

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П.Астафьева
(КГПУ им. В.П.Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

ТОЛСТИХИН ДАМИР АНДРЕЕВИЧ

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
Формирование социально-бытовых навыков у младших подростков с
расстройством аутистического спектра

Направление: 39.03.02 Социальная работа
Направленность (профиль) образовательной программы
Реабилитолог в социальной сфере

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
Заведующий кафедрой, руководитель
д. пед. наук, профессор Фурьева Т.В.

Руководитель
Хацкевич Т.А.

Дата защиты

11.06.2025

Обучающийся

Толстихин Д.А.

Оценка отлично

Красноярск 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические аспекты формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра	5
1.1. Сущность и содержание понятия социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра	5
1.2. Особенности формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра.....	11
1.3. Условия формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра.....	18
Вывод по первой главе.....	26
Глава 2. Экспериментальная работа по формированию социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра	28
2.1. Диагностика сформированности социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра.....	28
2.2 Программа формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра.....	35
2.3 Результаты программы формирования социально-бытовых навыков у детей с расстройством аутистического спектра.	40
Вывод по второй главе.....	43
Заключение	46
Список использованных источников	48
Приложение 1	51

Введение

Актуальность темы. Расстройство аутистического спектра – это спектр психологических характеристик, описывающий широкий круг аномального поведения, затруднений в социальном взаимодействии и коммуникациях, а также жестко ограниченных интересов и часто повторяющихся поведенческих актов[2].

Обучение социально-бытовым навыкам составляет одно из важных направлений работы специалистов и родителей с детьми и подростками с расстройством аутистического спектра, в основе которого лежат специальные методы и технологии коррекционно-развивающей работы, учитывающие индивидуальные особенности и возможности ребенка с расстройствами аутистического спектра [13].

Формирование социально-бытовых навыков у детей с РАС – это важная и актуальная тема, требующая комплексного подхода, учитывающего индивидуальные потребности детей и социокультурные аспекты. Наличие эффективных программ и методик обучения поможет этим детям не только лучше адаптироваться, но и полноценно интегрироваться в общество, улучшая качество их жизни и способствуя развитию более гуманного и инклюзивного мира.

Проблематика развития жизненных навыков у подростков стала предметом изучения многих ученых, включая таких специалистов, как Е.Р. Баенская, В.М. Башина, Н.И. Григорьева, В.В. Лебединский, М.М. Либлинг, С.А. Морозов, Т.И. Морозова, О.С. Никольская, Л.Г. Нуриева, М.Ю. Ведениной, И.А. Костин. Несмотря на значительное внимание к формированию социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра, эта проблема остается крайне актуальной. Существуют спорные моменты среди исследователей, касающиеся обоснования эффективности индивидуальных занятий с аутичными детьми, преодоления предвзятости родителей относительно важности развития социально-бытовых навыков, а также отношения, как родителей, так и самих детей к помощи специалистов [6]. В связи с этим тема данного исследования — "Исследование социально-бытовых навыков у младших подростков с

расстройствами аутистического спектра" является актуальной для практики социальной реабилитации детей с расстройством аутистического спектра[9].

Объект: процесс формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

Предмет: условия формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра.

Цель: выявить и апробировать условия социально-бытовой адаптации у младших подростков с расстройством аутистического спектра.

Задачи:

1. Проанализировать сущность и содержание понятия «социально-бытовые навыки», особенности формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра.
2. Провести диагностику сформированности социально-бытовых навыков у детей с расстройством аутистического спектра, проанализировать и проинтерпретировать данные.
3. Разработать и реализовать программу формирования социально-бытовых навыков у детей с расстройством аутистического спектра.
4. Оценить результативность опытно-экспериментальной работы.

Гипотеза: формированию социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройствами аутистического спектра будут способствовать следующие условия:

- выявлен актуальный уровень сформированности социально-бытовых навыков у младших подростков с РАС;
- разработана программа по формированию социально-бытовых навыков с учетом индивидуальных особенностей каждого подростка с РАС, применением игровых и мультимедийных технологий, направленная на повышение самостоятельности и адаптации младших подростков с РАС в повседневной жизни.

Методы исследования: теоретические: анализ научной литературы; эмпирические: наблюдение, опрос.

Глава 1. Теоретические аспекты формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

1.1. Сущность и содержание понятия социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

В современной психолого-педагогической науке существует множество подходов к определению понятия «социально-бытовые навыки». В общем смысле, социально-бытовые навыки рассматриваются как совокупность умений и привычек, необходимых для самостоятельного осуществления повседневной жизнедеятельности, поддержания личной гигиены, организации быта и взаимодействия с окружающими. Такое определение дает Бирюкова А. О[1].

По мнению Хуланховой А. А. и Арёфьевой А. В., социально-бытовые навыки — это «система умений и навыков, направленных на самообслуживание, ориентирование в бытовых ситуациях, адекватное взаимодействие с окружающими людьми, а также соблюдение установленных социальных норм и правил.». в данном контексте определения понятия социально-бытовых навыков уделяется внимание адаптации к социальным нормам и правилам, а также взаимодействию с окружающими.

Дополнительно, Климова Е. В. подчеркивает, что социально-бытовые навыки — это «совокупность практических умений, обеспечивающих ребенку возможность самостоятельного выполнения повседневных действий (гигиена, питание, ориентация в пространстве), а также адекватного взаимодействия с окружающими в бытовой среде.». Она акцентирует внимание на практической стороне навыков, выделяя их как базу для самостоятельности ребенка, особенно с ограниченными возможностями здоровья. Важным является также аспект взаимодействия с окружающими, что расширяет понятие навыков за рамки только бытовых умений[5].

Козлова Н. В. рассматривает социально-бытовые навыки как «комплекс сформированных умений и знаний, позволяющих ребенку эффективно

ориентироваться в бытовой среде, обеспечивать личную гигиену, самообслуживание, а также строить адекватные социальные взаимодействия». Она выделяет комплексность навыков, объединяя бытовые и социальные компоненты. Важным является акцент на эффективности и адекватности поведения, что отражает цель формирования данных навыков — успешная интеграция ребенка в общество[6].

А. В. Лукьянова отмечает, что у детей с РАС развитие социально-бытовых навыков часто задерживается или протекает с трудностями из-за особенностей их когнитивного и коммуникативного развития. Она подчеркивает необходимость использования специальных методов обучения, таких как моделирование, подкрепление и визуальные подсказки, для формирования этих навыков у детей с РАС[11].

Романовская А. А. подразумевает под социально-бытовыми навыками следующее: «сформированные у ребенка умения, обеспечивающие самостоятельное выполнение повседневных действий и адекватное поведение в социальной среде, включающие навыки самообслуживания, коммуникации и соблюдения норм поведения». Она подчеркивает важность не только бытовых умений, но и коммуникативных навыков, а также соблюдения социальных норм, что отражает целостный подход к развитию ребенка как социального субъекта.

Таким образом, большинство авторов сходятся во мнении, что социально-бытовые навыки — это комплекс умений, необходимых для самостоятельной жизни и успешной социализации ребенка. Их развитие у детей с РАС требует системного подхода, учета индивидуальных особенностей и применения специальных педагогических методов. Эти навыки играют ключевую роль в формировании у ребенка чувства уверенности, ответственности и способности к самостоятельному взаимодействию с окружающим миром.

Структура социально-бытовых навыков у младших подростков с РАС включает в себя следующие компоненты:

- **Навыки самообслуживания:** Умение самостоятельно одеваться и раздеваться, умываться, чистить зубы, принимать душ, пользоваться туалетом, причесываться, ухаживать за ногтями (Ильина К. Д., Евтушенко И. В.)[4.]
- **Бытовые навыки:** Умение поддерживать порядок в комнате, убирать за собой, мыть посуду, стирать и гладить одежду, готовить простые блюда, совершать покупки в магазине, пользоваться бытовой техникой (Смирнова П. А., Сазонова В. В.).
- **Навыки личной безопасности:** Умение ориентироваться в пространстве, переходить дорогу, пользоваться общественным транспортом, избегать опасных ситуаций, обращаться за помощью в случае необходимости (Пешкова Н. А., Лещенко С. Г.)[13].
- **Навыки социального взаимодействия:** Умение здороваться и прощаться, поддерживать разговор, выражать свои мысли и чувства, понимать эмоции других людей, соблюдать социальные нормы и правила поведения в различных ситуациях (Зарубина Ю. Н., Серова Е. А.)[3].

Именно развитие таких компетенций стало ключевым направлением работы Отделения учебного проживания Центра педагогики и дифференцированного обучения Псковской области, которые на основе результатов десятилетнего опыта работы выделили пять критериев, определяющих понятие социально-бытовой деятельности: самообслуживание (прием пищи, обращение с одеждой и обувью, пользование туалетом, гигиена тела), организация питания (приготовление пищи, пользование бытовыми приборами при приготовлении пищи, составление меню, приготовление пищи по рецепту, сервировка стола, мытье посуды), уход за вещами (уход за обувью, чистка одежды, хранение одежды, ручная стирка, машинная стирка, утюжка), уборка помещения (подметание пола, вытирание пыли, уборка пылесосом, влажная уборка пола, чистка сантехники, вынос мусора), обращение с деньгами, покупки (представление о покупательной функции денег, ведение бюджета, планирование и осуществление покупок).

Исследования А. В. Петрова или Н. А. Кузнецова[12] подтверждают, что социально-бытовые навыки играют критически важную роль в жизни детей с

расстройством аутистического спектра, так как они обеспечивают не только базовые потребности в самообслуживании, но и способствуют успешной интеграции в общество. Ключевыми аспектами значимости этих навыков можно выделить, во-первых, адаптацию к социальной среде, так как дети с РАС часто сталкиваются с трудностями в общении и взаимодействии с окружающими. Освоение социально-бытовых навыков, таких как умение общаться, слушать, понимать социальные правила и нормы, позволяет им более успешно адаптироваться в социальной среде, это открывает двери для формирования дружеских связей и участия в групповых активностях. Во-вторых, повышение уверенности в себе. Овладение навыками самообслуживания (например, одевание, уход за собой, выполнение домашних заданий) способствует развитию этого свойства личности. Когда ребенок становится более самостоятельным, он начинает чувствовать себя более комфортно в различных ситуациях, что напрямую влияет на его самооценку и уверенность в себе. В-третьих, стоит отметить снижение уровня стресса и тревожности, ведь освоение социально-бытовых навыков, таких как создание распорядка дня или выполнение простых действий, помогает создать предсказуемую среду, что позитивно сказывается на их эмоциональном состоянии. Поддержка семей – четвертый аспект, который является не мало важны, так как навыки самообслуживания и взаимодействия уменьшают нагрузку на родителей и опекунов, позволяя детям более активно участвовать в семейной жизни. Более того, это способствует укреплению семейных связей и снижению стресса для родителей, что в свою очередь положительно отражается на общем семейном климате.

Социально-бытовые навыки играют важную роль в жизни младших подростков. Они важны для адаптации, самостоятельности и социализации таких детей.

Бирюкова А. О. и Краска А. В. считают, что в первую очередь освоение социально-бытовых навыков необходимо потому, что они позволяют младшим подросткам с РАС самостоятельно справляться с повседневными задачами, снижая зависимость от опеки со стороны родителей, опекунов или других лиц.

Это включает в себя навыки самообслуживания (уход за собой, гигиена, одевание), бытовые навыки (уборка, приготовление пищи, покупки), и навыки личной безопасности (ориентировка в пространстве, обращение за помощью)[7].

Пешкова Н. А. и Лещенко С. Г. в своей совместной работе описывают значимость социально-бытовых навыков для улучшения качества жизни, а Смирнова П. А., Сазонова В. В. указывают на важность СБН для улучшения качества жизни. Однако они приходят к единому мнению о том, что сформированные социально-бытовые навыки улучшают качество жизни, так как умение заботиться о себе, организовывать свое пространство и взаимодействовать с окружающими в повседневных ситуациях делает жизнь более комфортной и предсказуемой[13].

Также социально-бытовые навыки важны для обеспечения социальной адаптации и интеграции. Именно такого мнения придерживается Выготский Л. С., отмечая, что развитые социально-бытовые навыки, в том числе навыки социального взаимодействия, играют важную роль в успешной социальной адаптации подростков с РАС, ибо умение соблюдать социальные нормы, понимать эмоции других людей, строить коммуникацию и взаимодействовать в различных социальных ситуациях способствует интеграции в общество[2]

Вместе с тем уменьшается стресс и тревожность, так как умение адаптироваться к различным социальным ситуациям и выполнять повседневные задачи значительно снижает уровень стресса и тревожности у детей. Знание того, как правильно себя вести в той или иной ситуации, помогает им чувствовать себя более уверенно и спокойно, что в свою очередь положительно влияет на их психоэмоциональное состояние.

Не мало важным является то, что социально-бытовые навыки закладывают фундамент для будущей профессиональной жизни. Умение строить эффективные коммуникации, работать в команде и управлять своими задачами является важным аспектом любой профессии. Дети, обученные этим навыкам, имеют больше шансов на успешную карьеру и полноценную жизнь.

Таким образом, в рамках данного исследования, под социально-бытовыми навыками у младших подростков с РАС мы будем понимать комплекс умений и привычек, позволяющих самостоятельно и эффективно осуществлять повседневную жизнедеятельность, обеспечивать личную гигиену и безопасность, организовывать быт, взаимодействовать с окружающими людьми в различных социальных ситуациях, а также адаптироваться к изменяющимся условиям среды.

1.2. Особенности формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

Формированию социально-бытовых навыков и их развитию способствует умение пользоваться инструментами взаимодействия с социумом. Социально-бытовые навыки являются основой для становления самостоятельной жизнедеятельности любого ребенка. В литературе описано множество примеров, когда дети, страдающие аутизмом, но достаточно хорошо овладевшие навыками социально-бытового поведения, смогли в дальнейшем успешно социализироваться. Развитие этих навыков способствует вхождению ребенка в общество, где он будет самостоятелен и чувствовать себя полноценным его членом.

Специфика развития бытовой деятельности у младших подростков, проявляется в следующем: устанавливается осознанная необходимость выполнять бытовые навыки, определяющаяся личными и общественными потребностями; осуществляется усвоение нравственных норм, обуславливающих поведение в быту; вырабатываются и совершенствуются культурно-гигиенические навыки, ребенок соблюдает их по собственному желанию; формируются основные бытовые привычки.

В то время как у типично развивающихся младших подростков бытовая деятельность формируется по описанной схеме (осознание необходимости, усвоение норм, развитие навыков и привычек), у младших подростков с расстройствами аутистического спектра (РАС) - группой сложных нейробиологических нарушений, проявляющихся в особенностях коммуникации, социального взаимодействия и поведения, - этот естественный процесс развития требует целенаправленной коррекционной работы. Согласно последним международным классификациям, РАС включает в себя аутизм, синдром Асбергера и дезинтегративное расстройство детского возраста. Каждый из этих подтипов имеет свои характерные особенности, но основная проблематика остается схожей.

В настоящее время общепринятыми для диагностики аутизма, как и любых нарушений психики и поведения, являются две классификационные и диагностические системы – Международная Классификация Болезней (10 (1990 г.) и 11 пересмотра (2019 г.), выпущенные ВОЗ, и Диагностическое и статистическое руководство по психическим расстройствам DSM-5TR, разработанное Американской психиатрической ассоциацией. РАС в МКБ-10 описывается Ранний детский аутизм и входит в раздел «Общее расстройство психологического развития». Для диагностики аутизма в соответствии с МКБ-10 необходимо выявление трех групп нарушений: качественные нарушения реципрокного социального взаимодействия, качественные аномалии в общении (коммуникации) и ограниченные повторяющиеся стереотипные движения, поведение и интересы (увлечения). Для постановки диагноза «Ранний детский аутизм» необходимо появление симптомов в первые 3 года жизни, но сам синдром может диагностироваться во всех возрастных группах. В МКБ-11 (2019) категории МКБ-10, относящиеся к аутизму («детский аутизм», «атипичный аутизм», «синдром Аспергера»), объединены в единый диагноз «Расстройство аутистического спектра». При этом для более дифференцированной диагностики дополнительно можно указать диагностические коды, соответствующие категориям, полученным в результате применения спецификаторов для сопутствующих нарушений интеллектуального развития и степени нарушения функциональной речи[24].

Такая детализация особенно важна, поскольку младшие подростки с РАС могут демонстрировать широкий спектр особенностей, которые варьируются от легких до тяжелых в зависимости от индивидуальных особенностей каждого ребенка. Для систематизации этих проявлений основные характеристики можно разделить на пять групп: социальные, поведенческие, когнитивные, чувствительность к окружающей среде и эмоциональные характеристики. Стоит рассмотреть каждую из них подробнее.

Социальные особенности включают в себя в первую очередь трудности в общении: младшие подростки с РАС могут иметь затруднения в развитии вербальной и невербальной коммуникации, что может выражаться в отсутствии

или недостаточной инициации разговора, а также в проблемах с пониманием социальных сигналов, таких как жесты или мимика. Во-вторых, нарушение социального взаимодействия, так как многие дети с расстройством аутистического спектра с трудом устанавливают и поддерживают дружеские отношения, они могут избегать зрительного контакта или не проявлять интереса к играм с другими детьми. В-третьих, проблемы с эмпатией. Младшие подростки могут не осознавать или неправильно интерпретировать чувства и эмоции других людей, что затрудняет понимание социальных норм и ожиданий.

Эти трудности в социальном познании часто сопровождаются характерными поведенческими особенностями, которые включают три ключевых аспекта: повторяющееся поведение, сопротивление изменениям и сфокусированность на узких интересах. Первое заключается в том, что у младших подростков часто наблюдаются стереотипные или повторяющиеся движения, такие как покачивание, махание руками, вращение или повторение одних и тех же фраз, а второе – в проявлении сильных реакций на изменения в быту или окружении, что может приводить к эмоциональным всплескам и стрессу. Сфокусированность на узких интересах проявляется в интенсивном интересе к определенной теме или предмету, при этом часто игнорируются другие виды деятельности или интересы.

Подобная избирательность внимания отражается и в когнитивной сфере - у младших подростков с РАС наблюдается широкий спектр интеллектуальных способностей: от высоких до низких, причем некоторые могут проявлять исключительные способности в отдельных областях (например, математика или искусство), несмотря на трудности в других. Также разнообразие навыков, ибо могут наблюдаться дисбалансы в развитии навыков, где определенные навыки развиваются быстрее или медленнее, чем другие.

Чувствительность к окружающей среде заключается в сенсорных особенностях. Многие младшие подростки с РАС могут иметь повышенную или сниженную чувствительность к звукам, свету, текстурам и другим сенсорным стимулам. Это может проявляться в избегании определенных звуков или текстур, или, наоборот, в поиске сенсорной стимуляции.

И наконец эмоциональные характеристики. Во-первых, стоит отметить трудности в регуляции эмоций, ведь младшие подростки с РАС могут испытывать сложности в управлении своими эмоциями, что может приводить к частым эмоциональным всплескам, фрустрации или тревоге. Во-вторых, низкая самооценка и чувство изоляции может возникать из-за трудностей в социальных взаимодействиях и понимании окружающего мира.

Важно помнить, что каждый младший подросток с РАС уникален, и его характеристики могут сильно различаться. Эти особенности требуют терпения, понимания и поддержки со стороны родителей, педагогов и специалистов для создания оптимальных условий для развития и социализации.

Такая комплексная поддержка особенно важна, поскольку младшие подростки с РАС часто испытывают сложности в социальных взаимодействиях, что существенно затрудняет формирование как социальных, так и бытовых навыков. Например, они могут не понимать, как разделять пространство с другими детьми, играть в группе или общаться в повседневной жизни. Это сказывается и на бытовых навыках — такие подростки могут не понимать, как выполнить простые задачи, такие как уборка или приготовление еды, так как они могут не воспринимать информацию в контексте жизненных ситуаций.

Решение этих проблем требует особого образовательного подхода, что стало возможным после принятия федерального закона «Об образовании в РФ», сделавшего инклюзивное образование доступным для всех. Как следствие, родители детей с РАС все чаще выбирают именно эту форму обучения. Главной особенностью такого вида образования является индивидуальный подход к созданию специальных образовательных условий для каждого ученика. Поэтому школа является той естественной средой, которая подготавливает ребёнка к дальнейшей самостоятельной жизни, к социальному взаимодействию. Процесс социализации — это процесс взаимодействия личности и общества. Данное взаимодействие включает в себя способ передачи ученику социального опыта, способ введения его в систему общественных отношений, а также процесс индивидуальных изменений личности. Люди, имеющие расстройство

аутистического спектра, испытывают наибольшие трудности в усвоении социальных навыков [23].

У младших подростков с РАС это нарушение является основным, и поэтому трудности в социальном взаимодействии встречаются чаще. Преодоление этих трудностей находит теоретическое обоснование в концепции Л. С. Выготского о социальной компенсации, где психолог утверждает, что «культурные формы поведения – единственный путь в воспитании ненормального ребенка. Этот путь есть создание обходных путей развития там, где оно оказывается невозможным на прямых путях»[3]

Особенно актуальной эта концепция становится в контексте расстройства аутистического спектра, которое кардинальным образом влияет на социальное взаимодействие. Во-первых, потому, что возникают трудности во взаимодействии, что может проявляться в затруднении понимания языка (как вербального, так и жестов) и в недостаточном развитии навыков общения, что затрудняет взаимодействие с сверстниками и взрослыми. Во-вторых, существуют проблемы с социальными сигналами, так как подростки с РАС могут не воспринимать эмоции и реакции других людей, что препятствует пониманию контекста общения, например, они могут не распознавать, когда кто-то проявляет интерес к ним или, наоборот, хочет закончить разговор. В-третьих, происходит изоляция и ощущается недостаток дружбы. Также, в-четвертых, стоит отметить трудности в игре, в связи с тем, что игровая деятельность часто служит основным способом обучения социальным навыкам, дети могут не понимать правил игры или не воспринимать социальные аспекты совместной игры, что ограничивает их возможности для социализации.

Вместе с тем расстройство аутистического спектра влияет на бытовые навыки. Всё потому, что бытовые навыки, такие как уборка, приготовление пищи или управление личными вещами, могут быть сложными для детей с РАС. Отсутствие понимания последовательности действий и трудности в его выполнении могут привести к неумению выполнять даже простые задачи. Также подростки с РАС могут не воспринимать информацию так, как это делают другие

дети, что может затруднять процесс обучения бытовым навыкам, например, они могут испытывать трудности в понимании пошаговых инструкций или забывать о последовательности действий. Плюс ко всему у многих из них возникают трудности с пониманием социальных и культурных норм, связанных с бытом, например, они могут не осознавать, почему важно убирать за собой или каким образом общаться с другими людьми в общественных местах. Влияние на бытовые навыки также отражается в сопротивлении изменению привычной рутины, потому что большинство детей предпочитают стабильные, предсказуемые сценарии и могут испытывать сильный стресс при необходимости менять свои привычные действия и маршруты, это может затруднить освоение новых бытовых навыков и привычек.

Это лишь малая часть из многочисленных аспектов, демонстрирующих, насколько многогранно и разнообразно влияние расстройства аутистического спектра на социальное взаимодействие и бытовые навыки у детей. Такие трудности могут препятствовать полноценной интеграции ребенка в общество и уменьшать его качество жизни. Для эффективной поддержки таких детей необходимо применять индивидуализированные подходы, которые помогут развивать как социальные, так и бытовые навыки в соответствии с их уникальными потребностями и особенностями. Это может включать использование специализированных методик обучения, игровую терапию и другие методы, направленные на развитие социальных и бытовых навыков.

Именно поэтому социально-бытовые навыки играют столь важную роль в жизни младших подростков, так как от того, насколько успешно подросток овладеет этими навыками, зависит его адаптация в обществе, самостоятельность и качество жизни в целом. Формирование СБН начинается с самого раннего детства и продолжается на протяжении всего периода взросления. Ключевую роль в этом процессе играет семья. Именно родители являются первыми и главными учителями ребенка. Они формируют у него базовые привычки самообслуживания, приучают к порядку, учат правилам этикета [1].

Такие долгосрочные преимущества наглядно демонстрируют, почему социально-бытовые навыки приобретают особо важное значение для развития детей, в первую очередь для тех, кто испытывает трудности в процессе социализации. Их развитие и совершенствование служит основой для формирования уверенности, независимости и успешно интегрированного в общество взрослого. Специалисты, родители и учителя должны активно поддерживать и обучать детей этим навыкам с учетом их индивидуальных особенностей и потребностей, чтобы помочь им справиться с повседневными вызовами и создать счастливое и полноценное будущее.

1.3. Условия формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

Условия формирования социально-бытовых навыков – это совокупность факторов и обстоятельств, которые способствуют или препятствуют развитию у подростков навыков, необходимых для эффективной социализации и повседневной жизни. Эти навыки включают умения, связанные с взаимодействием с окружающими и выполнением бытовых задач.

Основными аспектами, входящими в понятие «условия формирования», можно отнести, во-первых, физическую среду, так как организация пространства, где проходят занятия, должна быть комфортной и предсказуемой. Наличие постоянных мест для хранения вещей, наличие визуальных схем или расписаний помогает подросткам легче ориентироваться в ежедневных задачах. А также создание условий, при которых дети могут сосредоточиться на задаче, снижает уровень стресса и улучшает процесс обучения.

Во-вторых, социальная среда. Создание поддержки со стороны родителей, педагогов и сверстников помогает детям чувствовать себя в безопасности и уверенности. Это включает как эмоциональную, так и практическую помощь в обучении. Вместе с тем использование похвалы и других форм поощрения за достижения стимулирует мотивацию и интерес к обучению.

В-третьих, важно упомянуть методологию обучения. Учет уникальных потребностей и возможностей каждого ребенка позволяет выбрать наиболее эффективные методы обучения, это может включать адаптацию задания под интересы ребенка или использование специфических методик, направленных на развитие определенных навыков. Включение визуальных вспомогательных средств, игр, ролевых активностей и других методов обучения поощряет вовлеченность и делает процесс более интересным.

Следующим немаловажным аспектом, входящим в понятие «условия формирования», является семейное участие, которое можно рассмотреть с двух сторон: взаимодействие с родителями и программы для родителей. Суть первого заключается в том, что активное участие родителей в процессе обучения и

формировании навыков детей способствует более глубокому усвоению навыков. Обучение родителей методам работы с детьми и создания поддерживающей атмосферы позволяет обеспечить последовательность в обучении, как в учреждении, так и дома. Второе – в обучении родителей и предоставление им инструментов, которые они могут использовать для поддержки своих детей, имеет большое значение для успешной социализации.

К числу основных условий успешного формирования культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и первоначальных навыков домоводства воспитанников центра относятся: рационально организованная обстановка, четкий режим дня, профессионально грамотное руководство взрослых[20].

Основными условиями формирования социально-бытовых навыков являются: рационально организованная обстановка, то есть необходимо чистое, достаточно просторное помещение с оборудованием, которое обеспечивает проведение всех режимных элементов (умывание, питание, сон, занятия и игры), также важно определить места расположения вещей, игрушек, порядок их уборки и хранения. Четкий режим дня, так как ежедневное повторение процедур в одно и то же время способствует постепенному формированию навыков и привычек культуры поведения, режим дня приучает организм к определённом ритму, обеспечивает смену деятельности и предохраняет нервную систему от переутомления. Профессионально грамотное руководство взрослых: окружающие должны сами делать то, чего требуют от других, чтобы пример подкреплял инструкции и советы, а также поддерживал личную мотивацию человека. Многократные упражнения: необходимо многократное повторение действий с выделением способа и порядка их выполнения, при этом характер действий должен быть неизменным, а формы — разными.

Именно эти принципы лежат в основе формирования социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) – важной задачи, требующей комплексного подхода и использования различных методов.

Современные исследования в этой области, в частности публикации в международном научном журнале «Молодой ученый» под редакцией Г. А. Письменной, демонстрируют следующие методические подходы. Во-первых, индивидуальный подход: каждый ребенок с РАС для нас уникален, поэтому программа развития навыков самообслуживания должна быть разработана с учетом его конкретных потребностей и возможностей. Во-вторых, мотивационное обучение: в работе по формированию навыков самообслуживания у детей с РАС мы используем различные стимулы и вознаграждения для повышения мотивации детей к выполнению задач самообслуживания. В-третьих, анализ и разбивка на шаги: мы разделяем сложные задачи на более мелкие и управляемые части, что помогает детям лучше понимать и выполнять необходимые действия. В-четвертых, визуальные подсказки: очень эффективным в нашей практике стало использование картинок, фотографий или видеоматериалов для наглядного объяснения задач и создания визуальных сценариев для детей с РАС. В-пятых, регулярные тренировки: ежедневные упражнения и практические занятия, позволяют детям закреплять навыки и развивать их на новом уровне сложности. В-шестых, родительская поддержка: очень важным является вовлечение родителей в процесс обучения, чтобы они могли поддерживать и продолжать работу дома.

Формирование и закрепление социально-бытовых навыков происходит постепенно, изо дня в день. При этом важно не количество затраченного времени на повторение определенного навыка, а регулярность повторяющейся деятельности, то есть приобретение ребенком практического выполнения данного навыка.

Данный подход находит научное подтверждение в работах Никольской Ольги Сергеевны, заведующей лабораторией содержания и методов обучения детей с эмоциональными нарушениями, доктор психологических наук, руководитель Проекта «Теоретические и экспериментальные основы проектирования психолого-педагогических условий социально-эмоционального развития детей с особыми образовательными потребностями». Она отмечала, что

младшие подростки с РАС более эффективно воспринимают наглядную информацию. В формировании социально-бытовых навыков можно использовать такую визуальную поддержку, как: метод формирования привычной последовательности действий – это последовательность из картинок, которая является визуальной инструкцией к тому или иному действию; зрительно-пространственная ориентация – составление наглядных расписаний занятий, дня, недели; сюжетные картинки, которые представляют из себя социальные истории, связанные с бытовыми действиями[10].

Особенности формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра можно разделить на восемь основных аспектов. Первое – индивидуальные подходы к обучению. Каждый подросток с РАС уникален, и его уровень развития варьируется, поэтому подходы к обучению должны быть индивидуализированными. Учет сильных и слабых сторон ребенка, его интересов и предпочтений позволяет сделать обучение более эффективным и значимым.

Второе – использование визуальных средств. Младшие подростки с РАС часто лучше воспринимают информацию в визуальном формате, поэтому использование картинок, графиков, схем, а также цветных подсказок и расстановок может значительно упростить процесс обучения, например, визуальные шаги, показывающие последовательность выполнения бытовых задач, могут помочь ребенку понять, какие действия и в каком порядке необходимо осуществить.

Третье – игровая форма обучения. Она является эффективным средством формирования социально-бытовых навыков, так как игры помогают детям разрабатывать навыки взаимодействия и учить их основам ролевого поведения, совместного планирования и общения. Логические и настольные игры также могут использоваться для закрепления навыков, связанных с повседневной жизнью.

Четвертое – пошаговое обучение. Поскольку младшие подростки с РАС могут испытывать трудности с обработкой информации, важно разбивать

обучение на простые, последовательные этапы, например, при обучении навыку уборки следует начинать с одной задачи, а затем постепенно добавлять новое действие, что позволит увеличить уверенность ребенка и снизить уровень тревожности.

Пятое – использование структурированной среды. Обстановка и порядок выполнения действий играют ключевую роль в успехе младших подростков с РАС: создание предсказуемой и структурированной среды позволяет им легче адаптироваться и принимать участие в обучающих процессах. Четкие правила и рутины помогают ребенку понимать ожидания и минимизировать стресс.

Шестое – ролевое моделирование. Ребенок может не всегда понимать социальные нормы и ситуации, поэтому ролевое моделирование, которое включает непосредственное демонстрирование навыков в реальных условиях, может быть полезным, например, взрослый может показать, как правильно вести себя в магазине или на детской площадке, а затем попросить ребенка повторить действия.

Седьмое – повторение и закрепление навыков. Это важно, так как подростки с расстройством аутистического спектра могут легко забывать выученное, поэтому важно обеспечить возможности для практики и повторения полученных умений в различных контекстах и ситуациях.

Восьмое – эмоциональная поддержка. Поскольку младшие подростки с РАС могут испытывать трудности в регуляции эмоций, важно обеспечить им эмоциональную поддержку в процессе обучения. Позитивное подкрепление, похвала и конструктивная обратная связь помогают мотивировать детей и повышают их уверенность в себе.

Формирование социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра требует комплексного подхода, учитывающего индивидуальные особенности каждого ребенка. Применение различных методик и стратегий, таких как визуальные вспомогательные средства, игровая форма обучения и структурированные рутины, способствует более эффективному обучению и социализации детей. Создание поддерживающей и

стабильной среды помогает ребенку развивать необходимые навыки для успешного взаимодействия с окружающими и всей повседневной жизнью.

Вместе с тем в данном журнале приводятся примеры конкретных методик: «Методика «Использование визуального расписания» включает создание визуальной карты, которая показывает последовательность действий, связанных с утренним ритуалом (просыпание, умывание, завтрак). Визуальное расписание может быть представлено в виде картинок, фотографий или символов, обозначающих каждое действие. Для создания визуального расписания можно использовать специальные карточки с изображениями или фотографиями, которые отражают каждое действие утреннего ритуала (просыпание, умывание, завтрак). Карточки размещаются на доске или другом видимом месте в порядке выполнения действий. Ребенку объясняют, что после завершения одного действия нужно переместить карточку в конец очереди, и таким образом он всегда знает, какое действие следует выполнить следующим. Такой подход помогает детям с РАС лучше понимать и контролировать ежедневные задачи, снижая уровень стресса и повышая эффективность выполнения рутинных дел. Методика «Создание игровой среды» включает включение обучающих элементов в игру, чтобы дети могли практиковать навыки самообслуживания в непринужденной обстановке. Игровая среда может быть организована таким образом, чтобы ребенок мог играть с игрушками, имитирующими повседневные предметы (например, игрушечная кухня, набор для ухода за волосами, инструменты для уборки). В таком пространстве дети с РАС могут безопасно и комфортно играть, одновременно обучаясь важным жизненным навыкам. Методика «Техника поведенческой терапии» включает систему вознаграждения за выполнение определенных задач, постепенно увеличивая сложность заданий. Сначала ребенку предлагается выполнить легкую задачу, за которую он получает небольшое вознаграждение (например, наклейку или другой небольшой приз). Затем задачи становятся сложнее, и вознаграждение увеличивается. Этот подход помогает ребенку с РАС усваивать новые навыки и развивать уверенность в себе, поскольку каждый успех подтверждается и отмечается»

Безусловно, при обучении детей с РАС навыкам самообслуживания необходимо учитывать уникальные индивидуальные особенности каждого ребенка, его уровень развития и сложности, с которыми он сталкивается в процессе обучения. Поэтому создание программ для развития навыков самообслуживания должно основываться на детальном анализе текущих возможностей ребенка, а также его предпочтений и трудностей. Именно такой подход позволит разработать эффективные и адаптированные методики, способствующие успешному овладению навыками самообслуживания.

Также стоит отметить некоторые методы формирования социально-бытовых навыков у детей с РАС. Первое – метод формирования привычной последовательности действий. Это последовательность из картинок, которая является визуальной инструкцией к тому или иному действию. Второе – зрительно-пространственная организация. Составление наглядных расписаний занятий, дня, недели. Можно использовать альбом-расписание, где на каждой странице обозначены 1–2 занятия. Третье – сюжетные картинки. Они представляют собой социальные истории, связанные с бытовыми действиями. Четвертое – метод «рука в руке». Взрослый берёт обе руки ребёнка в свои и поэтапно, проговаривая инструкцию вслух, совершает необходимое действие. После нескольких повторений нужно постепенно уменьшать активную физическую помощь и помогать словесно. Пятое – организация ситуации успеха. Важно не спешить с усложнением задачи, обеспечить поддержку и постепенное предоставление самостоятельности, чтобы у ребёнка возникло ощущение безопасности и уверенности в собственных силах. Шестое – использование приятных сенсорных впечатлений. Например, игра с водой, лепка из глины, игра в песок. Подбор таких впечатлений индивидуален [22].

Младших подростков с РАС не осваивают социально-бытовые навыки самостоятельно. С такими детьми необходимо проводить комплексную работу по развитию эмоциональной сферы, интеллекта, взаимодействия с окружающим миром на разных уровнях. Формирование социально-бытовых навыков у детей с РАС требует применения разнообразных методических подходов, основанных на

индивидуальных особенностях каждого ребенка. Вовлечение родителей, использование визуальных подсказок, создание игровой и комфортной среды, а также регулярная практика навыков – все это критически важные компоненты успешного обучения. Применение целенаправленных методик и системного подхода поможет детям с РАС развить необходимые жизненные навыки, что, в свою очередь, способствует их социальной интеграции и повышению качества жизни.

Такая работа приобретает особую значимость, учитывая, что дети с расстройствами аутистического спектра (РАС) сталкиваются с комплексом трудностей - в социальной адаптации, коммуникации и обработке информации, - что делает применение специализированных форм работы не просто желательным, а необходимым условием их развития.

Одной из ключевых форм работы является индивидуализированный подход. Каждый ребенок с РАС уникален: у него свои сильные и слабые стороны, интересы и потребности. Индивидуальные образовательные программы, разработанные с учетом этих особенностей, становятся основой для успешного обучения. Такой подход позволяет педагогу максимально адаптировать содержание обучения, выбирая методы и средства, которые наилучшим образом соответствуют уровню развития ребенка.

Групповая работа также играет важную роль в процессе социализации. Занятия в группе позволяют детям взаимодействовать друг с другом, что способствует развитию коммуникативных навыков и пониманию норм социального поведения. Игровая терапия, в которой используются сюжетно-ролевые игры, становится отличным инструментом для моделирования социальных ситуаций и практики навыков общения в непринужденной и безопасной обстановке.

Использование визуальных средств помогает сделать обучение более доступным. Визуальные подсказки, такие как схемы, изображения и карточки, значительно упрощают восприятие информации и позволяют детям легче справляться с повседневными задачами. Например, создание визуального

расписания помогает структурировать день, придавая ребенку уверенность в том, что его ожидают. Этот метод визуализации становится особенно эффективным при обучении рутинным действиям.

Вовлечение семьи в процесс обучения и развития — еще одна важная форма работы с младшими подростками с РАС. Родители обладают уникальными знаниями о своих детях и могут быть ценными партнерами в процессе их социализации. Организация тренингов и семинаров для родителей, а также создание групп поддержки, где семьи могут обсуждать свои проблемы и находить решения, способствует созданию единой образовательной среды [7].

Применение социальных историй помогает подросткам с РАС «считывать» и понимать социальные ситуации. Социальные истории разрабатываются индивидуально для конкретного ребёнка и могут включать вещи, которые ребёнок ценит или которыми он интересуется[19].

Необходимо также отметить, что использование игровых методов и подходов, таких как инклюзивное образование, позволяет детям с РАС развивать социальные навыки в совместной деятельности с обычными сверстниками. Инклюзия создает условия, при которых дети учатся друг у друга, что является важным аспектом их социализации.

Работа с подростками с расстройствами аутистического спектра требует разнообразных форм и методов, которые учитывают индивидуальные особенности каждого ребенка. Разработка программ, адаптированных к их потребностям, а также активное сотрудничество с семьями и использование инновационных подходов позволяют достигнуть значительных результатов в их обучении и социализации. Поддержка и терпение со стороны взрослых становятся важными составляющими успешного процесса, открывающего детям с РАС двери в мир, полный возможностей.

Вывод по первой главе

Формирование социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра (РАС) представляет собой сложную и многоаспектную задачу, требующую комплексного подхода и активного участия

как специалистов, так и родителей. Эти навыки являются основополагающими для успешной социализации и интеграции детей в общество, что, в свою очередь, существенно влияет на их качество жизни и эмоциональное состояние.

Необходимость индивидуализированного подхода в обучении, использование визуальных и игровых методов, а также создание поддерживающей и структурированной среды — все это критически важно для успешного освоения социально-бытовых навыков. Важно учитывать уникальные особенности каждого ребенка, его сильные и слабые стороны, а также вовлекать семью в процесс обучения, что способствует более глубокому усвоению навыков.

Существующие проблемы, такие как недостаток социальных навыков, сложности с переносом умений в новые ситуации, а также необходимость четкого распорядка дня, требуют от нас активного поиска решений и внедрения новых методов работы. Применение современных методик, таких как метод прикладного анализа поведения (АВА) и ТЕАССН, предоставляет дополнительные инструменты для работы с детьми с РАС и может значительно повысить эффективность обучения.

В конечном счете, успешное формирование социально-бытовых навыков у детей с РАС зависит от совместных усилий родителей, педагогов и общества в целом. Создание условий, способствующих развитию этих навыков, откроет перед детьми новые возможности для социализации и интеграции, что позволит им стать полноценными членами общества и повысит их качество жизни.

Глава 2. Экспериментальная работа по формированию социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

2.1. Диагностика сформированности социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

В исследовании принимали участие подростки, которые проходили реабилитационный курс в краевом государственном бюджетном учреждении социального обслуживания «Реабилитационный центр для детей инвалидов, детей и подростков с ограниченными возможностями «Радуга»» в исследовании принимали участие три младших подростка с расстройством аутистического спектра, а также их родители.

На первом этапе экспериментальной работы нами изучался уровень сформированности социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра: навыки самообслуживания и гигиены, бытовые навыки и социально-коммуникативные навыки. Оценка социально-бытовых навыков осуществлялась при помощи наблюдения и опроса родителей.

Для выявления социально бытовых навыков у детей с расстройством аутистического спектра был выбран опросник Шипициной Л.М «Анкета для родителей на определение социально-бытовых навыков у подростков с расстройством аутистического спектра» [11]. В данной анкете родителям предлагается ответить на 30 вопросов, которые разделены на три блока: навыки гигиены и самообслуживания, социальные и коммуникативные навыки, бытовые навыки.

Результаты по сформированности социально-бытовых навыков у подростка с расстройством аутистического спектра оценивались по трем уровням:

- низкий уровень социально-бытовых навыков (0-4 баллов);
- средний уровень социально-бытовых навыков (5-8 баллов);
- высокий уровень социально-бытовых навыков (9-10 баллов).

Так же производилась оценка общего уровня сформированности социально-бытовых навыков:

- низкий уровень исследования социально-бытовых навыков (0-12 баллов);
- средний уровень исследования социально-бытовых навыков (13-18 баллов);
- высокий уровень исследования социально-бытовых навыков (19-30 баллов).

Результаты диагностики социально-бытовых навыков у младших подростков показали, что навыки самообслуживания и гигиены сформированы преимущественно на низком уровне, социальные и коммуникативные навыки на низком уровне, бытовые навыки на среднем уровне (Таблица 1).

Таблица 1. Уровень сформированности компонентов социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

Ребенок\ социально-бытовые навыки	Навыки самообслуживания и гигиены	Социальные и коммуникативные навыки	Бытовые навыки
Подросток 1 (мальчик, 13 лет)	5 баллов средний уровень	4 балла низкий уровень	5 баллов средний уровень
Подросток 2 (мальчик, 13 лет)	4 балла низкий уровень	6 баллов средний уровень	5 баллов средний уровень
Подросток 3 (девочка) 11 лет	4 балла низкий уровень	4 балла низкий уровень	3 балла низкий уровень

Рассмотрим полученные результаты диагностики более подробно по каждому подростку.

Подросток 1(мальчик) - по результатам анкетирования было выявлено, что у ребенка средний уровень навыков самообслуживания и гигиены, низкий уровень

социальных и коммуникативных навыков и средний уровень бытовых навыков. Подросток может сам почистить зубы, но при этом не может самостоятельно одеться. Подросток может самостоятельно сделать себе бутерброд если продукты будут нарезаны, а также самостоятельно употребляет пищу. Подросток самостоятельно принимает ванну, с помощью родителей выбирает себе одежду, что бы одеться по погоде. Может подогреть себе пищу в микроволновке. Также подросток может застегнуть пуговицы, но не умеет завязывать шнурки. Один дома ребенок не остается, из техники использует только микроволновку. Может помыть полы, протереть стол.

Ребенок 2 (мальчик) – по результатам анкетирования было выявлено, что подросток имеет низкий уровень развития навыков самообслуживания и гигиены, средний уровень социальных и коммуникативных навыков и средний уровень бытовых навыков. Подросток не может сам чистить зубы ему требуется помощь, также во время питания подростку также нужна помощь. Но также он достаточно хорошо говорит и умеет читать по слогам. Подросток ходит в туалет самостоятельно, самостоятельно подогреть пищу он не может. Подросток не умеет завязывать шнурки, а также только с помощью родителей застегивает пуговицы, одевается также с помощью родителей. Домашние обязанности ребенок не выполняет, подросток знает про функции служб первой помощи, таких как полиция, скорая и пожарная.

Ребенок 3 (девочка) - по результатам анкетирования удалось установить, что подросток имеет низкий уровень навыков самообслуживания и гигиены, низкий уровень социальных и коммуникативных навыков, низкий уровень бытовых навыков. Подросток самостоятельно не может чистить зубы, одеваться и принимать пищу. Так же у подростка не развита речь и подросток практически не говорит, отсутствуют навыки чтения. Друзей нет. Подросток не использует бытовые приборы, не умеет завязывать шнурки и застегивать помощь, во всем требуется помощь родителей. Домашних обязанностей у ребенка нет.

Таблица 2. Общие результаты исследования социально-бытовых навыков у младших подростков с РАС

Ребенок\Социально-бытовой навык	Кол-во баллов	Уровень социально-бытовых навыков
Подросток 1 (мальчик, 13 лет)	14	Средний
Подросток 2 (мальчик, 13 лет)	15	Средний
Подросток 3 (девочка) 11 лет	11	Низкий

Двое подростков имеют средний уровень социально-бытовых навыков, но имеют разное количество баллов, это связано с тем, что они имеют разный уровень в отдельных компонентах, который был представлен выше в таблице. Третий подросток девочка имеет низкий уровень социально-бытовых навыков.

Все характеристики были написаны исходя из общения со специалистом, родителями ребенка, а также использовался метод наблюдения.

Подросток 1 (13 лет мальчик)

Навыки личной гигиены: Мытье рук: Может мыть руки самостоятельно, но нуждается в напоминании и контроле за использованием мыла и длительностью процедуры. Может не понимать зачем мыть руки. Чистка зубов: Может чистить зубы самостоятельно, но нуждается в контроле за техникой и временем чистки. Может сопротивляться чистке зубов. Принятие душа/ванны: Может самостоятельно принимать душ или ванну, но нуждается в контроле за температурой воды и использованием моющих средств. Требуется физическая помощь и постоянный присмотр. Может бояться воды. Уход за волосами: Может самостоятельно расчесывать волосы. Может испытывать дискомфорт при расчесывании. Уход за ногтями: Не может самостоятельно безопасно подстригать ногти. Требуется помощь и контроль. Использование туалета: Самостоятельно пользуется туалетом, но нуждается в напоминании о гигиене. Одевание: Может

надевать и снимать простую одежду, но испытывать трудности с застегиванием пуговиц и молний.

Бытовые навыки: Не Может приготовить простые блюда (например, бутерброд, чай) Уборка: Может выполнять простые задачи (например, вытирать пыль, мыть посуду) под контролем. Требуется помощь и руководство. Стирка: Может сортировать белье. Требуется помощь и постоянный присмотр при использовании стиральной машины. Покупки: Не Может выполнять простые поручения в магазине (например, купить определенный товар по списку). Требуется постоянное сопровождение и помощь.

Коммуникативные навыки: Речь: Речь достаточно развита, но словарный запас и грамматика ограничены. Могут использоваться отдельные слова, жесты или невербальные средства общения. Понимает простые инструкции и вопросы.

Подросток 2 (13 лет мальчик)

Навыки личной гигиены: Мытье рук: Может мыть руки самостоятельно, но нуждаться в напоминании и контроле за использованием мыла и длительностью процедуры. Чистка зубов: Может чистить зубы самостоятельно, но нуждаться в контроле за техникой и временем чистки. Может сопротивляться чистке зубов. Принятие душа/ванны: Не Может самостоятельно принимать душ или ванну. Требуется физическая помощь и постоянный присмотр. Уход за волосами: Не Может самостоятельно расчесывать волосы. Может испытывать дискомфорт при расчесывании. Уход за ногтями: Не может самостоятельно безопасно подстригать ногти. Требуется помощь и контроль. Использование туалета: Самостоятельно пользуется туалетом, но нуждаться в напоминании о гигиене. Одевание: Может надевать и снимать простую одежду, но испытывать трудности с застегиванием пуговиц и молний.

Бытовые навыки: Не Может приготовить простые блюда (например, бутерброд, чай) Уборка: Может выполнять простые задачи (например, вытирать пыль, мыть посуду) под контролем. Требуется помощь и руководство. Стирка: Может сортировать белье. Требуется помощь и постоянный присмотр при использовании стиральной машины. Покупки: Не Может выполнять простые

поручения в магазине (например, купить определенный товар по списку). Требуется постоянное сопровождение и помощь.

Коммуникативные навыки: Речь: Речь достаточно развита, но словарный запас и грамматика ограничены. Могут использоваться отдельные слова, жесты или невербальные средства общения. Понимает простые инструкции и вопросы.

Подросток 3 (11 лет девочка)

Навыки личной гигиены: Может самостоятельно чистить зубы, умываться, причесываться (под контролем или с напоминанием). Может самостоятельно пользоваться туалетом, но может требовать напоминания и помощи с гигиеной после туалета. Не может самостоятельно мыться в душе или ванне, требует контроля за температурой воды, использованием мыла/шампуня и тщательностью мытья. Может самостоятельно вытираться полотенцем. Может надевать и снимать простую одежду (футболки, штаны, носки) с небольшими затруднениями. Трудности с чисткой зубов (неправильная техника, недостаточное время). Трудности с мытьем (не может достать до некоторых участков тела, не понимает, как правильно намыливаться и смывать мыло). Трудности с завязыванием шнурков, застегиванием пуговиц, молний. Не может самостоятельно выбирать одежду в соответствии с погодой. Неумение ухаживать за ногтями, волосами.

Бытовые навыки: Не Может выполнять простые поручения по дому (вынести мусор, полить цветы, протереть пыль). Может помогать накрывать на стол (расставить тарелки, приборы). Может убирать за собой посуду после еды (отнести в раковину или посудомоечную машину). Может складывать свою одежду (с помощью и под контролем). Трудности с планированием и последовательностью действий. Неумение правильно пользоваться бытовой техникой (пылесос, стиральная машина). Неумение самостоятельно готовить простые блюда. Неумение делать покупки в магазине.

Коммуникативные навыки: Может понимать простые инструкции и просьбы. Может отвечать на простые вопросы. Может выражать свои основные потребности и желания (голод, жажда, усталость). Может общаться с близкими людьми. Может поддерживать короткий разговор на знакомые темы.

Таким образом, у младших подростков с расстройством аутистического спектра выявлен

2.2 Программа формирования социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра

Нами была разработана программа, направленная на устранение выявленных дефицитов в ходе исследования у детей с расстройством аутистического спектра. Срок проведения данной программы составляет шесть месяцев.

Цель: сформировать социально-бытовые навыки у детей с расстройством аутистического спектра.

Задачи: Провести диагностику социально-бытовых навыков у младших подростков с РАС, определить уровень социально-бытовых навыков у младших подростков с РАС, провести мероприятия направленные на формирование социально-бытовых навыков у младших подростков с РАС

Принципы программы: Принцип индивидуализации, принцип структурированности, принцип визуальной поддержки, принцип пошагового обучения, принцип поддержки навыков, принцип сотрудничества, принцип учета сенсорных возможностей.

Описание мероприятий:

Блоки программы	Мероприятия	Цель
Блок 1. Развитие навыков гигиены и самообслуживания	Занятие 1. «Моем руки вместе»	Научить младших подростков с РАС правильно мыть руки с мылом
	Занятие 2. «Блестящая улыбка»	Закрепить знания о важности чистки зубов и отработать навык
	Занятие 3. «Волосы в порядке»	Закрепить навыки расчесывания волос, поддерживать аккуратный внешний

		вид.
Блок 2. Развитие бытовых навыков	Занятие 1 «Веселая эмоция»	Научить детей с РАС распознавать основные эмоции на лицах и по голосу
	Занятие 2. «Говорим и слушаем друг друга»	Развитие базовых коммуникативных навыков: умение начинать/поддерживать разговор, слушать собеседника, выражать свои мысли и чувства.
	Занятие 3. «Весело говорим»	Развитие коммуникативных навыков через простые словесные игры: расширение словарного запаса, улучшение навыков слушания, понимание инструкций и правил, формирование навыков выражения мыслей.
Блок 3. Развитие социально-коммуникативных навыков.	Задание 1. «Готовим вместе»	Научить детей с РАС готовить простой бутерброд.
	Задание 2. «Завязываем вместе»	Научить подростков самостоятельно завязывать шнурки.

	Задание 3. «Одеты стильно»	Сформировать навыки самостоятельного одевания, в том числе выбор одежды по погоде и сезону
--	----------------------------	--

Блок 1. Навыки самообслуживания и гигиены:

Занятие 1 «Моем руки вместе».

Подростки заняли места перед экраном монитора. Затем слушали презентацию на заданную тему и отвечали на вопросы. Далее подростки смотрели на личном примере как правильно мыть руки. И заключением стала практическая часть, где подростки с моей помощью самостоятельно пробовали мыть руки.

После проведения данного мероприятия у каждого подростка спросили их впечатление от занятия и было ли оно им полезно, были получены положительные отзывы.

Занятие 2 Блестящая улыбка.

Подростки начали занятие с просмотра видео ролика о том, почему важно чистить зубы. В конце видео урока было задано пять вопросов для подростка, что бы проверить как хорошо они усвоили информацию. После усвоения теоретической части подростки самостоятельно пошли чистить зубы. Для закрепление пройденного материала, подростки сыграли в игру «полезно и вредно», целью которой было с помощью изображений на картинке определить, вредит данная пища зубам или нет.

После проведения мероприятия, у каждого подростка спросили его эмоции и впечатления от мероприятия, а также подростки получили ответы на интересующие их вопросы.

Третье мероприятие «Волосы в порядке»

Подростки начал мероприятие с видео урока. В видео уроке была представлена информация о том, как правильно расчесывать волосы и делать прическу. После просмотра видео урока подросткам был задан ряд вопросов по данной теме. Далее в качестве практического занятия, подросткам был выдан манекен для того, чтобы они самостоятельно смогли сделать прически или же просто расчесать волосы. Для закрепления подросткам было предложено сделать прическу друг другу, задание было не простым, но они смогли с ним справиться.

В ходе занятия подростки проявляли активный интерес, внимательно слушали все что им говорят и старались научиться чему-то новому. Были подростки, которым тяжело далось данное мероприятие, но по итогу все подростки получили новые знания, а также позитивные эмоции.

Блок 2. Социально-коммуникативные навыки.

Первое мероприятие «Веселая эмоция»

Для начала была представлена презентация, чтобы объяснить подросткам теоретическую часть мероприятия. Далее подросткам была дана игра «угадай эмоцию», суть которой состояла в том, чтобы подростки смогли угадать показанную эмоцию на картинке, а также повторить ее. Затем подросткам было дано задание, нарисовать свою самую любимую эмоцию. Для закрепления материала подростки самостоятельно пытались продемонстрировать эмоцию друг другу, заданную организатором мероприятия.

Во время мероприятия подростки активно проявляли свою заинтересованность, а также внимательно слушали, показывали свои эмоции и получали новые знания, все остались довольны.

Второе мероприятие «говорим и слушаем друг друга»

Данное мероприятие началось с просмотра презентации. После просмотра презентации было дано практическое задание. На столе лежали карточки с простыми вопросами. После того как подросток брал карточку, ему задавался вопрос из нее, например, «любимая еда?». Это было сделано для того, чтобы подросток умел поддерживать диалог. Затем подростку было дано задание, самостоятельно придумать вопрос, для того чтобы научиться начинать диалог. Заключением стало задание, чтобы подростки друг с другом самостоятельно построили простой диалог.

Во время данного мероприятия подросткам было сложно, потому что они не везде понимали, что и как нужно делать, где и что нужно сказать. Но с помощью подсказок и хорошего объяснения им удалось усвоить новые знания и получить положительные эмоции.

Третье мероприятие «Весело говорим».

Мероприятие началось с просмотра видео урока. После просмотра видео урока подростки перешли к практической части. Для начала подросткам была дана игра «Ассоциации», на детской картинке давалось изображение, а подростки должны были назвать что на ней изображено, а также сказать с какими словами, ассоциируются данные изображения. Второе задание составляло из себя простые детские загадки. С которыми подростки справились.

Во время мероприятия подросткам было не легко, но был виден их интерес и увлеченность данным мероприятием. После его проведения подростки расширили свой словарный запас, а также получили положительные эмоции.

Блок 3. Бытовые навыки.

Первое мероприятие «Готовим вместе».

Мероприятие началось с видео урока о том, как и из чего можно сделать самый простой бутерброд. После просмотра ролика подросткам были заданы вопросы по данной теме. Далее на личном примере им показали, как делать самый простой бутерброд. Затем в качестве игры перед подростками разложили картинки на которых были изображены овощи, фрукты, булочные изделия итд. Их задачей

было правильно назвать те ингредиенты, из которых можно было бы сделать вкусный бутерброд. Заключительным заданием стала самостоятельная попытка сделать правильно, простой бутерброд из игрушечных ингредиентов.

В ходе мероприятия подростки проявляли активные действия в выполнениях заданий, было заметно, что у них высокий интерес к данному мероприятию. Как итог стоит отметить получение новых знаний, а также ярких эмоций.

Второе мероприятие «завязываем вместе».

Мероприятие началось с просмотра видео урока, после того как подростки просмотрели видео урок для более точного понимания им была показана презентация. После просмотра теоретической части подросткам были заданы вопросы по данной теме. Первое задание включало в себя работы с бизибордом. Работа осуществлялась индивидуально с каждым подростком. Задача данного задания заключалась в том, чтобы научиться завязывать шнурки на начальном этапе. Вторым заданием было самостоятельное делание бантика на кроссовке. Проводилось также индивидуально, для того что бы лучше объяснить и показать подростку, как правильно делается бантик. Заключительным заданием была самостоятельная попытка завязать шнурки на кроссовках.

В ходе мероприятия подросткам было сложно, они старались понять, как правильно завязывать шнурки, но получалось не у всех и не сразу. Как итог самостоятельно завязать шнурки смог только один подросток, у остальных получалось только первоначальный этап, но подростки остались довольны.

Третье мероприятие «Одеты стильно».

Мероприятие началось с просмотра презентации. После просмотра презентации у подростков была практическая часть, которая сопровождалась тематическими загадками. Второе задание было направлено на распределение одежды по временам года. Подросткам давалось изображение одежды, и они должны были самостоятельно определить к какому времени года оно относится. Третье задание заключалось в том, чтобы самостоятельно одеть куклу. Подросткам называли погоду на улице и исходя из полученных данных они должны были одеть куклу. Заключительным заданием стало самостоятельная попытка подростка одеться по погоде.

В ходе мероприятия подростки не плохо справлялись со всеми заданиями, получали новые знания, а также положительные эмоции.

Таким образом, данные мероприятия были проведены на формирование социально-бытовых навыков у младших подростков, которые дали положительный результат. Результата удалось добиться за счёт видео-уроков, игровых и практических занятий на регулярной основе.

2.3 Результаты программы формирования социально-бытовых навыков у детей с расстройством аутистического спектра.

Таблица 3. Уровень сформированности компонентов социально-бытовых навыков у младших подростков с расстройством аутистического спектра по результатам повторной диагностики

Ребенок\ соц-быт навыки	Навыки самообслуживания и гигиены	Социальные и коммуникативные навыки	Бытовые навыки
Ребенок 1 13 лет	6 баллов средний уровень	4 балла низкий уровень	7 баллов- средний уровень
Подросток 2 13 лет	6 баллов средний уровень	6 баллов средний уровень	6 баллов- средний уровень
Подросток 3(девочка) 11 лет	4 балла низкий уровень)	4 балла низкий уровень)	4 балла низкий уровень)

Результаты: Подросток 1 (Мальчик):

Этот подросток демонстрирует средний уровень навыков. В области самообслуживания и гигиены он проявляет самостоятельность в чистке зубов, но нуждается в помощи при одевании. Его социальные и коммуникативные навыки развиты слабо. В быту он может приготовить простой бутерброд, если ингредиенты подготовлены, самостоятельно есть, принимать ванну и подогревать еду в микроволновке. Он понимает, как выбрать одежду в соответствии с погодой с помощью родителей. Он способен застегивать пуговицы, но не умеет завязывать

шнурки. Оставаться одному дома небезопасно. Из домашних обязанностей выполняет мытье полов и протирание стола.

Подросток 2 (мальчик)

Этот подросток испытывает значительные трудности в самообслуживании и гигиене, нуждаясь в посторонней помощи при чистке зубов и приеме пищи. Однако он обладает неплохими речевыми навыками и умеет читать по слогам. Он самостоятельно ходит в туалет, но не может самостоятельно подогреть еду. В одевании и застегивании пуговиц ему требуется помощь родителей. Домашние обязанности не выполняет. При этом у него есть знания о функциях служб экстренной помощи (полиция, скорая помощь, пожарная).

Подросток 3 (Девочка)

Эта девочка имеет серьезные ограничения во всех сферах. Ее навыки самообслуживания и гигиены развиты слабо: она не может самостоятельно чистить зубы, одеваться и принимать пищу. У нее практически отсутствует речь и навыки чтения. В социальных ситуациях она испытывает значительные трудности и не имеет друзей. В быту она полностью зависима от посторонней помощи: не использует бытовые приборы, не умеет завязывать шнурки и застегивать пуговицы, и не выполняет никаких домашних обязанностей.

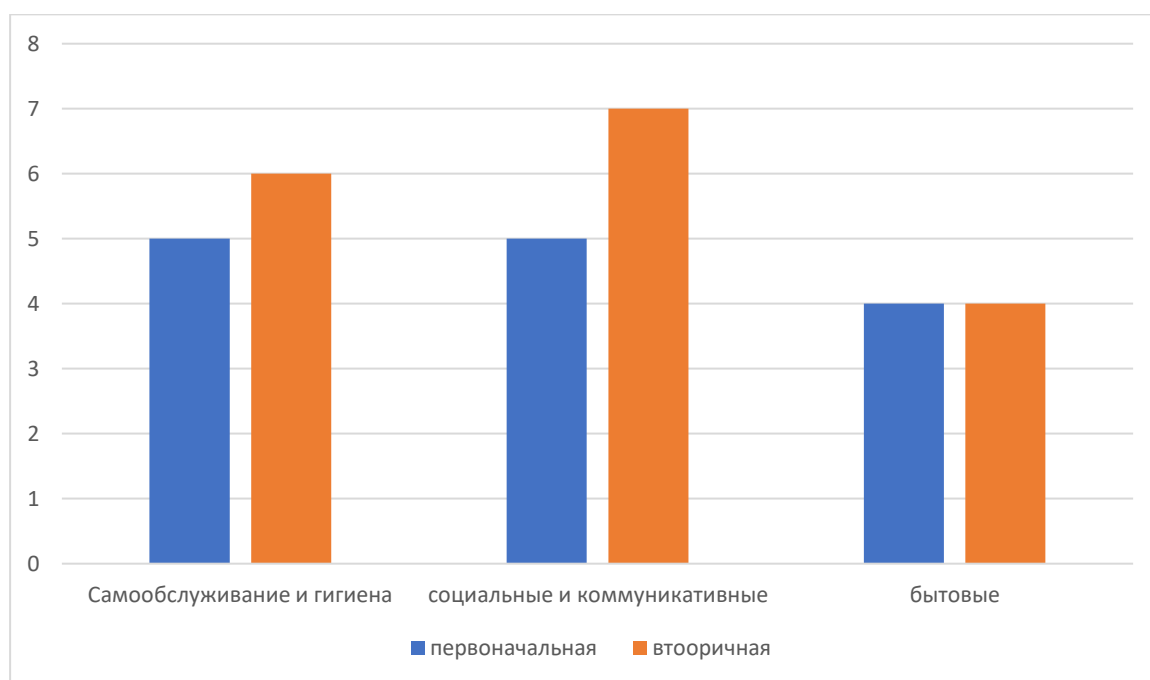
Таблица 4. Общие результаты исследования социально-бытовых навыков у младших подростков с РАС

Ребенок\Социально-бытовой навык	Кол-во баллов	Уровень социально-бытовых навыков
Ребенок 1 (мальчик) 13 лет	17	Средний
Ребенок 2 (мальчик) 13 лет	18	Средний

Ребенок 3(девочка) 11 лет	12	Низкий
------------------------------	----	--------

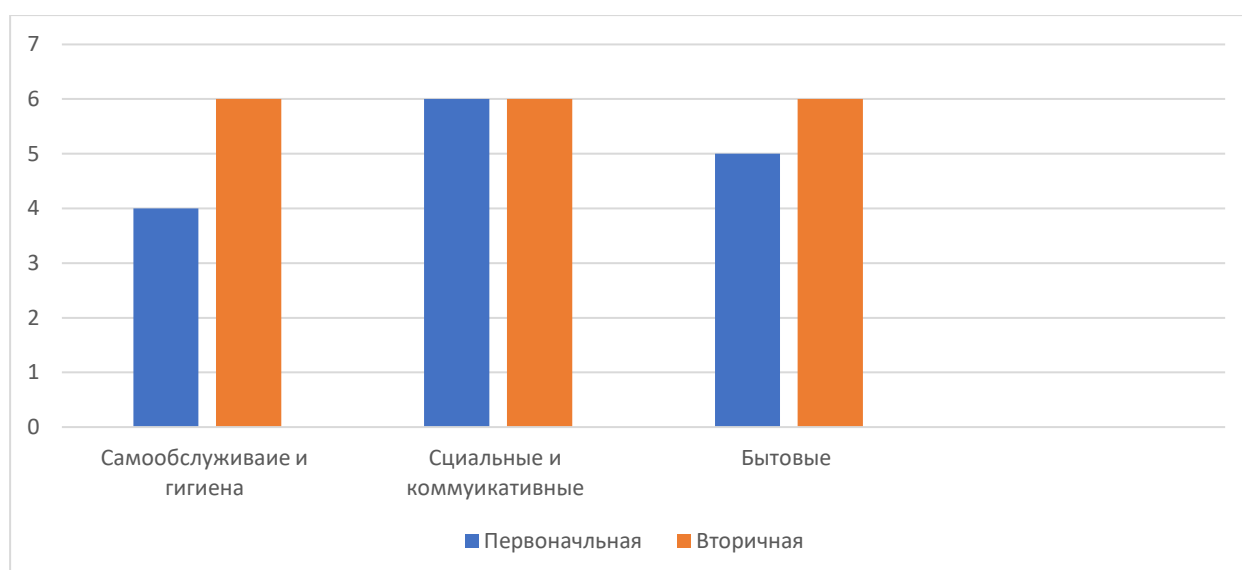
Сравнение Результатов и динамики социально-бытовых навыков:

Диаграмма 1 Сравнительные результаты ребёнок 1 (мальчик 13 лет)



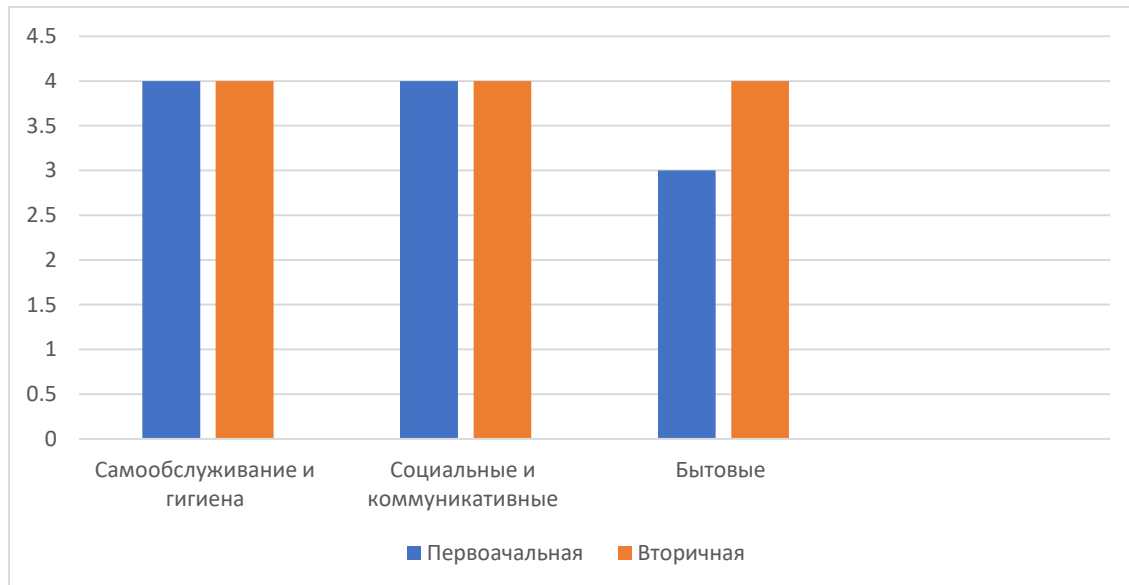
У ребенка наблюдается положительная динамика формирования социально-бытовых навыков. У него улучшились навыки личной гигиены и коммуникативные навыки, социально-бытовые навыки остались без изменений.

Диаграмма 2 Результаты ребенка 2



У подростка наблюдается положительная динамика формирования социально-бытовых навыков, а также навыков самообслуживания и гигиены, социальные и коммуникативные навыки остались без изменений.

Диаграмма 3 Результаты ребенка 3



У подростка стабильная динамика, наблюдаются улучшения в бытовых навыках, в остальных навыках все осталось без изменений.

В данных диаграммах представлено сравнение анкетирования родителей в начале программы и в конце. Как мы видим, уровень социально-бытовых навыков остался средним у двоих подростков и низким у одного подростка, но мы наблюдаем положительную динамику в отдельных компонентах. Так все подростки после проведенных с ними мероприятий стали самостоятельно мыть руки, выражать и показывать эмоции, а также самостоятельно сделать самый простой бутерброд. Исходя из этого мы делаем вывод, что динамика является положительной и формирование бытовых навыков прошло успешно.

Вывод по второй главе

Проведённая экспериментальная работа позволила комплексно оценить уровень сформированности социально-бытовых навыков у подростков с расстройством аутистического спектра и апробировать программу по их развитию в условиях реабилитационного центра.

На первом этапе исследования была проведена диагностика социально-бытовых навыков у трёх подростков с РАС и умеренной умственной отсталостью с использованием анкеты для родителей по методике Л.М. Шипициной. Диагностика охватывала три блока: навыки самообслуживания и гигиены, бытовые навыки, а также социальные и коммуникативные навыки. Результаты показали, что у всех участников уровень сформированности социально-бытовых навыков в целом находится на среднем уровне, однако по отдельным компонентам выявлены значительные трудности, особенно в области самостоятельности, коммуникации и бытовых действий. Наиболее выраженные дефициты отмечались у девочки 11 лет, которая практически полностью зависима от помощи взрослых.

В рамках программы были проведены целевые мероприятия, направленные на развитие конкретных навыков: формирование навыка правильного мытья рук с использованием визуальных схем и поэтапных инструкций; обучение распознаванию и выражению базовых эмоций с помощью карточек, ролевых игр и аудиоматериалов; формирование бытового навыка приготовления простого бутерброда с использованием визуальных подсказок и практических упражнений.

В ходе занятий применялись современные коррекционные методы: визуализация, пошаговое обучение, игровая и практическая деятельность, а также система поощрений. Особое внимание уделялось созданию комфортной и поддерживающей среды, индивидуализации подхода и закреплению навыков через повторение.

Сравнительный анализ результатов анкетирования родителей до и после реализации программы показал положительную динамику в развитии социально-бытовых навыков у всех участников. Несмотря на то, что общий уровень навыков остался в пределах среднего и низкого, у подростков наблюдалось улучшение по отдельным компонентам: все дети стали самостоятельно мыть руки, следуя визуальной инструкции; научились выражать и распознавать базовые эмоции; овладели навыком приготовления простого бутерброда.

У мальчиков 13 лет отмечено повышение самостоятельности в бытовых действиях и самообслуживании, а также небольшое улучшение коммуникативных

навыков. У девочки 11 лет, несмотря на сохраняющиеся значительные ограничения, также зафиксирован небольшой прогресс в бытовых и гигиенических навыках.

Результаты эксперимента подтверждают, что даже при умеренной умственной отсталости и выраженных особенностях развития дети с РАС способны к освоению и закреплению элементарных социально-бытовых навыков при условии систематической, индивидуализированной и наглядной работы. Использование визуальных схем, поэтапных инструкций, игровых и практических методов способствует лучшему усвоению и переносу навыков в повседневную жизнь.

В то же время, динамика развития социально бытовых навыков у детей с РАС остаётся медленной, требует длительного времени, терпения и постоянной поддержки со стороны взрослых. Наиболее сложными для формирования остаются коммуникативные и социальные навыки, а также перенос освоенных умений в новые ситуации.

Таким образом, экспериментальная работа показала, что целенаправленная программа формирования социально-бытовых навыков с использованием современных коррекционных методик позволяет добиться положительных изменений в развитии подростков с РАС. Даже небольшие успехи в самостоятельности, самообслуживании и бытовых действиях существенно повышают качество жизни ребёнка и его семьи, способствуют социальной адаптации и интеграции в общество. Полученные результаты могут быть использованы в практике специалистов, работающих с подростками с РАС, а также служить основой для дальнейшего совершенствования программ коррекционной и реабилитационной работы.

Заключение

Анализ литературы позволил определить сущность основных понятий темы исследования. Мы выяснили, что социально-бытовые навыки- это совокупность умений и привычек, необходимых для самостоятельного осуществления повседневной жизнедеятельности, поддержания личной гигиены, организации быта и взаимодействия с окружающими. Мы выяснили компоненты социально-бытовых навыков у младших подростков с РАС, которые включают в себя: навыки самообслуживания, бытовые навыки, навыки личной безопасности, навыки социального взаимодействия

В первой главе работы были раскрыты теоретические аспекты формирования социально-бытовые навыки у подростков с РАС. Было установлено, что социально-бытовые навыки включают в себя широкий спектр умений: от навыков самообслуживания и гигиены до бытовых, коммуникативных и социальных компетенций. Особенности формирования этих навыков у подростков с РАС обусловлены их специфическими трудностями: нарушениями коммуникации, социальной адаптации, сенсорной чувствительности, моторики, а также склонностью к стереотипному поведению и сопротивлению изменениям.

В рамках программы были проведены целевые мероприятия, направленные на формирование конкретных навыков: мытье рук, распознавание эмоций, приготовление простого бутерброда итд. Использовались визуальные схемы, пошаговые инструкции, игровые и практические методы, а также система поощрений. По итогам повторной диагностики отмечена положительная динамика: дети стали более самостоятельными в ряде бытовых действий, научились выражать эмоции, улучшили навыки самообслуживания. Несмотря на то, что общий уровень социально-бытовых навыков остался на среднем уровне, наблюдается устойчивый рост по отдельным компонентам, что свидетельствует об эффективности выбранных методов и необходимости их дальнейшего применения.

Проведенное исследование подтвердило, что при грамотной организации условий, использовании современных методик и активном участии родителей

возможно добиться положительной динамики в развитии социально-бытовых навыков у подростков с РАС. Полученные результаты могут быть использованы в практике специалистов, работающих с данной категорией детей, а также служить основой для дальнейших исследований и совершенствования программ социальной адаптации.

Таким образом, опираясь на полученные результаты нашего исследования, цель работы достигнута, гипотеза подтверждена, поставленные задачи решены.

Список использованных источников

1. Бирюкова А. О. Формирование социально-бытовых навыков у детей: залог успешной адаптации и самостоятельности, 2025. 67.
2. Выготский Л. С. Детская психология: Собрание сочинений: В 6-ти т., Т. 4. М.: Педагогика, 1984. - 432 с.
3. Зарубина Ю. Н., Серова Е. А. Социальные проблемы современного общества 2018. 45-56.
4. Ильина К. Д., Евтушенко И. В. Особенности формирования навыков самообслуживания у дошкольников с расстройствами аутистического спектра, 2017. 13-14.
5. Климова Е.В. «Социально-бытовая адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья», 2023. 44-50.
6. Козлова Н.В. «Психолого-педагогическое сопровождение развития социально-бытовых навыков у детей с нарушениями развития», 2001.
7. Краска А. В. Развитие социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра, 2012. 25-27.
8. Кузнецова Н.А. «Психолого-педагогическая коррекция социально-бытовых навыков у детей с ограниченными возможностями здоровья», 1999. 22-25.
9. Лебединская К. С., Никольская О. С. Диагностика раннего аутизма. Начальные проявления. — М.: Просвещение, 1991. — 96 с. — ISBN 509-003454-0.
- 10.Л. В. Шаргородская. Основные условия, методы и формы организации образования младших школьников с расстройствами аутистического спектра, 2011. 35-38.
11. Лукьянова А. В. «Хозяйственно-бытовой труд как средство адаптации ребёнка в социуме», 2005. 45-56.
12. Петрова А.В. «Формирование социально-бытовых навыков у детей с нарушениями развития», 2003. 34-37.

- 13.Пешкова Н. А., Лещенко С. Г. Диагностика и развитие социально-бытовых навыков у старших дошкольников с расстройством аутистического спектра.2013, 67.
- 14.Романовская А.А. «Развитие социально-бытовых навыков у детей дошкольного возраста», 1995. 34.
- 15.Смирнова П. А., Сазонова В. В. Формирование социально-бытовых навыков у младших школьников с интеллектуальной недостаточностью, 2001. 55.
- 16.Хуланхова А. А., Арефьева А. В. Особенности развития социально-бытовых навыков у детей дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра, 2002. 55-88.
- 17.Шипицина Л. М. “Необучаемый” ребенок в семье и обществе, 2005.
- 18.Научная конференция «особенности развития социально-бытовых навыков у детей с расстройством аутистического спектра» 2018.
URL: <https://scienceforum.ru/2018/article/2018005069>
- 19.Публикация «развитие социально-бытовых навыков у детей с расстройством аутистического спектра» 2021. URL: <https://www.maam.ru/detskijasad/razvitie-socialno-bytovyh-navykov-u-detei-s-ras-1681509.html>
- 20.Публикация «формы и методы работы с подростками с РАС по формированию социально-бытовых навыков» 2019.
URL: <https://www.maam.ru/detskijasad/formy-i-metody-raboty-s-nesovershennoletnimi-vospitanikami-raznogo-vozrasta-po-formirovaniyu-socialno-bytovyh-navykov.html>
- 21.Статья «изучение методов социально-бытовых навыков у подростков с рас» 2018.URL: <https://moluch.ru/archive/442/96858/?ysclid=mbgzx2nrld298439756>
- 22.Статья «формирование навыков самообслуживания у подростков» 2020.
URL: <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/formirovanie-navykov-samoobslyujvaniya-u.5878803012/>

- 23.Статья «формы и методы работы с детьми с расстройством аутистического спектра» 2022. URL-адрес: <https://multiurok.ru/files/formy-i-metody-raboty-s-detmi-s-rasstroistvom-au-1.html>
- 24.«Программы и методики для детей с расстройством аутистического спектра» 2016. URL-адрес: <https://multiurok.ru/files/varianty-korreksionnykh-programm-i-metodik-dlia-d.html>
- 25.«Тьюторское сопровождение детей с расстройством аутистического спектра»2022.URL-адрес: <https://elib.pnzgu.ru/files/eb/doc/YrAteGp5QKqF.pdf>

Приложение 1

АНКЕТА

1. Самообслуживание и гигиена:

- 1. Требуется ли вашему ребенку помощь при чистке зубов?
- 2. Обладает ли ваш ребенок необходимыми навыками и умениями для самостоятельного принятия ванны?
- 3. Требуется ли вашему ребенку помощь при посещении туалета?
- 4. Самостоятельно ли одевается ваш ребенок?
- 5. Может ли ваш ребенок самостоятельно выбирать себе одежду в зависимости от ситуации?
- 6. Переодевается ли ваш ребенок без напоминания, когда это необходимо?
- 7. Может ли он подогреть себе пищу?
- 8. Может ли он приготовить бутерброды?
- 9. Самостоятельно ли ест ваш ребенок?
- 10. Пользуется ли он вилкой?

II. Бытовые навыки и безопасность:

- 1. Умеет ли ваш ребенок застегивать пуговицы?
- 2. Учили ли вы его пользоваться телефоном?
- 3. Обладает ли ваш ребенок навыком обращения с молнией, кнопками?
- 4. Умеет ли ваш ребенок завязывать шнурки?

- 5. Можете ли вы оставить своего ребенка дома одного на некоторое время?
- 6. Умеет ли он пользоваться бытовыми электрическими и осветительными приборами?
- 7. Умеет ли ваш ребенок пользоваться плитой и другими нагревательными приборами?
- 8. Пользовался ли он утюгом?
- 9. Может ли он в случае необходимости связаться с пожарной охраной (другими службами)?
- 10. Выполняет ли ваш ребенок дома определенные домашние обязанности?

III. Социальные и коммуникативные навыки:

- 1. Есть ли у него друзья?
- 2. Доверяете ли вы своему ребенку пользоваться телефоном?
- 3. Знает ли ваш ребенок о функциях таких учреждений, как полиция, больница и т. д.?
- 4. Умеет ли ваш ребенок читать?
- 5. Узнает ли ваш ребенок социально значимые слова?
- 6. Пользуется ли он в разговоре вежливыми формулами речи?
- 7. Может ли он сходить в магазин самостоятельно?
- 8. Ориентируется ли он в деньгах?
- 9. Умеет ли он считать наизусть?
- 10. Может ли он написать свое имя и адрес?

