

Uzvedības programmu izveide bērniem ar autismu

Pirms jebkādu darbību uzsākšanas, lai tieši iejauktos izaicinošā uzvedībā, ko izrāda bērni ar AST, ir ļoti svarīgi, lai Jūs noteiktu, ka uzvedībai nav pieņemama mērķa, un to neizraisa problēmas, kas saistītas ar AST galvenajiem simptomiem - skatīt Padomu lapas "Identificēt izaicinošas uzvedības cēloņus" un "Saprast izaicinošas uzvedības cēloni".

Ja uzvedība nav pieņemama vai vēlama, Jums var būt nepieciešams sākt strādāt pie tā, lai mainītu uzvedību.

Ieviešot kādu biheiviorālu pieeju, atcerieties principu:

- **Ja apbalvosiet uzvedību, Jūs redzēsiet to vairāk.**

Tas darbojas gan uz pozitīvu, gan negatīvu uzvedību, piemēram, ja Jūs apbalvosiet bērnu par pozitīvu uzvedību ar gardumu, būs lielāka iespēja, ka bērns atkārtos uzvedību. Tomēr, ja Jums ir bērns, kuram nepatīk skola, un Jūs atlīdzināsiet agresiju, nosūtot bērnu mājās no skolas, bērns, visticamāk, atkārtos darbību, lai iegūtu šo "atlīdzību".

Dažreiz "atlīdzība" par uzvedību ir tā uzmanība, kuru Jūs tai pievēršat. Tas ietver sevī negatīvu uzmanību, kā kliegšanu, norādījumus, ka esat vīlušies un sarūgtināti, vai ilgstoši mēģinājumi risināt problēmu.

Indivīdiem ar AST situācija var būt vēl mulsinošāka, piemēram, ja viņš/-a dod priekšroku laika pavadīšanai vienatnē, "taimauta" kā soda izmantošana varētu īstenībā būt atlīdzība. Tādēļ ir svarīgi ņemt vērā individuālās īpašības, pieņemot lēmumu, kā dot vai noņemt atlīdzību par uzvedību. Pārvaldot personu ar AST uzvedību, ir svarīgi, lai Jūs pielāgotu savu komunikāciju, kā tas bija apspriests iepriekšējā sadaļā.

Mēģinot samazināt nevēlamu uzvedību, ir svarīgi, lai Jūs vienlaicīgi mācītu jaunu veidu, kā uzvesties pieņemami. Tas novērsīs citas negatīvas uzvedības attīstību. Lai to izdarītu, Jums būs jānoņem visas atlīdzības no nevēlamās uzvedības un jāmeklē veidi, kā apbalvot vēlamu uzvedību.

Piemēram, ignorējiet bērnu, kad viņš Jūs pārtrauc sarunas vidū, lai palūgtu kaut ko, bet nekavējoties atbildiet, ja viņš saka "atvaino". Šajā situācijā bērns iemācās, ka viņš saņems atbildi, tikai tad, ja vispirms pateiks "atvaino".

Izmantojiet ABC tabulu, lai palīdzētu saprast nevēlamo uzvedību, un pārliecinieties, vai Jums viss ir skaidrs pirms sākšanas. Daudzi uzvedības veidi ir sagrupēti kopā, un Jums ir jāpārliecinās, ka Jūs strādājat tikai ar vienu veidu vienlaicīgi. Piemēram, ja bērns bieži atsakās pildīt norādījumus un sit citiem atteikuma laikā, vai Jūs vēlaties strādāt ar bērnu pie norādījumu izpildes? Vai pie agresijas samazināšanas?

Apzinieties savas domas un sajūtas par šo problēmu un pārliecinieties, ka tās neietekmē Jūsu pieeju bērna uzvedībai.

Lai palīdzētu apgūt jaunus uzvedības veidus, ir svarīgi, lai Jūsu atbilde būtu skaidra un pastāvīga, Jums katru reizi jāatbild tādā pašā veidā un jānodrošina, ka arī citi ievēro to pašu plānu.

Plānot biheiviorālas (ar uzvedību saistītas) intervences bērniem ar AST var būt sarežģīts process, un tā īstenošana var būt izaicinājums. Vecākiem un aprūpētājiem vajadzētu meklēt profesionālu padomu un atbalstu, lai nodrošinātu, ka programmas tiek pienācīgi izstrādātas un īstenotas.

Piemērs uzvedības vadības plānam varētu būt:

Problēma: Deizija atsakās sakārtot savas rotaļlietas spēles beigās, un kad viņu palūdz to izdarīt, apguļas uz grīdas un kliedz.

Parastās sekas uzvedībai: Māte bērna vietā sakārto rotaļlietas.

Atbalsta pasākumi: Deizijai ir parādītas attēlu kartītes ar informāciju par to, ko no viņas sagaida. Māte ir arī parādījusi priekšā "sakārtošanu", taču izmaiņas uzvedībā nav notikušas. Varam būt pārliecināti, ka Deizija saprot, ko no viņas gaida un kā izpildīt uzdevumu.

Vēlamā uzvedība: nolikt rotaļlietas vietā

Nevēlama uzvedība: atteikšanās izpildīt norādījumu; kliegšana

Uzvedības plāns:

Deizija saņems atalgojumu tabulu. Sākumā viņa nopelnīs vienu zvaigznīti par vienu savāktu rotaļlietu. Tas pakāpeniski tiks palielināts līdz divām, trim rotaļlietām un tā tālāk, līdz Deizija nopelnīs apbalvojumu par visu rotaļlietu savākšanu.

Māte ignorēs "nevēlamo uzvedību" (kamēr tas ir droši) un turpinās nodarboties ar citām aktivitātēm mājās tā, it kā kliegšanas nebūtu.

(papildus informācija ir pieejama vietnē www.ASDInfoWales.co.uk/advice-sheets)