

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

**ПЕДАГОГАМ ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С ДЕТЬМИ С
РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА И С ДЕТЬМИ
С ПРОЯВЛЕНИЯМИ В ПОВЕДЕНИИ АУТИСТИЧЕСКИХ ЧЕРТ**



Ребенок получает диагноз - «аутизм», когда у него можно наблюдать наличие *дефицитов в социально-коммуникативной сфере и наличие стереотипий* (ребенок имеет повторяющиеся и стереотипные модели поведения и ограниченные специфические интересы).

Признаки аутизма



Дети с РАС могут демонстрировать следующие виды проблемного поведения:

1. Агрессия:

- на себя (укусы, вырывание волос, удары по своему телу),
- на других (удары, пинки, щипание, ругательства),
- на предметы (разбрасывание, битьё посуды).

2. Аутостимуляция (махи руками, прыжки, стук, кружение на месте, однообразные громкие звуки, однотипные манипуляции предметами).

3. Стереотипия (выстраивание предметов, пристрастие к одной одежде, продуктам, потребность перемещаться всегда по одному и тому же маршруту).

4. Социально неприемлемое поведение (крик, раздевание в публичном месте, поедание несъедобного).

Зачастую может показаться, что ребенок с аутизмом выполняет действия без объективных причин. Однако при глубоком изучении мы можем обнаружить *намерения*. Специалисты выделяют четыре возможных цели поведения:

- получить что-либо от кого-либо (социально опосредованное позитивное поведение),
- избежать требований окружающих - к примеру, занятия или общения (социально опосредованное негативное поведение),
- получить что-либо желаемое (автоматическое позитивное поведение),
- убрать что-либо нежелательное/избежать чего-либо нежелательного (автоматическое негативное поведение).

Как формируется проблемное поведение при аутизме?

1. На происхождение поведения влияют предшествующие факторы (то, что происходит перед поведением, «запускает» его) и последствия.
2. Чем ближе по времени они к поведению, тем больше на него влияют.
3. Управляя предшествующими факторами и последствиями, мы можем менять поведение.
4. Нередко причиной проблемного поведения становится потребность в получении ярких сенсорных ощущений (аутостимуляция, стиминг).

Функциональный анализ поведения в работе с детьми с РАС

Важно уметь распознавать, какое поведение является уместным, а какое – неприемлемым в данный конкретный момент. Многие виды поведения являются очевидными. Например, такие как агрессивное (ребенок плюет в кого-то, бьет, кусает или царапает) или самоповреждающее (ребенок бьет себя или бьется головой о стену). Но некоторые виды неприемлемого поведения являются не столь очевидны. Если ребенок плачет или смеется – это нежелательное поведение? Или ребенок спрашивает, можно ли пойти в туалет?

Ответ на каждый из вопросов зависит от конкретной ситуации. Если ребенок счастлив, смех является уместным, если огорчен – слезы. И конечно, когда ребенок просится в туалет, нет ничего неприемлемого в этом. Однако если ребенок использует один из трех видов поведения как средство для достижения своих целей неприемлемым образом или для того, чтобы получить контроль над определенной ситуацией, то данный вид поведения следует считать неприемлемым.

Итак, как нужно поступить, если ребенок просится в туалет в тот момент, когда вы пытаетесь научить его другому навыку? В большинстве случаев лучшая стратегия в данной ситуации – показать ребенку, что вы его поняли, но при этом отклонить просьбу и продолжить обучение. Когда ребенок начнет выполнять задание, можно сделать паузу и спросить, хочет ли он сейчас в туалет. Если ребенок идет в туалет, обязательно повторить задание с тем же навыком, когда он вернется. Это покажет ребенку, что вы поняли его просьбу, однако такое поведение не поможет ему избежать определенного требования или уклониться от выполнения сложной учебной задачи.

Один из простых способов понять, является ли поведение неприемлемым, заключается в том, чтобы задать себе вопрос: «хотел бы я, чтобы это поведение повторилось в подобной ситуации?» (пример с поведением дома: ребенок хочет постоянно бегать полностью раздетым, залезает на столы или включает или выключает свет).

Другой способ, позволяющий определить, является ли поведение неприемлемым, заключается в том, чтобы обратить внимание на чувства и

реакции, возникающие у вас в ответ на это поведение. Если ваша реакция на поведение ребенка включает в себя такие чувства, как гнев, раздражение, замешательство или подавленность, скорее всего, данное поведение является неприемлемым. Вполне вероятно, что ребенок достиг совершенства в том, чтобы вызывать у вас злость или тревогу. Когда вы рассержены, встревожены, паникуете или огорчаетесь, вы, вряд ли способны принимать взвешенные решения. Именно в таких ситуациях ребенок с большей вероятностью открывает для себя доступ к подкреплению, которое он хочет получить. Если у двух людей возникают разногласия, верх обычно одерживает тот, кто спокоен и контролирует себя. Для эффективного обучения (воспитания) вам нужно постоянно помнить о том, что спокойствие помогает эффективно влиять на поведение того, кто не контролирует свои эмоции и стараться всегда сохранять спокойствие при взаимодействии с ребенком и принятии решений в процессе занятий, тем более что события могут развиваться очень быстро.

В нашем случае нет возможности обратиться к АВА специалисту, чтобы определить функцию поведения, поэтому можем постараться определить ее сами. Для этого нужно быстро ответить на три вопроса:

1. Какое конкретно поведение мне не понравилось?
2. Что произошло в окружающей среде непосредственно перед проявлением поведения?
3. Что изменилось в окружающей среде сразу после проявления поведения?

Первый вопрос помогает удостовериться в правильности определения того, как именно проявляется неприемлемое поведение. Здесь важно описывать поведение не общими словами «ведет себя плохо», или «ведет себя аутично», «создает сложности», а конкретно «уходит от мамы», «не отзывается на имя» или «бросает тарелку на пол во время обеда».

Второй вопрос направлен на то, чтобы мы могли увидеть предшествующий фактор, повлиявший на возникновение поведения. Например, ребенок кусает себя каждый раз, когда вы надеваете на него определенный свитер (в данном случае предшествующий фактор – свитер). Кроме того, этот вопрос может подсказать нам идею относительно функции поведения. К примеру, если ребенок бросает тарелку на пол сразу после того, как его отец начинает разговаривать по телефону, можно предположить, что функция – попытка ребенка привлечь внимание папы. Или если ребенок раз за разом хлопает в ладоши и при этом не реагирует на имя – самостимуляция. Если же ребенок выходит из ванной сразу после того, как мама берет в руки его зубную щетку, это может привести на мысль о стремлении избежать чистки зубов.

Третий вопрос – самый трудный, но важный. Какое последствие, которое подкрепляет рассматриваемое поведение? Если мы определим, что именно изменилось в окружающей среде после появления поведения, это

поможет нам определить, что именно подкрепляет данное поведение. Например, тот факт, что после того как ребенок бросил на пол тарелку, отец выключил телефон, отругал ребенка, а затем поставил перед ним новую тарелку супа, будет еще одним аргументом в пользу того, что поведение было попыткой привлечь внимание отца. Кроме того, обнаружение возможного подкрепления позволит нам определить стратегию поведения отца: когда в следующий раз снова возникнет такая ситуация, отцу следует продолжить свой разговор по телефону, не допуская, чтобы ребенок снова смог привлечь внимание с помощью такого поведения. Тот факт, что мама кладет щетку на место, после того как ребенок уходит из ванной комнаты, будет свидетельствовать о том, что целью поведения было избежать чистки зубов.

После того, как мы зададим себе эти вопросы и ответим на них, мы, скорее всего, будем лучше понимать, какая из вышеперечисленных целей обуславливают поведение ребенка.

Следующий шаг заключается в том, чтобы разработать план вмешательства, который поможет нам прекратить подкрепление данного неприемлемого поведения и начать подкреплять другие, более желательные для нас.

Следует отметить, что не существует единого алгоритма действия при определенном виде поведения. Все стратегии разрабатываются индивидуально и проходят апробацию экспериментальным путем.

Вот некоторые примеры того, что можно сделать в отношении 4х основных функций поведения: внимания, получения желаемого, уклонения/избегания и самостимуляции.

Внимание.

Если ребенок бросает тарелку на пол, чтобы привлечь внимание отца, в следующий раз, когда тарелка будет брошена на пол, отцу нужно воздержаться от проявления какого-либо внимания к этому действию. Вместо этого отец должен уделять ребенку как можно больше внимания в то время, когда тот ведет себя во время еды должным образом. Кроме того, полезно, если бы отец старался замечать, когда ребенок пытается привлечь его внимание во время еды, и реагировал на эти попытки. Конечно, эти попытки не всегда можно отследить, и, если ребенок снова бросит тарелку на пол, отцу нужно спокойно поднять тарелку не прекращая разговора по телефону – это поможет показать ребенку, что данное поведение не привело к получению желаемого внимания. После этого нужно подождать, пока ребенок успокоится и приемлемым образом попросит супа; такое поведение следует подкрепить: отец должен отложить телефон, сказать ребенку несколько слов доброжелательным тоном и дать новую порцию супа.

Получение желаемых предметов или занятий

Цель некоторых видов поведения в том, чтобы человек мог получить желаемый предмет или доступ к желаемому занятию. Например, ребенок

кричит и вопит, пока родители не купят ему новую игрушку (желаемый предмет) или не отведут в зоопарк (занятие).

Уклонение/ избегание.

Если тарелка была брошена на пол для того, чтобы избежать выполнения инструкции (например, «скажи хлеб»), то функцией данного поведения, скорее всего, является уклонение. В этом случае отец не должен подкреплять такое поведение, то есть не должен прекращать требовать инструкции. Вместо этого нужно игнорировать брошенную на пол тарелку и продолжать давать ребенку ту же самую или облегченную инструкцию. Затем, когда ребенок выполнит требование, отец может подкрепить это поведение: например, уменьшить требования на какое-то время или предложить ребенку дополнительное подкрепление (кусочек десерта).

Самостимуляция

Такое поведение подкрепляется естественным образом благодаря приятным ощущениям, которые ребенок испытывает, выполняя соответствующие действия, и на них довольно сложно влиять, поскольку подкрепление в этом случае от нас не зависит. Если ребенок бросает тарелку на пол, потому что ему нравится возникающий при этом звук, нам необходимо найти способ уменьшить звуковой эффект (постелить на пол коврик, не позволять брать в руки тарелку или использовать пластиковую или бумажную тарелку). Кроме того, можно предоставить ребенку возможность услышать такой же или похожий звук в подходящее время – это уменьшит вероятность того, что ребенок захочет слышать этот звук за обеденным столом. К примеру, в одной из частей квартиры оборудовать специальное место, где можно бросать ненужные пластиковые предметы.

Не стоит ожидать, что ребенок прекратит проявлять нежелательное поведение сразу же, как только начнем работу. Даже если это произойдет, немедленный результат нельзя считать надежным показателем того, что разработанный нами план работы с поведением будет успешным в долгосрочной перспективе.

Если вы наблюдаете определенное нежелательное поведение, которое вам не удастся уменьшить, или имеете дело с агрессивным поведением, которое представляет опасность для жизни и здоровья ребенка или окружающих, вы должны незамедлительно обратиться за помощью к специалистам.

Резюмируем вышесказанное:

1. Единственный способ позитивно влиять на выбор того или иного вида поведения вашего ребенка – это проанализировать функцию поведения, стоящую за этим выбором. Если вы не сможете установить функцию, вам, скорее всего, не удастся понять, как воздействовать на это поведение.

2. Если вам нужно проанализировать функцию того или иного поведения, самый лучший способ сделать это – провести функциональный анализ поведения.

3. Зная функцию нежелательного поведения, вы сможете начать действовать целенаправленно – так, чтобы проявление указанного поведения не приводило к достижению цели. При этом следует одновременно поощрять ребенка за выбор более уместных видов поведения.

4. Если родители сознательно позволяют ребенку с аутизмом проявлять в домашних условиях такие виды поведения, которые запрещены в детском саду, тем самым они фактически обрекают его на неуспешность в образовательном учреждении.

5. Если невозможно провести функциональный анализ поведения, задаем себе 3 вопроса:

- Какое конкретно поведение мне не понравилось?

- Что произошло в окружающей среде непосредственно перед проявлением поведения?

- Что изменилось в окружающей среде сразу после проявления поведения?

6. После ответа на эти вопросы, вы, скорее всего, будете лучше понимать, какие из вышеупомянутых функций обуславливают поведение ребенка. Следующий шаг заключается в том, чтобы разработать план работы, который поможет вам прекратить подкрепление данного неприемлемого поведения и начать подкреплять другие, более желательные для вас виды поведения.

7. Три возможные функции поведения включают в себя внимание, клонение/избегание и самостимуляцию.

8. Если вы наблюдаете определенное нежелательное поведение, которое вам не удастся уменьшить, или имеете дело с агрессивным поведением, которое представляет опасность для жизни и здоровья ребенка или окружающих, вы должны незамедлительно обратиться за помощью к специалистам.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ В ВАШ КЛАСС ПОСТУПИЛ РЕБЕНОК С АУТИЗМОМ ИЛИ С ПРОЯВЛЕНИЯМИ В ПОВЕДЕНИИ АУТИСТИЧЕСКИХ ЧЕРТ

Этап 1. Беседа с родителями, законными представителями ребенка.

Во время беседы, используя навыки эффективного взаимодействия, необходимо выяснить:

1. Наблюдаются ли особенности поведения ребенка дома. Как часто. Когда, в какой момент они проявляются. Если особенности наблюдаются дома, то когда они появились в поведении ребенка (в каком возрасте, при каком событии и т.д.).

2. Обращались ли родители по поводу особенностей поведения ребенка за консультацией к специалистам. Если да, что рекомендовали специалисты.
3. Как взаимодействуют родители с ребенком во время проявления у ребенка проблемного поведения.

Этап 2. Выявление предпочтений ребенка с целью установления в дальнейшем руководящего контроля со стороны взрослого

Руководящий контроль – умение педагога управлять поведением ребенка путем осознанного и целенаправленного подкрепления желательного поведения и формирования мотивации.

Методы и приемы выявления предпочтений

(предметов или действий, желанных для ребёнка):

- Опросники, анкеты для родителей /законных представителей
- Наблюдение за ребенком в условиях детского сада
- Специально организованная оценка предпочтений

Категории предпочтений:

- Съедобные продукты (еда и напитки);
- Осязаемые предметы (различные игрушки и материалы);
- Виды деятельности, предполагающие движение;
- Игры;
- Электронные средства (телефон, телевизор, компьютер, планшет);
- Различные формы социального взаимодействия;
- Музыка;
- Любимые ребенком темы или персонажи

Этап 3. Установление руководящего контроля.

Достижение "Руководящего контроля" является самой важной частью обучения аутичного ребенка. Без него мы бессильны, и не можем ничем помочь ребенку.

Зачем нужен руководящий контроль?

Руководящий контроль - фундамент отношений с ребенком. Наличие руководящего контроля повышает вероятность того, что наши инструкции побудят ребенка вести себя приемлемо. Если руководящий контроль не сформирован, ребенок не будет с нами сотрудничать, выполнять инструкции, соответственно, обучение будет практически невозможно.

7 этапов установления руководящего контроля

1.Контроль мотивационных предметов (предметов или действий, могущих служить для ребенка наградой за желательное поведение)

Все вещи, которые любит ребенок, должны контролироваться взрослым. Ребенок может получить то, что он хочет, выполняя простые инструкции взрослого. Чтобы ограничить доступ ребенка к мотивационным предметам, можно положить их на шкаф в прозрачную коробку, чтобы ребенок мог их видеть, но не мог достать.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- *Полный контроль любых потенциальных мотивационных предметов;*
- *Внимательное отслеживание предпочтений ребенка;*
- *Составление списков возможных подкрепителей (мотивационных предметов или действий);*
- *Продумывание контроля над подкрепителем.*

2. Интересное взаимодействие. Через взрослого ребенок должен получать новый позитивный опыт. Взрослый должен начать ассоциироваться у ребенка с чем-то приятным. Для этого нужно следовать за интересами ребенка. Если ребенок хочет слушать музыку, вы можете быть тем, кто даст возможность ее послушать. Другая прекрасная возможность подкрепить желаемое поведение — когда ребенок раскачивается на качелях. Вы можете сделать это занятие более интересным, играя с ребенком, пытаясь поймать его или пощекотать во время раскачивания.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- *Связь присутствия взрослого с наиболее сильными подкрепителями*
- *Совместная деятельность с ребенком, создание приятной игровой атмосферы*
- *Прекращение поощрения в случае нежелательного поведения*
- *Комментирование своих действий*

3. Последовательность во взаимодействии с ребенком. Прежде чем задать ребенку вопрос или дать инструкцию, вам следует четко определить, какую реакцию вы ожидаете. За приемлемый ответ ребенка нужно поощрить. Постарайтесь найти пути, чтобы предложить больше подкреплений, когда ребенок показывает навык без вашей помощи, и меньше, когда вы помогаете ему дать правильный ответ.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- *Единые требования, точные инструкции*
- *Отказ в подкреплении при неверной реакции на требование взрослого*
- *Продумывание своих высказываний/обращений к ребенку (требования к ребенку должны быть сформулированы кратко и конкретно, должны быть ему понятны)*

4. Успех-поощрение. Ребенок может получить мотивационный предмет только следуя вашим инструкциям. Давайте ребенку легкие задания и поощряйте его

стремление участвовать в занятии. Нужно каждый раз инструктировать ребенка «Сначала выброси это в мусор, потом будет печенье» или «Соберешь все жетоны - будет машинка». Ребенок должен понять, что следовать правилам - это лучший способ получить желаемое

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- *Легкие задания и поощрение за их выполнение, за вовлеченность в процесс*
- *Принцип Премака или «бабушкино правило»: «съешь суп, получишь конфету».*
- *Следовать правилам – это лучший способ получить желаемое*
- *Выполнение инструкций должно быть в радость ребенку*

5. Переменное подкрепление. На ранних этапах овладения навыком поощряйте каждую верную реакцию ребенка. Ни одна верная реакция не должна остаться незамеченной. Позже постепенно можно переходить переменному подкреплению, то есть перейти от подкрепления каждого правильного ответа (1:1) к подкреплению каждого второго, третьего и даже четвертого правильного ответа (2:1, 3:1, 4:1).

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- *Переход на более редкое подкрепление (2:1, 3:1, 4:1 и т.д.)*
- *Непредсказуемое подкрепление более эффективно, чем регулярное и известное*

6. Анализ предпочтений. Задача этого этапа - максимально понять предпочтения ребенка. Не просто ответить на вопрос, что ему нравится, а понять, что он предпочитает в зависимости от ситуации, часто ли меняет выбор, какие свойства этого поощрения привлекают ребенка. Ответы на эти вопросы помогут вам быстро и эффективно предлагать ребенку новые поощрения, что положительно сказывается на мотивации ребенка с вами заниматься, а, следовательно, на руководящем контроле. Можно выделить пищевые, предметные и социальные (похвала, совместная игра) поощрения.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- *Чаще находите 1-2 новых подкрепления*
- *Комбинирование социальных подкреплений с материальными*
- *Градации подкрепителей (за более сложные задания – более ценное поощрение)*

7. Уменьшение проблемного поведения. Покажите ребенку, что игнорирование вашей инструкции или неприемлемое поведение не приведет к получению подкрепления. Нежелательное (проблемное) поведение - это поведение, повторение которого вы не хотели бы видеть снова при

аналогичных обстоятельствах. Для этого достаточно не подкреплять такое поведение.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- *Давать такие инструкции, которые ребенок захочет выполнить*
- *Убедиться, что ребенок не получает никакой выгоды от игнорирования или отказа от выполнения требований*

Когда стоит начинать работу по установлению руководящего контроля?

С самого начала работы с ребенком, сразу после знакомства и установления первичного контакта. Поэтому необходимо заранее расспросить родителей, что нравится ребенку, какие у него любимые игрушки, мультики.

Чтобы первоначально привлечь внимание ребенка с РАС, не напугать его, важно соблюдать пять правил:

- НЕ говорить громко.*
- НЕ делать резких движений.*
- НЕ смотреть пристально в глаза ребенку.*
- НЕ обращаться прямо к ребенку.*
- НЕ быть слишком активным и навязчивым.*

Каждое проявление в нежелательном поведении ребенка с РАС требует тщательного анализа и индивидуального подхода.

КАК ВЫСТРОИТЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РАЗЛИЧНЫМИ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ОБУЧЕНИИ РЕБЕНКА С АУТИЗМОМ:

- *родителями ребенка с аутизмом или проявлениями нежелательного поведения*
- *родителями детей группы, которую посещает ребенок с аутизмом*
- *ребенком с аутизмом в зависимости от проявлений у него нежелательного поведения*
- *администрацией образовательного учреждения*



ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОПИЛКА

ПРАКТИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РЕБЕНКОМ С АУТИЗМОМ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ СОТРУДНИЧАТЬ

- НЕ ПРОСИТЕ ребенка сделать что-либо. Убедитесь в том, что вы обращаетесь к нему с требованием, а не с просьбой. Не говорите: «Можешь приклеить солнышко?», шанс услышать «Нет» будет огромным и неприемлемым для нас. Скажите: «Приклей солнышко».

- Задайте себе вопрос, насколько большим значением обладает отказ от сотрудничества. Если вы говорите ребенку убрать за собой стол, и он это делает, но начинает плакать, насколько это важно? Решите для себя, что является для вас приемлемым, а что нет, и четко придерживайтесь этого плана.

- Не относитесь к отложенному отказу от сотрудничества как к чему-то допустимому. Когда вы предъявляете требование, ребенок должен тратить разумное количество времени (3-5 секунд) на его выполнение. Если по истечению этого времени он по-прежнему не приступает к выполнению требования, то это приучает ребёнка медленно реагировать или вовсе игнорировать взрослого. Если вы понимаете, что сотрудничества нет, то вам поможет трёхступенчатая подсказка «сказать, показать, сделать».

Этап 1 «Сказать»: Предъявите ребенку требование, например, «собери бумагу». Подождите 3-5 секунд, пока ребенок начнет его выполнять. Если на

этом этапе ребенок сотрудничает, предоставьте ему поощрение. Если нет, перейдите к этапу 2.

Этап 2 «Показать»: Повторите требование во время того, как вы будете моделировать или демонстрировать действие, которое ожидается от ребенка. Скажите: «Собери бумагу вот так», (педагог собирает некоторые листы и складывает их на место). Подождите 3-5 секунд, пока ребенок начнет выполнять требование. Если на этом этапе ребенок сотрудничает, похвалите его или предоставьте поощрение, но в меньшем количестве, чем предоставили бы, если бы он проявил сотрудничество на этапе 1. Если же ребенок не выполняет требование, перейдите к этапу

Этап 3 «Сделать»: Повторите требование. Подойдите к ребенку и сделайте физическую подсказку к тому, чтобы он собрал бумагу при минимальном использовании речи и зрительного контакта. Используйте подсказки типа «рука взрослого поверх руки ребёнка», поднимая и собирая листы один за другим. Игнорируйте проблемное поведение, которое демонстрирует ребенок, например, хныканье и жалобы. Не предоставляйте похвалу или поощрение до тех пор, пока ребенок не закончит работу. Не прекращайте использование подсказок «рука в руке» до тех пор, пока требование не будет выполнено.

Через некоторое время ребенок поймет, что у него есть два варианта на выбор: сотрудничество и получение похвалы или поощрения, или же отказ от сотрудничества и НЕ получение похвалы или поощрения в сочетании с выполнением требования в конечном итоге. Как правило, проблемное поведение уменьшается в результате применения трехступенчатых подсказок. Эту процедуру может использовать любой человек из ближайшего окружения ребенка.

Важно:

- Инструкцию необходимо повторять при каждой подсказке.
- Ни один из перечисленных шагов не должен повторяться.
- Разговоры на посторонние темы не допускаются.
- При проявлении сотрудничества ребенок должен получить поощрение.
- Не поощряйте появление необходимости в физических подсказках (“рука в руке”)

“ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК С АУТИЗМОМ ПРОЯВЛЯЕТ АГРЕССИЮ ПО ОТНОШЕНИЮ К ДРУГИМ ЛЮДЯМ (ДЕТЯМ, ВЗРОСЛЫМ)

Агрессия к окружающим: битье взрослых, бросание предметов, преднамеренное уничтожение вещей. Чаще всего проявляется при эмоциональной перегрузке, когда появляется нежелательный контакт или непонимание со стороны взрослых. Агрессия провоцирует стрессовое

состояние не только для самих детей, а и для всех окружающих ребенка людей.

Агрессия не возникает на пустом месте, ее провоцирует определенный раздражитель.

Важно понять, в каких моментах ребенок начинает проявлять разные формы агрессии. Научитесь просчитывать и предугадывать наступление очередного приступа агрессивного поведения. Вспышка гнева может усилиться при неправильном поведении окружающих. Агрессию можно контролировать, если ребенка будет окружать благоприятная и спокойная атмосфера. К сожалению, быстро подавить приступы не получится, коррекция занимает продолжительное время.

1. Желательное поведение – поощряем, тренируем, подкрепляем. Нежелательное поведение – ослабляем, видоизменяем.

2. Детям с РАС нужно иметь место, где они могут прятаться от окружающего мира (людей, звуков, тактильных ощущений, запахов). Внешние факторы часто провоцируют агрессию. Нужно научить ребенка чувствовать уровень перегруженности и своевременно уединяться в тихом и уютном для него месте. Постарайтесь научить ребенка подавать сигнал, когда ему необходимо побыть наедине.

3. Не стоит усиливать агрессивное поведение ребенка. Часто взрослые или наказывают, или заставляют ребенка делать что-то против его воли. Приступы от этого только усиливаются.

4. Взрослым необходимо сохранять последовательность и спокойствие. Уравновешенная и спокойная атмосфера, без повышенных тонов, резких движений, с проявлением внимания и понимания, поможет ребенку научиться контролировать свои эмоции.

5. Для детей с аутизмом важен режим и строгая последовательность действий. К любому изменению в режиме ребенка нужно подготавливать.

6. Ребенок должен уметь выражать свои желания, мысли и чувства. В этом ему должны помочь взрослые. Каждое действие нужно проговаривать, показывать, как вербально проявлять эмоции и желания.

7. Каждое задание нужно разбить на мелкие этапы, чтобы понимать, с чем ребенку трудно справиться. Агрессия при возникновении трудностей – это обычная практика при РАС.

8. Система поощрений увеличит стремление ребенка совершать хорошие поступки.

9. Научитесь предугадывать очередной приступ. Записывайте, в какое время и при каких условиях обычно случается приступ агрессии (например, перед прогулкой, купанием или сном). Если вы станете фиксировать все свои наблюдения, вы сможете понять, что стоит сделать, чтобы не допустить вспышку гнева или погасить ее.

10. Помогите ребенку научиться адекватно выражать свои чувства. Вам важно научить ребенка объяснять свои чувства и желания словами - это поможет ему находить с вами общий язык и избавляться от внутренней неудовлетворенности.

11. Научите отказываться и просить перерыв адекватными способами.

“ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК С РАС ПРОЯВЛЯЕТ АГРЕССИЮ ПО ОТНОШЕНИЮ К СЕБЕ”

Работа по коррекции нежелательного поведения, в том числе аутоагрессии, является комплексной и занимает продолжительное время. Самое важное, найти причину данного поведения. Важно проанализировать поведение ребенка и найти его причины.

1. Беседа с родителями. Изучение семейной ситуации, анализ поведения дома и в детском саду. Выяснить у родителей, как часто и с какой периодичностью возникают приступы самоагрессии дома. Какие препараты принимает ребенок, либо, произошла ли отмена препарата. Как долго продолжается нежелательное поведение и какие методы воздействия со стороны взрослых наиболее эффективны. Кто из членов семьи может помочь ребенку эффективнее в данный момент.

2. Попытаться уменьшить эффективность самоагрессии (подкладывание подушек, собирание волос в косу, обработка ногтей специальным лаком и т.д.). В этот момент часто помогают: тихая распевная мелодия, монотонный счет, поглаживание по спине, и т.д.

3. При возникновении самоагрессии не стоит применять физическую силу (зажимать ребенка, пытаться его скрутить, удерживать за руки и т.д.), кроме случаев, которые могут повлечь за собой возникновение травмы.

4. Обучение вариантам альтернативного поведения (например, вместо ковыряния ногтей и пальцев - сжимание мячика, резинового кольца). Поощрение такого поведения. Как только ребенок поймет, что получил поощрение, награду, он станет чаще прибегать к альтернативному поведению.

Самое важное - хвалить ребенка при переключении на альтернативное поведение. Ни в коем случае нельзя говорить о проблемах ребенка в его присутствии.

Пример:

Каждый раз, когда ребёнок слышит шум в коридоре после окончания занятий, он сжимает руку в кулак и несколько раз бьёт себя по голове.

- Минимизируем фактор, который вызывает аутоагрессию (переносим занятия на этаж, где не проводятся другие занятия или кабинет с хорошей звукоизоляцией).
- Перед окончанием занятий даём ребёнку наушники с его любимой музыкой или что-то, что не пропустит звук (беруши, шумопоглощающие наушники).

“КАК ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ С РЕБЕНКОМ С РАС ВО ВРЕМЯ ПРОЯВЛЕНИЯ АУТОСТИМУЛИРУЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ”

Типичные примеры аутостимулирующего поведения (самостимуляции, стимминга): раскачивание, кружение на месте, бесцельная ходьба, повторение отдельных слов, потряхивание кистями рук или пальцами, однообразные действия с однотипными предметами, повторяющиеся нажатия ладонями на уши, громкое щелканье пальцами, ритмичное повторение определенных звуков или просто длительное мычание на одной ноте, ритмичное постукивание руками или ногами по поверхностям предметов, навязчивые почесывания, сжимание и разжимание кулаков и т.д.

Почему оно присутствует у детей с РАС:

- детям с повышенной чувствительностью самостимуляция помогает уменьшить поток информации извне;
- нередко детей с РАС используют самостимуляцию для того, чтобы лучше ощущать свое тело в пространстве и воспринимать ощущения внутри тела;
- как способ получить приятные ощущения;
- как способ снизить тревогу и снять стресс.

В каких случаях и каким образом можно снизить самостимуляцию?

Стремиться полностью «отучить» ребенка от самостимулирующего поведения невозможно и не нужно – такое насилие перерастёт в тяжелый стресс, на фоне которого самостимулирующее поведение только усилится. Если лишить ребенка возможности к привычной самостимуляции, то это может побудить его к поиску «замены», зачастую гораздо более тяжелой и опасной. Если самостимуляция приводит к определенным трудностям при нахождении в общественном месте или сильно утомляет окружающих, нужно постараться уменьшить ее проявления.

1. Необходимо понять, для чего ребенку нужен стимминг, какого рода ощущения и по какой причине он старается получить. После этого можно научить его достигать этих же целей, используя более уместные способы (например, если ребенок отвлекается от неприятных ощущений при помощи кручения ярких предметов перед глазами – предложить ему юлу или калейдоскоп; если он склонен к нервному обсасыванию пальцев – задействовать его пальцы в собирании мозаики, лепке из пластилина; если расцарапывает кожу рук – научить сжимать и разжимать кулаки; ребенку, которому нравится ощущение от размахивания руками, можно предложить бросать мяч и т.д.).
2. Изменить условия и среду, которые вызывают учащение аутостимуляции (если аутостимуляция усиливается в шумном месте, отвести в тихое место или создать для ребенка тихий уголок, где он может отдохнуть от шума)
3. При возникновении аутостимуляции переключать ребенка на другое действие, несовместимое с самостимуляцией (ребенку, получающего удовольствие от выкрикивания разных звуков или громкого мычания, можно задать вопрос «Как тебя зовут?», «Скажи "мяч"»)
4. Осваивать новые навыки постепенно, не «наскоком», так как резкие перемены провоцируют у аутичных детей стресс, на фоне которого может обостриться аутостимуляция.

“КАК ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ С РЕБЕНКОМ С ПОЛЕВЫМ ПОВЕДЕНИЕМ”

Полевое поведение – это поведение, при котором человек руководствуется исключительно эмоциями, случайными внешними стимулами, при этом уровень произвольности его поступков существенно снижен. Все действия подчинены текущему моменту, а не внутренним правилам, поставленным целям или потребностям.

Дети могут бегать, падать, кувыркаться, залезать на стулья, стол, не реагировать на предлагаемые игрушки и обращённую к ним речь.

Необходимо достижение "Руководящего контроля" (см. стр.5-8).

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА С АУТИЗМОМ СИДЕТЬ ЗА СТОЛОМ

Задачи:

- Учить контролировать свое поведение
- Убирать/снижать частоту поведения, которое мешает продуктивности занятия
- Учить сохранять спокойствие
- Рассчитать временной интервал для подкрепления
- Подобрать поощрения для ребенка
- Постепенно увеличивать требования

АЛГОРИТМ

1. Наблюдение и ожидание момента желаемого поведения
2. Подкрепление специальными жетонами («Молодец! Хорошо сидишь!»)
3. Физическая подсказка (помощь в правильном расположении ребенка за столом)
4. Минимальная сложность заданий (приоритет – правильная посадка)
5. Постепенное усложнение заданий

ПРИМЕР

1. Дать ребенку инструкцию «Сядь за стол».
2. «Руки красиво, ноги на полу» - инструкция для ребенка
3. Если ребенок сидит правильно – каждые 20 сек получает прямое поощрение (маленький кусочек лакомства или жетон). Цель – просидеть за столом не менее 2 минут. Если ребенок проявляет нежелательное поведение – тренировка прекращается.
4. После 5 успешных попыток подряд меняется режим подкрепления. За каждые 20 секунд сидения за столом ребенок получает 1 жетон. 5 жетонов = получение мотивационного предмета в качестве награды.
5. После нескольких успешных попыток с жетонами вводятся простые задания за столом. В дальнейшем количество жетонов можно увеличить.

КАК ВЫРАБОТАТЬ РЕАКЦИЮ РЕБЕНКА НА ТРЕБОВАНИЯ ВЗРОСЛОГО

Задачи:

- Учим ребенка с аутизмом понимать, что инструкции и требования взрослого помогают правильно действовать
- Учим обращать внимание ребенка на невербальное поведение взрослого (взгляд, жест)

АЛГОРИТМ

1. Взрослый кладет предмет на стол
2. Жестом указывает ребенку на предмет
3. Протягивает руку к ребенку, чтобы получить предмет
4. В случае необходимости оказывает ребенку помощь “рука в руке”.

5. В случае успеха поощряет ребенка мотивационным предметом.

КАК СФОРМИРОВАТЬ УМЕНИЕ ВОЗВРАЩАТЬ МОТИВАЦИОННЫЙ ПРЕДМЕТ (СЛУЖАЩИЙ НАГРАДОЙ ЗА ЗАДАНИЕ)

Задачи:

- Меняемся друг с другом мотивационным предметом через определенное время
- Учим понимать, что его получение зависит от верной реакции ребенка
- Учим возвращать предмет по просьбе взрослого (либо на счет)
- Укрепляем взаимодействие

АЛГОРИТМ

1. Положить руки на предмет с фразой «Моя очередь». Мягко, но уверенно забрать.
2. Обязательно похвалить ребенка за возврат игрушки.
3. Перейти от накрывания предмета к самостоятельному отдаванию его ребенком (либо ввести счет)
4. Постепенно уменьшать время, отведенное на игру с мотивационным предметом.

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ЖДАТЬ

Задачи:

- Учим понятию «ждать»
- Уменьшаем при этом проблемное поведение
- Учим самоконтролю и саморегуляции
- Улучшаем навыки сотрудничества
- Учим спокойно ждать мотивационный предмет

АЛГОРИТМ ОБУЧЕНИЯ ОЖИДАНИЮ

1. В первое время обучение ведется в ходе специального занятия, а не в естественной среде
2. Определить время, в течение которого ребенок может спокойно ждать пока взрослый отдаст ему понравившийся предмет.
3. Покажите ребенку этот предмет, не давая ему дотронуться до этого предмета, скажите “Жди”, отдайте предмет ДО ТОГО, как ребенок проявит первые признаки беспокойства.
4. Понемногу увеличивайте время ожидания мотивационного предмета.
5. Далее постепенно перенесите обучение в естественную среду, предоставляя возможность ребенку отработать навык ожидания в различных бытовых ситуациях.

Всегда предоставляйте похвалу и поощрение за хорошее ожидание!

С маленькими детьми удобно использовать цвета светофора — красный, желтый, зеленый, держа цветные карточки перед ребенком во время ожидания. Красная карточка означает «жди», потом она заменяется на желтую, что значит «уже почти». Наконец, последней предъявляется зеленая карточка, что значит «пора» или доступ к предмету.

КАК НАУЧИТЬ СОСРЕДОТАЧИВАТЬ ВНИМАНИЕ НА ВЗРОСЛОМ

Задачи:

- Учим следить за действиями взрослого
- Устанавливать визуальный контакт
- Изучать предложенные предметы (например, игрушки)
- Следовать инструкциям
- Повышаем интерес к окружающему миру

АЛГОРИТМ

1. Подкрепление любого проявления внимания со стороны ребенка
2. Игрушка/мотивационный предмет в руках у взрослого для привлечения внимания

КАК СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ РЕБЕНОК С АУТИЗМОМ НЕ СБРАСЫВАЛ ПРЕДМЕТЫ СО СТОЛА

- *Внимание* (первая цель). Если брошенная на пол тарелка была использована для того, чтобы привлечь внимание взрослого, взрослый не должен проявлять внимание в следующий раз, когда тарелка упадет на пол. Однако он должен уделить ребенку максимум внимания тогда, когда тот ведет себя во время приема пищи должным образом.
- *Уклонение* (вторая цель). Если тарелка была брошена на пол для того, чтобы избежать выполнения инструкции (например: «Скажи „хлеб"»), тогда целью поведения является уклонение. В этом случае взрослый не должен подкреплять это поведение, продолжая настаивать на выполнении той же или подобной ей инструкции. Если ребенок выполнил инструкцию, отец может подкрепить послушание, уменьшив требования на определенное время.
- *Самостимуляция* (третья цель). Самостимуляция — это поведение, целью которого является самовозбуждение. Самостимуляция не зависит от того, находится ли ребенок в комнате один или в компании с другими. Воздействовать на такое поведение нелегко, так как оно подкрепляется естественным возбуждением, и вы не можете его искусственно стимулировать.

Если причина бросания тарелки на пол в том, что ребенку нравится появляющийся при этом звук, вам необходимо найти способ уменьшить звуковой эффект, который является автоматическим (без участия другого

человека) подкреплением поведения.

КАК ПРИУЧИТЬ К ТУАЛЕТУ

I. Определение готовности ребенка к формированию навыка

Перед приучением к туалету важно определить признаки того, что ребенок может быть готов приучаться:

1. Сообщает о дискомфорте, когда это произошло.
2. Сообщает, когда хочет, чтобы его переодели.
3. Регулярно испражняется в течение долгого периода времени.
4. Может ровно сидеть на унитазе в течение нескольких минут.
5. Регулярно остается сухим более 2х часов.
6. Пробует снять штаны и стянуть памперс.
7. Наблюдает за другими и пробует повторить их действия в туалете.
8. Может выполнять простые одношаговые инструкции.

II. Определение проблем и особенностей ребенка

1. Приучение к туалету может быть сложным для детей с РАС, а также может потребовать больше времени и терпения.
2. Многие родители начинают приучать детей с РАС к туалету в более позднем возрасте, чем обычно приучают нормотипичных детей.
3. Каждый ребенок с РАС отличается от других, учитываем особенности.
4. Физиологические (или медицинские) трудности: о них стоит уточнить у родителей ребенка.
5. Языковые трудности: сложности с пониманием и использованием языка, когда ребенок не может попросить воспользоваться туалетом.
6. Трудности с одеванием: проблемы с моторным планированием/определенными движениями (снять/надеть штаны)
7. Страхи: ребенок боится сидеть на унитазе, боится звука слива воды, запаха чистящего средства, яркого освещения, звука сушилки для рук и прочие подобные причины.
8. Сигналы тела: ребенок с РАС может не отдавать себе отчет в том, что ему нужно в туалет, а также может не ощущать, что он сходил в штаны.
9. Потребность в устоявшихся ритуалах: ребенок уже привык к определенному способу мочеиспускания и испражнения и любые изменения в привычках для него сложны.
10. Использование разных туалетов: поход в другой туалет - изменение рутины для ребенка с РАС и для него это стресс.
11. Ребенку нравятся ощущения от мокрого подгузника.

III. Составление расписания и плана действий

Начинайте работу по формированию навыка, когда у ребенка появляются признаки готовности. Ребенок кажется заинтересованным и по своей воле хочет пользоваться туалетом. Обучение по расписанию помогает детям освоить навыки быстрее и сконцентрироваться на одной задаче. Взрослые

составляют расписание посещения туалета и помогают ребенку приучить свое тело следовать этому расписанию.

Расписание в картинках

Картинки могут подсказать ребенку, чего ожидать от похода в туалет. Сделайте снимки вашего туалета (унитаза, туалетной бумаги, раковины и т.д.). По порядку приклейте снимки на лист бумаги, также можно использовать непосредственно предметы, если картинки не работают.

НЕ СДАВАЙТЕСЬ!

**Для формирования привычки
необходимо 3 недели**



- Установите чёткие правила и «язык».
- Работайте над достижением поставленной вами цели на протяжении 3 недель.
- Верьте в успех!

IV. Работа с ребенком по плану

Не спрашивайте ребенка, нужно ли ему в туалет!

- Не ждите, пока ребенок скажет, что ему нужно в туалет;
- Скажите, что настало время увлекательного путешествия в туалет;
- Сделайте процесс похода в туалет интересным.

Расписание

- Впишите походы в туалет в обычное расписание ребенка (6 походов в туалет за день);
- Избегайте стрессовых периодов, когда перед ребенком стоят другие задачи;
- Придерживайтесь одинакового расписания каждый день и дома, и вне дома.

Коммуникация

- Используйте простые слова для коммуникации на тему туалета
- Обучите ребенка «языку туалета»: каждый раз используйте одни и те же слова, знаки и картинки;

- Говорите спокойно, терпеливо и дружелюбно;
- Поговорите со взрослыми, которые работают с вашим ребенком - проинформируйте их про ваш план приучения к туалету, попросите их придерживаться вашего расписания и «языка туалета».

6 ПОПЫТОК

Поставьте цель, чтобы ребёнок за сутки посидел в туалете 6 раз.

- Начинайте с коротких «посиделок» (для первых заходов достаточно 5 секунд);
 - Запланируйте один более долгий поход в туалет для испражнения кишечника.
- Каждый раз ставьте таймер;
 - Пока он сидит на унитазе, почитайте с ребёнком книгу, поиграйте в какую-нибудь интересную игру или с любимой игрушкой;
 - Цель не в том, чтобы у ребёнка получилось сходить на унитаз;
 - Цель в том, чтобы хождение в туалет вошло у ребёнка в привычку, чтобы он там чувствовал себя комфортно и чтобы процесс вызывал у него позитивные эмоции.
- Сразу же вознаградите ребёнка, если он воспользовался туалетом по назначению!
 - Можно просто встать с унитаза и помыть руки – не нужно надолго задерживаться.

Определитесь с вознаграждением/подкреплением

Хвалите ребенка за все его усилия - даже за самые незначительные. Составьте список любимых вещей вашего ребенка: еда, игрушки, видеоролики и т.д. и решите, что будет удобнее всего использовать в качестве вознаграждения (хорошо работают маленькие порции угощения или время на любимое занятие после похода в туалет).

V. Закрепление навыка

Планы по приучению к туалету должны включать в себя информацию о задачах, распорядке дня, языке коммуникации с ребенком, обстановке, вспомогательных материалах, вариантах вознаграждения.

Задачи

Проинформируйте других взрослых, занимающихся с вашим ребенком, об их задачах. Объясните им, чего вы пытаетесь достичь и предоставьте расписание. Пример: «Саша должен посещать туалет через 15 минут после каждого приема пищи и сидеть на унитазе в течение 10 секунд».

Распорядок дня

Включает в себя следующие аспекты: Как часто? В какое время? Сколько времени ребенок выдерживает в туалете? Пример: «Саша должен каждый час ходить в туалет и сидеть на унитазе в течение 10 секунд».

Язык

Нужно использовать слова, которые понятны вашему ребенку. Пример: «Саша, пора в туалет».

Обстановка

Где: Где ваш ребенок ходит в туалет?

Что: Что можно изменить в обстановке, чтобы вашему ребенку было комфортнее? (освещение (яркое или приглушенное), звуки (вентиляция, гудение лампочки, звуки слива и пр.), туалетная бумага (мягкая, жесткая, ее цвет), двери (открытые или закрытые)).

Кто: Хочет ли ваш ребенок, чтобы его сопровождали в туалет? (Взрослому оставаться с ребенком в туалете или просто находится неподалеку).

Вспомогательные материалы

Поделитесь с другими взрослыми приспособлениями и лайфхаками, которые вы используете: расписание в картинках, специальная игрушка или песенка, прослушивание музыки, пока ребенок сидит на унитазе.

Вознаграждение

Перечислите, какие действия ребенка/какое его поведение вознаграждаются, а какие нет. Определите, каким образом предоставлять вознаграждение за желаемое поведение, а также что делать, если ребенок не заслужил вознаграждения. Пример: «Саша получает наклейку за 10 секунд сидения на унитазе. После того, как у него накопится 5 наклеек, ему положено вознаграждение».



КОГДА ПОДКРЕПЛЯТЬ ЖЕЛАЕМОЕ ПОВЕДЕНИЕ?

- Сразу же после демонстрации желаемого поведения

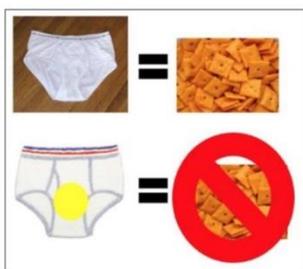


«Молодец! Ты всё ещё сухой!»

- Каждый раз!



КАРТИНКИ МОГУТ ПОМОЧЬ МОТИВИРОВАТЬ РЕБЁНКА



10 советов для успеха в помощь родителям

1. Отслеживайте распорядок дня вашего ребенка в течение 3 дней - через 15 минут после приема пищи.
2. Продумайте рацион вашего ребенка - увеличение количества жидкости и клетчатки в рационе может способствовать более частому посещению им туалета.
3. Внесите небольшие изменения в привычки ребенка - одевайте его в легко снимаемую одежду, меняйте подгузник в туалете, вовлекайте ребенка в процесс смены подгузника.
4. Просите ребенка выбросить содержимое подгузника в унитаз - он будет лучше понимать, куда все девается; пусть ребенок спустит воду в унитазе, а затем вымоет руки
5. Убедитесь, что посещение туалета для ребенка комфортно - используйте детское туалетное сиденье и/или опору для ног.
6. Помните про сенсорные особенности ребенка - какие звуки, запахи, обстановка могут его расстроить?

7. Приготовьте много пар чистого белья - пусть ребенок днем носит белье, а подгузники используйте во время поездок и выходов из дома.
8. Используйте расписания в картинках - на картинках должны быть изображены все шаги туалетных процедур; картинки помогают ребенку понять и подготовиться к тому, чего ожидать и что делать; отмечайте каждый пройденный ребенком шаг.
9. Используйте мотивирующие награды - немедленное вознаграждение после мочеиспускания и дефекации; вознаграждения за успехи в туалете должны быть особенными и не использоваться ни в каких других случаях.
10. Практикуйтесь в разных туалетах - водите ребенка в туалеты в разных местах.

Если ребенок не разговаривает

- Используйте простые и понятные картинки: подкрепляйте вербальные инструкции изображениями.
- Пусть ребенок начинает привыкать к ношению белья как можно раньше.
- Не акцентируйте внимание на неудачах.
- Вознаграждайте желаемое поведение.
- Используйте вознаграждение при коммуникации (вдобавок к визуальной поддержке).