят чувство незащищенности.

5. «Я постоянно продолжаю возвращаться к тем же интересам и переживаниям – очень сложно отпустить что-то»

Нерешенные ситуации практически невыносимы. Людей с аутизмом очень мучает вопрос «ну почему?», который часто приводит нас к неприятностям. Он распространяется и на сферу наших интересов: мы получаем огромное удовлетворение, когда разбираемся, как что-то работает, зачастую, решая задачу, применяя правила логики, а затем узнаем практически все по интересному нам вопросу.

Рациональные аргументы – ключевой инструмент в арсенале любого преподавателя, а напряженность в отношениях между учителями и учениками с аутизмом часто возникает из-за того, что первые ожидают, что вторые должны принимать многое на веру или полагаться на авторитет учителя. Иногда ученики с аутизмом стараются разобраться в причинах того или иного явления более детально, чем большинство сверстников. И, честно говоря, с этим придется просто смириться.

6. «То, что не находится в центре моего внимания, выпадает из него совсем»

Очень тяжело организовать свою жизнь, если ты обычно не думаешь о том, что активно не привлекает твое внимание. Это одна из причин, по которой для людей с аутизмом полезно вырабатывать определенный режим и вести дневник: само время напоминает о том, что нужно сделать. Обратная сторона такого подхода в том, что он может вступать в противоречие с необходимостью контролировать ситуацию, а чувство контроля абсолютно необходимо для ощущения стабильности. Многим людям с аутизмом сложно балансировать между двумя этими крайностями, поэтому им нужна помощь в разработке стратегии.

Основа для понимания

В общем, важно помнить, что все люди разные, поэтому описанные выше рекомендации не являются истиной в последней инстанции. Разбираться в том, как другие люди воспринимают этот мир, тяжело любому человеку, и чем менее кто-то на вас похож, тем сложнее его понять. Но чем лучшее представление мы сможем получить о тех, с кем работаем, тем лучше сможем работать с ними.

Я надеюсь, что мне удалось дать вам основу для понимания некоторых характерных сложностей, с которыми сталкиваются люди с аутизмом, особенно в школе. Постарайтесь поставить себя на место своего ученика, осознавая, насколько ему тяжело, ведь наверняка и вы сможете вспомнить какой-то момент, когда вам надо было следить за слишком многими процессами одновременно, когда вы испытывали сенсорные перегрузки или были вынуждены оторваться от какого-то захватывающего занятия и разбираться с неожиданно возникшей ситуацией. Вообразите, что вам приходится сталкиваться с такими ситуациями по многу раз ежедневно, да еще и с несколькими одновременно, а за странное поведение в таких условиях вас наказывают. Возможно, вам стоит поинтересоваться у ваших учеников, каково им.

Работать с людьми с разным образом мышления всегда очень поучительно, но, чтобы делать это эффективно, необходимо внимание и определенная деликатность. В противном случае вы будете стараться [управлять поведением учеников, не понимая его истинные причины](#), что в долгосрочной перспективе намного более трудоемко.

Содержание

1. Сложно справляться с несколькими каналами информации одновременно	3
2. Фильтрация информации происходит сложно и ненадежно	3
3. Изменение планов и направления работы дестабилизирует.....	4
4. «Я часто очень глубоко переживаю то, что касается моих интересов или вызывает беспокойство»	4
5. «Я постоянно продолжаю возвращаться к тем же интересам и переживаниям – очень сложно отпустить что-то»	5
6. «То, что не находится в центре моего внимания, выпадает из него совсем»	5
Основа для понимания	6