

## ОСОБЕННОСТИ ДИЗАЙНА ИНТЕРЬЕРА ДЛЯ ЛЮДЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

### *Interior design features for people with autism spectrum disorder*

**Оксана АНТОН**

Магистр в дизайне интерьера, Технический Университет Молдовы

Master's student, Technical University of Moldova

E-mail: oxananton1998@gmail.com

CZU:747.728.1-056.26

10.5281/zenodo.7129000

**Summary.** Optimizing the learning environment is important for every child, but it is especially important for autistic children who may experience sensory difficulties described above. A suitable approach to architecture and design can offer autistic children a learning environment in which it will be easier for them to show their potential. Both ordinary people and doctors, teachers and employees of administrative institutions know little about autism spectrum disorders in our country. Children, teenagers and adults do not receive the correct diagnosis, many people do not have access to quality care. In addition, myths are widespread, further complicating the lives of people with ASD. It is important to give children with autism more time to realize what will happen next, this reduces their anxiety, allows them to be more confident and generally increases their ability to learn.

**Keywords:** interior design, space, home, comfort, autism, safe, special people

**Введение.** На сегодняшний день аутизм является достаточно распространенным явлением. Статистика показывает, что количество людей, страдающих этим расстройством ежегодно увеличивается по всему миру. Согласно ей аутизмом в мире страдает более 10 млн человек. Научные исследования говорят о значительно быстром увеличении числа инвалидов на земле, грозящем стать настоящей трагедией для всего человечества. Каждый девятый человек на земле – инвалид, а каждый десятый ребёнок рождается с психическими или физическими отклонениями, а порой и с тем, и другим. Я думаю, что только сплотившись, мы можем улучшить их жизнь в целом. Помочь людям с аутистическим расстройством, помочь их семьям, которым приходится очень сложно самостоятельно ухаживать, заниматься изо дня в день и порой даже самостоятельно обучать, тратя последние средства и силы на своего ребенка. За неимением мультифункционального центра реабилитации для детей аутистов в нашей стране таким семьям приходится невероятно тяжело и весьма затратно. Как бы люди не пытались игнорировать существование аутистов, проблема от этого никуда не исчезает. Они нуждаются в нашей помощи, в нашем понимании, поддержке, а главное, в принятии.

**1. Исторические сведения о расстройстве аутистического спектра.** Термин «autismus» был придуман швейцарским психиатром Эйгеном Блейлером в 1910 году при описании симптомов шизофрении. В основу этого неологизма, означающего «ненормальное самолюбование», он положил греческий корень autos, «сам», намереваясь подчеркнуть «аутистический уход пациента в мир собственных фантазий, любое внешнее воздействие на который воспринимается как нестерпимая назойливость. Современное значение термин «аутизм» впервые обрёл в 1938 году, когда Ганс Аспергер из Венского Университетского Госпиталя в своей лекции по детской психологии на немецком языке использовал термин Блейлера «аутистичные психопаты». Аспергер исследовал одно из расстройств аутистического спектра, впоследствии названное синдромом Аспергера, но в силу ряда причин лишь в 1981 году получившее широкое признание в качестве самостоятельного диагноза. Лео Каннер, работавший в Госпитале Джона Хопкинса, внёс

современное значение слова «аутизм» в английский язык. Описывая в 1943 году поразительное сходство черт поведения 11 детей, он употребил словосочетание «ранний детский аутизм».

Слово «аутизм» было позаимствовано Каннером из терминологии, относившейся к другому расстройству, на долгие десятилетия внесло путаницу в описания, привело к расплывчатому использованию понятий вроде «детская шизофрения». При этом увлеченность психиатрии явлением материнской депривации привела к ложной оценке аутизма как реакции малыша на «мать-холодильник».

Начиная с середины 1960-х, понимание стабильного пожизненного характера аутизма, демонстрация его отличий от умственной отсталости, шизофрении, других расстройств развития, укрепили понимание того, что аутизм представляет собой отдельный синдром. Тогда же была показана польза вовлечения родителей в программы активной терапии.

Ещё в середине 1970-х имелось довольно мало свидетельств генетического происхождения аутизма, однако сейчас роль наследственности в развитии этого расстройства считается одной из самых высоких в ряду других психических нарушений.

Несмотря на значительное влияние, оказанное родительскими организациями и движением за дестигматизацию детей с расстройствами аутистического спектра на общественное восприятие таких расстройств, родители всё еще попадают в ситуации, когда поведение их аутистичных детей воспринимается негативно, а многие врачи, как первичные, так и специалисты, до сих пор придерживаются некоторых взглядов, основанных на давно устаревших исследованиях. Проще говоря, дети с расстройством аутистического спектра не интересуются общением с людьми, плохо их понимают, любят придерживаться различных ритуалов, склонны к повторяющимся движениям тела, могут иметь языковые проблемы и задержки в интеллектуальном развитии. Различные симптомы приводят к значительному ухудшению во многих областях адаптивного функционирования. Одновременно с этим, дети с РАС часто имеют и множество сильных сторон: усидчивость, внимание к деталям, хорошая зрительная и механическая память, склонность к однообразной работе, что может быть полезно в некоторых профессиях.

**2. Роль дизайна интерьера для людей с РАС.** Как известно, аутисты подвержены сенсорной перегрузке, поэтому, в первую очередь, родителям ребенка с РДА надо убедиться, что в доме нет деталей, которые приводили бы его в ужас и побуждали бы к агрессии. Для этого надо внимательно наблюдать и сразу же убирать вещи, которые ребенку не нравятся. Очень важно создать не только безопасные, но и комфортные условия в помещениях, которыми будет пользоваться человек с РАС. Известно также, что аутисты в большинстве своем остро реагируют на свет. Доказано, что они более лояльны к естественному освещению, в комнате с ярким электрическим светом становятся более раздражительными и капризными. Им будет комфортнее в комнате с большими окнами. А вот от ламп дневного света следует отказаться – перегорая, они трещат, мелькают, что очень не нравится аутистам. Следует сделать уголок для сенсорной разгрузки с отсутствием зрительных, тактильных и слуховых раздражителей (например, удобная палатка или шалаш), куда ребенок может прятаться и успокаиваться. В оформлении комнат необходимо постараться обойтись без изощренных декором и цветом штор, цветных картин на стенах, мебели со сложным дизайном. Это в случае с обычными людьми можно экспериментировать и даже шокировать нестандартными интерьерами. Будоражить и удивлять аутистов – значит вызывать у них тревогу и заставлять еще глубже уйти в себя. У аутиста может быть любимый цвет, но не стоит слишком активно использовать его в интерьере. Например, если ребенок тянется к оранжевым предметам, то стены в его комнате можно покрасить в светло-персиковый цвет, а оранжевыми оставить единичные предметы (например, пуфик или пару подушек). Обилие ярких цветов в комнате – это табу. Обилие белого цвета в интерьере для многих аутистов не подойдет, так как ассоциируется с больницами. Следует выбирать цвет слоновой кости, бежевый, кофейный, мятный или светло-серый – эти цвета подходят

под различные виды интерьера и в то же время не провоцируют излишнее зрительное раздражение. Наоборот, они способствуют спокойному эмоциональному состоянию и поощряют поведение.

Не стоит слишком усердствовать с минимализмом и превращать дом ребенка-аутиста в пустую светлую коробку с парой самых нужных предметов. Здесь должны соблюдаться правила зонирования. Игровые и обучающие зоны должны быть: а) четко отделены от зон, где ребенок может отдохнуть; б) сделаны специально под особенности аутиста. Желательно по максимуму использовать альковы или коридоры для перемены в здании. Также можно использовать незанятые кабинеты, уголки, небольшие пространства «под лестницей» или места в школьном дворе. «Место для паузы» – это любое достаточно тихое место с неярким освещением, куда можно удалиться на время, обработать входящую информацию, отрегулировать свое состояние. Я видела много идеальных решений – в некоторых школах снимали дверь с маленькой кладовки и оборудовали ее как комнатку для передышки, в других школах устанавливали палатки, в которых ребенок мог на время уединиться и передохнуть. Это особенно важно при переходе из одного здания в другое, когда разница в окружающей обстановке является значительной. Главный вход может быть слишком оживленным и шумным, поэтому огромным подспорьем может стать более тихий, альтернативный боковой вход. Некоторые школы устанавливали два маршрута со школьного двора в классы – длинный для неторопливой прогулки и быстрый для тех, кто торопится. Это предоставляло ученикам выбор и, опять же, давало время на обработку информации.

Также на самом входе может помочь смягчение границы между внутренним и внешним пространством. Например, навес перед входом может создать идеальное дополнительное обучающее пространство, которое может уменьшить тревожность в связи с быстрой сенсорной переменой. Пространства для «проб» – это еще одна отличная идея. Смысл в том, что детям предлагаются места, где они могут потренироваться перед определенным занятием, или попробовать какую-то часть определенного опыта в безопасной обстановке. Например, они могут поиграть в большой емкости с водой, прежде чем посетить бассейн. Или же они могут «побарабанить» по специально выделенной стенке, прежде чем перейти к игре на настоящем музыкальном инструменте. Это позволяет детям «морально подготовиться» к настоящему занятию и настроиться на участие в нем.

Эти идеи показывают два основных направления в модификации помещения – обогащенный опыт для обучения и знакомства с новыми занятиями и предоставление комфортной среды для саморегуляции. Важно учитывать, что нет двух аутичных людей, которые будут воспринимать окружающую среду абсолютно одинаково. Нет универсальных готовых решений, которые подойдут для любых сенсорных отличий, но небольшие, основанные на индивидуальных особенностях адаптации в среде (например, перечисленные выше) могут действительно изменить ситуацию и повлиять на качество жизни аутичных детей и их семей.

Развитие самостоятельности – задача, которая во многом решается через интерьер. Ребенка с особенностями развития важно как можно раньше начать адаптировать к быту. Навыки самообслуживания такие дети часто приобретают труднее и в несколько раз медленнее, чем их нейротипичные сверстники. Отсюда правило: всё, чем ребенок может пользоваться сам, должно быть ему доступно. Невысокие шкафы с низкими рейлингами и легко открывающимися ящиками, где ребенок может сам взять одежду, а потом вернуть ее на место. Понятная система хранения игрушек с простым доступом к контейнерам. Хорошо использовать прозрачные емкости для хранения, чтобы ребенок не запутался при сортировке. Выключатели должны быть расположены достаточно низко, чтобы ребенок сам мог включить свет (за исключением тех случаев, когда непрерывное включение и выключение света служит способом аутостимуляции и триггером для истерик).