

Программа психолого-педагогического
просвещения родителей
(законных представителей)
воспитывающих детей
с расстройством аутистического спектра
«Дом Совы»



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Способы коррекции поведения у детей с РАС

Аутизм не является результатом плохого воспитания. Аутизм - это расстройство, возникающее вследствие нарушения развития мозга и характеризующееся отклонениями в социальном взаимодействии и общении, а также стереотипностью в поведении и интересах.

Иногда дети с аутизмом отличаются от других детей настолько мало, что их особенности заметны только специалистам.

Наибольшую обеспокоенность вызывают дети, поведение которых резко выделяется из общепринятых норм: снимают с себя одежду в общественных местах, проявляют агрессию, закатывают истерику, занимаются самостимуляцией (н-р раскачиваются из стороны в сторону, щёлкают пальцами), наносят самоповреждение или причиняют вред другим детям и взрослым (н-р: бьются головой, кусаются).

Подобное неприемлемое поведение у детей с РАС становится для близких источником негативных переживаний, стресса, вызывают чувство вины.

Проблемное поведение осложняет или даже делает невозможным выполнение повседневных задач, таких как: одевание, приём пищи или поход в магазин. Поведение, которое демонстрирует ребёнок неоднократно, всегда преследует определённую цель.

Слайд...

Непредсказуемое и нежелательное поведение детей с РАС можно объяснить:

- сложностями в коммуникации с окружающими

Детям с РАС, особенно не говорящим, очень сложно попросить то, чего они хотят, им проще ударить себя или другого человека, кричать, щипаться и

т.д. Такие дети не знают, как ждать или просить внимание взрослого, но они быстро понимают, что агрессия или самоагрессия – самый быстрый способ добиться желаемого.

- повышенной сенсорной чувствительностью и тревожностью;

Далеко не все дети могут переносить тот шум, который нас постоянно окружает. Невозможность высказать свой дискомфорт приводит к вспышкам гнева и агрессии или самоагрессии.

- склонностью к постоянству и однообразию, повторяющимся действиям, «ритуалам».

Слайд

В работе с детьми с РАС мы сталкиваемся с проблемным поведением ежедневно. Проблемное поведение:

1. затрудняет процесс обучения;
2. может подвергать риску самого ребёнка или его окружающих;
3. затрудняет общение ребёнка и его социализацию.

Стимуляция нервной системы может быть различной:

- двигательная: бег из стороны в сторону или по кругу, вращения, прыжки, тряска руками, раскачивание;

- звуковая: крик, писк, вокализация;

- тактильная: укусы, щипки, самоповреждение, желание лечь на пол или раздеваться.

Когда нежелательное поведение не требует вмешательства

Прежде всего необходимо понять, является ли поведение действительно нежелательным, так как некоторые виды стереотипного поведения хоть и непривычны для окружающих, но безобидны. Они помогают ребёнку снять напряжение. Лишая ребёнка возможности успокоиться, можно усилить напряжение и спровоцировать более тяжёлые проявления нервной перегрузки: истерику, агрессию.

По мере взросления, освоения и совершенствования навыков коммуникации тревожность ребёнка снижается, и многие стимуляции (например: тряска рук, прыжки, кручение волос, раскачивания) могут уйти сами собой.

Невольно провоцировать и закреплять нежелательное поведение у ребёнка с РАС могут близкие люди, которые позволяют ребёнку таким образом добиваться желаемого.

Слайд

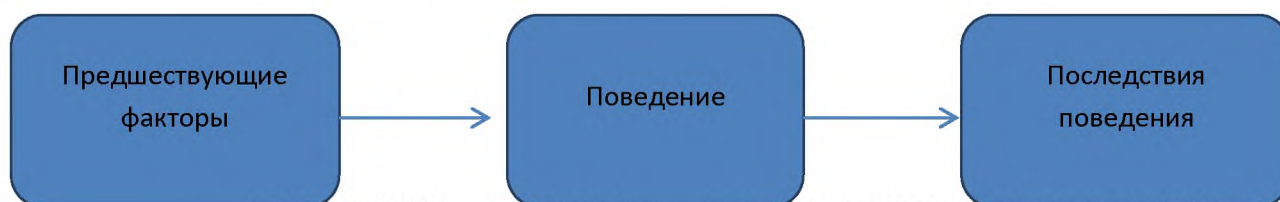
Преодолеть нежелательное поведение у детей можно опираясь на метод прикладного анализа поведения (АВА). Данный метод доказал свою эффективность в работе с данной категорией детей.

АВА – это научная дисциплина, которая изучает поведение и взаимосвязи поведения с окружающей средой. В основу была взята идея, что любое поведение влечет за собой некоторые последствия, и если ребенку последствия нравятся, он будет это поведение повторять, а если не нравятся, то не будет. Задача данного метода двойная: выработать у ребёнка желание учиться и понять помочьему, что обучение возможно.

Выбор именно этой методики оправдан, если поведение ребенка не поддается контролю со стороны близких, он не реагирует на просьбы и запреты, не откликается на имя, не стремится к коммуникации, не имеет речи или речь развита настолько слабо, что ребенок может с трудом (или не может) выразить свои мысли и желания.

Сегодня мы только коснёмся некоторых аспектов этого метода, которые помогут взрослым понять природу поведения детей с РАС.

Слайд «Всё наше поведение зависит от окружающей среды, предшествующих факторов и последствия поведения – это трёхкомпонентная поведенческая последовательность».



1. Мама говорит по телефону – ребенок кричит – мама прекращает разговор, положив трубку и обращает внимание на ребёнка.
2. Включили блендер или пылесос – ребёнок закрывает уши, кричит – выключаете громкий прибор.

То есть, в окружающей среде есть стимулы, которые происходят до возникновения поведения, и те, которые происходят **после**. Просто так то или иное поведение не происходит, всегда что-то предшествует. Дети с РАС с помощью своего поведения разговаривают с окружающими взрослыми.

Задача взрослых научиться различать, что именно хочет ребёнок и научить его общаться без проявления неприемлемого поведения.

Человек проявляет поведение и вследствие этого получает что-либо или избавляется от чего-либо, таким образом, поведение усиливается.

Многие поведенческие реакции проявляются человеком для того, чтобы получить что-то материальное или осязаемое. Мы нажимаем кнопку на телевизионном пульте, чтобы переключить канал и посмотреть то, что хочется. Так же обстоят дела и с проблемным поведением: человек может проявлять его, чтобы добиться желаемого.

Понимая функцию поведения, можно научить приемлемому поведению, которое заменит собой неприемлемое.

Функции проблемного поведения

Социально-опосредованные (1-3)

1. Доступ к желаемому

Неприемлемое поведение обычно возникает, когда ребёнок получает отказ на его просьбу, или когда от него требуют прекратить любимое занятие, которым он занят в данный момент.

Например, ребёнок, находясь в продуктовом магазине кричит и кусает себя до тех пор, пока ему не купят шоколад. Проблемное поведение в данной ситуации должно игнорироваться.

Во избежание подобных ситуаций необходимо учить ребёнка выражать (вербально или не вербально) свои желания. То есть, необходимо учить просить то, что он хочет, при этом поощрять его за приемлемое поведение.

2. Избегание (чего-то, что действует или будет действовать)

Такая форма поведения часто проявляется при нарушении привычного стереотипа, непонимании происходящего, при общении в форме не комфортной для ребёнка, при сложных и не привлекательных занятиях и сложных заданиях, при воздействии сверхсильных сенсорных стимулов.

Пример:

- ребёнок знает, что завтра в школе будет проверочная работа и поэтому он не хочет идти в школу демонстрируя с утра пораньше нежелательное поведение;

- сбрасывание предметов со стола позволяет предотвратить неприятное занятие;

- выкрики во время урока в классе часто приводит к тому, что ученика выставляют за дверь и он избегает заданий учителя;

- каждый раз, когда мама ребёнка пытается изменить маршрут прогулки, ребёнок падает на землю и кричит (нарушение стереотипа);

- услышав работу пылесоса, который включили взрослые, затыкает уши и начинает громко кричать (сверхсильный звуковой стимул, который привёл к появлению нежелательного поведения);

- в течение занятия с педагогом ребёнок много кричал, плакал, кусал себя, а после занятия оказалось, что ребёнок хотел в туалет, потянув взрослого в сторону туалета (внутренний дискомфорт).

Если мы наем, что ребёнок своим поведением говорит, что не хочет это делать, следует понять, почему он не хочет это делать. Сначала нужно исключить физиологические потребности: жажда, недомогание, голод и т.п. Затем нужно перейти к анализу предлагаемого задания. Может задание слишком сложное или длинное и если ребёнок дошёл до истерики во время

выполнения задания, то проблема скорее всего в характере задания, в том, как оно преподносится взрослым. Здесь также нужно использовать систему поощрения и поощрять ребёнка в те моменты, когда неприемлемое поведение отсутствует.

3. *Привлечение* внимания.

Обычно такое поведение ребёнок демонстрирует, чтобы получить внимание или любую реакцию от взрослого.

Пример:

- мама разговаривает по телефону, ребёнок начинает кричать;
- мама уходит из комнаты, ребёнок начинает кричать или бить себя по лицу.

При данных обстоятельствах необходимо обучить ребёнка просить внимание приемлемым способом. Вы можете гасить крик, аутоагрессию, усиливать спокойное поведение, но если не научить ребёнка просить внимания, эти методы не приведут к успеху.

4. *Получение сенсорной аутостимуляции*

Данная функция не связана с окружающей действительностью, ребёнок хочет получить физиологическое удовольствие через самостимуляцию, получить приятные ощущения.

Сенсорная стимуляция может быть визуальной, аудиальной, тактильной и комбинированной. Автоматические сенсорные стимуляции возникают очень часто, и не зависят от присутствия или отсутствия других людей.

Пример:

- ребёнок сосёт палец на улице;
- ребёнок прыгает или размахивает руками;
- раскачивается взад-вперёд;
- повторяет один и тот же звук и т.д

Данное поведение возникает с разными людьми и в разной обстановке.

При выявлении данной функции поведения вопрос о выборе коррекции поведения должен исходить из каждого конкретного случая.

Так если ребёнок перебирает пальцами или размахивает руками во время занятия, просим положить руки на стол, колени или помогаем это сделать.

Если ребёнок прыгает, раскачиваясь взад-вперёд, можно предложить выполнить 10 быстрых приседаний и сесть на стул.

Если ребёнок выстраивает непонятные конструкции из различных предметов, вместо этого мы учим собирать из конструктора дом или другой доступный предмет.

Причины, которые побуждают ребенка работать над приобретением навыков:

1. Внешние – подкрепление желательного поведения;
2. Внутренние – мотивация.

Слайд

«Руководящий контроль» представляет умение родителя или педагога управлять поведением ребенка путем целенаправленного подкрепления желательного поведения и формирования мотивации.

Достижение «руководящего контроля» является важнейшей частью обучения ребенка с РАС. Без него мы ничем не можем помочь ребенку. Пока мы не будем способны помочь ребенку преодолеть свои собственные желания и начать сотрудничать, мы будем неспособны привести его развитие к существенному прогрессу.

Контролировать процесс взаимоотношений должен всегда взрослый (родитель, педагог), а не ребенок.

Слайд

Научившись умению устанавливать руководящий контроль, взрослый добьется того, что у ребенка появится мотивация участвовать в занятиях, где ведущая роль принадлежит взрослому. У ребенка появится желание проводить время со взрослым, следовать инструкциям, активно участвовать в выполнении все более сложных задач, поддерживать процесс общения, учиться тому, чему раньше не хотел учиться.

Семь ступеней установления руководящего контроля:

1. Установить контроль над поощрениями
2. Доказать, что с вами интересно
3. Давать четкие инструкции, не позволять получать поощрения без их выполнения
4. Давать инструкцию, прежде чем вы дадите ребенку то, что он хочет от вас.
5. Подкреплять каждую правильную реакцию на вашу инструкцию.
6. Использовать актуальные поощрения.
7. Не подкреплять игнорирование ваших инструкций или нежелательное поведение.

Слайд 1. Установить контроль над поощрениями.

Покажите ребенку, что вы полностью контролируете все предметы, которые он хотел бы получить и только вы решаете, когда он сможет их получить и как долго он будет ими распоряжаться.

Любой предмет, с которым ребенок любит играть, должен служить потенциальным подкреплением для ребенка. На начальном этапе

установления руководящего контроля важно, чтобы вы контролировали эти предметы и решали, когда ребенок сможет их получить.

Например, если он будет выполнять простые инструкции и вести себя хорошо.

Пройдитесь по квартире и соберите все любимые предметы ребенка. Положите их в такое место, где они будут видны, но в тоже время будут недоступны. Используйте прозрачные контейнеры, ящики или шкаф с замком.

Наблюдайте за ребенком, записывайте, с какими игрушками или предметами он играет, смотрит на них, вертит в руках. Уберите этот предмет, когда ребенок уснет или покинет комнату. Этот предмет в дальнейшем может служить поощрением. Если ребенок наигрался предметом и потерял к нему интерес, тоже спрячьте. Вы сможете использовать этот предмет позже.

Например, ребенок любит прыгать на батуте – повесьте его на стену, любит играть с фигурками животных – уберите их в прозрачный контейнер и поставьте высоко, чтобы он не дотянулся.

Слайд2. Доказать, что с вами интересно.

Чтобы ребенок по своему желанию следовал вашим указаниям и хотел проводить с вами много времени, каждый эпизод общения с вами должен приносить ребенку радость и новый опыт.

Как только ребенок начнет вас воспринимать как человека, с которым интересно и весело, он захочет проводить с вами больше времени и будет готовым сотрудничать.

Следуйте интересам ребенка, даже если это необычные интересы: ребенок любит выстраивать в ряд машинки, а не катать их по полу. Когда ребенок проявляет интерес к чему-либо – играйте вместе с ним. Сделайте игры еще более интересными только потому, что вы – их неотъемлемая часть.

Процесс общения с ребенком кроме мотивации ребенка, должен включать язык невербального общения и повествовательную речь.

Такое общение должно составлять 75 % времени. Называйте предметы, с которыми играет ребенок, его и ваши действия, чувства. «Это машина. Она желтая. Мы возем машину. Машина едет. Мне нравится играть с тобой!»

Необходимо создать связь между вами и интересными занятиями, чтобы они были привлекательными, потому что вы часть их.

Например, ребенок любит раскачиваться на качелях – играйте с ребенком, пытайтесь поймать и пощекотать его, закрутите его на качелях. Наблюдайте, какое действие заставляет его улыбнуться. Если Ваш

ребенок любит кататься на качелях – вы тот человек, который даст ему эту возможность. И не только покататься, но и покружиться.

Слайд3. Давать четкие инструкции, не позволять получать поощрения без их выполнения.

Покажите ребенку, что вам можно доверять. Научитесь говорить то, что вы конкретно имеете в виду, а не «бросать слова на ветер».

Если вы сказали ребенку что-либо выполнить, не позволяйте ему получить желаемое, пока он не выполнит ваше требование. На этой ступени вы можете помочь ребенку выполнить ваше требование и использовать подсказки. Давая инструкцию, используйте командный язык. Командная форма обращения должна составлять не более 25 % времени общения. Говоря командным языком, вы ожидаете от ребенка какой-либо реакции: слова, жеста, действия. Прежде чем давать инструкцию, вы должны понять, что именно хотите услышать в ответ, то есть что вы ждете от ребенка. Если вы произносите инструкцию в вопросительной форме, например, «Пойдем заниматься?», то у ребенка есть полное право ответить на него «Нет». Инструкция – это сигнал, что подкрепление доступно. Не предоставляйте подкрепление, пока ребенок не ответит на ваш сигнал правильно. Если вы видите, что ребенок не может самостоятельно выполнить вашу инструкцию – дайте подсказку.

Обучайте ребенка выполнять инструкции в течение всего дня, используйте разные ситуации: хочет смотреть телевизор – выполнит инструкцию – включите телевизор. Когда ребенок хочет прыгать на батуте, вы можете обучать его на полу, если ребенок хочет есть любимое печенье, обучайте его на кухне, подкрепляя выполнение инструкций печеньем.

Слайд4. Давать инструкцию, прежде чем вы дадите ребенку то, что он хочет от вас.

Покажите ребенку, что следование вашим инструкциям позволит ему получить то, что он хочет. Давайте ребенку простые и лёгкие задания как можно чаще, поощряйте его стремление их выполнять. Научите следовать правилу: предъявлять требование или давать инструкцию, прежде чем вы дадите ему то, что он хочет от вас. Сначала выполнение инструкции потом поощрение.

Старайтесь избегать шаблона «Если...то...» В этом случае ребенок уже сможет оценить, насколько ценна награда, чтобы следовать вашим указаниям.

Плохая инструкция:

- «Если ты выключишь телевизор, я тебе дам мороженое».
- «Хочешь шоколад? Тогда выключай телевизор!».

- «Хочешь печенье? Идем заниматься!».

Если на данный момент ребенок намного больше хочет смотреть мультфильмы, чем есть конфеты, шоколад или печенье, то он проигнорирует ваше предложение, и не будет выполнять то, о чем вы его просите. Кроме того, он может начать плакать и сопротивляться.

Правильно будет так :

- «Хочешь смотреть мультик? Да, пожалуйста. Сложи игрушки в коробку». Ребенок складывает. Вы включаете мультик.

Ребенок хочет конфету. Вы говорите: «Да, пожалуйста», снимаете фантик и спрашиваете «Какой цвет?». Ребенок отвечает, вы даете конфету. Вместо вопроса про цвет, вы можете попросить выбросить фантик в мусор: «Сначала выброси это в мусор».

Можно начать с простых задач с учетом уровня развития навыков ребенка: выполнять невербальные инструкции, например моторную имитацию.

Ребенок хочет конфету. Вы говорите: «Да, пожалуйста», «Сделай так» (хлопаете в ладоши). Ребенок повторяет, вы даете конфету.

Слайд 5. Подкреплять каждую правильную реакцию на вашу инструкцию.

Используйте принцип подкрепления. На начальных этапах установления руководящего контроля, используйте подкрепление каждый раз, как только ребенок правильно выполнит вашу инструкцию. Постепенно перейдите к переменному режиму подкрепления.

Важность постоянного подкрепления в том, что ребенок научится, что в результате определенного поведения он сможет получить то, что хочет. Выбрав сотрудничество, ребенок получит то, что хочет – быстрее и легче. Ребенок учится понимать, что в его интересах будет выполнять все ваши распоряжения, правильно выполнять их. В конечном счете, ребенок сам будет приходить к вам за возможностью учиться, так как это первый шаг к его любимым вещам.

Кроме того, мы достигаем важнейшей цели при аутизме: осознания важности присутствия других людей.

Не оставляйте ни одного случая правильного (более или менее) ответа ребенка без подкрепления. Ходите с набитыми поощрениями карманами, поощряйте ребенка социально: щекочите, крутите в воздухе, обнимайте. Не воспринимайте хорошее поведение ребенка как должное, будьте внимательными: если ребенок сделал то, что вы ему сказали предоставьте поощрение, если занялся игрушкой – предоставьте поощрение, если сидит спокойно – предоставьте поощрение!

После овладения руководящим контролем, можно начинать процесс уменьшения количества подкреплений за определенное количество правильных ответов: подкрепление каждого 2-го, 3-го, 4-го ответа.

6. Использовать актуальные поощрения.

Покажите ребенку, что хорошо знаете его предпочтения. Ведите записи о каждом предмете или действии, которое вызывает интерес у ребенка. Целенаправленно расширяйте, развивайте интересы ребенка.

Наблюдайте, в каких ситуациях, что именно предпочитает ребенок. Предпочтения ребенка могут постоянно меняться, поэтому старайтесь подмечать, что именно хотелось бы получить вашему ребенку в то время, когда вы с ним занимаетесь.

Оптимальный поход разобравшись, что именно интересует вашего ребенка – постоянно пробовать новые предметы, игрушки, виды деятельности, пока нужное подкрепление не будет найдено.

Используйте наиболее привлекательные предметы в работе над наиболее важными или трудными для ребенка навыками.

7. Не подкреплять игнорирование ваших инструкций или нежелательное поведение.

Будут случаться ситуации, когда ребенок решит уклониться от сотрудничества с вами. Взрослые становятся более требовательными, если ребенок игнорирует их просьбы. Чем более требовательным становится взрослый, тем решительнее ребенок отказывается выполнять его требование. Покажите ребенку, что выбор неприемлемого поведения или игнорирование вашей инструкции не приведет к получению подкрепления, то есть он не может получить доступа к тому, что он хочет.

Ребенок не получит желаемое ни при каких условиях, если он не выполняет то, что от него требуют. Его выбор просто не поощряется. Данное действие называется гашением.

Такие типы поведения, игнорирование просьб родителей, попытки тянуть родителей за руки, визг, пинки, выхватывание игрушек и прочие, не должны приводить к подкреплению. Заранее подготовьтесь к тому, чтобы ребенок не смог играть любимыми игрушками или съесть лакомство. Если ребенок убегает с занятия, отреагируйте спокойно, не тащите его за руки за стол, отвернитесь и не смотрите в его сторону. Единственная возможность для ребенка получить все самые интересные и любимые предметы – это вернуться на место и продолжать сотрудничать с вами.

Как только ребенок начнет вести себя должным образом, вы можете повернуться к нему и произнести инструкцию еще раз. Если ребенок продолжает вести себя неприемлемо, повторяйте процедуру до тех пор, пока

ребенок не выполнит инструкцию. Как только ребенок это сделает, подкрепите его решение поощрением.

Установление "Руководящего контроля" – это тяжелый повседневный труд, всех окружающих ребенка людей.

Слайд

Взрослым важно придерживаться **правил** при взаимодействии с ребёнком:

1. Поощрять отсутствие нежелательного поведения.
2. Учить просить желаемое социально приемлемым способом (жесты, карточки, допустимы прикосновения).
3. Не подкреплять нежелательное поведение (не давать ребёнку добиться своим поведением того, что он хочет).
4. Перенаправлять и видоизменять действия ребёнка (трясёт руками – даём погремушки или ленты, раскачивается взад-вперёд – делать физкультминутку).
5. Если ребёнок избегает чего-то, то подавать это дозированно и хвалить за отсутствие нежелательного поведения.
6. Во время нежелательного поведения не смотреть на ребёнка. В случае блокирования ничего не говорите. Когда он успокоится – хвалим.