

Как сконцентрировать внимание детей с РАС

Всем детям иногда бывает трудно отфильтровать отвлекающие факторы, из-за чего им трудно концентрировать внимание. Их легко отвлекает фоновый шум, яркий свет, голод – или очень интересные идеи, гудящие в их головах! Детям также легко заскучать или потерять интерес.

Зрительный контакт - это первый шаг в обучении вашего ребенка обращать внимание на людей, а не только на любимые игрушки или занятия.

Чтобы заставить ребенка смотреть в глаза, вы можете попробовать назвать ребенка по имени, поместить какой-либо предмет в поле его зрения, а затем подвигать предмет к своим глазам. В конце концов, ваш ребенок начнет смотреть вам в лицо, когда вы называете его имя. Это может занять много времени, и вам может понадобиться разбить процесс на небольшие этапы.

Использование игры для развития навыков внимания. Игра - один из лучших способов помочь детям с расстройствами аутистического спектра (РАС) научиться и развить навыки внимания. Вот несколько игровых стратегий, которые помогут вам развить у вашего ребенка навыки внимания.

Выбор занятий. Вы можете начать с выбора занятий, которые вашему ребенку интересны. Например, если ваш ребенок любит играть в игры с мячом, это может быть занятие, которое ваш ребенок выполняет с другими людьми. Катание или подбрасывание мяча вместе способствует вниманию, социальным контактам и общему удовольствию.

Перед тем, как начать что-то делать, рекомендуется избавиться от всех отвлекающих факторов - например, выключить радио, телевизор, компьютер и телефон.

Предоставление инструкций. Когда вы играете со своим ребенком с РАС, вам необходимо давать инструкции о том, что делать дальше. Вот несколько советов, как дать эффективные инструкции:

Ограничьте количество используемых слов - например, вы можете сказать: «Сопоставь фигуры» вместо «Я хочу, чтобы вы сложили фигуры вместе, чтобы они совпадали».

Выполнение переходов. Если вам нужно перейти от одного занятия к другому, предупредите ребенка, что скоро произойдут изменения. Детям нужно время, чтобы переключить внимание. Может быть полезно составить расписание занятий на основе изображений.