

Примеры рекомендаций по практикам помощи детям с РАС в документах разных стран

Рекомендации Центров по контролю и профилактике заболеваний США (CDC, США)



На [сайте](#) CDC опубликован перечень вмешательств, направленных на снижение симптомов аутизма и улучшение качества жизни детей с РАС. Все представленные вмешательства поделены на группы, к каждой из них даны краткие пояснения.

Помимо основных рекомендаций также упоминаются дополнительные и альтернативные методы помощи. Они могут использоваться в дополнение к традиционным методам помощи при РАС. Прежде чем начинать применять такие методы CDC советует обязательно проконсультироваться с доктором.

РЕКОМЕНДОВАННЫЕ МЕТОДЫ

Поведенческие методы (behavioral approaches)

Эти методы основаны на принципах прикладного анализа поведения (ПАП). Подчеркивается, что они имеют самый высокий уровень доказательности в снижении симптоматики аутизма.

Отдельно выделены:

- Обучение отдельными блоками (DDT) - использование пошаговых инструкций для формирования желательного поведения
- Тренинг ключевых реакций (PRT) - обучение социальным навыкам в естественной среде

Методы, основанные на принципах психологии развития (developmental approaches):

Такие методы фокусируются на определенных навыках, например, языковых и часто применяются вместе с поведенческими методами.

Отдельно выделены:

- **Развитие языка и речи (Speech and Language Therapy)** – применяется для формирования вербальных и альтернативных навыков общения
- **Сенсорная интеграция (Sensory Integration Therapy)** – помогает нормализовать избыточные или недостаточные реакции на получение сенсорной информации
- **Физиотерапия (Physical Therapy)** – помогает развивать физические возможности, крупную и мелкую моторику
- **Денверская модель раннего вмешательства (Early Start Denver Model, ESDM)** – более широкий подход, который основывается и на принципах ПАП, и на принципах психологии развития. Применяется для развития коммуникативных, социальных и учебных навыков у детей 12-48 месяцев

Образовательные методы (Educational Approaches):

Реализуются в школьных классах.

Ключевой подход - **Treatment and Education of Autistic and Related**

Communication-Handicapped Children (TEACCH). В его рамках в фокусе внимания оказывается последовательное обучение детей с РАС с обязательной визуальной поддержкой.

Социально-реляционные методы (Social-Relational Approaches)

Направлены на улучшение социальных навыков и укрепление эмоциональных связей:

- **DIR/Floortime** – задействует интересы человека, чтобы расширить возможности для общения
- **Метод развития межличностных отношений (RDI)** – включает в себя мероприятия, повышающие мотивацию, интерес и способность участвовать в социальных взаимодействиях

- **Социальные истории** – предоставляют простое описание того, чего следует ожидать в определенной социальной ситуации
- **Группы по социальным навыкам** – предоставляют людям с РАС возможность обрабатывать социальные навыки в структурированной среде

Фармакологические методы (Pharmacological Approaches)

Лекарств, которые лечили бы основные симптомы РАС, нет. Но некоторые лекарства лечат сопутствующие симптомы, что может помочь людям с РАС лучше чувствовать себя. Например, лекарства могут помочь справиться с неспособностью сосредоточиться, самоповреждающим поведением, тревогой, депрессией, проблемами ЖКТ, судорожными расстройствами и т.д.

Психологические методы (Psychological Approaches)

Психологические подходы могут помочь людям с РАС справиться с тревогой, депрессией и другими проблемами психического здоровья.

Когнитивно-поведенческая терапия, КПТ (Cognitive-Behavior Therapy, СВТ) – это один из психологических подходов, который фокусируется на изучении связей между мыслями, чувствами и поведением. Во время КПТ терапевт и клиент работают вместе, чтобы определить цели, а затем изменить то, как человек думает о ситуации и то, как он реагирует на ситуацию.

Дополнительные и альтернативные методы (Complementary and Alternative

Treatments) - методы не вписывающиеся ни в одну из категорий, а также используемые в качестве дополнения для традиционных вмешательств, указанных выше. Их использование требует обязательной консультации врача. К таким методам могут относиться:

- **Специальные диеты (special diets)**
- **Растительные добавки (herbal supplements)**
- **Мануальная терапия (chiropractic care)**
- **Терапия с животными (animal therapy)**
- **Арт-терапия (arts therapy)**
- **Практики осознанности (mindfulness)**
- **Релаксация (Relaxation Therapies)**

Отчет о научно обоснованных практиках Национального центра профессионального развития по РАС (NPDC, США)



В 2007 году Министерство образования США впервые предоставило NPDC финансирование, которое было предназначено для стимулирования учителей к применению на занятиях научно обоснованных методов. Однако оказалось, что без списка таких методов это сделать невозможно, поэтому началась подготовка первого соответствующего документа. В 2010 году был опубликован первый отчет по научно обоснованным практикам, а в 2014 году вышло его обновление. Последняя версия была [опубликована](#) в 2020 году.

В списке научно обоснованных практик NPDC перечислены те, которые были исследованы в качественно выполненных работах, и по их итогу был показан положительный эффект для детей, молодых людей и/или взрослых с РАС. Кроме того, NPDC предоставляет возможность пройти короткие курсы повышения квалификации по каждому из методов.

В таблице приведен актуальный список научно обоснованных практик из отчета 2020 года.

Вмешательства, основанные на контроле antecedентов	(Antecedent-Based Interventions, ABI)
Альтернативная и дополненная коммуникация	(Augmentative and Alternative Communication, AAC)
Вмешательство, основанное на использовании поведенческого импульса	(Behavioral Momentum Intervention, BMI)
Когнитивно-поведенческие вмешательства	(Cognitive Behavioral/ Instructional Strategies, CBIS)
Дифференцированное подкрепление альтернативного, несовместимого или другого поведения	Differential Reinforcement of Alternative, Incompatible, or Other Behavior, DR
Прямое обучение	Direct Instruction, DI
Обучение методом отдельных блоков	Discrete Trial Training, DTT
Физические упражнения	Exercise and Movement, EXM
Гашение	Extinction, EXT
Функциональный анализ поведения	Functional Behavioral Assessment, FBA
Обучение функциональной коммуникации	Functional Communication Training, FCT
Моделирование	Modeling, MD
Вмешательство, опосредованное музыкой	Music-Mediated Intervention, MMI
Натуралистические вмешательства	Naturalistic Intervention, NI

Вмешательства, проводимые родителями	Parent-Implemented Intervention, PII
Обучение и вмешательство, проводимое с помощью сверстников	Peer-Based Instruction and Intervention, PBII
Подсказки	Prompting, PP
Подкрепление	Reinforcement, R
Прерывание реакции/перенаправление	Response Interruption/Redirection, RIR
Самоуправление	Self-Management, SM
Сенсорная интеграция	Sensory Integration®, SI
Социальные рассказы	Social Narratives, SN
Тренинг социальных навыков	Social Skills Training, SST
Алгоритм задачи	Task Analysis, TA
Обучение и вмешательство при помощи технологий	Technology-Aided Instruction and Intervention, TAI
Отсрочка по времени	Time Delay, TD
Видеомоделирование	Video Modeling, VM
Визуальная поддержка	Visual Supports, VS

Список Американской психологической ассоциации (АРА, США)



На [сайте](#) Американской психологической ассоциации представлен список вмешательств, которые помогают детям с РАС. Подразделение АРА, Общество клинической психологии, в 1990-х годах разработало критерии для отнесения вмешательств к эффективным, вероятно эффективным и т.д. И это был первый случай четкой регламентации требований к объему и типу научных доказательств, которые необходимы для причисления психологических и социальных вмешательств к научно обоснованным.

АРА подчеркивает, что хотя медицинские методы и могут помочь при решении некоторых проблем со здоровьем, на симптомы самого аутизма они никак не влияют. В числе же немедицинских вмешательств отмечены следующие:

Вид вмешательств	Краткая информация
Поведенческие вмешательства	Основной вид вмешательств, которые помогают улучшить коммуникацию и социальное взаимодействие и уменьшить проявления проблемного поведения (например, агрессии или самоагрессии). Во многих программах делается упор на оперантное обусловливание, которое задействует поощрения, чтобы стимулировать желательное поведение, и наказания, чтобы снизить проявления нежелательного.
Когнитивно-поведенческая терапия	Фокусируется не только на поведении, но и на мыслях
Тренинг социальных навыков	Помогает детям с аутизмом улучшить межличностное взаимодействие
Совместное обучение в общеобразовательных классах с типично развивающимися сверстниками	Хотя и отмечается, что одним детям с РАС инклюзия идет на пользу больше, а другим — меньше

Отчет «Вмешательства для детей в спектре аутизма: обобщение данных исследований» (Autism CRC, Австралия)



По заказу Национального агентства страхования по нетрудоспособности австралийская организация Autism CRC подготовила и опубликовала [отчет](#), в котором обобщила высококачественные данные о вмешательствах, доступных детям в спектре аутизма. Цель составления отчета — дать возможность семьям, практикам, исследователям и политикам принимать информированные решения относительно вмешательств при аутизме. В отчет включены всесторонние обзоры научных доказательств эффектов (как терапевтических, так и вредоносных), которые эти вмешательства оказывают на детей с РАС. Выделено 9 категорий вмешательств, приведены их теоретические обоснования, клиническое применение и основные принципы.

Вид вмешательств	Примеры методов
Поведенческие вмешательства (behavioral interventions)	Обучение отдельными блоками, Раннее интенсивное поведенческое вмешательство
Вмешательства, основанные на психологии развития (developmental interventions)	DIR/Floortime, More than Words, Педиатрическая коммуникативная терапия при аутизме (Paediatric Autism Communication Therapy)
Натуралистические поведенческие вмешательства, основанные на психологии развития (naturalistic developmental and behavioural interventions, NDBIs)	Денверская модель раннего вмешательства (ESDM), Тренинг ключевых реакций (PRT), Совместное внимание, символическая игра, вовлеченность и регулирование (JASPER)
Вмешательства, основанные на сенсорной сфере (sensory-based interventions)	Сенсорная интеграция Джин Айрес
Вмешательства, основанные на применении технологий (technology-based interventions)	PECS (в контексте данного обзора); применение устройств, генерирующих голос; обучение при помощи компьютера
Вмешательства с участием животных (animal-assisted interventions)	Использование собак-ассистентов, дельфинотерапия
Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ)	КПТ – это отдельный метод вмешательства
Лечение и обучение детей с аутизмом и сопутствующими коммуникативными проблемами (TEACCH)	TEACCH – это отдельный метод вмешательства
Другие вмешательства, которые не попадают ни в одну из категорий	Тренинг социальных навыков, обучение модели психического