

Руководство для родителей

Введение в работу с поведением



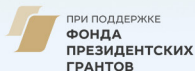
ПРИ ПОДДЕРЖКЕ



КАЖДЫЙ
ОСОБЕННЫЙ



autism
speaks



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ



Металлоинвест

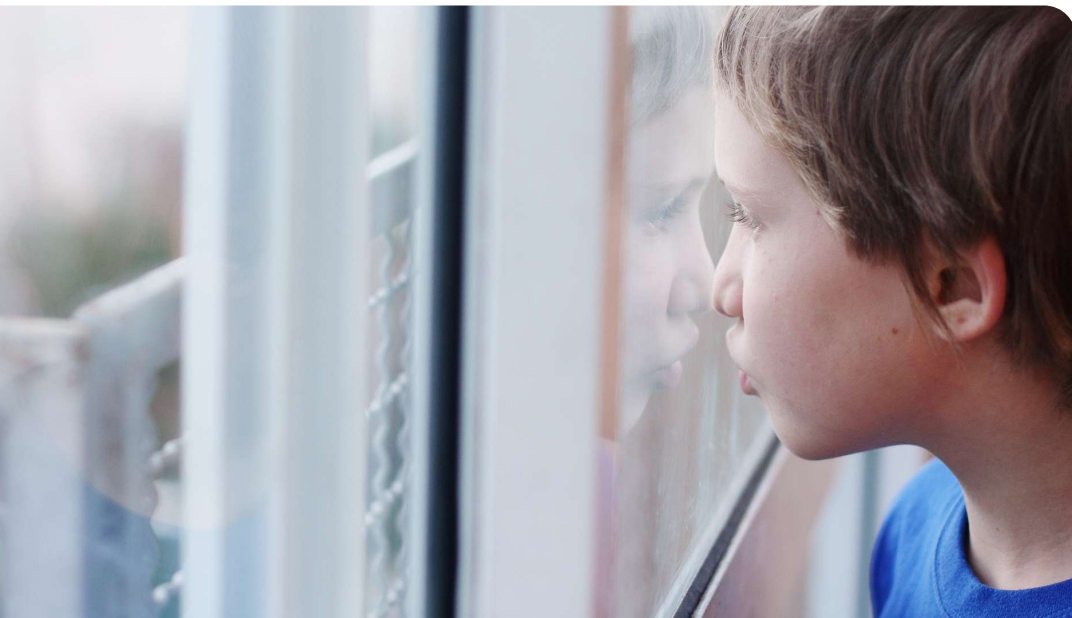


Эти материалы являются результатом текущей деятельности Autism Speaks Autism Treatment Network, финансируемой программой Autism Speaks. Они поддержаны соглашением о сотрудничестве UAZ MC 11054 через Министерство здравоохранения и социальных служб США, Управление ресурсов и служб здравоохранения,

Программу исследований по охране здоровья матери и ребенка в больнице общего профиля Массачусетса.

Поведенческие проблемы — обычная проблема для детей с расстройствами аутистического спектра (РАС). Многие дети с РАС демонстрируют слишком много определенных форм поведения, таких как агрессия или несоблюдение указаний, и слишком мало других форм поведения: общение или социальные навыки.

Этот набор инструментов разработан для того, чтобы дать родителям детей с РАС обзор домашних стратегий, а также дать советы по обучению и развитию желательного поведения и уменьшению поведенческих проблем. Этот набор инструментов также предоставляет родителям обзор профессиональных поведенческих методов лечения, которые можно получить у квалифицированных специалистов. Для получения информации о более интенсивных домашних методах лечения, пожалуйста, обратитесь к набору инструментов АВА, размещенному на сайте Autism Speaks.



Советы по повышению частоты желательного поведения дома

Очень важно подкреплять правильное поведение.

Подкрепление — это то, что нравится вашему ребенку.

При подкреплении правильного поведения учитывайте следующее:

- Подкрепители должны быть выбраны на основании того, что нравится именно вашему ребенку. Он или она может не любить то, что нравится другим детям.
- Доступ к подкреплению должен быть ограничен. Предмет потеряет свою ценность как подкрепление, если ваш ребенок сможет получить его в любое время.
- Обеспечьте немедленное подкрепление после того, как произойдет поведение, которое вы хотите усилить.
- Словесная похвала может быть мощным подкреплением за хорошее поведение (например: «Отлично сидишь на стуле!»).

Когда вы даете ребенку поощрение сразу, это увеличивает вероятность того, что он сделает так снова.

Ищите возможности для обучения и похвалы своего ребенка. Обучайте и хвалите правильное общение, обмен, ожидание и так далее. Если проблемное поведение возникает, когда ваш ребенок хочет прекратить какое-либо занятие, вы можете научить своего ребенка просьбе о перерыве с помощью подкрепления.

Обращайтесь к ребенку с просьбами, которые, по вашему мнению, он сможет выполнить (настройте ребенка на успех!). Попросите ребенка сделать то, что он сможет делать самостоятельно или с минимальной помощью. Кроме того, разбивайте задачи и задания на мелкие части и шаги или попросите ребенка выполнить часть задания (например, попросите взять один блок, вместо того, чтобы брать сразу все блоки).

Излагайте свои просьбы четко и в понятной для вашего ребенка манере. Также расскажите ребенку, что он/она получит за выполнение того, о чем вы просите. По мере успехов вашего ребенка увеличивайте количество запросов. Обязательно предъявляйте требование только тогда, когда можете работать с ним (например, у вас есть время, чтобы дождаться, пока ваш ребенок сделает то, что вы просили) и наградите или похвалите его за то, что он сделал то, что вы просили.

Заранее подготовьте ребенка к хорошему поведению. Найдите способы изменить среду, в которой обычно имеет место проблемное поведение, чтобы улучшить поведение вашего ребенка (например, держите при себе закуску, если ваш ребенок склонен быть более агрессивным, когда голоден).

Работа с проблемным поведением

«Тайм-аут» — это хорошая стратегия для некоторых, но не для всех при проблемном поведении, чтобы избежать задания (например, домашнее задание), тайм-аут может непреднамеренно усилить проблемное поведение.

В этом случае задача, которую ребенок пытается избежать, должна быть перенесена в зону для тайм-аута и завершена там. Или ребенок должен выполнить задание сразу после тайм-аута. С другой стороны, если ребенок проявляет проблемное поведение, чтобы привлечь внимание или получить любимый предмет, тайм-аут может уменьшить проблемное поведение. Когда у ребенка тайм-аут он/она не должны получать внимание или любимые вещи.

Советы по тайм-ауту:

- Чтобы тайм-аут был полезным, он должен побуждать демонстрировать хорошее поведение. Во время тайм-аута (время вне тайм-аута) ребенок должен часто получать внимание за хорошее поведение и должен иметь доступ к избранным предметам (например, игрушкам).
- Во время тайм-аута нельзя разговаривать с ребенком или разрешать доступ к каким-либо любимым предметам.

Советы по уменьшению проблемного поведения у вас дома:

В первую очередь работайте над учащением хорошего поведения. Это также часто снижает проблемное поведение.

Не предоставляйте внимание во время или после проблемного поведения.

Например, обсуждение, предупреждения, доступ к предпочитаемым предметам или уход от задач.

Во время проблемного поведения сохраняйте спокойствие и напоминайте ребенку о том, что он может делать, а не о том, чего не следует делать (например, «Ты можешь использовать слова, чтобы попросить о перерыве»).

После прекращения проблемного поведения немедленно похвалите ребенка за любое хорошее поведение.

Проведение тайм-аута

1. Скажите ребенку, почему он/она уходит на тайм-аут, твердым, но мягким голосом. Ответьте его/ее в зону для тайм-аута.
2. Если ребенок покидает зону тайм-аута, твердо, но осторожно верните туда ребенка.
3. Когда тайм-аут истечет, напомните ребенку, почему он/она пошел на тайм-аут, и расскажите ему или ей, как справиться с ситуацией с помощью демонстрации хорошего поведения в будущем. Практикуйте новый подходящий способ справиться с ситуацией.
4. После тайм-аута должен немедленно начаться тайм-ин.
5. Обеспечьте немедленное подкрепление, когда ребенок демонстрирует соответствующее поведение после тайм-аута.

Важность общения

Неспособность надлежащим образом запрашивать желаемое и/или потребности — одна из наиболее частых причин, по которым люди с РАС проявляют проблемное поведение. Работайте со своим поведенческим специалистом, чтобы убедиться, что ваш ребенок может общаться так, как это принято у других людей. Это может быть устная речь, использование языка жестов или использование вспомогательных средств коммуникации.

Как профессионалы отвечают на поведенческие вызовы

Специалисты начинают с оценки и измерения навыков (надлежащего поведения) и проблемного поведения вашего ребенка. Эти специалисты собирают информацию, чтобы определить, какую пользу ваш ребенок извлекает из демонстрации своего проблемного поведения. Определив цель или функцию поведения вашего ребенка, специалист может разработать план лечения проблемного поведения.

Функция поведения ребенка варьируется, но часто попадает в одну из следующих категорий:

Уход или уклонение от задач или требований

Привлечение внимания других людей

Поиск доступа к избранному элементу или занятию

Проблемное поведение заставляет ребенка чувствовать себя хорошо



Специалисты собирают информацию об А, В и С поведения вашего ребенка

А — это **предшествующие факторы** или «то, что происходит до или с проблемным поведением»

В — это проблемное **поведение**, которое вы бы хотели изменить

С — это **последствие** или то, что происходит после поведения

Пример ABC поведения:

Мальчик с РАС гуляет со своей няней в парке, когда собака начинает громко лаять. Мальчик начинает кричать. Няня вспоминает, что мальчик любит жвачку, и даёт ему одну пластинку. Он успокаивается.

В этом примере **поведение** — это крик мальчика. Собака начала лаять до того, как мальчик начал кричать, это **предшествующий фактор**. Няня дала мальчику жевательную резинку после того, как он начал кричать — это **последствие**.

В следующий раз, когда мальчик будет в парке с няней, он будет кричать, пока ему не дадут жвачку. Жевательная резинка — это подкрепитель или то, что нравится маленькому мальчику, что увеличивает частоту крика. Если няня хочет, чтобы мальчик прекратил кричать, она должна прекратить давать подкрепитель в виде жвачки после крика ребенка.



Советы по повышению эффективности поведенческого вмешательства

Раннее выявление и вмешательство критически важны для получения максимальной пользы от услуг по охране психического здоровья. Если у вас, вашего лечащего врача или другого поставщика медицинских услуг есть опасения по поводу задержки в общении, отсутствия или сокращения социального взаимодействия, повторяющегося поведения, поведенческих проблем или общей озабоченности относительно задержек в развитии/когнитивных функциях, вы можете обратиться за лечением.

Предоставьте подробную информацию. Будьте конкретны в отношении проблемного поведения вашего ребенка и того, когда оно возникает. Опишите, кто находится рядом (например, когда делитесь с коллегами), где это происходит (например, в продуктовом магазине) и когда это происходит (например, во время купания). Ваше сотрудничество с терапевтической командой имеет решающее значение для создания наилучшего подхода к вмешательству.

Научите других работать по программе. Обсудите со своим поведенческим специалистом, как научить людей, вовлеченных в жизнь вашего ребенка, плану поведения и как помочь им почувствовать себя более уверенно в осуществлении плана, чтобы повысить его эффективность.

Держите линии связи открытыми. Вам рекомендуется разрешить своим специалистам (например, педиатрам, специалистам по поведению, учителям, патологам речи и так далее) разговаривать друг с другом для координации ухода за вашим ребенком.

Начать вмешательство и получать от него пользу никогда не поздно

Нередко ребенок испытывает больше трудностей во время важных жизненных перемен, таких как переход в начальную школу, становление подростком или даже вступление во взрослую жизнь.



ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ ОТ СЕМЬИ О ПОВЕДЕНЧЕСКОМ ВМЕШАТЕЛЬСТВЕ.

Вопрос: Как я буду платить за данные услуги?

Варианты финансирования услуг могут включать частное страхование (в США), Medicaid, Autism Waiver, ресурсы округа или штата по развитию, департамента психического здоровья, школы, помощь от фондов, стипендии и оплату самостоятельно. Дополнительные ресурсы, такие как временные услуги, могут быть доступны через финансирующие агентства.

Вопрос: Как долго продлится вмешательство?

Продолжительность вмешательства варьируется от ребенка к ребенку. Некоторые дети реагируют быстрее, чем другие. Нередко на протяжении всей жизни человеку с РАС требуется некоторый уровень обслуживания/поддержки.

Вопрос. Мы пошли к специалисту и получили план вмешательства для проблемного поведения нашего сына неделю назад, но теперь он ведет себя более агрессивно. Что нам делать?

Поведение может ухудшиться до того, как станет лучше. Вам и вашему сыну рекомендуется двухнедельный период, чтобы привыкнуть к новому распорядку. Просмотрите план поведения. Включает ли он стратегии по уменьшению проблемного поведения сына и повышению желательного поведения, а также систему для улучшения его коммуникации? Поговорите со своим поведенческим специалистом.

Убедитесь, что вы выполняете рекомендации плана в точности так, как они были даны. Изменения в плане поведения могут сделать его менее эффективным.

Вопрос: Наша семья пыталась выполнить план поведения, написанный для нашей дочери, но в нашем доме он не работает. Что нам делать?

Обратитесь к своему поведенческому специалисту и обсудите свои проблемы. Ваш специалист может внести небольшие изменения в план вмешательства вашей дочери, чтобы удовлетворить потребности вашей семьи.



**Благотворительный фонд
«Каждый особенный»**

Сайт: www.ko-fund.ru Email mail@ko-fund.ru

РЕСУРСЫ

Департамент семейных услуг Autism Speaks предлагает ресурсы, наборы инструментов и поддержку, чтобы помочь справиться с повседневными проблемами жизни с аутизмом www.autismspeaks.org/family-services. Если вас интересует общение с членом группы семейных услуг Autism Speaks, свяжитесь с группой реагирования на аутизм (ART) по телефону 888- AUTISM2 (288-4762) или по электронной почте по адресу familyservices@autismspeaks.org. ART для испаноговорящих на 888-772-9050

Образовательная информация, права и политика:

<http://idea.ed.gov>
www.autismspeaks.org
www.ed.gov/nclb/landing.jhtml
www.specialeducationrights.com
www.wrightslaw.com
www.wrightslaw.com/info/autism.index.htm

Национальные ресурсы:

www.autism-society.org
www.cdc.gov/ncbddd/autism/facts.html
www.ed.gov/about/offices/list/osers/index.html
www.nationalautismcenter.org

БЛАГОДАРНОСТЬ

Эта публикация была разработана членами Autism Speaks Autism Treatment Network / Autism Intervention Research Network Комитета по физическому здоровью и поведенческим наукам о здоровье. Отдельное спасибо Николь Бинг, Psy.D. (Детская больница Цинциннати), Брайан Фридман, доктор философии (Университет Делавэра), Стефано Канне, доктор философии (Медицинский центр Университета Эйлора), Ребекка Ланда, доктор философии. (Институт Кеннеди Кригера), Йоханна Ланц, доктор философии (Колумбийский университет), Донна Мюррей, доктор философии. (Медицинский центр детской больницы Цинциннати), Laura Srivorakiat, M.A. (Детская больница Цинциннати) за работу над публикацией.

Комплекс был отредактирован, разработан и выпущен Autism Speaks Autism Treatment Network / Autism Intervention — Research Network on Physical Health, коммуникативным отделом. Мы благодарны за отзывы и предложения — многие, в том числе семьи, связанные с Autism Speaks Autism Treatment Network. Эта публикация может распространяться как есть или бесплатно в индивидуальном виде в виде электронного файла для вашей продукции и распространения, чтобы он включал вашу организацию и ее наиболее частых пользователей. Для получения информации о пересмотре, пожалуйста, свяжитесь с atn@autismspeaks.org.

Эти материалы являются продуктом текущей деятельности Autism Speaks Autism Treatment Network, финансируемой Autism Speaks. Он поддержан соглашением о сотрудничестве UA3 MC 11054 через Министерство здравоохранения и социальных служб, Управление ресурсов и служб здравоохранения США, Программу исследований здоровья матери и ребенка при больнице общего профиля Массачусетса. За его содержание отвечают исключительно авторы, и оно не обязательно отражает официальную точку зрения MCHB, HRSA, HHS. Изображения для этого набора инструментов были приобретены на istockphoto®. Написано в марте 2012 года.



Руководство для родителей
Введение в работу с поведением