



ТЫ



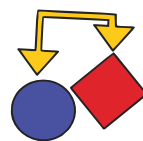
ГОВОРИШЬ



НЕМНОЖКО



ПО-ДРУГОМУ



**ТЫ ГОВОРИШЬ
НЕМНОЖКО
ПО-ДРУГОМУ**

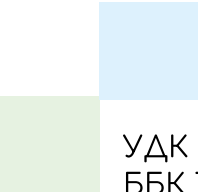


ТЫ ГОВОРИШЬ НЕМНОЖКО ПО-ДРУГОМУ




АНО инклюзивный центр развития
«Моя планета»

Москва 2025



УДК 376.1.026.4-056.264
ББК 74.576.95
Т93

Т93 Ты говоришь немножко по-другому. — М.:
АНО инклюзивный центр развития «Моя планета»,
2025. — 68 с. — ISBN 978-5-4212-0796-2



В книге собраны истории семей, которые помогли своим неговорящим детям получить возможность быть услышанными с помощью системы альтернативной коммуникации ПЕКС/PECS (Picture Exchange Communication System). Методика ПЕКС — подход к обучению функциональной коммуникации, эффективность которого подтверждена многочисленными научными исследованиями. Родители найдут в книге поддержку, примеры маленьких шагов ребёнка на пути к общению, а также практические рекомендации по применению протокола ПЕКС. Специалисты получают возможность обмена опытом и данными о результатах внедрения методики. Для родителей и специалистов, работающих с детьми с нарушениями речи и другими особыми детьми, которым необходима альтернативная и дополнительная коммуникация.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	4
Азамат	8
Андрей	10
Артём	12
Артур	14
Валера	16
Ваня	18
Вера	20
Влад	22
Владик	24
Глеб	26
Гриша	28
Злата	30
Иван	32
Илья	34
Коля	36
Ксюша	38
Лев	40
Максим	42
Милана	44
Миша	46
Настя	48
Платон	50
Рома	52
Сандро	54
Саша	56
Соня	58
Таур	60
Тим	62
Тимур	64
Элина	66
Тимур	68

ПРЕДИСЛОВИЕ

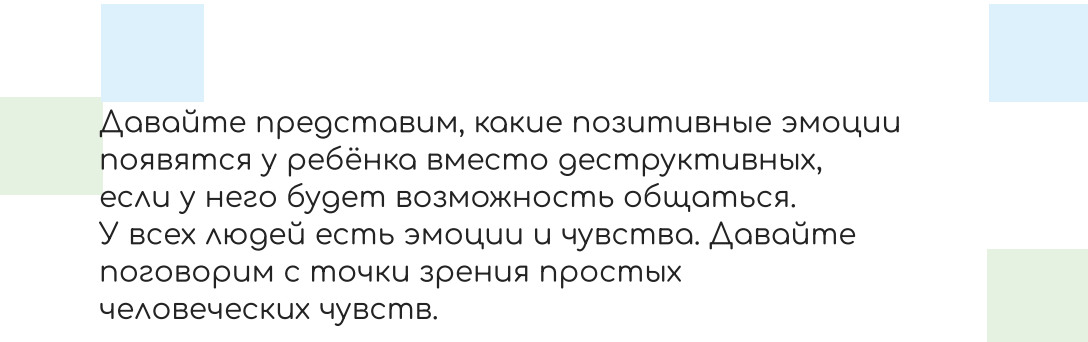
У каждого человека есть потребности в эмоциональной поддержке близких — любви и дружбе. Какие эмоции испытывают родители, когда их ребёнок в силу определённых причин не может говорить? Отчаяние, страх, панику (что делать?!), надежду на чудо.



А теперь давайте попробуем отделить себя от него, взрослого от ребёнка. Какие эмоции у него? Это он, не вы. Он отдельный человек, он личность, сам по себе, свой собственный. Давайте на минуту войдём в его положение и представим, что он чувствует?

Почему он кричит? От непонимания. Его не понимают. Он хочет что-то выразить, но не может. Специалисты называют это социально неприемлемым поведением. Но давайте назовём сами причины — это обида, гнев, фрустрация. Известно, что неприемлемое поведение — это чаще всего способ ребёнка что-то сообщить взрослому. Он меньше всего хочет нам досадить, это не «вредность».

У вас есть способ — вы говорите устной речью. А он не может. Поэтому ему нужно дать способ другой коммуникации для выражения его чувств и потребностей. Альтернативная и дополнительная коммуникация (АДК) даёт неговорящему ребёнку возможность общения.



Давайте представим, какие позитивные эмоции появятся у ребёнка вместо деструктивных, если у него будет возможность общаться. У всех людей есть эмоции и чувства. Давайте поговорим с точки зрения простых человеческих чувств.

1. ЛЮБОВЬ

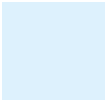
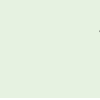
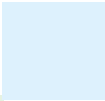
Альтернативная коммуникация помогает ребёнку выразить свою любовь к родственникам, семье. Например, история про мальчика Гришу, который хотел праздновать День рождения бабушки. Или мальчик Артур, который написал папе, как он по нему скучает. И после этого папа согласился поддерживать способ коммуникации ребёнка.

2. ЗДОРОВЬЕ

С помощью АДК ребёнок может выразить, что у него болит. И это даёт возможность начать лечение болезни или состояния, о котором родитель не знал. Согласно статистике, у многих безречевых людей есть запущенные нелеченые болезни, просто потому, что они не могут сообщить о своём состоянии. Зубная и головная боль, аппендицит, болезни суставов, болезни ЛОР органов — врачи сообщают о запущенности таких заболеваний у невербальных пациентов. Хотя бы ради этой важнейшей цели нужно поддерживать АДК дома, в семьях невербальных людей.


3. ДРУЖБА

Многие ребята без речи не могут дружить, потому что они не могут общаться с друзьями. АДК даёт возможность заводить друзей и поддерживать с ними общение.



Любовь, дружба, здоровье — давайте дадим такую возможность ребятам, которые не могут говорить. Ведь у каждого есть право общаться, жить, любить, дружить.

Так почему же мы его не даём? Почему мы ждём? Потому что порой нам, родителям, стыдно. Я сама родитель ребёнка без речи, я могу об этом говорить. Наш родительский стыд рисует страшные картины: он будет выглядеть странно, не как все. С какой-то папкой, с какими-то карточками. Что это вообще такое? Пусть никто не видит, что он другой. Пусть он будет как все.



Хорошо, выглядит как все. Но если закричит в публичном месте, тогда все будут оборачиваться, осуждать, тогда уже будет не как все. Так может быть сразу принять, что он не такой как все, он немножко другой? Ну и что? Он же от этого не менее любимый. Я его люблю, но он отдельная личность. При чем тут мой стыд? Ведь это не про меня, а про него.

Отделите себя от него. Это он, не вы. Он отдельный человек и нужно подумать о его интересах.

Методика PECS/ПЕКС — подход к обучению функциональной коммуникации, эффективность которого подтверждена многочисленными научными исследованиями.

Имейте в виду — путь недоказательных методик ярк и полон обещаний. К сожалению, вокруг много людей, которые рады «помочь», предоставляя семье ложные надежды. Путь доказательных методик помощи детям с ментальными особенностями — труден и долг, но результат того стоит. Этой книгой мы бы хотели помочь семьям, которые находятся в начале пути.

Благодарю авторов методики PECS/ПЕКС, доктора Энди Бонди и Лори Фрост, подарившим многим детям и взрослым радость общения.

Особая благодарность педагогам, посвятившим свою практику помощи детям с ОВЗ, нуждающимся в альтернативной коммуникации.

Спасибо семьям, предоставившим истории, вошедшие в эту книгу. Каждая история — это путь семьи, полный любви и поддержки своим детям, которые говорят «немножко по-другому».

**Ольга Попова,
руководитель АНО «Моя планета»,
мама Гриши (12 лет)**



песня «Скажи мне»

АЗАМАТ

Меня зовут Магина, я мама Азамата и хочу немного рассказать о нем.

Азамат любит рисовать, смотреть мультфильмы и играть со своими любимыми машинками. У Азамата аутизм.



Иногда ему трудно говорить словами, потому что его мозг устроен иначе, чем у большинства детей. Но у нас есть отличный способ общения — карточки ПЕКС. Эти яркие карточки с картинками помогают Азамату легко показать родным и друзьям, что он хочет съесть, во что предпочитает поиграть или какой мультфильм посмотреть. Когда Азамат показывает картинку, я сразу понимаю его. Например, если он выбирает карточку с яблоком — значит, он голоден и хочет яблоко. А если показывает рисунок с мячом — значит, ему хочется поиграть в футбол.

Особенно Азамат обожает физическую активность. Больше всего ему нравятся прыжки на батуте. Прыжки помогают Азамату почувствовать свободу и радость полёта, снимают напряжение и заряжают энергией. Я вижу, что во время занятий физкультурой он ощущает лёгкость и счастье.

Благодаря карточкам и физической активности жизнь Азамата стала намного ярче и радостнее. Я верю, что каждому человеку важно чувствовать понимание и поддержку близких — независимо от того, каким способом он общается.

Наш путь:

- в четыре с половиной года начал освоение АДК ПЕКС
- в пять лет различал не менее пяти предметов на обложке. Самостоятельно листал альбом, чтобы выбрать желаемое и попросить о нем
- уверенно просил желаемое полоской предложений, самостоятельно составляя фразу
- в пять с половиной лет перешёл на электронный планшет, находясь на четвёртом этапе АДК ПЕКС
- планируется переход к обучению комментированию (шестой этап АДК ПЕКС)
- сейчас в арсенале Азамата более тридцати карточек и их количество постоянно растёт

С карточками для общения Азамат чувствует себя увереннее и спокойнее. Мне приятно видеть, как папа и брат улыбаются, когда понимают его желания. Вместе мы учимся разговаривать друг с другом особым способом — и это здорово.

Хочется верить, что скоро многие дети смогут пользоваться такими простыми инструментами, чтобы рассказывать о своих мечтах и интересах. Ведь главное — чувствовать поддержку близких и иметь возможность быть услышанным.



[смотреть историю](#)

АНДРЕЙ

Меня зовут Дарья и сегодня я хочу рассказать о своём сыне. Моему сыну Андрею одиннадцать лет. Он живёт с нами — со мной и с папой.

Андрей очень любит путешествовать и гулять в новых местах.

В такие моменты я всегда вижу его счастливые глаза, и это для меня самое ценное.

Но его путь был непростым. С самого детства Андрей не мог рассказать о своих желаниях и даже о самых простых вещах: что он хочет есть или пить, или что у него что-то болит. Это было тяжело и для него, и для нас. Андрей часто злился, плакал, впадал в истерики. Я видела его боль и беспомощность, но не могла понять, что с ним происходит. Мне было страшно и горько от того, что я не могу помочь своему ребёнку так, как он этого ждёт. А его мучило то, что его не понимают.

Это ужасное чувство — когда у ребёнка внутри столько эмоций, а снаружи только тишина.

Когда Андрею было почти шесть лет, я узнала о системе ПЕКС. Мы начали заниматься вместе со специалистом. Да, мы пришли к этой системе поздно, но это было самое правильное решение в нашей жизни.

Сначала мы использовали карточки с любимыми предметами и лакомствами. Андрей отдавал карточку — и сразу получал то, что хотел.



Постепенно мы прошли долгий путь:

- в шесть лет Андрей уверенно просил желаемое с помощью одной карточки
- в шесть с половиной лет начал составлять фразы на полоске
- к семи годам уже научился комментировать — это шестой этап ПЕКС
- в семь с половиной лет мы перешли на планшетную систему коммуникации
- в девять лет Андрей начал учиться печатать
- сейчас у него более трехсот карточек, и их количество продолжает расти

Для Андрея это было почти волшебством: наконец-то его начали понимать! Я никогда не забуду, как его глаза в эти моменты светились радостью. И вместе с ним радовалась я.

Каждый шаг давался нелегко. Обучение требовало времени, терпения и огромных усилий. Но каждая маленькая победа была для нас праздником. Постепенно Андрей становился все более понятным для нас и для окружающих. Это было чудо — мой сын начал делиться с миром собой.

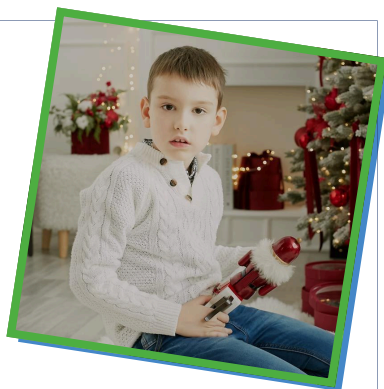
Каждый ребёнок достоин быть услышан. И это возможно.



[смотреть историю](#)

АРТЁМ

Меня зовут Юлия, я мама Артёма. Моему сыну семь лет. У него сенсомоторная алалия, поэтому ему нелегко понимать окружающий мир, а многие слова трудно выговаривать.



Но я знаю, что он справится — рядом всегда его папа, я и старшая сестра. Мы очень любим Артёма и радуемся каждому его успеху.

Сейчас он может сказать и попросить многое — и словами, и с помощью карточек ПЕКС. Артём пользуется и планшетом, и простым альбомом с карточками. Но так было не всегда.

Почти пять лет назад, когда Артёму поставили диагноз, мы с папой и специалистами Центра «Моя Планета» начали путь в мир карточек ПЕКС. Артёму сразу понравилось, что можно протянуть карточку и получить желаемое. А главное — он словно начинал говорить, и его понимали. Это стало настоящим чудом для всей нашей семьи.

Сейчас Артём уже может составить небольшое предложение, которое словами пока сказать не получается. Он может ответить на вопрос о том, что чувствует, слышит или видит, когда мы или педагоги его спрашиваем. Эти маленькие карточки сделали жизнь Артёма — и нашу жизнь — гораздо более светлой и радостной.

Хроника развития Артёма:

- два с половиной года — начало работы по второму этапу: обучение передавать карточку на расстоянии
- три года — Артём осваивает четвёртый этап: полоска предложения
- четыре года — знакомство со свойствами предметов
- пять лет — появление повторений звуков за педагогом
- шесть лет — освоение пятого этапа: ответ на вопрос «Что ты хочешь?»
- появление повторений коротких слов за педагогом
- переход к шестому этапу: комментирование
- шесть с половиной лет — Артём начинает использовать планшет

Сейчас он уже может сказать: «Я хочу мультик», «Я хочу качаться», ответить на вопрос: «Как тебя зовут?»



[смотреть историю](#)

АРТУР

Меня зовут Марина, я мама Артура. Моему сыну одиннадцать лет, и мы живём с его папой и младшим братом. Всю жизнь Артур слышит о себе, что он «особенный человек», что он сложный ребёнок с непонятным для окружающих поведением.



Он не умеет говорить как все, не всегда реагирует привычным образом на просьбы людей вокруг. Вот такой он, мой Артур. Расстраивается ли он, что такой? Наверное, иногда — особенно когда его поведение огорчает близких.

Раньше Артур жил в мире, который его не понимал, и это было очень сложно.

Как будто между ним и окружающими стояла непроницаемая стена. И так было долго, пока однажды в обычный день в декабре мы не пришли в одно очень приятное место.

Дверь открылась, и перед Артуром стояла учительница с добрыми глазами и широкой улыбкой из центра «Моя планета». Она протянула ему руку и предложила пойти с ней. Мы прошли в учебный класс, а я осталась стоять позади, не веря своим глазам: Артур так легко пошёл за руку с пока незнакомым ему человеком.

Артуру показали много маленьких карточек с картинками и объяснили, что каждая карточка — это предмет или действие, которое он хочет совершить. Он слышит слово и видит его на карточке.

Постепенно мы прошли долгий путь:

- в шесть лет начал обучение по системы ПЕКС
- через два с половиной месяца, после начала обучения выкладывал фразу из двух карточек на полоски
- в шесть с половиной лет начал произносить некоторые слова за карточками
- в семь с половиной лет освоил электронную версию ПЕКС на планшете
- в одиннадцать лет Артур уверенно коммуницирует при помощи планшета с ПЕКС. Умеет просить желаемое, может ответить на вопросы: «что это...», «кто это...»
- составляет фразу если что-то болит (например: болит голова или больно ударился), просит пожалеть себя
- в одиннадцать с половиной лет произносит все слова на карточках и может сказать их сам без помощи планшета ПЕКС

Артур часто старается говорить слова самостоятельно, но если не может — с ним всегда его «голос» на планшете с карточками. Я часто говорю себе, что ему ещё многому предстоит научиться с помощью ПЕКС, и Артур согласен. Жизнь, в которой его понимают, ему очень нравится.



[смотреть историю](#)

ВАЛЕРА

Меня зовут Евгения, я мама Валеры. Моему сыну девять лет, у него ранний детский аутизм

Когда Валера был маленьким, он много «говорил»: повторял звуки, целые фразы из мультиков, разыгрывал сценки.



Но это было непонятно другим — он часто говорил только для себя, перед зеркалом. Он много знал: числа, буквы, цвета, формы, животных, героев сказок, и любил, когда мы повторяли за ним. Но на вопросы молчал и уходил.

Валера был очень самостоятельным: если хотел что-то, брал сам, а если не мог достать — брал за руку и вёл к предмету. Часто приходилось угадывать, что он хочет. Ему было трудно объяснять желания и эмоции — он выражал их громко, социально не всегда приемлемо.

Когда Валерию было пять лет, я узнала о системе карточек ПЕКС и решила попробовать. Мы всей семьёй подготовились к занятиям в Центре «Моя Планета». За полтора месяца Валера освоил шесть уровней. Сначала это были простые карточки: игрушки, еда, питьё, прогулки. Первые дни были волнующими, но ему стало интересно показывать картинки и выражать свои желания.

На четвёртом этапе Валера впервые осознанно попросил. С этого момента количество произносимых слов росло с каждым днём. Позже он научился строить предложения с помощью карточек.

Постепенно мы прошли долгий путь:

- в пять с половиной лет ввели ПЕКС, освоил четвёртый этап (стал выкладывать фразу на полоске)
- научился комментировать — шестой этап
- в восемь лет: начал печатать
- сейчас в арсенале Валеры более трехсот пятидесяти карточек и их количество постоянно растёт

Валера знает части тела и может показать их на себе или на других. Если ему больно или что-то случилось, он может сказать об этом.

Сейчас он учится в ресурсном классе, ходит в бассейн, участвует в творческих конкурсах. На уроки ИЗО и труда посещает «большой» класс, а с тьютором развивает навыки: описывает картинку короткими предложениями, решает примеры, читает и пишет под диктовку.

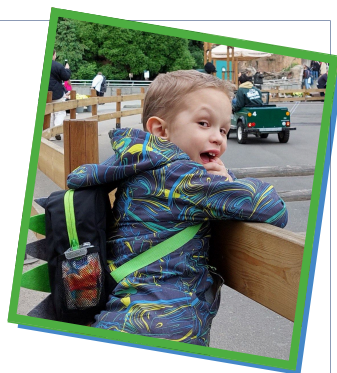
Я очень рада, что мы попробовали ПЕКС. Валера стал спокойнее, лучше понимает окружающих и может просить то, что хочет. Моё пожелание всем родителям: не бойтесь пробовать!

Даже если ребёнок не говорит, всегда есть способ понять друг друга. Учитесь не сдаваться, пробуйте новое, верьте в себя — и ваши дети обязательно будут счастливы.



ВАНЯ

Меня зовут Марина, я мама Вани. Моему сыну восемь лет, и у нас большая, любящая семья. В раннем детстве Ваня будто не замечал людей — меня он по-настоящему «рассмотрел» только после года.



Я из тех родителей, кто все время учится: читаю книги, хожу на курсы, чтобы лучше понимать, как помочь сыну. И при этом честно говорю: воспитывает нас всех именно Ваня. Он мой главный «супервизор».

Когда Ване было три с половиной года, я узнала о системе ПЕКС. Так в нашу жизнь пришли карточки — и до сих пор это его основной язык. Мы давно занимаемся с логопедом: Ваня старается, но слоги с трудом складываются в слова. Чтобы правильно произнести слово, ему нужно смотреть на человека и повторять по губам. Самостоятельная речь даётся сложно, хотя желание говорить огромное. Зато через приложение ПЕКС на планшете он может рассказать очень многое.

Раньше дома все комнаты были увешаны карточками — альбом не справлялся. Была небольшая «книжка» для улицы, а потом мы купили планшет, и теперь все карточки всегда с Ваней. Он может попросить в кафе ложку к мороженому, в метро сказать, что хочет к бабушке и дедушке. Мне очень нравится, когда Ваня рассказывает, где был и что ел, а бабушка радуется, когда он говорит «спасибо» за кашу и показывает «вкусно».

Хроника развития Вани:

- три с половиной года — введение ПЕКС, быстро дошли до четвёртого этапа
- пять лет — переход на планшет
- шесть лет — первые спонтанные попытки комментирования
- семь-восемь лет — сложные просьбы, развитие комментирования и дальнейшее построение фраз.
- сейчас Ваня использует около семисот карточек

Бывает, Ване трудно справляться с эмоциями. Он не всегда ведёт себя идеально — как и многие дети. Но умеет попросить, чтобы его пожалели и обняли, объяснить, из-за чего расстроился. А если чего-то особенно хочет, идёт к сестре Кате — она редко ему отказывает.

Позапрошлым летом мы проехали почти восемьсот километров до Кенозерского края на машине. Всю дорогу Ваня с Катей играли в «Я вижу». Планшет он всегда носит в рюкзаке — там же лежит зарядка.

В этом году Ваня идёт в школу. Я очень надеюсь, что там его поддержат и поймут. Со своей стороны мы сделаем все, чтобы ему было удобно общаться и учиться.



[смотреть историю](#)

ВЕРА

Меня зовут Мария, я мама Веры. Моей дочери двенадцать лет, у неё расстройство аутистического спектра. Вера — так называемый «трудный ребёнок»:

у неё есть особенности поведения, определённые привычки в питании и режиме дня, а также боязнь всего нового.

Вера не всегда понимает обращённую к ней речь и не говорит так, как её сверстники. Она не умеет играть или мечтать вслух, но умеет очень сильно любить. Жизнь для неё порой страшна, потому что не всегда понятно, что происходит вокруг.

Но она научилась интуитивно считывать настроение людей и их намерения. Вера радуется, когда все весёлые, и испытывает сильный страх перед врачами и поликлиниками.

У Веры есть свои предпочтения: она носит только знакомую одежду и обувь, гуляет по определённым маршрутам, ест ограниченный набор продуктов. Стереотипное поведение успокаивает её и помогает чувствовать себя в безопасности.

Конечно, бывают откаты и перепады настроения — два шага вперёд, один шаг назад. Но Вера идёт вперёд и не собирается сдаваться. Сейчас она вступила в пубертатный период, и, как любой ребёнок, сталкивается с физическими и эмоциональными переменами.



Наша семья прошла большой путь:

- в четыре с половиной года ввели ПЕКС
- в пять лет Вера начала уверенно общаться с помощью карточек, перешла на 4 этап ПЕКС
- в шесть лет Веру перевели на электронный планшет ПЕКС. Вера начала говорить, появилась речь
- в семь лет Вера пошла в ресурсный класс, где педагоги работали над речью, и параллельно развивалась коммуникация ПЕКС, что позволило Вере строить более уверенные и длинные предложения
- в одиннадцать лет Вера начала печатать

Карточки и планшет позволили Вере называть простыми словами то, что ей нужно, а также постепенно выстраивать предложения и добавлять прилагательные.

С продвижением навыков общения у нашей семьи появилась надежда, что даже ребёнка с особенностями, как Вера, можно адаптировать к жизни в социальном мире. С помощью визуального расписания она научилась соблюдать режим, чередовать работу и отдых, просить то, что хочет, отказывать и говорить «нет».

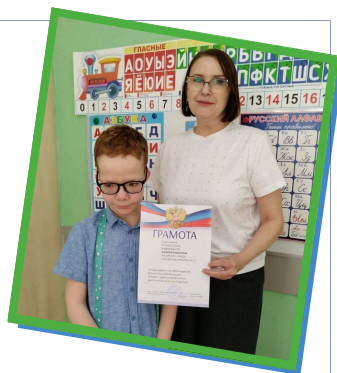
Вера мечтает научиться печатать на компьютере и развивать способность говорить, чтобы её чётко понимали. Она любит путешествовать: отели, самолёты, поездки со своей большой семьёй — это её радость и мотивация.



[смотреть историю](#)

ВЛАД

Меня зовут Светлана, я мама Влада. Раньше он не говорил. Но это не значит, что в его голове не было слов — они были, будто запертые в стеклянной коробке. Он видел их, знал, как они пишутся, но не мог до них дотянуться.



С самого детства Влад чувствовал, что мир вокруг громкий, быстрый, непонятный. Люди говорили, смеялись, спрашивали, а он не мог ответить. Не потому что не хотел — просто тело не слушалось. Он кричал, когда чего-то хотел, злился без слов, просил молча, показывая пальцем.

Я не сдавалась. Показывала ему карточки с картинками, называла предметы, цвета, животных. Он запоминал. Мы занимались по системе Домана, и к трём годам его пассивный словарный запас был около двух с половиной тысяч слов. В голове Влада складывались целые энциклопедии: он знал, как выглядит жираф, сколько планет в Солнечной системе, как звучит слово «вертолёт». Но повторить это — губы и язык не слушались, горло будто сжимали невидимые тиски.

Когда Владу исполнилось шесть лет, мы пришли в центр «Моя Планета». Там ему дали карточки ПЕКС. Это было как магия. Впервые он мог контролировать происходящее, просить, отказаться, объяснить, что ему больно. Потом появился планшет, где электронный голос говорил за него.

Хроника развития Влада:

- в шесть лет ввели систему коммуникации ПЕКС
- за год освоил четыре этапа ПЕКС
- в восемь лет начал комментировать, отвечать на вопросы с помощью ПЕКС, печатать
- сейчас печатает, немного пользуется вокальной речью. Может отвечать на вопросы с помощью печати

С планшетом Влад пошёл в новую школу. Сначала другие дети удивлялись, почему он не говорит, но когда он начал печатать ответы быстрее, чем они успевали поднять руку, одноклассники с интересом заглядывали в его планшет. Влад обожает отвечать на вопросы по картинкам и предметам, изучать окружающий мир и развивать речь.

Теперь Влад может произносить простые фразы, и его понимают не только родители, но и учителя, одноклассники и даже незнакомые люди. Я плакала от счастья, когда впервые услышала: «Мама, я тебя люблю. Обними».

ПЕКС не заменил Владу речь — он стал мостом к ней. Каждое напечатанное слово — шаг к тому, чтобы однажды сказать его вслух.

Он все ещё печатает, но теперь знает: его голос есть.



[смотреть историю](#)

ВЛАДИК

Меня зовут Елена, я мама Владика. Моему сыну шесть лет. У него самая лучшая семья на свете: папа, сестра Аня и я. Пока что Владик не умеет говорить, но мы уверены, что он мечтает об этом.



В его жизни было много непростых моментов, когда он чувствовал себя потерянным, непонятым, одиноким. Он жил в своём мире, не зная, как выразить свои желания, что-то попросить или сказать. Из-за этого он часто обижался, сердился и плакал.

Но однажды случилось чудо. Я нашла человека, который смог услышать его молчание и протянуть руку помощи — человека, который открыл Владiku двери в мир общения.

Помню его первое занятие. Сердце у него бешено стучало, руки дрожали, ноги не слушались. Внутри все сжималось от страха: «Что от меня хочет эта тётя?» Он прятался за мою спину, хотел убежать, отвернулся. Он не понимал, зачем сюда пришёл. Владик привык, что его не слышат и не понимают.

Но прошло всего лишь несколько занятий — и произошло чудо. Он почувствовал лёгкость, уверенность, покой. Понял, что теперь может передать свои желания другим.

Ура! Теперь Владик может попросить лакомство у меня, фрукты у бабушки, игрушки у сестры и даже общаться с ребятами в садике с помощью волшебных карточек ПЕКС.

Постепенно мы прошли долгий путь:

- шесть лет и один месяц — начало занятий. Первые два этапа Владик освоил очень быстро. С лёгкостью привлекал внимание собеседника даже если тот, находился в другом помещении, отвернувшись от ребёнка. Просил предметы, которые не находились в поле его зрения.
- шесть лет и два месяца — различает символы в альбоме для занятий, использует систему наглядного поощрения. Освоил навык просьбы о помощи.
- шесть лет и четыре месяца — Владик просит предметы, составляя фразу из нескольких слов на шаблоне для предложений, обменивает его, указывает на каждую карточку, когда коммуникативный партнёр читает её

Наша семья бесконечно поддерживает Владика. Бабушка регулярно сопровождает его на занятия, иногда приходят папа и сестра. Их любовь, вера и поддержка всегда с ним.

Ребята, которые только начинают изучать ПЕКС, знайте: не бойтесь трудностей. Преграды преодолимы! Карточки помогают дружить с родителями, с друзьями и получать удовольствие от общения. Все получится, и вас обязательно услышат и поймут.



[смотреть историю](#)

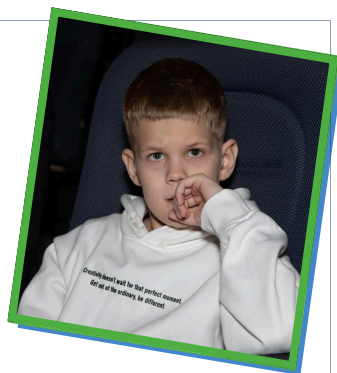
ГЛЕБ

Меня зовут Наталья, я мама Глеба. В нашей семье ещё есть папа, брат Богдан, сестра Варя и малышка Софа, которая недавно появилась и иногда доставляет Глебу дискомфорт, но он все равно помогает ей: достаёт из кроватки, наливает воду, застёгивает пуговицы

на кофточке. Когда-то казалось, что мы с Глебом просто живём в одном доме: мы что-то ему говорили, он что-то делал, но понимания между нами не было. А потом все изменилось.

Сначала мы с папой Лёшей работали с карточками: на них были его любимые игрушки, еда, действия. Глеб быстро понял: у каждой карточки есть своё слово, а если сложить несколько — получится целая просьба. Я постоянно снимала его на камеру и общалась по видеосвязи с одной замечательной женщиной — Ольгой Александровной. Она улыбалась с экрана и приветствовала: «Привет, Глеб!». Потом я печатала карточки, ламинировала, объясняла папе... К нам подключались Богдан и Варвара.

В начале общения через карточки мы бурно реагировали: визжали от радости, смеялись, обнимались. Именно в этот период Глеб понял: «Мы — БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». Он знает, что мы его любим, хотя и много от него требуем, особенно после занятий с Ольгой Александровной.



Наш путь:

- в два года и восемь месяцев — первая фаза ПЕКС. Через два месяца стал проговаривать первые слова «я хочу», «печенье»
- до трёх лет быстро освоил вторую и третью фазы
- до трёх лет и восьми месяцев — четвёртая фаза
- до трёх лет и одиннадцати месяцев — пятая, шестая фазы. Проговаривал полностью предложения
- с четырёх лет — планшет и полный переход на вокальную речь
- в одиннадцать лет имеется пассивный словарный запас, который не в рутине (не так часто употребляет в речи) не ленится прибегать к планшету и коммуникативным книгам
- В доме порядка десяти коммуникативных книг А4 в каждой по триста карточек и планшет, там имеются другие карточки не повторяющиеся с книгами
- самое длинное ПЕКС стихотворение выученное наизусть в пятьдесят две карточки

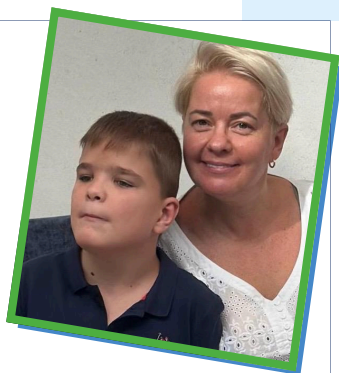
Иногда Глеб что-то говорит — а люди смотрят с недоумением. Тогда он просто берет карточки. Ему это легко, потому что он точно знает: его понимают. И он услышан.



[смотреть историю](#)

ГРИША

Меня зовут Ольга, я мама Гриши. Ему двенадцать лет. Скоро будет десять лет, как Гриша «говорит» на языке изображений: вместо того чтобы расстраиваться и кричать, он показывает карточку и получает то, что там нарисовано.



Гриша родился с разницей в несколько минут со своим братом Сашей. Саша понимает его лучше всех — он даже озвучивает часть карточек в Гришиных приложениях. Иногда Гриша произносит его имя «Хаху», но чаще выкладывает на планшете фразу: «Я и Саша поедem на машине в аэропорт встречать брата Даню». Для нашей семьи это понятный язык, и мы все его понимаем.

Когда Гриша был маленьким, он не мог общаться с родственниками — речи у него не было. Я искала способ научить его общению и нашла его. У Гриши очень умные глаза, он добрый мальчик с огромным потенциалом. Он ходит в школу, у него есть друзья, и я счастлива, что мы нашли общий язык — все они «говорят» на языке ПЕКС.

Его лучший друг — Артур, они учатся в одном классе. Гриша скучает, когда Артур болеет или сам не идет в школу. В такие дни он пишет на планшете имена друзей, с кем хочет встретиться. Он также часто сообщает маме, что любит его и хочет поехать с ним в бассейн. Папа улыбается: «Как отказать сынуле?» — и идет с Гришей купаться.

Постепенно мы прошли долгий путь:

- два с половиной года — введены карточки ПЕКС
- три года — освоил четвёртый этап, стал выкладывать фразу на полоске
- шесть лет — комментировал (шестой этап)
- семь лет — перешёл на планшетную систему коммуникации
- десять лет — начал печатать

Гриша умеет сообщать нам о боли или дискомфорте. У него диагноз ДЦП, есть ограничения по здоровью, случаются судороги. Но он умеет выразить свои чувства взрослым, и мы знаем, как ему помочь.

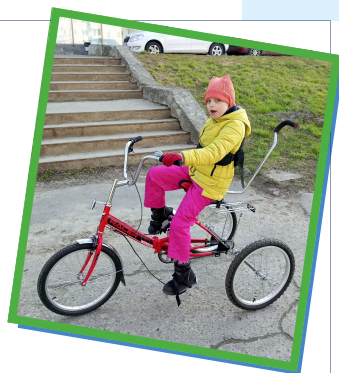
Многие, впервые видя Гришу, думают, что он не мыслит, потому что не говорит. Но стоит ему быстро собрать глинную фразу на планшете — и люди удивляются, начинают воспринимать его совсем по-другому

Я очень рада, что у Гриши есть способ выразить свои мысли, наблюдения, эмоции и чувства. Этот путь глиной в десять лет непрост, но он того стоит. Счастье — это когда тебя понимают.



ЗЛАТА

Меня зовут Мария, я мама Златы. Моей дочери двенадцать лет, у неё синдром Ангельмана. Злата весёлая, энергичная девочка, которая обожает музыку, плавание и животных. Она всегда танцует, улыбается и любит радовать всех вокруг.



Раньше Злата очень переживала из-за того, что не могла рассказать, чего хочет. Она плакала или тянула меня за одежду, стараясь заставить догадаться. Мы, взрослые, пытались понять её, но чаще всего ошибались, и это очень её огорчало.

Все изменилось, когда мы попробовали методику ПЕКС. Сначала было непросто: карточки казались странными, и Злата не сразу понимала, что с ними делать. Педагог оказался терпеливым и доброжелательным. Вскоре Злата уловила принцип и теперь она легко просит то, что ей нравится, и все её понимают.

Методика быстро вошла в нашу повседневную жизнь. В детском саду Злата пользуется карточками с удовольствием. Иногда Злате нужно сначала выполнить несколько заданий, чтобы получить желаемое. Она даже освоила систему жетонов и с радостью работает ради награды.

Этой осенью Злата идёт в школу и очень надеется, что её учителя и одноклассники смогут понимать её так же хорошо, как родные. Она мечтает, чтобы педагоги и ребята использовали систему ПЕКС и общение стало лёгким и радостным.

Хронология развития Златы:

- восемь лет — начало занятий. Изготовление и использование разнообразных карточек на плотных дощечках.
- восемь лет и два месяца — берет карточку и отдаёт коммуникативному партнёру. Переход на плоские карточки.
- восемь лет и четыре месяца — умеет дойти до собеседника и до альбома в ходе одного сеанса общения, определяет, у кого просить предмет. Использование ПЕКС в детском саду, бассейне.
- восемь лет и семь месяцев — научилась различать пять карточек, отвечать на вопрос «Хочешь это?», просить помощь. Уверенно выполняет шесть инструкций на карточке.
- восемь лет и восемь месяцев — в альбоме не только существительные, но и глаголы. Обучение следованию расписанию.
- восемь лет и десять месяцев — начали освоение четвёртого этапа

Мы вместе представляем её будущее ярким и полным приключений. Злата хочет научиться составлять целые предложения из карточек и планирует использовать визуальные расписания, чтобы лучше ориентироваться в течение дня.

Она верит, что впереди её ждёт интересная жизнь, наполненная открытиями и дружбой. И мы всей семьёй верим вместе с ней.



[смотреть историю](#)

ИВАН

Я мама Ивана, меня зовут Елена. Моему сыну тринадцать лет, он учится в ресурсном классе. Мы живём в Иркутске — городе, который находится совсем недалеко от озера Байкал. У Ивана есть любящие родители — я и папа, а ещё старшая сестра Настя.



Он рос и развивался, как и все малыши. Но в год и три месяца случилось тревожное: Иван перестал откликаться на своё имя, а все слова, которые он уже успел выучить, словно исчезли. Мы забеспокоились, начали ходить по врачам и заниматься с разными специалистами, но окончательный диагноз — аутизм — был поставлен только в четвёртое года. Отсутствие речи сильно осложняло жизнь моего сына. Если ему что-то было нужно, он мог громко кричать, а если желаемого не давали — падал на пол, бился ногами и головой. Это был единственный доступный ему способ выразить свои потребности и эмоции.

Все изменилось, когда в одном из АВА-центров Ивану предложили попробовать систему альтернативной коммуникации ПЕКС. Всего за две недели он освоил сразу четыре этапа — это был настоящий, невероятный прорыв! Я была и остаюсь его главной опорой и поддержкой: прошла специальное обучение, чтобы помочь сыну, и всегда консультировалась с супервизорами. Сейчас Иван учится в пятом классе и успешно пользуется электронным приложением ПЕКС 4+.

Постепенно мы прошли долгий путь:

- в четыре года — ввод альтернативной системы коммуникации ПЕКС
- в шесть лет — освоил шестой этап, научился комментировать
- в семь лет — перешёл на электронное приложение ПЕКС 4+
- в восемь лет — начал использовать печатание на компьютере как средство коммуникации
- В двенадцать лет — появился навык письменной речи.
- сегодня Иван использует для общения более ста пятидесяти слов

А совсем недавно произошёл ещё один важный шаг — Иван научился писать. Это стало огромным событием и открыло для него ещё больше возможностей для общения.

Этому предшествовала большая работа с карточками: он запоминал, как пишется каждое слово, обозначающее предмет или действие. В школе его учили печатать на компьютере, мы активно развивали графомоторные навыки.

Да, пока он не всегда правильно склоняет слова, но он очень старается и каждый день учится новому. Иван очень хочет общаться со сверстниками и близкими.

И он невероятно счастлив, что теперь у него есть возможность говорить и быть услышанным. Это бесценно.

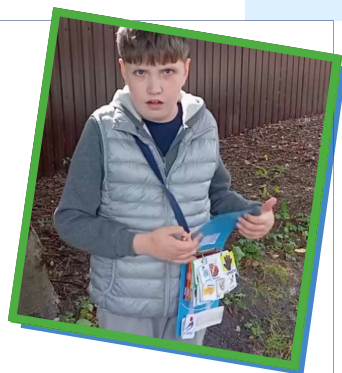


[смотреть историю](#)

ИЛЬЯ

Я мама Ильи, меня зовут Мария.
Моему сыну десять лет.

Илья не смог начать говорить
вовремя, как большинство детей.
Многие врачи тогда убеждали
меня: «Это пройдёт само собой,
все нормализуется». Но время
шло, а он так и не говорил.



Примерно в четыре года поведение Ильи сильно
изменилось. Ему было очень трудно, ведь никто
не понимал, чего он хочет. Ему самому, по правде
говоря, совсем не нравилось громко кричать,
падать на пол или даже царапаться и кусаться.
Но у него просто не было другого способа
объяснить, что ему нужно именно сейчас.

Тогда я обратилась к другим специалистам.
Они объяснили, что если ребёнок не говорит,
его необходимо научить выражать свои мысли
и желания по-другому. Это называется «система
альтернативной коммуникации». Логопед показал
нам с Ильёй, как работает система ПЕКС,
где человек с трудностями в речи обменивается
с другими людьми карточками.

Сначала цветные квадратики были для него просто
предметами, которые можно мять, подбрасывать,
грызть, гнуть или стучать ими. Но со временем Илья
освоился и понял их истинное предназначение.

Теперь, когда он стал старше, с помощью карточек
Илья может спокойно попросить у любого взрослого
или даже продавца в магазине то, что ему нужно.
Изображения понятны и универсальны — поэтому
его понимают все.

Наш путь:

- в четыре-пять лет — первые попытки освоить ПЕКС, но не сразу получалось
- в семь с половиной — восемь лет — полноценное введение системы ПЕКС
- в десять лет — уверенное освоение четвёртого этапа, составление фраз на полоске
- в репертуаре Ильи сейчас около сорока карточек

Сейчас Илья пытается произносить некоторые слова. Не все всегда понятно, но карточки ПЕКС продолжают выручать. В школе с ним работают тьюторы, которые помогают ему лучше осваивать систему. С её помощью Илья может не только попросить любимое лакомство, но и объяснить, что он хочет пойти на прогулку, посидеть на скамейке, а потом побегать вместе со мной. Даже в телефоне он пользуется карточками, чтобы «сказать», какие ролики хочет посмотреть.

Карточки помогают Илье и в других сферах. Он пользуется визуальным расписанием, которое помогает спокойно готовиться к предстоящим событиям.

Все ребята должны иметь возможность выражать свои мысли. Да, путь к этому может быть непростым, но радость от того, что ребёнок становится услышанным и получает самостоятельность, стоит всех усилий.



[смотреть историю](#)

КОЛЯ

Я мама Коли, меня зовут Наталья.
Моему сыну одиннадцать лет.
Мы живём вместе с папой
и старшей сестрой Никой.

Коля не умеет говорить —
не потому что не хочет. Я всегда
чувствовала: слова живут внутри
него, как птицы в клетке, и никак
не могут вылететь наружу.

Коля слышит все. Он понимает гораздо больше,
чем может выразить. Я вижу, как ему тяжело, когда
я не сразу разбираю, чего он хочет. Папа тихо
вздыхает, глядя, как Коля снова сидит один, крутя
в руках одну и ту же игрушку. А Ника часто приносит
ему книжки и игры, и я знаю — он хочет сказать
ей «спасибо», но не может. И это ранит его изнутри.

А потом в нашей жизни все изменилось.
В наш дом пришли карточки. Самые настоящие,
волшебные. Их принесла добрая женщина из центра
«Моя Планета». Она сказала: «Это система ПЕКС.
С её помощью Коля сможет говорить».

Коля не поверил. Тогда я села рядом, взяла
карточку с рисунком яблока и спросила:
— Хочешь яблоко, Коля?

Он протянул карточку — и я тут же принесла
настоящее яблоко. Красное, сочное, любимое.
И в тот миг я увидела: будто в его груди
вспыхнуло солнце. Он понял — я понимаю его.

С каждым днём карточек становилось больше.
Коля учился быстро.



Постепенно мы прошли долгий путь:

- в пять с половиной лет — первые карточки ПЕКС
- в шесть лет — освоил четвёртый этап, начал выкладывать фразы на полоске
- в десять лет — перешёл к шестому этапу, научился комментировать
- в репертуаре Ильи сейчас около сорока карточек

Сначала «пить», потом «играть», «обниматься», «гулять». Он носил с собой альбом, словно книгу с магией. Теперь, когда ему нужно было что-то важное, он просто находил карточку и протягивал её. И его понимали. Он перестал плакать от бессилия.

Сейчас Коля все ещё не говорит, как другие дети. Но он умеет общаться. И это самое главное. Потому что, когда тебя понимают, — это почти как говорить. Даже лучше. В его мире стало больше света. И в этом свете есть мама, папа, Ника... и карточки, которые научили его быть услышанным.



КСЮША

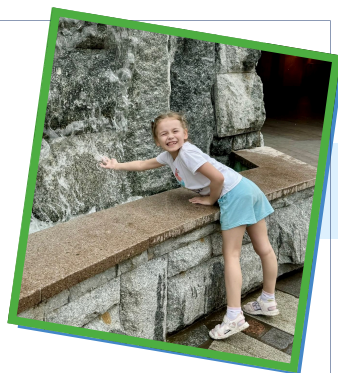
Я мама Ксюши, меня зовут Любовь. Моей дочери семь лет.

Ещё совсем недавно люди чаще всего не понимали, чего хочет Ксюша. Она не могла попросить воды, еды или узнать, где находится туалет.

В такие моменты она плакала или кричала от невозможности выразить свои желания, а взрослые думали, что Ксюша просто капризничает. Со временем она привыкла терпеть, пока не появлялась возможность самой достать еду или пойти в знакомое место. Иногда Ксюша пыталась докричаться до окружающих и надеялась, что её услышат, но случалось это редко.

Все изменилось, когда я отвела её на специальные занятия. Там Ксюша впервые познакомилась с голубой папкой с карточками. Педагог сказал, что это её голос. Так началось наше медленное, но верное движение к цели. Для нас с папой это было непросто, но опытный педагог поддерживал и поощрял.

Самое важное, что дала нам система ПЕКС, — теперь Ксюша может ясно сообщать нам о своих основных нуждах, особенно в дороге. Через год Ксюша пойдёт в школу. В детском саду отсутствие речи приносило ей массу трудностей, поэтому мы очень рассчитываем, что ПЕКС облегчит процесс учёбы. Это наша главная цель. Но есть и мечта: чтобы у Ксюши появился друг. Я верю, что система ПЕКС поможет ей установить хотя бы маленькие, но такие важные дружеские связи — с двоюродной сестрой или соседскими ребятами.



Наш путь:

- шесть лет и одиннадцать месяцев — начало занятий
- семь лет — Ксюша научилась преодолевать расстояние и быть настойчивой. Проявляет инициативу, а не ждёт указаний и подсказок взрослого. Появились первые спонтанные просьбы
- семь лет четыре месяца — умеет составлять и «читать» предложение на шаблоне, самостоятельно возвращает карточки в альбом. Составляет просьбу о помощи на шаблоне для предложений

Помню прошлогоднюю поездку на автомобиле. Я заранее приготовила папку с карточками. Дорога была долгой, и Ксюше захотелось перекусить. Она открыла папку, выбрала карточки с изображением хлеба и сыра. Я услышала шелест страниц и посмотрела на неё. Через минуту мы остановили машину и передали ей бутерброд. Это было необычно и восхитительно: она получила именно то, что хотела, и смогла сказать об этом по-своему.

Я уверена: каждому ребёнку, который не говорит, стоит попробовать систему ПЕКС. Она дарит шанс быть понятым и обретать свободу общения.



[смотреть историю](#)

ЛЕВ

Меня зовут Анна, я мама Левы.

Лева говорит с помощью картинок. Система ПЕКС пришла в нашу жизнь, когда ему было два года и девять месяцев. Мы начали использовать её на занятиях прикладного анализа поведения.



Мы с ним плакали почти каждый день: он — от непонимания, как объяснить, что хочет, я — от отчаяния, что не могу его понять.

Сначала я очень переживала: «А вдруг это затормозит речь? А вдруг Лева так и не заговорит словами?» Но я доверилась специалистам. И не зря.

Вначале Лева мог попросить только что-то одно. А потом стало получаться больше! Он начал составлять фразы. Я радовалась, а он — ещё больше, потому что его наконец начали понимать.

Мы не выходили из дома без книги ПЕКС.

Даже если ехали на занятия, Лева был готов: он знал, что сможет попросить у терапевта поиграть. Книга всегда была с ним, она стала его голосом.

Когда Лева исполнилось три года и два месяца, он начал произносить настоящие слова. Но система ПЕКС никуда не исчезла. Иногда, если ему трудно, он снова берет карточки и «говорит» через них. Это не шаг назад, а просто другой способ общения. Это его второй язык.

Сейчас Лева может выбирать.

Хронология освоения ПЕКС Левой:

- два года и девять месяцев — начали изучение ПЕКС на занятиях АВА
- два года и одиннадцать месяцев — Лева уже уверенно обменивает карточки
- три года — научился собирать предложения. Из дома без книги не выходил, на занятия брали обязательно и Лев готовился попросить у терапевста АВА игру или пойти в игровую на перерыве
- три года и один месяц — стал использовать ПЕКС не только для просьб, но и для выбора: показывал «да» или «нет», выражал характер и предпочтения
- три года и два месяца — появились первые слова и простые фразы устной речи
- три года и четыре месяца — Лева начал использовать ПЕКС не только дома и на занятиях, но и на прогулках, в гостях, в транспорте. Книга стала его голосом в любой ситуации
- освоил «красную страницу» (стоп-лист): когда предмета не было рядом или нельзя было выполнить действие, Лева спокойно принимал отказ. Это стало большим шагом в умении регулировать эмоции.

Таким образом, за полгода с момента введения ПЕКС Лева прошёл путь от «одной карточки» до первых слов и спокойного взаимодействия даже в ситуации отказа. Он может говорить. Он может общаться. И это огромное счастье.



[смотреть историю](#)

МАКСИМ

Меня зовут Валентина. Я мама Максима. Ему девять лет. Он живёт со мной, папой, старшим и младшим братьями. Максим — не такой, как мы, и не такой, как большинство людей.



Он сам это понимает и постоянно слышит от других. На детской площадке дети, с которыми он хотел бы поиграть, часто уходят от него.

Когда Максиму было пять лет, наша семья поехала на море, где мы впервые посетили центр «Моя Планета». Там никто не уходил от Максима. Наоборот — все подходили, улыбались, общались. В этом центре у него появилась учительница. Она учила и его, и нас — родителей, — общаться с помощью карточек, на которых было изображено то, что хотел Максим. Так он без труда научился просить печенье, воду, сок и другие лакомства.

Потом мы вернулись домой. И буквально через несколько дней продолжили занятия: теперь красивая учительница Максима появилась на экране компьютера.

Через несколько месяцев Максим освоил следующий этап — составление предложений. С помощью липучек он приклеивал карточки «Я хочу» и, например, «чай» на специальную полоску, а затем передавал её собеседнику. Все карточки хранились в альбоме, который Максим всегда носил с собой. Уже к пяти с половиной годам у него накопился целый альбом просьб.

Постепенно мы прошли долгий путь:

- в пять лет и два месяца — первые просьбы с помощью одной карточки
- в пять лет и четыре месяца — первые фразы «Я хочу...»
- в дальнейшем — введение новых предметов, накопился целый альбом, примерно сто карточек. Появились просьбы о помощи и походе в туалет
- в семь лет и десять месяцев — переход на планшет

К восьми годам альбом с карточками стал настолько большим, что носить его с собой оказалось неудобно. Мы решили приобрести планшет. Чтобы помочь Максиму освоить новую систему, мы снова полетели в «Мою Планету». Планшет оказался очень удобным: любую карточку можно было тут же загрузить, и он сразу получал возможность общаться. Теперь Максим всегда носит планшет с собой. С его помощью он может не только попросить еду или напиток, но и сообщить, что ему нужно в туалет или необходима помощь, например — открыть шкаф.

Иногда Максим говорит словами. Так, совсем недавно он ездил с папой в Санкт-Петербург. Когда они вернулись и увидели меня на вокзале, Максим так обрадовался, что произнёс: «Мама». Это было настоящее чудо.

Ему ещё многому предстоит научиться. Но главное уже случилось: Максима понимают. А это — самое ценное.



[смотреть историю](#)

МИЛАНА

Меня зовут Мария. Я мама Миланы. Ей семь лет. У Миланы есть старшая сестра Полина и младший брат Андрей. Полина и Андрей постоянно что-то рассказывают, делятся впечатлениями, Андрей очень любит петь.



А вот Милана говорить пока не умеет. Она пробует — произносит разные звуки, но они никак не складываются в слова.

Когда Милана была маленькой, она любила перебирать игрушки и листать книжки в одиночестве. Если мы пытались вовлечь её в совместную игру, она отказывалась и начинала плакать. В возрасте полутора лет она перестала реагировать на своё имя, соглашалась гулять только в коляске, часто плакала и не могла объяснить, чего хочет. Дома и на улице бегала из стороны в сторону, разбрасывала игрушки и не обращала внимания на других людей.

Когда Милане исполнилось три года, мы узнали про систему коммуникации ПЕКС — язык для детей, которые не умеют разговаривать. Мы всей семьёй начали её изучать.

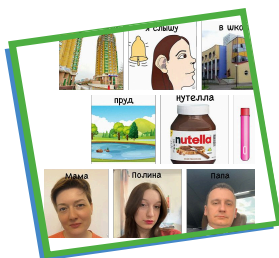
Все, что Милана хотела, она теперь могла получить, обменивая на это карточки. Это было просто здорово! Я сделала ей целый альбом с липучками для карточек. Она носила его с собой повсюду. И везде могла показать, что ей нужно.

Наш путь:

- в три года — начали использовать систему ПЕКС
- в три с половиной года — освоила четвёртый этап: составление предложений на полоске
- в семь лет — научилась комментировать, освоила шестой этап
- В семь лет — перешла на планшетную систему коммуникации

В «Моей планете» мне сказали, что Милана уже умеет не только просить или составлять маршруты, но и комментировать то, что видит и слышит, рассказывать о том, что делает сама и что делают другие, изучать новые слова и буквы, работать с цифрами и цветами — и все это с помощью планшета. Она очень старается, учится составлять длинные предложения и открывает для себя все больше новых слов.

Сейчас у Миланы насыщенная и интересная жизнь. Она может попросить то, что хочет, рассказать, что видела и слышала, знает, куда мы собираемся ехать. Она умеет заказать еду в кафе или купить любимое печенье в магазине, учиться в школе и общаться с друзьями. Может быть, когда-нибудь она научится говорить. А если не получится — научится читать и печатать. И тогда, возможно, сама напишет рассказ о своей жизни.



[смотреть историю](#)

МИША

Меня зовут Сергей Викторович. Я папа Миши. Ему девять лет. Мы живём в Петрозаводске вместе с дедушкой, старшим братом Темой и старшей сестрой Алёной.



Миша очень любит нашу семью, но раньше ему было трудно донести до нас свои мысли и желания.

Он не говорил, и мы часто его не понимали. Это делало его одиноким и беспомощным: он не мог объяснить, что хочет есть или пить, что ему больно или что устал. Каждый день был настоящей борьбой за понимание. Миша видел, как другие дети легко разговаривают с родителями и друзьями, и ему было грустно, что он не может так же.

До появления карточек ПЕКС Мише приходилось кричать, чтобы привлечь внимание, или придумывать жесты, чтобы мы догадались, чего он хочет. Это было тяжело и для него, и для нас.

Все изменилось, когда мы показали ему, что можно просить о нужном с помощью карточек. Это было настоящим чудом. Теперь он может показать мне карточку и получить свой любимый бутерброд с колбасой или попросить у дедушки включить мультфильм — и мы сразу его понимаем.

Миша очень любит играть с сестрой. Раньше наши игры были простыми и недолгими, а теперь все иначе: он показывает карточку — и Алена сразу понимает, что ему нужно.

Хронология освоения ПЕКС Мишей:

- девять лет — начало занятий
- девять лет и один месяц — альбом для занятий хранится в определённом месте, Миша легко находит его, когда ему необходимо пообщаться. Носит альбом с собой везде: школа, адаптивная физическая культура, дефектолог. Выполняет инструкции по карточкам.
- девять лет и четыре месяца — умеет отвечать на вопрос «Хочешь это?». Введён навык просьбы о помощи
- девять лет и четыре месяца — освоил четвёртый этап ПЕКС, обучение просьбе о перерыве

Мише особенно нравится, когда в папке появляются новые карточки. Он с интересом рассматривает их, быстро запоминает и даже учится читать слова под картинками. Теперь он всегда носит папку с собой — в магазин, в школу, на занятия. Она даёт ему уверенность: он знает, что сможет объяснить, чего хочет, и его поймут.

Мы понимаем, что впереди ещё много работы, но Миша не боится трудностей. ПЕКС для него — это не просто система карточек, это мост к общению, возможность быть услышанным. И мы счастливы, что этот мост есть в его жизни.



НАСТЯ

Меня зовут Ирина. Я мама Насти. Ей сейчас почти восемь лет. Мы живём в красивом городе Чебоксары. Уже три года Настя ходит в АВА-садик «Крылья».

Ей там очень нравится, особенно прогулки и походы

в магазин. У Насти есть особенность — она не разговаривает словами, как другие дети, но все понимает и очень многое чувствует. Раньше это было непросто и для неё, и для нас.

Все изменилось, когда воспитатели познакомили её с ПЕКС — карточками с картинками, с помощью которых можно «разговаривать». Сначала Настя не понимала, зачем они нужны. Взрослые показывали ей картинку яблока и сразу давали настоящее яблоко. Потом учили брать карточку и протягивать её, чтобы получить желаемое. Постепенно Настя поняла: карточка — это ключ к пониманию, это её голос.

Особенно удивительным стало то, что она начала составлять целые предложения на полоске: «Я хочу» + нужная картинка. Мы с папой тоже изучили ПЕКС, и дома теперь говорим с Настей на этом языке. Какое это счастье — когда ребёнок может ясно сказать: «Я хочу пить воду», «Я хочу кушать бутерброд», «Я хочу прогулку». Больше не возникает путаницы между чёрным чаем и компотом — все стало понятным.



Наш путь:

- пять лет — введены карточки ПЕКС
- шесть лет — Настя освоила четвёртый этап (начала составлять фразы на полоске)
- семь лет — освоила пятый и шестой этапы, научилась комментировать. Появились первые самостоятельные фразы: «Я хочу пить воду», «Я хочу кушать бутерброд», «Я хочу прогулку»
- восемь лет — увеличилось количество фраз, которые Настя произносит самостоятельно, расширился набор карточек. Она продолжает активно пользоваться системой ПЕКС

В «Крыльях» воспитатели иногда вводят детей в пекарню, где продаются ароматные сосиски в тесте. Настя сама может попросить именно их — и это для неё настоящее чудо.

ПЕКС открыл Насте дверь в мир общения. Теперь ей не обязательно расстраиваться из-за того, что она не говорит словами: у неё есть свой способ разговаривать, и он прекрасно работает.

Её карточки — это её голос. Воспитатели в «Крыльях» верят в неё, мы поддерживаем, и Настя чувствует себя понятой и принятой. Это самое главное — когда тебя понимают и любят таким, какой ты есть.



[смотреть историю](#)

ПЛАТОН

Меня зовут Ксения. Я мама Платона. Два года назад он начал заниматься по системе ПЕКС. Сначала все шло хорошо: в садике были чёткие правила, а дома любимые лакомства и игрушки часто доставались просто так.



Но потом занятия внезапно прекратились. Платон очень расстроился: снова начал выкрикивать непонятные звуки, когда хотел что-то получить, щипаться, прыгать, привлекать внимание, хватать меня или других взрослых за руку, чтобы привести туда, куда ему нужно.

Так иногда бывает: по разным причинам процесс освоения ПЕКС останавливается. В какой-то момент я поняла, что нужно вернуться к занятиям — и это оказалось правильным шагом. Мы сделали шаг назад, чтобы потом двинуться вперёд сразу двумя большими шагами: освежили знания и навыки, «подчистили хвосты», и Платон быстро все вспомнил.

Теперь его понимают. Одним из достижений этого лета стало то, что Платон научился предупреждать взрослых, когда ему нужно в туалет. А ещё ему очень хочется, чтобы его понимали все ребята — он стремится общаться.

Недавно мы отдыхали на юге. Верный спутник Платона — альбом с карточками — был с нами везде. Благодаря ему он спокойно просит желаемое в любых ситуациях: в кафе или на детской площадке.

Хронология освоения ПЕКС Платоном:

- семь лет — начало занятий, восстановление навыков ПЕКС (первый — третий этап)
- семь лет и два месяца — начал составлять фразы на полоске для предложения. Активное использование карточек в детском саду, на занятиях по ЛФК, кафе, улице, магазинах.
- семь лет и три месяца — отпуск. Главное достижение на отдыхе — самостоятельные просьбы в туалет!
- семь лет и четыре месяца — обучение составлению фраз из трёх и более слов

Однажды на площадке к нему подошёл мальчик, который хотел поиграть, но не знал, как. Платон сделал первый шаг: дал ему полоску с предложением. Мальчик посмотрел и сказал: «Я понял, он хочет идти на качели!». После этого они долго и весело играли вместе.

ПЕКС стал для Платона настоящим мостиком к общению. Теперь он может быть понятым и услышанным в любой ситуации.



РОМА

Меня зовут Валентина. Я мама Ромы. Ему пять лет, и он пока не говорит. Он не всегда понимает, что говорят взрослые, и иногда они думают, что он их не слышит. Роме трудно смотреть в глаза и удерживать внимание.



Ему очень хочется дружить и играть в активные игры, но дети часто не замечают его или обходят стороной.

С самых первых осмотров у педиатра я чувствовала, что Рома особенный. Диагноз ему поставили рано — и это хорошо, потому что повышает шансы на успешное развитие и реабилитацию.

Рома посещает центр «Моя Планета», где ему показали карточки ПЕКС. Поначалу было сложно, как в любом деле, но Рома быстро усвоил принцип и научился работать с планшетом. Теперь у него есть специальное приложение с картинками, обозначающими слова и действия. Планшет большой, красочный, и ему нравится им пользоваться — он стал для него полезным помощником и «электронным другом».

Теперь взрослые легко понимают его простые просьбы. Мы на верном пути: Рома чувствует, что скоро захочет сказать свои первые слова — и я уверена, что он уже знает, какими они будут: «Я хочу обнять тебя, мама».

Хронология развития:

- в три года — за один месяц освоил первый этап АДК ПЕКС — уверенно просил одной карточкой свои любимые лакомства и игрушки. Научился различать не менее пяти карточек на обложке и листать альбом, чтобы выбрать желаемое и попросить о нем (третий этап)
- в три с половиной года Рома перешёл на четвёртый этап ПЕКС — стал уверенно просить желаемое полоской предложений, самостоятельно составляя фразу и предоставляя её взрослому, чтобы попросить то, что ему сейчас необходимо
- в четыре года Рома перешёл на электронный планшет и стал уверенным его пользователем, на данный момент Рома учится продолжать фразу вокально (ПЕКС с задержкой) и у него появляются первые самостоятельные реакции.
- в пять лет — в арсенале Ромы не менее пятидесяти карточек и их количество постоянно растёт

ПЕКС стал для Ромы мостиком к общению и самостоятельности, помогая ему ощущать себя понятым и услышанным.



[смотреть историю](#)

САНДРО

Меня зовут Александра. Я мама Сандро. Он ребёнок, который знает много слов, но долго не использовал их для общения — до тех пор, пока в нашей жизни не появился ПЕКС.

После трёх лет коррекции, множества интенсивов и различных методик мы поняли: самым правильным решением было подключение АВА-терапии, а затем — введение ПЕКС.

Как и многие родители, я сначала волновалась: Сандро и так не слишком говорил, а вдруг, начав использовать карточки, совсем перестанет произносить слова? Мы изучили информацию, посоветовались с куратором и решили попробовать.

Слова куратора я запомнила навсегда: «Для вербального ребёнка ПЕКС станет способом запуска речи, а для невербального — шансом быть понятым, передать свои мысли, желания и потребности, которые у него, безусловно, есть». Мы ни разу не пожалели о принятом решении. С тех пор Сандро стал гораздо чаще использовать вокальную речь для общения. Да, это огромная работа — и для специалистов, и для семьи, но результат того стоит.

Полгода назад у него не было ни одной просьбы, а теперь — даже с визуальными подсказками в виде карточек ПЕКС — он уже может сказать: «Я хочу пончик», «Я хочу планшет», «Я хочу пойти в магазин» и многое другое.

Постепенно мы прошли долгий путь:

- четыре с половиной года — научился просить двенадцать нужных ему вещей с помощью карточек
- пять лет — повторно приехали на интенсив, он уже мог просить целой фразой с помощью полоски предложения
- сейчас в арсенале Сандро семнадцать фраз и половину из них он договаривает

Иногда Сандро выражает свои желания и без альбома — пока это редкость, но такие моменты уже случаются.

ПЕКС стал для Сандро важным инструментом общения, который помогает ему быть понятым и постепенно развивать речь.



[смотреть историю](#)

САША

Меня зовут Мария. Я мама Сашу.
Ему семь лет.

Когда Саша был маленьким,
он не говорил и не общался.
Мы нашли выход — систему ПЕКС.
Примерно в два года и шесть
месяцев мы начали вводить
альтернативную коммуникацию.



Саша очень быстро понял принцип: учить
его специально почти не пришлось. Уже к трём
годам он с лёгкостью освоил четвёртый этап ПЕКС.

С вокальной речью дела шли медленнее. Ему было
сложно говорить, переключаться между звуками
и произносить слова чётко. Но через чтение
и постоянные повторения, в пять с половиной
лет он смог сказать своё первое самостоятельное
слово. Это была наша большая победа.

Параллельно Саша перешёл на планшет ПЕКС,
достиг шестого этапа и научился печатать. Сейчас
он говорит, но от ПЕКС не отказывается.

Если его не понимают, он всегда может объяснить
с помощью планшета, что именно хочет.
Это особенно полезно в другой языковой среде:
картинки понятны всем, и Саша остаётся понятым.

ПЕКС стал для него важным инструментом общения,
который помогает не только просить предметы
и лакомства, но и уверенно выразить свои мысли,
даже если слова пока ещё не всегда легко даются.

Хронология развития:

- в два с половиной года начали вводить альтернативную коммуникацию
- в три года с лёгкостью дошёл до четвёртого этапа
- в пять с половиной лет Саша смог сказать своё первое самостоятельное слово
- речь развивалась тяжело, параллельно Саша перешёл на ПЕКС планшет, достиг шестого этапа и научился печатать



57



[смотреть историю](#)

СОНЯ

Меня зовут Надежда. Я мама Сони. Ей двенадцать лет.

Соне очень трудно произносить слова. Она старается, но получается непонятно, и слишком часто слышит от окружающих: «Скажи чётче, ничего не понимаю!»

Раньше единственное, что она могла сделать в ответ, — взять за руку, отвести к предмету и показать пальцем.

Потом мы вместе с учителями составили для неё книгу с карточками, где были изображены любимые игры и лакомства. Соне стало спокойнее жить: она перестала злиться и скучать.

Теперь её книги закачаны в планшет. С его помощью Соня отвечает на вопросы учительницы, а они даже играют вместе — это самое весёлое. А ещё у Сони есть младшая сестра, ей три года. Соня показывает ей планшет, и они начинают баловаться, вместе составляя забавные предложения на полоске. Я говорю, что так делать нельзя, но они хохочут вдвоём. Младшая иногда берет планшет и выбирает мультик из Сониного списка — принцип просьбы через ПЕКС понятен даже ей.

ПЕКС помог Соне обрести голос и радость общения. Теперь её мир стал ярче, а жизнь спокойнее и веселее.



Наш путь:

- в пять лет ввели ПЕКС (первый этап), была попытка посещать детский сад с альбомом и тьютором, но с уходом тьютора и вся работа с ПЕКС прервалась
- в семь лет возобновили занятия, София научилась составлять просьбу на полоске
- в восемь лет София поступила в ПЕКС класс «Моей планеты», где стремительно закрепляла навыки просьбы
- в девять лет состоялся переход на планшетную версию ПЕКС
- в десять лет София начала осваивать печатание
- в одиннадцать лет в работе с ПЕКС София перешла к освоению аутоклитической рамки и реципрокному диалогу



59



[смотреть историю](#)

ТАИР

Меня зовут Наталья. Я мама Таира. Ему двадцать три года, он живёт в Москве и не может говорить.

Раньше вокруг Таира было много недовольных и обиженных людей: они думали о нём плохое — будто он невоспитанный, не здороваются, не отвечает.

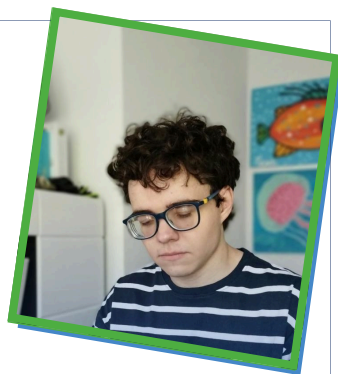
Таира это очень ранило: он совсем другой — добрый и дружелюбный — но как показать это людям, он не знал.

Сначала я давала ему распечатанные листки с текстом, где было написано, что он не может говорить и никого не хочет обидеть.

Это немного помогло, но было неудобно — длинный текст людям сложно прочесть быстро.

Дошло до того, что Таир сам стал считать себя плохим и ненужным; он много плакал, иногда часами, бил себя, почти перестал выходить из дома.

Нам помогла наша психиатр: она рассказала про ПЕКС. Я купила папку и карточки, и Таир стал показывать их людям — и, о чудо, его стали понимать. Сначала было трудно носить папку везде и быстро находить нужную карточку, но постепенно он освоился и теперь может «поговорить» на любую тему — с друзьями и со мной.



Недавно Таир получил главный приз конкурса «Личное дело» за публикацию его книги «Так же по-другому», где он рассказывает о восприятии мира людьми с аутизмом.

Теперь он везде общается с помощью карточек и с удовольствием ходит на занятия. У него много любимых дел: музыка и танцы, рисование и спортивная гимнастика. И везде ребята его принимают и понимают.

Нет ничего хуже, чем когда тебя никто не слышит и не понимает, хорошо, что это время у нас уже позади.



[смотреть историю](#)

ТИМ

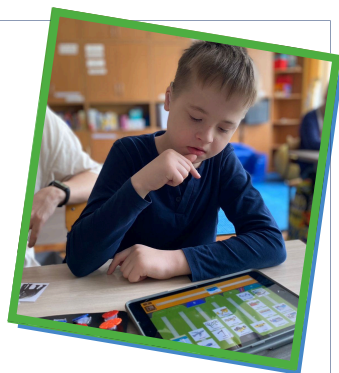
Меня зовут Наталья.
Я мама Тима.

Тим не говорит. Вернее, говорит, но не так, как другие дети. В одиннадцать лет его речь — это отдельные звуки, слоги, редкие слова, которые мы, родители, научились иногда понимать.

Остальные люди — нет.
Поэтому его голос — это планшет.

Когда ему было два года, мы окончательно поняли: что-то не так. Он не повторял слова, не откликался, и у нас совсем не было шансов понять его. А потом мы узнали про альтернативную коммуникацию — систему ПЕКС. Карточки, картинки, символы. Первое время я сомневалась: «А вдруг он так и не заговорит?». Но когда он впервые сам осознанно выбрал картинку «Сок» и протянул мне, все сомнения ушли.

Сейчас его планшет — это целый мир. Он просит мультфильмы, называет любимую серию «Смешариков», требует сухую футболку, если пролил компот, и даже умудряется торговаться: «Школа — нет, аквапарк — да». Он рассказывает, что увидел ворону за окном, отвечает на уроке математики и может сказать: «Мама, обними».



Этапы развития Тима с ПЕКС:

- два года — начали вводить ПЕКС
- три года — освоил четвёртый этап (начал выкладывать фразу на полоске)
- шесть лет — научился комментировать (шестой этап) и перешёл на планшетную систему коммуникации
- десять лет — начал печатать
- сейчас в планшете Тима примерно восемьсот карточек

Раньше я боялась, что никогда не услышу, о чем он думает, что он не сможет сказать мне самое важное. Но теперь он «разговаривает» даже слишком активно — бывает, достаёт с просьбами десять раз подряд! Иногда я ловлю себя на мысли: а что, если бы мы не нашли этот способ? Если бы он так и остался запертым в себе, а мы гадали бы, что он хочет, почему плачет, чего боится?

Теперь я знаю — он умеет говорить. Просто не так, как все. И это не важно. Главное — мы можем его слышать.



[смотреть историю](#)

ТИМУР

Мы, Галя и Айгос, родители Тимура. Ему 8 лет и он уже первоклассник. Тимур очень любит проводить время вместе всей семьёй: гулять в парке, кататься на машине, играть на детских площадках, ездить на автобусе и метро, ходить в школу и много-много всего.



У него пока ещё нет вокальной речи, но уже сейчас он знает все буквы и даже может произнести некоторые буквы и слоги. Свои просьбы и желания Тимур доносит до собеседников через планшет ПЕКС, а также может ответить на некоторые вопросы с его помощью.

Когда Тимур был совсем маленьким, мы заметили, что он немного отличается от своих нейротипичных сверстников, и мы подключили дополнительные занятия, чтобы Тимур мог развиваться и познавать мир в своём индивидуальном темпе.

В два с половиной года мы впервые пришли в центр «Моя планета» на занятия по сенсорной интеграции, а затем и на занятия по адаптивной физической культуре. Эти занятия очень помогли и научили Тимура чувствовать и управлять своим телом. Уверены, что они заложили хорошую основу, и теперь Тимур может легко взбираться на любую горку на детских площадках.

Постепенно мы прошли долгий путь:

- четыре года и два месяца — Тимур ввели ПЕКС
- четыре года и пять месяцев — перешёл на этап ЗБ
- четыре года и десять месяцев — четвёртый этап (фраза «я хочу...»)
- семь лет и два месяца — шестой этап (свойства — цвета, комментирование — «я вижу», «я слышу», «я чувствую»)
- семь лет и четыре месяца — переход на электронный планшет ПЕКС

Тимур очень любит заниматься, как в школе, так и дома. Он любит разные интерактивные игрушки и пособия, например, с помощью говорящей азбуки, Тимур самостоятельно выучил все буквы и даже может напечатать некоторые слова. А с помощью говорящего карандаша узнает много новых слов и запоминает их произношение. Потихоньку учится печатать на папином ноутбуке. А с помощью планшета сейчас он уже может сказать, что хочет, куда хочет пойти, что слышит, что видит, что чувствует, ответить какого цвета предмет и какое количество, и многое ещё.

Мы верим, что благодаря занятиям и старанию Тимур со временем сможет самостоятельно произносить слова и фразы, и уверены, что словарный запас и навыки ПЕКС послужат ему хорошим фундаментом.



[смотреть историю](#)

ЭЛИНА

Меня зовут Элина. Я мама Элины. Ей семь лет. Мы живём с папой и младшей дочкой. Элина понимает два языка — русский и армянский — и очень любит рисовать.

Долгое время ей было трудно общаться с нами, друзьями и воспитателями.

Если Элине что-то было нужно, она брала меня за руку и вела к предмету, а если её не понимали — громко кричала. Я расстраивалась и иногда тихо плакала, когда никто не видел — очень хотела помочь, но не знала как.

Потом пришла надежда: четыре буквы, изменившие нашу жизнь — ПЕКС. С первой встречи Элина поняла, что карточки — прекрасная возможность быть понятой. Я стала больше улыбаться, и она тоже. Помню наш первый поход в магазин: она попросила йогурт — и я, как ребёнок, запрыгала от радости и захлопала в ладоши. Йогурт мы купили — целых три.

Папку с карточками Элина носит везде: в школу, на прогулку, на рисование. Карточек много, а если нужной нет — она легко рисует её сама. Однажды на занятии понадобилась кисточка, и в тот момент, когда педагог читал предложение вслух, Элина громко произнесла это слово. Все замолчали, а позже я поняла, что в тот день впервые услышала её голос. Сейчас она может сказать несколько слов, но с папкой у неё гораздо больше возможностей для самовыражения.



Хронология развития:

- семь лет — начало занятий. Умеет просить желаемое одной карточкой
- семь лет и пять месяцев — составляет и «читает» предложения на шаблоне, произнесение первых слов
- семь лет и шесть месяцев — умеет просить желаемые предметы, используя одновременно несколько характеристик (цвет, форма, величина, количество)
- семь лет и семь месяцев — научилась комментированию. Введён навык длительных периодов ожидания
- семь лет и девять месяцев — составляет предложения с использованием глаголов, прилагательных, союзов и/или предлогов
- семь лет и десять месяцев — спонтанное комментирование боли, самостоятельное общение при помощи ПЕКС с незнакомыми людьми. Умеет при помощи карточек рассказывать о себе (имя и фамилия, возраст, дата рождения, адрес) и погоде.

Однажды, когда нас рядом не оказалось, она подошла к незнакомой девушке — и та прекрасно её поняла. Даже младшая сестра ходит с нами на занятия, учится общаться, и они вместе играют, рисуют, гуляют.

Первого сентября Элина идёт в школу. В классе будет мальчик с такой же папкой. Очень надеемся, что они подружатся.



[смотреть историю](#)

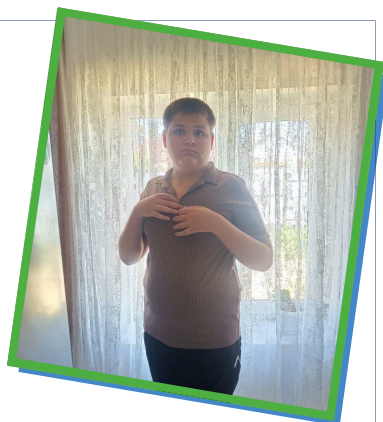
ТИМУР

Меня зовут Светлана.
Я мама Тимура. Ему почти
четырнадцать лет. Тимур
общается на языке ПЕКС —
так его понимаем и я,
и его папа.

Без карточек ему пока трудно
что-то сказать самому, но он
очень старается: даёт карточки нам и своим
братьям и произносит то, что на них написано.

Ещё два года назад Тимур почти никто не понимал.
Он привлекал внимание, стуча по батареям, щипая
меня или брата. Теперь, благодаря педагогу Анне,
которая научила его общаться с помощью карточек,
он может спокойно подойти и попросить то,
что хочет — у меня, у мамы, у брата. Понимать речь
Тимура все ещё сложно, зато карточки и визуальное
расписание помогают ему не запутаться: он знает
свой распорядок дня и домашние дела.

Тимур помогает мне накрывать на стол, мыть
посуду, подметать во дворе, сортировать и вешать
одежду. Он ходит со мной в магазин, ездит
к педагогам, катается с семьёй на велосипедах.
Он счастлив, что научился «говорить» с помощью
карточек, что его понимают и слышат.



[смотреть историю](#)



Детский инклюзивный центр «Моя Планета»
для детей с аутизмом, ДЦП, задержками
и нарушениями развития



МЫ РАБОТАЕМ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ
КАЧЕСТВА ЖИЗНИ
СЕМЕЙ С ОСОБЫМИ ДЕТЬМИ

ISBN 978-5-4212-0796-2

