

Как обучить ребенка с аутизмом безопасности на воде?

Поведенческий аналитик о навыках безопасности на воде — важнейших жизненных навыках для любого ребенка

Автор: Джим Болл / Jim Ball

Источник: [Autism Asperger's Digest, July/August 2010 issue](#)



Новый летний сезон несет с собой поездки, шашлыки, вечеринки и путешествия. И в это время как никогда важно помнить о том, что большинство ребят в спектре аутизма просто обожают... о воде! Игры с водой, купание, веселье на воде — все это прекрасный опыт для наших ребят, но он также должен напоминать нам, взрослым, которые за них отвечают (родителям, педагогам, служащим), о том насколько опасным может быть такое «веселье», и насколько эти дети уязвимы перед опасностью. Мы должны гарантировать, что независимо от того, в какой части спектра аутизма находится ребенок, у него есть навыки правильного поведения в воде и около воды, ведь от этого в буквальном смысле может зависеть его жизнь.

По статистике Национальной ассоциации аутизма, утопление — это главная причина смерти детей с расстройствами аутистического спектра при несчастных случаях. В 2005 году 14 детей с РАС погибли в результате утопления, когда эти дети убежали, и их привлек водоем. Дети с РАС не боятся «смерти» так, как этого боимся мы. В раннем возрасте у них нет концепции необратимости смерти, и они не боятся того, что представляет смертельную опасность, например, воды.

Мы знаем следующее:

- Дети тонут беззвучно.
- Для утопления достаточно глубины примерно в десять сантиметров — страшная статистика.
- В 90% случаев утонувшие дети находились под присмотром взрослых.

Поэтому наша прямая обязанность — с самого раннего возраста учить детей плавать и правильно вести себя у воды. Если начать слишком поздно, то это может привести к трагическим последствиям, как показывает следующая история.

Несколько лет назад мне посчастливилось посетить акцию для привлечения средств в Общество аутизма в Джексонвилле, штат Флорида. Во время мероприятия я познакомился с прекрасной женщиной, бабушкой ребенка в спектре аутизма. В течение нескольких часов мы говорили на самые разные темы, в том числе о ее внуке, для которого она написала книгу. И с этого момента история становится грустной. Книга была о том, как научить детей обращаться за помощью в чрезвычайных ситуациях, и она основана на личном опыте. Однажды ее сын присматривал за детьми, один из которых был аутичным. Он отвлекся меньше чем на минуту, а когда обернулся, то детей не было видно. Последовали отчаянные поиски, завершившиеся катастрофой. Его сын утонул в ручье поблизости. Другие дети испугались и убежали. Мужество бабушки превратило семейное горе в ценную информацию для других, что достойно уважения. Я же в тот момент осознал, насколько важно сделать обучение безопасности на воде приоритетом.

Обучение плаванию и безопасности на воде

Сенсорные проблемы

Дети с РАС нередко страдают от сенсорных проблем, которые могут затруднить обучение плаванию. Дедовский способ (бросить в воду и посмотреть, что будет) здесь не годится. (Ага, мой отец так и сделал, хорошо еще, что я выжил!) Детям с РАС необходимо постепенно привыкать к бассейну и воде. Опыт должен стать для них приятным, и только после этого можно приступать к обучению. Другим детям нравится давление от воды, и они могут тут же прыгнуть в нее, не осознавая возможной опасности. Очень важно, чтобы опыт был приятным для ребенка с самого начала. Как только вы этого добились, можете начинать учить ребенка, что делать в воде.

Обучение плаванию

Для обучения плаванию эффективны те же методы и стратегии, которые эффективны для обучения ребенка с РАС в школьном классе.

— **Исключите отвлекающие факторы.** Приложите все возможные усилия, чтобы ребенка ничто не отвлекало во время нахождения в воде. Если в бассейне есть другие люди, разверните ребенка так, чтобы он их не видел. Если в бассейне есть эхо, а ребенок склонен к вокальным «стимам», то будьте готовы постоянно возвращать его обратно к плаванию. Или запланируйте уроки плавания на время, когда вокруг мало людей, а в случае необходимости попробуйте найти индивидуальные занятия.

— **Используйте визуальные подсказки.** Используйте последовательность изображений, чтобы показать ребенку различные этапы плавания. Сочетание изображений и объяснений поможет ребенку лучше понять последовательность действий и ваши ожидания. Заламинируйте изображения и принесите их с собой в бассейн. Также можно показывать ребенку видео с плаванием и его различными этапами до похода в бассейн. Видеомоделирование — это отличный метод для обучения новым навыкам. Если вам не удалось найти готовое обучающее видео, снимите его сами с нейротипичным братом, сестрой или другом в «главной роли».

— **Будьте последовательны.** Какой бы подход к обучению плаванию вы ни выбрали (а в Интернете их тьма), будьте последовательны и придерживайтесь выбранного подхода каждый раз. Аутичные дети учатся через многократные повторения, и их должно быть очень много!

— **Делите каждую задачу на маленькие шаги.** Делите каждый этап плавания на отдельные шаги, и учите ребенка каждому шагу по отдельности до тех пор, пока он не сможет сделать его самостоятельно или с минимальными подсказками. Не нагружайте ребенка информацией. Просто погрузить лицо в воду — это уже большое достижение!

Обучение безопасности на воде

Плавание и безопасность на воде — это не синонимы. Это различные виды навыков, каждому из которых нужно учить отдельно. Безопасности на воде нужно учить всех детей, даже тех, которые ни за что не согласятся хотя бы намочить пальцы ног.

И самое главное правило безопасности на воде: если рядом с ребенком нет взрослого, нельзя подходить близко или заходить в какой угодно водоем, будь это детский или взрослый бассейн, фонтан, ручей, пруд, озеро или море. Аутичного ребенка нужно учить этому правилу целенаправленно и конкретно.

Для ребенка с более высоким уровнем навыков. Многие дети с аутизмом очень щепетильны в отношении правил (иногда чрезмерно). В данной ситуации это огромный плюс! Составьте список конкретных и простых правил в отношении водоемов и учите им ребенка:

— Ты не подходишь к воде, если рядом нет взрослого. Можно сделать правило более конкретным, определив минимальное расстояние до воды, насколько близко должен стоять взрослый (например, на расстоянии вытянутой руки, в зоне видимости, держать тебя за руку и т.д.), или перечислив, какие это могут быть взрослые (мама, папа, дедуля).

После установления правила **практикуйтесь в нем**. Не надо предполагать, что ребенок перенесет правила на бумаге в реальную ситуацию. Приведите ребенка к водоему и посмотрите, что будет. Вам нужно знать, если в ваших представлениях есть пробелы, и вы должны сделать необходимые поправки в процессе обучения. Каждый раз, когда ваш ребенок соблюдает правило, обязательно много хвалите его и давайте ему поощрение.

Для ребенка с более низким уровнем навыков. Даже если уровень навыков ребенка ниже, мы все равно должны учить его правилам. Просто нам нужно сделать их проще и конкретнее, а также использовать больше визуальных подсказок во время обучения. Например, правило может выглядеть так: «Ты не подходишь к воде, если знакомый взрослый не держит тебя за руку». Пусть ребенок возьмет вас за руку, подойдет к бассейну и прыгнет в него вместе с вами. Каждый раз, когда ваш ребенок находится рядом с рекой, бассейном, озером или морем, подсказывайте ему взять вас за руку, подходите к воде и заходите в нее вместе. Не забудьте поощрять ребенка за то, что он следует правилу и делает то, что ожидается.

Вода может стать прекрасным сенсорным опытом для ребенка с РАС. Она может способствовать развитию речи, социальных навыков, крупной и мелкой моторики. И она также в любой момент может стать местом трагедии. Наслаждайтесь водой, но не забывайте уважать ее. Учите ребенка, что делать рядом с водой и как оставаться в безопасности. А потом проведите отличное лето!