

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад компенсирующего вида № 35 «Лесная сказка»
(МБДОУ №35 «Лесная сказка»)**



Мастер - класс для педагогов

Тема: «Имитация сенсорной чувствительности»

Автор:

**Юрова Марина Андреевна
(учитель - дефектолог)**



Цель

Сформировать у педагогов практические навыки использования имитационных сенсорных техник для развития и коррекции сенсорной чувствительности у детей с РАС.

Задачи

- Познакомить участников с базовыми принципами сенсорной интеграции;
- Продемонстрировать безопасные приёмы имитации различных видов сенсорных ощущений;
- Отработать техники применения сенсорных стимулов в коррекционной работе.

Целевая аудитория

Педагоги, дефектологи, психологи, родители детей с РАС.

Зачем это нужно?

- Повысить эмпатию. Помочь родителям и педагогам, почему ребёнок реагирует именно так: закрывает уши, избегает прикосновений, возбуждается от мигающего света и т. п.
- Снизить оценочность. Перестать воспринимать поведение ребёнка как «каприз» или «непослушание» и увидеть в нём реакцию на непереносимый сенсорный стимул.
- Улучшить среду. Научиться замечать и устранять или смягчать триггеры, вызывающие дискомфорт.
- Подобрать стратегии поддержки. Осознанно выбирать методы и приспособления (шумоподавляющие наушники, тактильные игрушки, затемнённые очки и др.).

Ход мастер-класса

1. Вводная часть

Приветствие и знакомство.

Добрый день, уважаемые коллеги. Все вы знаете, что первой ступенью познания мира является чувственный опыт ребенка.

Он помогает ориентироваться в окружающем мире, общаться, учиться и развиваться.

Но у детей с РАС сенсорный опыт спонтанно не формируется, нервная система такого ребенка не справляется с организацией непрерывного потока сенсорных сигналов.

Проблемы с сенсорной интеграцией могут проявляться по-разному:

- При сенсорной гиперчувствительности ребенок чрезмерно реагирует на прикосновения, звуки, свет.
- При сенсорной гипочувствительности ребенок показывает сниженную реакцию на стимулы и может казаться безразличным к окружающему миру.
- При смешанных нарушениях ребенок проявляет как гиперчувствительность, так и гипочувствительность в отношении разных стимулов.

Перед нами, как педагогами стоит важная задача помочь детям скорректировать данные нарушения, но как это правильно это сделать, если у нас с вами с сенсорной чувствительностью все в порядке.

Сегодня я предлагаю вам погрузиться в мир нарушенной сенсорной чувствительности и почувствовать на себе то, что регулярно испытывает ребёнок с РАС.



2. Практическая часть.

Эксперимент «Погружение в гипочувствительность»

Приглашаю выйти ко мне 9 - 11 человек.

1. Дать задания нескольким группам обсудить разные ситуации, в середине обсуждения тихо попросить их подойти.
2. Одному человеку дать послушать тихую музыку, попросить его попытаться разобрать слова песни.
3. Фоном включить детскую песню.

Обращение к залу

Представьте, что это повседневная реальность ребенка с РАС — ему всегда трудно разобрать речь на фоне других звуков. Комфортно ли нашим коллегам выполнять задание? Кому сложнее всего?

Конечно, сложнее всего, она пытается разобрать слова песни, которые теряются в общем шуме.

А теперь переходим к самому эксперименту, услышат ли меня участники нашей фокус группы? (просим участников подойти)

Сначала просим участников подойти в пол голоса стоя лицом к залу, затем повышаем голос (не всегда и не все участники могут услышать просьбу ведущего подойти).

Вопросы к участникам эксперимента:

Скажите пожалуйста, как трудно вам было сосредоточиться, что вам мешало?

Какие возникли чувства, эмоции?

Так у многих детей с РАС отмечается гипочувствительность, т.е. ребёнок испытывает недостаток ощущений, из-за чего его нервная система «голодает».

Он слабо чувствует свое тело, боль, звуки и запахи.

Это приводит к поиску сильных стимулов: он раскачивается, постоянно бежит, кружится, — не испытывая головокружения.

Любит прыгать не только с дивана, но и с высоты.

Может не замечать порезы, синяки, может падать со всего роста на попу, бить себя.

Издаёт громкие звуки: мычит, напевает, хлопает, стучит.

Тянет всё в рот, жуёт одежду, пальцы, игрушки, шнурки.

Может есть землю, пластилин.

Такое поведение — не капризы, а способ саморегуляции.

Ребёнку не хватает сенсорной информации, и он ищет её любыми путями.

Как вы считаете, что можно сделать, как помочь ребёнку?

Предлагать безопасные способы стимуляции: прыжки на батуте, качание, массаж, игры с текстурами. Использовать тяжёлые одеяла, компрессионную одежду.

Обратная ситуация «Гиперчувствительность к звукам»

Приглашаю выйти ко мне 8 человек.

Первый участник - для вас простое задание, собрать пазл (картинка из 12 деталей).

Второй участник – вы должны спеть любую песню громко (можно предложить печатный текст любой известной детской песни).

Третий участник прочитайте стихотворение с выражением (можно предложить печатный текст любой известного детского стихотворения).

Четвертый и пятый попробуйте вести диалог двух друзей, не видевшихся несколько лет.

Шестой участник дует в дудку.

Седьмой играет на металлофоне.

Восьмой играет на барабане.

Параллельно громкий фон телевизора (звуковой шум).

Спустя минуту можно предложить в пол голоса первому участнику собрать башню из кубиков.

Обращение к участникам эксперимента:

Расскажите о своих чувствах.

Понравились ощущения?

Как быстро наступает усталость?

Вы чувствуете раздражение?

Может, появилось желание уйти?

Присаживайтесь на свои места.

На примере мы увидели, как могут раздражать громкие звуки и посторонние шумы, хотя мы можем контролировать себя, свою нервную систему.

А ребенок с РАС воспринимает повседневные звуки (пылесос, шум улицы) как пронзительные или невыносимо громкие. Ребенок зажимает уши руками.

Не переносит шумные места: супермаркеты, детские площадки, праздники.

Может впадать в истерику или убегать.

Это связано с нарушением фильтрации звуков — как если бы вы одновременно слушали радио, телевизор, чей-то разговор и музыку, причём не могли бы ни убавить громкость, ни выключить что-либо из этого. Что же делать? Как помочь ребенку в данной ситуации?

Используйте шумоподавляющие наушники. Создайте тихие зоны, уголки уединения, где ребёнок сможет «перезагрузиться».

Предупреждайте о звуках. Перед тем как включить пылесос. «Сейчас будет шум». Это снижает тревожность. Не заставляйте терпеть. Если ребёнок плачет на празднике, в толпе — лучше уйти. Это не капризы, а реакция на боль, только слуховую.

Ситуация - Гиперчувствительность к прикосновениям

Приглашаю выйти ко мне 10 человек. Разделитесь на две группы.

Одной группе (6 человек) закрывают глаза для усиления эффекта.

Другой группе предлагают коснуться открытого участка тела (жесткой кистью, холодным металлическим предметом (можно заменить льдом), липкой лентой, брызнуть водой, мягкой, пушистой тканью, колючим предметом, рукой в резиновой перчатке, перчатке с ворсинками.

- Для полного погружения прошу прислушаться к своим ощущениям.

Выдохните! Снимите повязки.

Расскажите о своих чувствах, ощущениях.

Вам было комфортно? Необычно?

Хотите испытать их снова?

Какие ощущения неприятны, хотелось ли отстраниться?

Спасибо за участие. Присаживайтесь на свои места.

Гиперчувствительность к прикосновениям у ребенка с РАС — это состояние, при котором обычные прикосновения воспринимаются как раздражающие или неприятные.

Определенные текстуры одежды, мытье или стрижка, даже то, что мы берем ребенка за руку, все это может вызвать у него панику, плач, желание убежать.

Такой ребенок отказывается ходить босиком — особенно по траве, песку, плитке. Или, наоборот, снимает одежду, носки, обувь. Его раздражают швы на одежде, этикетки. Не любит «грязные» игры — с песком, пластилином, водой. Даже капля воды, попавшая на одежду, может вызвать негативную реакцию.

Это происходит, потому что, у ребенка с РАС мозг не умеет «фильтровать» тактильные сигналы. Вместо того чтобы воспринимать прикосновение как нейтральное, он интерпретирует его как угрозу.

Что же можно сделать в данной ситуации?

1. Уважайте границы, не заставляйте прикасаться — это вызывает стресс.
2. Посоветуйте родителям использовать комфортную одежду, лучше если она будет свободной из мягких, хлопковых тканей, без швов и этикеток.
3. Вводите тактильные стимулы постепенно, начните с приятных ощущений: массаж через одежду, игры с мячами разной текстуры, лепка из теста.
4. Применяйте давление вместо лёгких прикосновений.
5. Многим детям с РАС тяжёлые объятия, компрессионные жилеты или тяжёлые одеяла помогают успокоиться. Это называется глубокое тактильное давление.
6. Предупреждайте перед касанием «Я сейчас возьму тебя за руку». Это снижает тревогу.
7. Создайте «сенсорный угол», место с мягкими подушками, пледами, массажёрами, где ребёнок может сам выбирать, что и как трогать.

Важно помнить: это не вредность, а защитная реакция.

Со временем, при правильной поддержке, чувствительность может снижаться.

Каждый ребёнок уникален: то, что подходит одному, может не подойти другому.

3. Рефлексия и обсуждение

Сегодня вы на практике ощутили, насколько сложно детям с нарушениями сенсорной интеграции воспринимать окружающий мир — каждый звук, прикосновение или визуальный стимул может вызывать перегрузку.

Понимая это состояние, вы можете мягко регулировать эмоциональное состояние ребёнка с РАС, создавая для него безопасную и комфортную среду, способствуя лучшей адаптации к внешнему миру.

Список литературы

Основная литература:

1. Айрес Э. Дж. «Ребёнок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития» .
2. Кислинг У. «Сенсорная интеграция в диалоге: понять ребёнка, распознать проблему, помочь обрести равновесие» .
3. Гринспен С., Уидер С. «На ты с аутизмом. Использование методики Floortime для развития отношений, общения и мышления» .

Дополнительная литература:

4. Лебединская К. С., Никольская О. С. «Дети с нарушениями общения: ранний детский аутизм» .
5. Крановиц К. С. «Разбалансированный ребёнок. Как распознать и справиться с нарушениями процесса обработки сенсорной информации» .

Нормативно-правовая база:

6. ФГОС дошкольного образования (приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155).
7. АООП ДО для детей с РАС.

