



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ НА МЕРОПРИЯТИЯХ С УЧАСТИЕМ ЛЮДЕЙ С РАС

У людей с РАС присутствует нарушение обработки сенсорной информации – проблемы с процессами обработки информации от одной или более из семи сенсорных систем: визуальной (зрение), аудиальной (слух), тактильной (прикосновения), обонятельной (запах), вкусовой, вестибулярной (равновесие) или проприоцептивной (движение).

При этом возможны как гиперчувствительность (повышенная чувствительность) ко входным сигналам, так и гипочувствительность (сниженная чувствительность).

Обработка информации от одной или нескольких систем может быть нарушена настолько, что повседневные ощущения воспринимаются как невыносимо интенсивные или вообще не воспринимаются. Такое состояние называется «сенсорная перегрузка»: один или более из каналов чувственного восприятия переполняется и человеку становится трудно на чём-либо сосредоточиться. В ряде случаев сенсорная перегрузка может привести к срыву (мелтдаун) – аутической истерике, характеризующейся самоповреждениями, криками, потерей сознания.

Потому необходимо соблюдать следующие минимальные **рекомендации при взаимодействии с людьми с РАС в рамках мероприятий с их участием:**

1. Переведите свои устройства связи и записи в беззвучный режим. Звуки определённой частоты и продолжительности вызывают у людей с РАС перегрузку, особенно при внезапном их включении.
2. Не используйте съёмку со вспышкой. Это может вызвать перегрузку по визуальному каналу.
3. Не прикасайтесь к людям с РАС без получения разрешения на физический контакт. Не протягивайте руку для пожатия первыми, не хлопайте по телу с целью привлечь внимание.
4. Говорите прямо, чётко. Избегайте шуток, намёков, иносказаний. Не ожидайте понимания того, что кажется очевидным – проговаривайте это. По возможности формулируйте вопросы, используя терминологию и соблюдая краткость.
5. Обязательно спросите, как обращаться к человеку (какую форму имени использовать). И при озвучивании вопросов используйте только эту форму. У многих людей с РАС трудности с откликом на имя.
6. По возможности старайтесь не смотреть в глаза. У большинства людей с РАС это вызывает тревогу и перегрузку, даже если они обучены имитировать зрительный контакт.
7. По возможности говорите тихо, обращайтесь к друг другу по очереди. Одновременные разговоры нескольких человек, громкая речь, смех вызывают перегрузку.
8. По возможности не используйте сильно пахнущую косметику и не курите перед приходом в помещение.
9. Помните, что обращение к вам без использования так называемых вежливых слов и выражений (например «Перефразируйте вопрос» вместо «Пожалуйста, задайте вопрос иначе») не является преднамеренной грубостью. Стиль общения в форме «запрос-ответ» по механическому типу – естественная форма коммуникации людей с РАС.
10. Учитывайте, что необычный глазной контакт, тон голоса, ориентирование корпуса во время разговора не в вашу сторону не означает отсутствие интереса или враждебности. Это делается для концентрации на активации устной речи и помогает справляться с сенсорной перегрузкой во время общения.