**Социальные истории: помощь в понимании социальных правил для детей с РАС**

Дети с расстройством аутистического спектра (РАС) часто испытывают трудности с пониманием и соблюдением социальных правил. Это может привести к проблемам в общении, поведении и обучении.

Социальные истории - это инструмент, который может помочь детям с РАС научиться понимать и следовать социальным правилам.

***Что такое социальные истории?***

Социальные истории - это короткие рассказы, которые описывают конкретную социальную ситуацию.

В них рассказывается, что происходит в этой ситуации, как люди обычно себя ведут, и что нужно делать ребенку с РАС.

Социальные истории могут быть персонализированы для каждого ребенка, чтобы отражать его индивидуальные потребности и интересы.

***Как работают социальные истории?***

Социальные истории работают, предоставляя детям с РАС ясную и структурированную информацию о социальных ситуациях.

Это может помочь им:

* ***Понять, что происходит:*** Социальные истории разбивают сложные социальные ситуации на более мелкие, понятные части.
* ***Предвидеть, что произойдет:*** Социальные истории могут помочь детям с РАС предсказать, как люди будут себя вести в разных ситуациях.
* ***Соответствовать социальным нормам:*** Социальные истории учат детей с РАС, как вести себя в соответствии с социальными ожиданиями.
* ***Снизить тревожность:*** Понимание социальных ситуаций может помочь снизить тревожность у детей с РАС.

***Когда можно использовать социальные истории?***

Социальные истории можно использовать для обучения детей с РАС различным социальным навыкам, в том числе:

* ***Приветствие и прощание:*** Социальные истории могут научить детей, как здороваться, прощаться и представляться другим людям.
* ***Общение:*** Социальные истории могут помочь детям с РАС научиться вести беседу, делиться своими мыслями и чувствами, а также слушать других.
* ***Поведение в классе:*** Социальные истории могут научить детей с РАС правилам поведения в классе, таким как сидеть спокойно, поднимать руку, чтобы ответить на вопрос, и уважительно относиться к другим ученикам.
* ***Игра с другими детьми:*** Социальные истории могут помочь детям с РАС научиться играть с другими детьми, делиться игрушками и по очереди играть.

Социальные истории могут помочь детям с РАС научиться играть с другими детьми, делиться игрушками и по очереди играть.

* ***Регулирование эмоций:*** Социальные истории могут помочь детям с РАС научиться распознавать свои эмоции и справляться с ними здоровым образом.

***Как написать социальную историю***

При написании социальной истории важно учитывать следующие моменты:

* ***Простота:*** История должна быть короткой и простой, чтобы ребенок с РАС мог ее понять.
* ***Ясность:*** Используйте простой язык и избегайте жаргонных слов или сленга.
* ***Последовательность:*** Разбивайте историю на логичные этапы.
* ***Позитивность:*** Сосредоточьтесь на положительных аспектах социальной ситуации.
* ***Персонализация:*** Сделайте историю актуальной для ребенка, используя его имя и интересы.
* ***Визуализация:*** Добавьте к истории картинки или фотографии, чтобы сделать ее более привлекательной.

Социальные истории - это ценный инструмент, который может помочь детям с РАС научиться понимать и следовать социальным правилам. При правильном использовании они могут улучшить навыки общения,

поведения и обучения детей с РАС.