

Способы дезактуализации агрессии, аутоагрессии и деструктивного поведения у детей, страдающих аутизмом.

Дети уникальны каждый по- своему. Уникальность проявляется в особенностях их развития. К сожалению, каждый ребенок развивается по- своему, в своем ритме и сейчас речь пойдет об аутизме. Родители, узнав о диагнозе аутизм сразу не способны осознать сложности развития этого ребенка и то, что потребуется от них необычный подход в воспитании.

Самое главное принять эту особенность ребенка (диагноз — аутизм), отпустить чувство вины, набраться терпения и любви, исследовать состояние ребенка — его реальные возможности, не ставить высокие задачи, а идти за ребенком в его развитии.

Родители в первую очередь, отпустив чувство вины, могут пригласить к сотрудничеству близких родственников; бабушек, дедушек, сестер, братьев. Найти наставников: врача-дефектолога, психиатра. Командой всегда легче справиться с решением задач, которые ставит процесс воспитания. Если вы смогли поставить перед собой задачу, у неё обязательно будет решение.

При прохождении этапов развития аутичного ребенка важным является любовь, искренность и терпение.

Особенность общения с аутичным ребенком:

- принимать ребенка таким какой он есть
- в любой ситуации исходить из интересов ребенка
- выработать строгий распорядок жизни
- соблюдать ритуалы, созданные ребенком, обеспечивающие его безопасность,
- улавливать вербальные и невербальные сигналы, свидетельствующие о дискомфорте
- много с ним говорить
- поддерживать комфорт в семье
- терпеливо объяснять все мельчайшие изменения в жизни

- избегать переутомления и понимать его признаки.

«Темной» стороной в жизни аутичного ребенка является проявление агрессии. Агрессивность в раннем возрасте имеет аутоагрессивный характер «направленного на самого себя». В младенчестве единственный доступный способ донести боль до окружающего мира-крик, истерики.

Агрессия — это инструмент выживания и способ достижения результата. С каждым годом, взрослея, ребенок - аутист сталкивается все с большим числом непонятных пугающих его явлениями. Ему страшно, больно, тревожно. Он все больше нуждается в объяснении и поддержке, успокоении. Не имея других инструментов взаимодействия с вами, он прибегает к отчаянной агрессии, направленной на самого себя, «может бить себя по голове, биться о стенку». В гневе рвать книги, швырять вещи и быть агрессивным с родителями, «плюнуть, толкнуть, ударить». Часто родители это называют истериками, выход из истерики сопровождается апатией, слабостью и чувством вины.

Вспышки агрессии и самоагрессии требуют правильных родительских стратегий поведения в своих ответных реакциях. Отсутствие этих стратегий ведет к стрессу и опустошенности. Ребенок - аутист и родители в равной степени могут испытывать: ребенок — невозможность понять мир, родители - бессилие, страх, безысходность. И тогда нужно научиться ужиться с тем, что невозможно победить, можно лавировать, обходить «острые углы» и держать под контролем происходящее.

Каков же рецепт?

1. Предупреждай, а если не успел-побеждай! Внимательно отслеживайте настроение ребенка. Если не удалось поймать момент зарождения истерики, то побеждайте вселенским спокойствием и любовью.

Нельзя говорить на повышенных тонах, резко действовать, говорить, ругать, высказывать недовольство. Истерика аутиста это способ вернуть любовь.

Ваши действия: держать спокойствие, контролировать речь, бережное и деликатное общение, терпеливо воспитывать в себе новую манеру общения и поведения.

2. Ребенку-аутисту сложно ориентироваться в насыщенном, постоянно меняющемся мире. Они быстро теряют самообладание.

Ваши действия: ежедневно составлять план на день. Утром рассказывать о предстоящих делах, пусть ребенок пишет в тетрадь и подробно рассказывает об этих делах, если они изменились.

3. Если в жизни родителей происходит стрессовое обстоятельство, родители нервозны, тревожны, суетливы. Ребенок думает, что его разлюбили — это невыносимо.

Ваши действия: постарайтесь скрыть свое душевное состояние, но если это невозможно, то объясните ребенку - что с вами (это смягчит ваш общий стресс) и попросите его поддержки.

4. Дети-аутисты, попадая в многолюдные веселые компании, быстро астенизируются (устают). В какой - то момент неизбежна критическая точка - веселье превращается в мощное раздражение, агрессивную реакцию.

Ваши действия: следите за настроением ребенка в общественных местах, первые признаки критической точки — рассеянное внимание, уход в себя, уединение. Найдите спокойный уголок, где бы он смог отдохнуть.

5. Аутисту сложно идентифицировать боль в своем теле, особенно если она впервые, он не может понять откуда она- это пугает, ведет к срыву. Нужно поймать в самом начале, выяснить, что болит, понять откуда страх, часто медицинские работники и манипуляции усиливают страх, в результате выяснить что-либо невозможно.

Ваши действия: следить за здоровьем, проходить диспансеризацию. Убедить ребенка в том, что необходимо сообщать вам о малейшем недомогании.

6. Вспышки агрессии возможны при малейшем и даже незаметном изменении окружающей среды: «зависает планшет, погас свет или показалось, что звук громкий».

Ваши действия: приучить ребенка, что у каждой вещи свое место. Учить просить о помощи. Учить справляться с трудными и нестандартными ситуациями.

7. Периоды пищевой избирательности. Высокая избирательность к некоторым видам пищи: сладостям, ароматизаторам, добавкам это может вызвать срыв.

Ваши действия: исключить рафинированный сахар, продукты промышленной обработки, глютен. Добавить продукты по усмотрению ребенка. Изредка позволять употреблять в пищу «вредности», что бы не появилась потребность в «запретном плоде».

Аутист агрессивен не из-за злости и распушенности. Он не хочет учинить вред, обидеть и оскорбить. Он заложник своего состояния, беспомощности и изолированности от привычных нам средств коммуникации. Мы вместе сможем помочь аутисту, объединившись «плечом к плечу» преодолеть агрессию.

Важно запомнить!

1. Возьмите на вооружение стратегии поведенческого подхода. Так вы научите ребенка достигать своих целей (внимания, отдыха, мотивационных предметов) более приемлемым способом.

2. Будьте систематичны. Вмешательство на основе функции эффективно, однако успех также зависит от регулярной, хорошо согласованной работы как можно большего количества причастных к ребенку людей.

3. Поддерживайте вмешательство до достижения стабильного результата. Даже если частота эпизодов нежелательного поведения снизилась, продолжайте работу! Терапию, диеты и прием лекарств не бросают на полпути. Не надейтесь на авось: неприемлемое поведение может вернуться на круги своя. Очередной виток принесет разочарование и снизит уверенность в своих силах. Действуйте согласно плану, и тогда вас ждут постепенные изменения в лучшую сторону.

Врач-психотерапевт
ГБУЗ ЕПНД Н.Б.Емелина