

Izpratne par izaicinošu uzvedību bērniem ar autismu

Katram dažbrīd parādās "izaicinoša uzvedība", jo tas ir veids, kā parādīt savas domas vai sajūtas. Personas ar autismu uzvedas "izaicinoši" biežāk nekā pārējie bērni, bet tas notiek tāpēc, ka viņi redz pasauli citādāk.

Viņi ne vienmēr saprot sociālos noteikumus, viņiem var būt grūti izpausties, tikt galā ar pārmaiņām ierastajā kārtībā un saprast, kā varētu justies citi cilvēki, kas var radīt viņiem ļoti daudz stresa. Tas, kopā ar jebkurām sensorām problēmām, kas viņiem var būt, var būt nomācoši, un vienīgais veids, kā tikt galā un darīt Jums zināmu, ka viņiem ir grūti, ir ar nepiemērotu vai "izaicinošu" uzvedību (dažreiz aprakstīta kā histērijas lēkmes, dusmas un sabrukums).

Trauksme ir bieži sastopams uzvedības grūtību cēlonis bērniem ar AST. Augsts trauksmes līmenis ir izplatīts bērniem ar AST.

Bērni ar AST parasti nespēj paziņot savas trauksmes sajūtas, un tas var izpausties ar uzvedību, kas parasti nav saistīta ar raizēm vai satraukumu.

Tie var būt:

- Histērijas lēkmes un agresīva uzvedība
- Norobežošanās un izvairīšanās no jebkādas mijiedarbības ar citiem
- Sūdzības par sāpēm vai slimību
- Atkārtota uzvedība
- Paškaitējums

Grūtības saprast valodu, prognozēt citus, sensorie traucējumi kopā ar citām problēmām var izraisīt trausmi, un tāpēc trauksme ir bieži sastopama bērniem ar AST.

Mums visiem rodas trauksme, tā ir daļa no mūsu ikdienas dzīves, un mēs visi reaģējam uz stresa situācijām individuāli, bet trauksmes simptomi bieži vien ir līdzīgi. Padomājiet par kādu reizi, kad bijāt satraucies/-kusies, Jūs, iespējams, piedzīvojāt tādas sajūtas kā bailes, panika, paātrināta sirdsdarbība, svīšana, slikta dūša, neziņa, kur griezties vai ko darīt tālāk, pārliecības zudums utt. Tās ir nepatīkamas sajūtas un var ietekmēt mūsu garastāvokli, enerģijas līmeni un uzvedību, tāpēc iztēlojieties, kā būtu justies satrauktam katru savas dzīves dienu, bet nesaprast kāpēc.

Bieži situācijas, kas izraisa trausmi, ir šādas:

- satiekot svešiniekus
- tiek dots pārāk daudz izvēles iespēju
- nespēja paziņot par savām vajadzībām
- izmaiņas rutīnā
- jaunas aktivitātes vai vietas
- nepatīkamu sajūtu piedzīvošana, piemēram, suņu riešana, mirgojošas gaismas, pārpildīta un trokšņaina vide, nepatīkamas smakas
- pāreja no vienas darbības uz otru - pat nelielas pārmaiņas

- trauma - atceroties nepatīkamus notikumus, piemēram, matu griešanu, redzot zobārstu vai ārstu; kad tiek lūgts tos atkārtot, rodas trauksme

Dažreiz bērni ar AST var vienlaikus satraukties par vairāk nekā vienu lietu.

Pirms mēģiniet risināt izaicinošo uzvedību, ir svarīgi identificēt cēloņus un/vai pastiprinošos faktorus. Bez tā Jūsu iejaukšanās var izraisīt pastiprinātu stresu un iespējamo uzvedības pasliktināšanos.