

Профилактика агрессивного поведения у ребёнка с расстройством аутистического спектра (PAC).

Подготовила: педагог-психолог

ГБОУ школы-интерната

Аслгареева Т. В.

Профилактика агрессивного поведения у ребёнка с расстройством аутистического спектра (PAC) включает понимание причин такого поведения и использование методов, направленных на коррекцию. Важно рассматривать агрессивность не как злонамеренное действие, а как сигнал о том, что ребёнок испытывает трудности.

Некоторые факторы, которые могут провоцировать агрессивное поведение у детей с PAC:

- Сенсорная перегрузка. Например, громкие звуки или прикосновения могут показаться ребёнку невыносимыми.
- Трудности в общении. Нарушение вербальной коммуникации: если ребёнок не может объяснить, что его беспокоит или чего он хочет, это может выражаться в агрессии.
- Изменение рутины. Новые обстоятельства, неожиданные ситуации или изменения в среде вызывают у ребёнка тревогу и раздражение, которые могут переходить в агрессивное поведение.
- Неумение справляться с эмоциями. Эмоции у детей с PAC зачастую сильные и интенсивные, из-за особенностей нервной системы ребёнок испытывает трудности с контролем своих эмоций.
- Медицинские причины или физический дискомфорт. Боль, плохое самочувствие или недомогание могут стать для ребёнка триггером, особенно если он не может выразить свои чувства словами.

Рекомендации для родителей.

Без активного участия родителей невозможно провести полноценную коррекционную работу. Поэтому далее будут рассмотрены рекомендации, которые помогут грамотно встроить предложенные методы в домашний уход за ребёнком:

- установление структурированного образа жизни и комфортных бытовых условий снижает риск стресса и агрессии у ребёнка;
- поощрение позитивных действий: каждая маленькая победа ребёнка должна стать поводом для искренней похвалы и небольшого символического поощрения, соответствующего интересам ребёнка;
- регулировка эмоционального состояния: демонстрация дыхательной гимнастики и проведение игр, способствующих снятию эмоционального напряжения;

Для профилактики и коррекции агрессивного поведения у детей с РАС используют, например:

- Поведенческую терапию. Например, АВА-терапию (прикладной анализ поведения), которая позволяет уменьшить количество истерик, сопровождающихся агрессией, и научить ребёнка самоконтролю.
- Обучение выражать эмоции. Например, разработать для ребёнка наглядный план действий для каждой стрессовой ситуации, научить самостоятельно успокаиваться (глубокие вдохи, счёт до десяти, дистанционное отстранение от раздражителя).
- Использование наглядных пособий. Например, иллюстраций, видеоигр, которые помогают наладить вспомогательную коммуникацию — общение с ребёнком способами, удобными ему.

- Сохранять спокойствие. Чаще всего агрессия возникает из-за того, что у ребёнка накопилось психоэмоциональное напряжение, которое он не знает, как выразить.
- Тщательно взвешивать слова и следить за тоном. Во время вспышки гнева ребёнок с РАС испытывает сильный стресс, и ему трудно воспринимать то, что говорит кто-то другой.
- Выделить ребёнку тихое, защищённое место. В момент агрессии ребёнок не должен находиться рядом с чем-либо, что может нанести вред жизни и здоровью — легко бьющимися, колюще-режущими, тупыми и твёрдыми предметами.
- Не поощрять проявления агрессии. Например, не наказывать ребёнка за агрессивное поведение или не заставлять делать что-то против его воли — это может усугубить ситуацию.

Формирование позитивного подкрепления

Позитивное подкрепление занимает центральное место в коррекции поведения детей с РАС. Основное назначение метода — мотивация ребёнка повторять позитивные действия и подавление агрессивных реакций. К основным видам позитивного подкрепления относятся:

Немедленное поощрение: быструю отдачу награды за подходящее поведение, способствующую образованию устойчивой ассоциации между позитивным поступком и приятными последствиями.

Социальное одобрение: проявления теплых чувств, похвалы, улыбки и дружественности со стороны взрослых помогают ребёнку вырабатывать внутреннюю мотивацию проявлять позитивные качества.

Система накопления баллов: выставление очков за позитивные поступки, которые затем могут быть использованы для получения ценного предмета или

интересного события, привлекает ребёнка и повышает его готовность изменять своё поведение.

Ролевые игры: инсценировки различных ситуаций и принятие разных ролей помогают ребёнку учиться безопасному поведению в стрессовых ситуациях

Арт-терапевтические занятия: художественная деятельность, творческое самовыражение и прикладное искусство позволяют ребёнку выразить свои эмоции и снизить эмоциональное напряжение.

Музыкальная терапия: прослушивание спокойной музыки или занятие музыкой помогает ребёнку стабилизировать эмоциональное состояние и отвлечься от негатива.

Физическая активность: умеренные физические нагрузки способствуют высвобождению энергии и снижению уровня стресса, предупреждая агрессивные реакции.

Создание специальных зон отдыха: наличие тихих мест для восстановления сил помогает ребёнку восстановить баланс и справиться с чувством усталости или перенапряжения.

Эти методы способствуют повышению эмоциональной компетенции ребёнка и, следовательно, снижению вероятности агрессивных проявлений.

Используемая литература:

1. Колесникова Ж. О. Тренировка коммуникативных навыков у детей с РАС // Практикующий учитель. — 2020. — № 1. — С. 18–25.
2. Медведева И. В. Дыхательные техники для стабилизации состояния детей с РАС // Профилактика детских заболеваний. — 2021. — № 2. — С. 44–51.
3. Белошистая А.Т. Способы позитивного подкрепления в коррекционном образовании // Коррекционное образование. — 2020. — № 3. — С. 27–34.

4. Соломатина Е. В. Влияние немедленного поощрения на коррекцию поведения детей с РАС // Российская школа специального образования. — 2021. — № 1. — С. 38–45.