

Памятка

Общим для всех ситуаций является следующий подход:

- ❖ Необходимо предотвращать ситуации, в которых может возникнуть проблемное поведение.
- ❖ Надо учить ребенка другим, адекватным способам выражения своего желания изменить ситуацию.
- ❖ Если по каким-то причинам данная ситуация неизбежна, не следует поощрять проявления данного поведения, позволяя ребенку избежать неприятной ситуации посредством, например, агрессии или крика.
- ❖ В тех ситуациях, когда проблемы поведения уже возникли, *чрезвычайно важно не выказывать негативных эмоциональных реакций*. Проявления гнева, раздражения могут только усугубить ситуацию и закрепить проблемное поведение.



Государственное автономное учреждение Иркутской области
«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи»

Коррекция нежелательного поведения у детей с расстройством аутистического спектра

Информационный
буклет



Наш адрес:
664022, г. Иркутск, Пискунова 42
Т. 8(3952)700-940
сайт: www.cpmss-irk.ru
E-mail: gbabyhelp@bk.ru
<https://vk.com/public183768857>

Иркутск, 2024

Поведение - это процесс взаимодействия живого организма с окружающей средой; на этот процесс влияет ряд факторов: физиологические изменения в процессе развития (болезни, травмы и их влияние на состояние здоровья); среда, в которой мы живем; последствия поведения.

Нарушения социально адекватного поведения являются одним из основных признаков аутизма. Особую группу нарушений составляют так называемые проблемы поведения.

Наиболее распространенными видами нежелательного поведения у детей с расстройствами аутистического спектра принято считать:

- ❖ Отсутствие зрительного контакта, отсутствие реакции на инструкции, негибкость;
- ❖ Самостимуляция;
- ❖ Падение на пол;
- ❖ Побег от взрослых;
- ❖ Стремление забираться на высокую мебель;
- ❖ Крики, ругательства, шум и т.д.;
- ❖ Плач;
- ❖ Истерики;
- ❖ Разрушительное поведение;
- ❖ Укусы, толчки, драчливость;
- ❖ Самоагрессия.

Фиксация проблемного поведения

Выявление функции поведения

Вот несколько советов, которые помогли многим родителям, имеющим ребенка с РАС:

Для того, чтобы изменить поведение, мы должны попытаться понять, что вызывает поведенческую реакцию, что может являться ее запускающим стимулом. Необходимо подробно изучить, как часто и в каких ситуациях проявляется это поведение. Самый надежный способ узнать о поведении больше — наблюдать за поведением ребенка и записывать информацию, относящуюся к проблемам поведения. Во время наблюдения фиксируют следующие моменты: «Что предшествовало появлению проблемного поведения?», «Эпизод проблемного поведения», «Что последовало за проблемным поведением?». Наблюдение за поведением необходимо проводить в течение нескольких дней.

Взрослым необходимо выяснить, **что** проблемное поведение дает ребенку, для чего оно служит, как оно меняет ситуацию.

Основными функциями проблемного поведения являются:

- ❖ Избегание неприятного.
- ❖ Получение желаемого.

Обращаем внимание, на что явно и в большей степени направлено поведение: на избегание или на получение чего-либо?

Возможны случаи, когда проблемное поведение выполняет различные функции и встречается в разных ситуациях. Тогда следует проанализировать наиболее типичные моменты проявления проблемы поведения и при построении коррекционного подхода учитывать часто повторяющийся тип ситуаций.

Избегание неприятного

Нарушение привычного стереотипа

Предотвратить появление проблем поведения, связанных с реакцией на нарушения стереотипов, помогает коррекционная работа, направленная на развитие гибкости поведения. Использование расписаний, многообразие жизненного опыта, который ребенок получает — все это способы избежать формирования жестких стереотипов; сделать их изменения более предсказуемыми и, соответственно, менее травмирующими. Если ребенок умеет говорить, его можно обучать фразам, выражающим протест и нежелание: «Я не хочу», «Нет» и т.д. В то же время, следует помнить, что не всегда есть возможность пойти навстречу ребенку; иногда нарушение стереотипа неизбежно. В подобном случае, если проблемное поведение уже имеет место, наиболее часто используется подкрепление поведения, несовместимого с проблемным.

Сверхсильные сенсорные стимулы

Основной способ — десенсибилизация; формирование постепенного привыкания к тем или иным стимулам (чаще всего, звуковым). При этом активно используется подкрепление поведения, несовместимого с проблемным. Детей также можно учить выражать свое негативное отношение к ситуации словами и жестами.

Внутренний дискомфорт

В таких ситуациях предпринимают попытки при помощи внешних воздействий уменьшить влияние внутренних факторов. Например, вовлекая ребенка в интересную для него деятельность, можно прервать проблемное поведение.

Организация специальных воздействий, направленная на коррекцию проблем поведения — самое трудное в работе с аутичными детьми. Для того, чтобы эффективно влиять на проблемы поведения, используя методы поведенческой терапии, требуется многолетний опыт, высокий профессионализм.

Выбор способа коррекции зависит, прежде всего, от функции поведения — от того, на достижение какой цели оно направлено. Основная логика коррекционного процесса — научить ребенка адекватному способу поведения, который помогал бы ему реализовать ту же самую функцию поведения, что и данное проблемное поведение.

Особая группа проблем поведения — те виды поведения, которые вызываются внутренними факторами, связанными с особенностями нервной системы: импульсивность, расторможенность, резкие перепады настроения, отражающиеся в эмоциональных реакциях. Для предотвращения подобных проявлений необходимо: дозировать психологические нагрузки, установить адекватный режим дня и т.д. В некоторых случаях оказывается необходимым обратиться за помощью к врачам-специалистам: психиатрам и невропатологам.

Получение желаемого

Ребенок требует какой-либо конкретный предмет, привлекательный для него

Оптимальный способ коррекции: обучение ребенка адекватным способам получения желаемого. Детей необходимо учить вербально или невербально выражать свои желания. Как только ребенок научается делать это самостоятельно, проблемное поведение в данных ситуациях должно игнорироваться (т.е. не поощряться).

Ребенок стремится к выполнению какого-либо действия

Как и в предыдущем случае, ребенка учат выражать свое желание. Если ребенок не говорит, можно обучать его использовать указательный жест, жесты отрицания и согласия; на занятиях учат выбирать виды деятельности, пользуясь картинками и фотографиями.

Ребенок ищет внимания со стороны другого человека

В таких случаях помогает подкрепление адекватного поведения ребенка с одновременным игнорированием проявлений проблемного поведения.

Приемы, используемые в поведенческой терапии:

Подкрепление поведения: а) несовместимого с проблемным; б) подкрепление отсутствия проблемного поведения. Эти способы являются одними из наиболее часто применяемых. Примеры: а) ребенок царапает руки взрослому; его просят положить руки на колени; если он выполняет инструкцию, его поощряют; б) ребенок кричит, если его просят отвечать на вопрос. Когда он отвечает без крика, его поощряют.

Тайм-аут. Ребенок оказывается на определенный промежуток времени (до окончания эпизода проблемного поведения) вне ситуации, в которой это поведение имело место. Этот способ не может быть использован, если поведение имеет функцию избегания неприятной ситуации: в таких случаях тайм-аут подкрепляет проблемное поведение. В случаях, если поведение вызвано внутренними факторами или направлено на получение внимания, тайм-аут может быть полезен.

Наказания. После эпизода проблемного поведения в ситуацию привносится неприятный ребенку стимул. В качестве наказания наиболее часто используются: повторяющиеся инструкции; физические упражнения; повторение ситуации до тех пор, пока она пройдет без проблемного поведения.

Вам придется освоить новые навыки, чтобы повысить самоконтроль и уверенность в своей новой роли — родителя ребенка с расстройством аутистического спектра.

Ресурсы, которые могут Вам в этом помочь:

<https://dailybaby.ru/magazine/columns/autizm-eto-ne-problemy-v-obshchenii-kak-rastit-rebionka-s-ras>

<https://autism-frc.ru/>

<https://город-надежды.рф/>

<https://contact-autism.ru/>

<https://autismjournal.help/>

<https://outfund.ru/>



Контроль

Взрослый должен уметь управлять поведением ребенка путем осознанного и целенаправленного подкрепления желательного поведения. Контролировать процесс взаимоотношений всегда должны Вы, а не ребенок. Вы должны стать «Руководящим контролем!»

Предметы

Вы должны контролировать любые предметы, которые ребенок хочет получить. После того как ребенок стал вас воспринимать, все мотивационные предметы лежат например в прозрачной коробке, ребенок знает где, но доступ есть только у вас. И только вы решаете, когда и как долго они будут в его распоряжении.

Инструкции и поощрения

Вам необходимо провести тщательный выбор инструкций и поощрений. Если Вы даете инструкцию сделать что-либо, то не давайте поощрение пока ребенок ее не выполнит. Эта ступень разрешает вам помогать ребенку в достижении успеха, если в этом есть необходимость (жестовая подсказка, физическая).

Мотивационный стимул

Покажите ребенку, что следуя вашим инструкциям, он сможет получить, то, что хочет. Давайте ребенку легкие задания так часто, как только возможно, и поощряйте его стремления участвовать в их выполнении, приобретая позитивный опыт.

Количество поощрений

На ранних этапах работы используйте подкрепления каждый раз, как только получаете положительную реакцию, постепенно уменьшая частоту поощрений