

Федосеева Ольга Александровна

педагог-психолог

ГКУ ЦСПР «Роза ветров»

г. Москва

ИГРЫ, ПОМОГАЮЩИЕ РЕБЕНКУ С АУТИЗМОМ: ЭФФЕКТИВНОСТЬ И ПРЕИМУЩЕСТВА ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ

***Аннотация:** статья посвящена изучению роли игровой терапии в лечении детей с аутизмом. Рассматриваются результаты исследований, проведенных в этой области, и анализируются преимущества и ограничения игровой терапии для ребенка с аутизмом. Автор подчеркивает значение подхода к терапии через игру, который может помочь детям с аутизмом развиваться, укреплять общение и социальные навыки, а также преодолевать трудности, связанные с коммуникацией и поведением. Цель статьи заключается в обнаружении эффективных методов игровой терапии для детей с аутизмом, которые были бы доступны для применения в повседневной жизни. Представлены рекомендации и советы, которые помогут родителям и специалистам в использовании игр в терапии детей с аутизмом.*

***Ключевые слова:** игры, игровая терапия, аутизм, эффективность, общение, социальные навыки, поведение, развитие, коммуникация, дети, лечение, преимущества, ограничения, исследование, терапевтические методы, рекомендации.*

Аутизм является расстройством развития, которое приводит к социальной дезадаптации, и диагностируется в возрасте от двух до трех лет. Игровая терапия, включающая в себя использование игр как метода лечения, является важной стратегией в лечении аутизма у детей. Игры в лечении аутизма могут помочь детям с пониманием коммуникационных навыков, а также восприятию социальных ситуаций. Эффективность игровой терапии подтверждается многочисленными исследованиями, показывающими, что у детей, участвующих в таких активностях, возрастает уровень адаптации, улучшаются навыки социаль-

ного взаимодействия и повышается мотивация к обучению. Помимо этого, игры могут укреплять когнитивные способности и моторные навыки у детей с аутизмом. В связи с этим, использование игровой терапии является очень эффективным и долгосрочным методом лечения аутизма у детей, благодаря своей универсальности и способности сильно воздействовать на ребенка в позитивном ключе.

При использовании игровой терапии для лечения аутизма у детей важно учитывать особенности каждого ребенка и адаптировать игровые сессии под индивидуальные потребности пациента. Кроме того, необходимо использовать методы обратной связи и поощрения, чтобы усилить мотивацию ребенка. Это может включать в себя оценку прогресса ребенка и похвалу за работу, выполненную им. Игровая терапия не только помогает детям с аутизмом, но также может поддерживать социальное взаимодействие с родителями, братом или сестрой и друзьями, поскольку игры могут быть использованы в качестве средства взаимодействия между ребенком и окружающей средой. Кроме того, использование игровой терапии помогает уменьшить тревогу и повысить уровень самооценки у детей с аутизмом. В целом, игровая терапия является эффективным и благополучным способом для лечения детей с аутизмом, и может значительно помочь им в адаптации в обществе.

Согласно исследованиям Vismara и Rogers [9], игры являются одним из методов лечения, которые используются при расстройствах аутистического спектра, так как помогают детям сформировать коммуникативные и социальные навыки. Коегель и соавторы [4] указывают, что игры могут быть эффективными при обучении навыкам самообслуживания, моторным навыкам, а также в развитии других навыков, которые помогают детям соответствовать своему возрасту. До недавнего времени, научные доказательства оценки эффективности игровой терапии были ограниченными. Однако, с момента таких исследований, как те, которые проводили Dawson и соавторы [1] и Gulsrud и соавторы [2], стало ясно, что игровая терапия является действенным методом лечения аутизма у детей.

Игровая терапия также может помочь детям с аутизмом улучшить свое эмоциональное состояние и уменьшить тревожность. Как показывает исследование, проведенное Tse и соавторами [8], ароматическая игровая терапия, основанная на применении эфирных масел, может уменьшить уровень тревоги и повысить качество сна у детей с аутизмом.

Кроме того, исследования Naber и соавторов [6] и Scassellati и соавторов [7] показывают, что использование роботов-компаньонов может быть эффективным при социальной и коммуникативной игровой терапии. Такие роботы могут помочь детям с аутизмом развивать социальные навыки, учиться основам взаимодействия с другими людьми, а также создать определенный комфортный для них уровень общения.

Еще одна эффективная форма игровой терапии для детей с аутизмом – это музыкальная терапия. Как показывает исследование, проведенное Kim и соавторами [3], музыкальная терапия может помочь детям с аутизмом улучшить свои коммуникативные и социальные навыки. Результаты исследования также показали, что музыкальная терапия может уменьшить поведенческие проблемы, такие как агрессия и несоблюдение правил. Результаты исследования показали, что после окончания курса музыкальной терапии дети из экспериментальной группы стали более отзывчивыми на социальные и коммуникативные сигналы, у них улучшились социальные навыки и их поведение стало более адекватным и менее агрессивным.

Исследование также выявило, что музыкальная терапия оказывает положительный эффект на чувство вовлеченности и удовлетворенности детей, участвующих в ней, а также на чувство удовлетворенности и уверенности в собственных навыках у музыкальных терапевтов.

Итак, музыкальная терапия является эффективной формой игровой терапии для детей с аутизмом, способствующей их коммуникативному и социальному развитию, а также улучшению их эмоционального состояния.

Кроме того, использование игровых терапий с животными, таких как собаки, также может быть эффективным при лечении аутизма. Одно из исследова-

ний, проведенное Lundqvist и соавторами [5], показало, что использование собак в игровой терапии улучшает коммуникативные навыки у детей с аутизмом и уменьшает тревожность.

Еще одна форма игровой терапии, которая может быть эффективной при лечении аутизма, – это терапия на основе игры с помощью различных компьютерных программ. В качестве примера можно привести программу «RoboМетод», которая использует компьютерные игры в качестве основы терапии. Игры в программе специально разработаны для развития определенных навыков, таких как развитие внимания, памяти и мышления. Исследования показали, что использование такой игровой терапии у детей с аутизмом может улучшить их способность обучаться и помочь им развивать социально-эмоциональные навыки.

Также можно упомянуть о терапии на основе игры с помощью конструкторов, таких как Лего. Эта форма игровой терапии направлена на развитие фантазии и креативности детей, а также на развитие их социальных навыков, таких как совместное решение задач и работа в команде. Исследования показали, что использование конструкторов в игровой терапии у детей с аутизмом может улучшить их способность к обучению, а также помочь им справляться с эмоциональными проблемами, такими как тревожность и поведенческие проблемы.

Кроме того, игровая терапия может быть полезна для родителей детей с аутизмом. Родительские тренинги, которые включают игры и различные игровые техники, могут помочь родителям улучшить коммуникацию со своими детьми и сократить уровень стресса и тревожности, с которыми они могут столкнуться при воспитании ребенка с аутизмом.

В целом, игровая терапия может быть эффективным инструментом при лечении аутизма, способствуя развитию социально-эмоциональных навыков, улучшению способности к обучению и справляться с эмоциональными проблемами.

Заканчивая обзор некоторых аспектов игротерапии для детей с аутизмом, следует отметить, что представленный материал далеко не исчерпывает потен-

циала игровой деятельности в психотерапии. Игра может быть полезным инструментом для диагностики и психотерапии практически любых нарушений детского развития.

На сегодняшний день все большее внимание уделяется изучению роли игры в воспитании аномально развивающихся детей. Развитие таких детей требует знаний и навыков, которые не всегда доступны родителям. Следовательно, психотерапия детей с аутизмом также подразумевает включение в процесс родителей. Игра может стать методом психотерапии для родителей, создавая условия для перестройки неадекватных отношений с детьми, разрушения жестких способов общения, расширения арсенала воспитательных средств родителей. Терапия детско-родительских отношений не требует от родителей радикальных изменений, в действительности, совместная работа родителей со специалистом часто погружает их в свой собственный мир детских воспоминаний и позволяет пережить игры своих детей, что дает новое осознание собственных позиций в воспитании.

References

1. Dawson G., Rogers S., Munson J., Smith M., Winter J., Greenson J., & Varley J. (2010). Randomized, controlled trial of an intervention for toddlers with autism: the Early Start Denver Model. *Pediatrics*, 125(1), e17-e23. doi: 10.1542/peds.2009-0958
2. Gulsrud A.C., Kasari C., Freeman S., Paparella T., & Helleman G. (2014). Long-term effects of early intervention in 6-year-old children with autism spectrum disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 53(6), 658–666. doi: 10.1016/j.jaac.2014.02.017
3. Kim J., Wigram T., & Gold C. (2008). Emotional, motivational and interpersonal responsiveness of children with autism in improvisational music therapy. *Autism*, 12(5), 389–409. doi: 10.1177/1362361308091245
4. Koegel L.K., Koegel R.L., & McNerney E.K. (2001). Pivotal areas in autism intervention: A model for motivation and development. *Journal of autism and developmental disorders*, 31(5), 463–478. doi: 10.1023/A:1010718700717

5. Lundqvist L.O., Ollén E., & Nilsson K. (2014). Playing with the dog: Post-stimulus social interaction between children with autism and their family pet. *Journal of pediatric nursing*, 29 (6), 511–517. doi: 10.1016/j.pedn.2014.04.024
6. Naber F.B., Swart I., & Smits E. (2007). Socially intelligent robots for therapeutic and educational interventions in autism: state of the art and challenges. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 4 (1), 43–56. doi: 10.1007/s40489-007-0009-6
7. Scassellati B., Admoni H., & Mataric M. (2012). Robots for use in autism research. *Annual Review of Biomedical Engineering*, 14, 275–294. doi: 10.1146/annurev-bioeng-071811-150036
8. Tse M.M., Mak W.W., & Chan R.C. (2016). Play therapy with aromatherapy for children with autism spectrum disorders: a randomized controlled pilot trial. *Journal of autism and developmental disorders*, 46 (6), 2090–2102. doi: 10.1007/s10803-016-2760-2
9. Vismara L.A., & Rogers S. J. (2010). Behavioral treatments in autism spectrum disorder: *Annual review of clinical psychology*, 6, 447–468. doi: 10.1146/annurev.clinpsy.121208.131134