

# Ребёнок с расстройством аутистического спектра в детском саду и в школе

В данном справочнике описываются особенности расстройства аутистического спектра, их проявления в поведении ребёнка, а также способы взаимодействия с ребенком с РАС в детском саду, в школе, на продленке и во время внешкольных занятий.



AUTISMILIITTO

# Что такое расстройство аутистического спектра (далее РАС)

**Р**асстройство аутистического спектра – это нейробиологическое нарушение развития головного мозга, которое влияет на то, как ребёнок взаимодействует с другими людьми и как воспринимает окружающий мир. РАС сопровождает человека на протяжении всей жизни, потому что связано с особенностями развития центральной нервной системы.

Признаки аутистического расстройства очень различны и проявляются индивидуально, как и вызываемые им функциональные ограничения. Можно сказать, когда вы встречаете одного человека с аутизмом, вы встречаете лишь одного человека с аутизмом.

РАС встречается у 1% людей по всему миру. У мальчиков оно бывает чаще, чем у девочек. В последние десятилетия разница была особенно велика: до 15:1. Это происходило из-за схожести симптомов аутизма с симптомами синдрома Аспергера, признаки которого присущи мальчикам с аутизмом. У девочек и женщин симптомы аутизма проявляются немного по-другому, чем у мальчиков и мужчин. Поэтому многие девочки часто остаются без диагноза. Постепенно ситуация с диагностикой улучшается. В настоящее время соотношение количества девочек и мальчиков с аутизмом примерно 1:3.

В 2018 году в диагностике аутизма произошли изменения. Так, классификация ICD 10 изменена на ICD 11. На практике это означает, что обширные нарушения развития, такие как аутизм, синдром Аспергера, атипичный аутизм, дезинтегративные нарушения развития попали в одну категорию диагнозов, которая объединена одним зонтичным названием (ja tilalle tullee yksi sateeenvarjodiagnoosi) - расстройства аутистического спектра (РАС). Таким образом, разные аутистические нарушения имеют один диагноз, который уточняется с помощью дополнительных исследований дееспособности человека.

# Что является причинами расстройства аутистического спектра

**В** основе аутизма лежит как генетика, так и физиология. РАС зависит от многих факторов. Большое влияние оказывает процесс развития эмбриона на ранних стадиях беременности. Недостатки в воспитании и упущения родителей не являются причиной аутизма. РАС сопровождает человека всю жизнь. У всех людей с РАС наблюдаются особенности поведения в разных сферах жизни. Далее говорится об их проявлениях у ребенка.

## Социальное взаимодействие

Ребёнку с РАС сложнее понимать эмоции других людей и выражать собственные чувства. По этой причине ему бывает трудно создавать и поддерживать дружеские отношения. Ребенку может быть сложно установить зрительный контакт. Также способы его реагирования в различных ситуациях с помощью слов и жестов могут отличаться от общепринятых.

## Социальная коммуникация

У ребёнка с аутизмом часто присутствуют сложности различной степени в понимании речи и говорении, а также проблемы с невербальной коммуникацией. Ему сложно понимать чувства другого человека по интонации. Он может истолковывать сказанное абсолютно дословно.

## Социальное восприятие

Ребенку с РАС сложно понять ситуации, в которых он не был. Он не может себя представить на месте другого и понять, что тот чувствует. Кроме того, могут проявляться гипер- и гипочувствительность, трудности с управлением своей деятельностью, различные повторяющиеся действия и необычные интересы.

## Особенности восприятия органами чувств

Восприятие поступающей через органы чувств информации и ее интерпретация ребенком с РАС носят индивидуальный, часто отличающийся от привычного, характер. Ребенок может быть гипер- или гипочувствительным к различным раздражителям, таким, как звук, прикосновения, запахи, свет, цвет, температура, боль. Например, городской шум, который редко беспокоит других людей, может казаться слишком громким и мешать человеку с РАС. Он может вызывать тревожность и даже физическую боль. Это проще всего заметить, когда ребенок реагирует на свет и звук. Гипер- и гипочувствительность могут проявляться в работе одних и тех же органов чувств, могут меняться в течение жизни и даже в течение дня. Сенсорная система ребенка с РАС может быть перегружена очень просто. Причиной могут быть различные звуки, свет, запахи, скопление людей. В ситуации столкновения с раздражителями ребенок сам стремится уменьшить их воздействие, например, закрывая уши, уходя в спокойное место или успокаивая себя привычным способом: прыгая, теребя руки, перебирая что-нибудь в руках. Все это - методы, которыми ребенок с РАС пытается регулировать нагрузку на органы чувств, поэтому не стоит его в этом ограничивать без особой необходимости.

## Коммуникация

Ребёнок с РАС может испытывать различные трудности при говорении и понимании речи. Ему сложно интерпретировать жесты и эмоции других людей. Он понимает устную и письменную речь в буквальном смысле. В беседе с другим человеком ребенок может гримасничать, ему трудно обрабатывать информацию и запоминать необходимые вещи. У некоторых детей с РАС речь очень ограничена или полностью отсутствует. Такие дети нуждаются в использовании методов, поддерживающих или замещающих невербальное общение. Очень важно найти способ коммуникации с ребёнком, чтобы он учился выражать свои мысли и мог быть понятым окружающими.

## Особенности восприятия органами чувств (примеры):

Орган чувств	Гиперчувствительность	Гипочувствительность
<b>ЗРЕНИЕ</b>	Избегает яркого, мигающего света. Слишком много цветов или количество вещей вызывают тревожность. Движущиеся к нему предметы могут вызывать страх.	Ищет сильные зрительные раздражители.
<b>СЛУХ</b>	Некоторые звуковые частоты раздражают: дрель, звуки машин или флуоресцентных ламп, голоса людей (жужжание, шум, шорох), неожиданные и громкие звуки (лай собаки, плач ребёнка, хлопки), много голосов одновременно.	Слышит только одним ухом, в другом ухе слух частично или полностью отсутствует. Может не реагировать на определенные звуки. Нравится находиться в шумных местах и местах скопления людей. Нравится двигать туда-сюда двери и вещи, приятны звуки, получаемые при ломании вещей.
<b>ВКУС</b>	Избегает кислых вкусов, острых приправ, незнакомых вкусов. В еде важен состав, цвет, запах.	Поиск сильных раздражителей, например, чили, еда с приправами.
<b>ЗАПАХ</b>	Избегает сильных и фоновых запахов (люди, еда, животные, природа).	Удовольствие от сильных, в том числе неприятных, запахов.
<b>ТАКТИЛЬНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ (поверхностные и глубокие)</b>	Прикосновения, швы, молнии и бирки на одежде, различные ткани, носки, уход за волосами, принятие душа неприятны. Ребенок чувствителен к боли.	Поиск глубоко затрагивающих ощущений. Сложно почувствовать боль.
<b>ЧУВСТВО ДВИЖЕНИЯ И РАВНОВЕСИЯ</b>	Угловатость моторики. Избегает высоких мест и неровной поверхности. Пугают ворота и лифт.	Поиск движения, например, постоянное раскачивание, желание качаться.

## Регуляция деятельности

У ребёнка с РАС могут быть сложности с управлением своими действиями. Ему сложно, например, оценить, сколько времени займет выполнение какого-либо дела и в каком порядке следует выполнять действия, чтобы получить наилучший результат. Для ребенка с РАС важно совершать действия определенным способом и в привычном порядке. Даже небольшое изменение порядка может вызвать затруднения или вовсе остановить процесс. В поведении может проявляться упорство или равнодушие, но на самом деле это может быть сигнал о сложностях в системе регуляции деятельности. Также ребёнку может быть трудно держать в голове данные ему указания и просьбы, особенно, если их говорят часто и очень быстро.

Сложности присутствуют во многих областях повседневной жизни: в сферах одевания, гигиены, при выполнении различных заданий. В таких случаях обычно помогают заблаговременное планирование и структурирование деятельности. Ребёнок с РАС смотрит на вещи по-другому. Он может справляться с делами, когда знает: **что делать – когда делать – где делать – с кем делать – как долго это будет длиться и что после этого произойдёт**. В качестве поддержки можно использовать картинки, которые помогут выполнять действия, а также понять, что происходит вокруг и адаптироваться к изменениям.

## Чувствительность к стрессу

Каждый человек очень индивидуально переносит стресс и реагирует на него. Некоторым удается сохранять равновесие в сложных ситуациях, а некоторые испытывают стресс даже при небольшой нагрузке. Различные жизненные ситуации и внешние раздражители поднимают уровень стресса по-разному. Если по какой-то причине уровень стресса уже повышен, воздействие следующей стрессовой ситуации будет сильнее. Факторы, повышающие уровень стресса, различны. Бывают короткие ситуативные случаи, как, например, раздражение органов чувств, или более длительные, такие, как изменение окружающей среды. Ко многим стрессовым ситуациям можно заранее подготовиться.

Нервная система ребёнка с РАС очень легко перегружается, и как результат, повышается уровень стресса. Нагрузка может быть вызвана шумом, постоянно меняющимися и непонятными ситуациями, а также социальным общением. Разница между нормальным уровнем стресса и хаосом обычно намного меньше, чем у человека без нейропсихического диагноза. Необходимо иметь в виду, что позитивные ситуации, такие, как, например, долгожданное путешествие в желаемое место или день рождения, также повышают уровень стресса. Сложное поведение обычно вызвано повышенным уровнем стресса, поэтому снижение уровня стресса улучшает поведение.

# Поддержка навыков общения

**Р**ебёнку с РАС часто трудно наладить отношения с другими людьми. В этом ему необходима помощь взрослого. Например, в ситуации, когда нужно ждать своей очереди. У ребёнка с РАС необязательно возникает потребность поговорить, поздороваться или поделиться своим опытом. Некоторых совсем не интересует общение с другими людьми. Однако это не означает, что ребёнок не хочет общаться. Просто ему сложно, например, запомнить человека в лицо, понять его жесты, эмоции и чувства. Это типично для людей с РАС.

## В детском саду

**Д**алее рассматриваются ситуации, которые ежедневно происходят в детском саду, а также способы работы с ребёнком с РАС.

### Одевание

Умение самостоятельно одеваться требует слаженной работы глаз и рук, а также понимания своего тела, последовательности движений и восприятия пространства. Для того, чтобы ребёнок правильно оделся, кроме тренировок и зрелых навыков, необходима помощь взрослого. Часто надевание вещей может вызвать неприятные ощущения, тогда процесс одевания станет нелюбимым делом. Ребёнку с РАС нужно чётко определить его место и иногда выделить отдельное время для одевания.

В суеете сложно следовать инструкциям. В этом случае хорошо помогут картинки, которые можно показать ребёнку до начала одевания и перед тем, как раздеться. Ребёнку с РАС нужно больше времени, чтобы сначала прослушать инструкции, а потом начать одеваться. Слишком быстро

или нечетко данные указания не ускорят, а, наоборот, замедлят выполнение действия.

✓ **Что помогает:**

ограниченное пространство, чёткие инструкции при помощи картинок, помощь взрослого, внимательное отношение к работе органов чувств.

✗ **Что мешает:**

спешка.

## Прогулка

Прогулки очень полезны для здоровья и развития ребёнка. Многим детям с РАС нравится гулять на природе и ходить пешком. Прогулки должны быть приятными и безопасными. Свободные игры на улице для ребёнка с РАС могут иметь свои сложности. Нужно придумать, чем заняться и как играть с другими детьми. Ребёнок с РАС очень нуждается в поддержке взрослого, который поможет ему найти подходящее занятие и стать участником совместной игры. Важно не забывать про особую чувствительность ребенка.

✓ **Что помогает:**

чёткие инструкции, поддержка взрослого, внимательное отношение к работе органов чувств, помощь в ситуациях социального взаимодействия, например, в игре.

## Принятие пищи

Кормление ребенка с РАС и прием пищи связаны с дополнительными сложностями. Рацион еды ребёнка с РАС может ограничиваться только несколькими блюдами, которые он соглашается есть. Часто это происходит из-за особенностей работы органов чувств. Запах, вкус, цвет и состав еды могут казаться ребёнку настолько неприятными, что он не может съесть всю порцию. Может быть так, что ребёнок не ест перемешанные между собой продукты, поэтому все ингредиенты должны быть расположены на тарелке отдельно друг от друга. Ребёнка с РАС никогда не стоит заставлять пробовать какое-то блюдо. Очень важно создать максимально приятную и спокойную атмосферу во время еды, чтобы у



ребенка возникло желание попробовать новый продукт. Для облегчения процесса кормления также помогут инструкции в картинках.

✓ **Что помогает:**

устные инструкции, картинки, предупреждающее планирование, внимательное отношение к работе органов чувств.

✗ **Что не работает:**

принуждение.

## Дневной сон

Для многих детей дошкольного возраста дневной сон очень важен. Для ребёнка с РАС это может создавать свои сложности, потому что его ритм сна и бодрствования, а также потребность в отдыхе могут сильно отличаться. Иногда дети с РАС спят всего несколько часов в сутки. Засыпание может длиться долго, чтобы расслабиться, требуются различные ритуалы. Хорошо, чтобы в детском саду у ребенка была возможность успокоиться и снять напряжение в спокойном месте.

✓ **Что помогает:**

инструкции, предупреждающее планирование, внимательное отношение к работе органов чувств.

## Поход в туалет

Умение пользоваться туалетом развивается у ребёнка с РАС очень индивидуально. Кроме того, на развитие этого навыка влияет наличие у ребёнка какого-то дополнительного диагноза, например, задержки умственного развития. Многие дети с РАС имеют проблемы с желудком и пищеварением, такие, как запоры. В детском саду поход в туалет обычно происходит до или после других действий: прогулка, еда, сон. Для походов в туалет хорошо иметь картинки, которые помогут выстроить последовательность действий.

✓ **Что помогает:**


время, предупреждающее планирование, инструкции.

## Игры

Игры детей с РАС могут отличаться от игр их сверстников. Детям с РАС может быть сложно использовать свое воображение или представить, что, например, лопатка может быть не только лопаткой. Ребенку может нравиться играть одному с какой-то конкретной игрушкой. Эта игра может повторяться изо дня в день. Бывает, ребенок выставляет игрушки в определенной последовательности или в ряд, или сосредотачивается на определенной части игрушки и долго с ней играет. Иногда это является способом успокоения и приведения в равновесие самого себя.

Ребёнок с РАС может забирать чужие игрушки. Это вызывает разногласия между ним и другими детьми. Здесь нужна поддержка и руководство взрослого. Четкие и неизменные правила облегчат течение игры. Играть лучше в маленькой группе или вдвоем. Не нужно требовать слишком много. Небольшие и успешно проведенные игры с другими детьми - этого вполне достаточно.

Социальные контакты перегружают ребёнка с РАС, и может так случиться, что после пребывания в группе ему необходимо побыть одному, чтобы снять напряжение.

 **Что помогает:** время на самостоятельно игру, правила, поддержка взрослого.

## Общественные мероприятия и праздники

У ребёнка с РАС часто возникает потребность в уединении. Иногда он готов принимать участие в совместной деятельности, а иногда, наоборот, ему нужно личное пространство. Ребенку может быть достаточно наблюдать за мероприятием, например, через открытую дверь. Важно, чтобы при необходимости была возможность уединиться или совсем уйти, если ребенку в зале покажется слишком шумно.

На такие праздники, как Рождество и Пасха, обычно украшают помещение. Эти изменения могут очень сильно перегрузить психику ребёнка с РАС. К этим, как и любым другим изменениям, нужно заранее подготовить ребёнка, рассказав ему при помощи картинок о том, что будет происходить. Также следует заранее отрепетировать предстоящие действия вместе. Ребёнок с РАС сможет вести себя очень хорошо, если к праздникам будет разработана,

например, индивидуальная иллюстрированная программа или использовать социальные истории в картинках при подготовке к ним.

✔ **Что помогает:** предупреждающее планирование, инструкции, внимательное отношение к работе органов чувств.

## Трудное поведение

Трудным поведение можно назвать тогда, когда ребенок наносит физический, психический, экономический или социальный вред самому себе или окружающим. Оно может проявляться у ребенка как в детском саду, так и в школе. У трудного поведения всегда есть причина. Часто такое поведение сопровождается особым восприятием, сложностями при выполнении заданий, перегрузками от общения с другими. Любые изменения привычного распорядка, например, новые люди или незапланированные события, в течение дня могут очень сильно повлиять на поведение ребёнка. В это время уровень стресса возрастает. Если вовремя не принять меры, есть опасность, что так называемая граница хаоса будет превышена, после чего поведение ребенка станет трудным.

Профилактика стрессовых ситуации – лучший способ избежать сложного поведения. Очень важно обдумать причины такого поведения и определить ситуации, предшествующие ему, чтобы вместе с ребёнком научиться правильно действовать. Во избежание сложных ситуаций следует обратить внимание на особые потребности ребёнка, его чувствительность, уровень навыков самоуправления, общения и взаимодействия, а также создать комфортную окружающую среду и использовать подходящие методы работы.

✔ **Что помогает:** принятие во внимание работы органов чувств, предупреждающее планирование, помощь в налаживании контактов.

*Ребёнок с расстройством аутистического спектра, в первую очередь, ребёнок, личность, у которой много сильных сторон и большие ресурсы. Он может быть, например, весьма успешен в некоторых, пусть даже небольших делах, у него может быть какой-то особенный талант или умение. Сильные стороны ребёнка можно определить посредством его интересов. Поддержи их. Помни, что эти особые интересы ребенка могут мотивировать его и являться вознаграждением за изучение или выполнение новых или не очень интересных заданий.*

## У ребёнка с РАС в школьном возрасте могут наблюдаться:

- сложности в обучении социальному взаимодействию,
- мало друзей,
- неумение устанавливать зрительный контакт,
- неравномерное развитие способностей – в каких-то делах ребенок очень способен, другие дела, наоборот, не получаются совсем,
- сильный интерес к чему-нибудь необычному,
- склонность понимать сказанное дословно,
- проблемы с вниманием,
- трудное поведение,
- заикленность на рутинных делах,
- угловатость,
- специфичность работы органов чувств.

## Для ребенка с РАС скорее всего сложно:

- понимать язык тела и другие невербальные сообщения,
- представить себя на месте другого ребёнка,
- видеть ситуацию целиком,
- управлять своей деятельностью,
- мыслить гибко,
- заботиться о своих вещах,
- не перебивать других,
- справляться с изменениями, неудачами, критикой,
- играть на перемене с другими детьми.

## Дети с РАС также могут обладать внутренними ресурсами и сильными сторонами:

- хорошая память,
- способность усиленно заниматься тем, что ему интересно,
- своеобразное выражение себя и видение окружения,
- честность,
- законопослушность,
- следование правилам,
- чувствительность и особая система восприятия,
- визуальность,
- логика,
- креативность,
- специфические таланты,
- чувствительность,
- обилие идей,
- способность полностью погрузиться в дела,
- интерес к фактам,
- внимание к деталям, (tarkka yksityiskohtien havaitseminen)
- своеобразное чувство юмора,
- способность воспринимать компьютерную логику,
- умение работать основательно, сосредоточившись на конкретном задании.

## Помните!

**Р**ебенок с РАС по-своему воспринимает мир, учится он тоже по-своему. Поэтому способы его обучения и воспитания должны быть подходящими. Чаще всего обучение происходит с помощью системы карточек. Необходимо стараться задействовать как можно больше каналов восприятия.

Способности ребенка с РАС могут развиваться неравномерно. Какие-то дела удаются очень хорошо, какие-то совсем не получаются. Хорошо выходит то, что ребенка больше всего интересует. Помните, что заучивание

нового может потребовать от ребенка с РАС гораздо больше тренировок и повторений. Принуждение не работает, а правильное вознаграждение может дать хорошие результаты.

## Как поддержать ребенка с РАС

### *Предугадай / Предупреди*

Помоги ребенку спланировать свое время, например, для выполнения задания.

- Договорись с ним.
- Постарайся заранее увидеть причинно-следственную связь.
- Подготовь ребенка к ситуациям социального взаимодействия, особенно, если они новые.
- Мотивируй ребенка при помощи вознаграждения, например, наклейки.
- Проговори задание один раз. При необходимости дополнительно используй картинки или написанные инструкции.
- Выбери вместе с ребенком подходящее для него, постоянное место в классе, в столовой, в других помещениях.
- Предугадывай изменения!

### *Структурируй*

- Отвечай на вопросы: что делать – где делать – когда делать – с кем делать – как долго это будет длиться – что будет после этого?
- Давай одно задание за раз, а также предоставь достаточно времени для его выполнения.
- Сделай индивидуальный распорядок дня и план выполнения заданий.
- Придерживайся четкого графика в школе и при выполнении домашних заданий.
- Структурируй то, что вы делаете вместе с ребенком.

- Побуждай к действию и напоминай.
- Используй интересы ребенка.
- Следи за течением времени и выполнением заданий, используя календарь, часы, телефон, расписание и др.
- Тренируй рабочую память.
- Дели большие задания на маленькие.
- Составляй письменные инструкции и используй картинки.
- При необходимости огради рабочее место ребенка перегородкой.

## *Визуализируй*

- Подкрепляй свою речь картинками и текстом.
- Используй цвета и картинки во время знакомства с новым помещением или заданием.
- Знакомь с правилами, например, при помощи картинок или социальных историй.
- Используй картинки и написанные инструкции.

## *Принимай во внимание особенности работы органов чувств*

- Организуй пространство так, чтобы ребенку было комфортно.
- Держи под рукой затычки для ушей, перегородки, очки от солнца, смартфоны и т.д.
- Обращай внимание на фоновые шумы, материалы, температуру окружающей среды, освещение, запахи, цвета и другие раздражители.
- Следи за тем, как ты используешь свой голос.
- Учи ребенка расслабляться.
- Делай перерывы, во время которых ребенок может скомпенсировать работу органов чувств, например, в спокойном помещении.

## Поддерживай развитие социальных навыков

- Используйте прямые, конкретные указания.
- Рассказывай социальные истории, показывай комиксы, фильмы и т.п.
- Тренируй вместе с ребенком сенсорные навыки. (Harjoittelee tunnetaitoja lapsen kanssa.)
- Договаривайся и иди на компромисс.
- Обращай внимание на сильные стороны ребенка.
- Поддерживай ребенка, когда он просит помощи, договорись о знаках, которые означают, что сейчас ему нужна помощь.
- Обращай особое внимание на ребенка во время перемен и в другое свободное время. Помогите ему найти интересное занятие и завязать дружбу с другими детьми.

### А также

- Учи ребенка «держа за руку», во всем показывая пример.
- Поощряй самостоятельность.
- Давай честную, «правильную» обратную связь.
- Обучай ребенка ответственности и поручай ему ответственные задания.

||| **Приобретенные в школьном возрасте навыки перейдут во взрослую жизнь.**



# Сотрудничество

**Р**ебёнок с РАС обладает особыми потребностями, связанными с ростом и развитием. Он может нуждаться в помощи в повседневных делах, воспитании, обучении и физическом развитии. Обычно составляется программа реабилитации, которая содержит различные формы поддержки. Когда ребёнку ставится диагноз РАС, ему назначается реабилитация, например, логопед, функциональный терапевт и иногда другие формы терапии. Встречи ребенка со специалистами могут проходить нерегулярно, поэтому большая часть терапии, а также обучение новым вещам происходит в детском саду, школе и дома.

Хорошая совместная работа проявляется в открытости и уважении по отношению к ребёнку и его семье. Самый важный источник информации – семья. Очевидно, что родители лучше знают особенности и предпочтения своего ребёнка и, например, то, какие вещи он делал раньше. Сотрудничество между всеми заинтересованными сторонами (семья, детский сад/школа, терапевты) важно для того, чтобы правильно достигать целей реабилитации и работать в одном направлении. Так ребенок сможет получить максимальную поддержку.

*Многие молодые люди с РАС сталкиваются в школе с буллингом. Вмешайтесь в эту ситуацию, проясните ее для всех участников. Объясните, что ученик с РАС воспринимает насмешки не так, как все. Отличия – это хорошо. Благодаря этому весь класс может научиться смотреть на события с другой точки зрения, приобретая, таким образом, новые для жизни знания.*

Союз поддержки людей с аутизмом и синдромом Аспергера.  
[www.autismiliitto.fi](http://www.autismiliitto.fi)

# Sanasto:

## A

Aistit – ощущения, органы чувств

Aivot – мозг

Aliherkkä – гипо- (мало) чувствительный

Arsykkeet – раздражители

Aspergerin häiriö – синдром Аспергера

Autismi – аутизм

Autismihäiriö – расстройство аутистического спектра

Autismikirjo – аутистический спектр

## D

Diagnosoida – диагностировать

## E

Ennakoida – предугадывать, предсказывать, предупреждать

Erätyypillinen autismi – атипичный аутизм

Erytynen – особый, особенный

Erytyspiirteet – особые, особенные черты

## H

Haastava käyttäytyminen – трудное поведение

Haju – запах

Herkkyyden – чувствительность

Hermostosysteemi – нервная система

Huolehtia omasta tavaroista – заботиться о своих вещах

## K

Katsekontaktti – зрительный (глазной) контакт

Kehitys – развитие

Kehityshäiriö – нарушение развития

Kehitysvamma – нарушение, патология, аномалия развития

Kehonkieli – язык тела

Keskushermosto – центральная нервная система

Kipu – боль

Kirjoitetut ohjeet – написанные инструкции

Kiusaaminen – буллинг, травля, издевательства

Kosketus – прикосновение

Kuntoutus – реабилитация, восстановление

Kuvat – картинки

Käytäytyminen – поведение

## L

Lahjakkuus – одаренность

Lämpötila – температура (в комнате, например)

## M

Maку – вкус

Muisti – память

## O

Oireet – симптомы

## P

Puheterapia – логопедические занятия

## R

Rajattu tila – ограниченное пространство

Rauhoittua – успокоиться

Rentoutua – расслабиться

## S

Selkeät ohjeet – четкие инструкции

Sosiaalinen tarina – социальная история

Sosiaalinen vuorovaikutus – социальное взаимодействие

Sosiaaliset taidot – социальные навыки

Stressi – стресс

Stressitaso – уровень стресса

## T

Taito – умение

Tasapaino – равновесие

Tausten ääni – фоновый шум

Tautiluokitus – классификация заболевания

Toiminnan ohjaus – управление деятельностью

Toimintaterapia – деятельностная (функциональная) терапия

Tunteet – чувства

Tunteiden tulkinta – интерпретация чувств

**V**

Valo – свет

Vastavuoroisuus – поочередность

Visuaalisesti – визуально, посредством зрительного анализатора

Voimavarat – ресурсы

Vuorovaikutus – взаимодействие, общение

Väri – цвет

**Y**

Yksilöllisesti – индивидуально

Yliherkkä – гиперчувствительный

Ylikuormittaa – перегружать

**Ä**

Äänensävy – интонация

Ääni – голос

# Словарь:

## А

Атипичный аутизм – erätyyppillinen autismi

Аутизм – autismi

Аутистический спектр – autismitkirjo

## Б

Боль – kärsiä

## В

Взаимодействие, общение

Визуально

Вкус – maku

## Г

Гипер- (слишком) чувствительный – yliherkkä

Гипо- (мало) чувствительный – aliherkkä

Голос – ääni

## Д

Деятельностная (функциональная) терапия

Диагностировать – diagnosoida

## З

Заботиться о своих вещах – huolehtia omasta tavaroista

Запах – hajua

Зрительный (глазной) контакт – katsekontakti

## И

Индивидуально – yksilöllisesti

Интерпретация чувств – tunteiden tulkinta

Интонация – оттенки голоса

## К

Картинки – kuvat

Классификация заболеваний – tautiluokitus

## Л

Логопедические занятия – puheterapia

## М

Мозг – aivot

## Н

Написанные инструкции – kirjoitetut ohjeet

Нарушение, патология, аномалия развития – kehitysvamma

Нервная система – hermostosysteemi

## О

Ограниченное пространство – rajattu tila

Одаренность – lahjakkuus

Органы чувств – aistit

Особый, особенный – erityinen

Особые, особенные черты – erityispiirteet

## П

Память – muisti

Перегружать – ylikuormittaa

Поочередность – vastavuoroisuus

Поведение – käytäytyminen

Предугадывать, предупреждать – ennakoida

Прикосновение – kosketus

## Р

Равновесие – tasapaino

Развитие – kehitys

Раздражители – arsykkeet

Расслабиться – rentoutua

Расстройство аутистического спектра – autismihäiriö

Реабилитация, восстановление – kuntoutus

Ресурсы – voimavarat

## С

Симптомы – oireet

Свет – valo

Социальная история – sosiaalinen tarina

Социальное взаимодействие – sosiaalinen vuorovaikutus  
Социальные навыки – sosiaaliset taidot  
Стресс – stressi

## Т

Температура (в помещении) – lämpötila  
Травля, издевательства, буллинг – kiusaaminen  
Трудное поведение – haastava käyttäytyminen

## У

Умение – taito  
Управление деятельностью – toiminnan ohjaus  
Успокоиться – rauhoittua  
Уровень стресса – stressitaso

## Ф

Фоновый шум – tausten ääni

## Ц

Центральная нервная система – keskushermosto  
Цвет – väri

## Ч

Четкие инструкции – selkeät ohjeet  
Чувства – tunteet  
Чувствительность – herkkyyys

## Я

Язык тела – kehonkieli

Брошюра переведена на русский язык организацией  
РУССКОЯЗЫЧНЫЕ ФИНЛЯНДИИ (Suomen Venäjänkielisten  
Keskusjärjestö ry, [www.venajankieliset.fi](http://www.venajankieliset.fi))  
в рамках проекта «К здоровью – вместе» («Hyvinvointia yhteis-  
voimin»). Проект осуществляется при финансовой поддержке  
Государственного Центра поддержки социальных проектов при  
Министерстве здравоохранения и социального благополучия  
Финляндии – STEA.

Перевод на русский язык осуществлен координатором проекта  
Еленой Марковой и Екатериной Никитин.  
Редколлегия: Ольга Юнтунен, Ольга Лиукконен, Надежда Кузнецова.  
Перевод на русский язык проверен коррекционным учителем  
Семейного центра Мария (Perhekeskus Maria ry) Ольгой Юнтунен.  
Верстка и дизайн: Светлана Койвунен.

Брошюра подготовлена Союзом поддержки людей с аутизмом  
(Autismiliitto ry), деятельность которого направлена на поддержку  
людей с расстройством аутистического спектра и их близких.

