

## **Особенности проблемного поведения ребенка с аутизмом. Коррекция проблем поведения.**

Проблемы в поведении у детей с расстройством аутистического спектра являются наиболее ярким внешним проявлением данного нарушения развития. В свою очередь поведенческие нарушения затрудняют, прежде всего, сам процесс обучения. Для организации успешного образовательного процесса для ребенка с РАС в условиях инклюзии важную роль играет коррекция поведения.

Проявления поведенческих нарушений у детей с РАС разнообразны и методов их коррекции более 150. Следовательно, педагог-психолог сталкивается с проблемой выбора наиболее эффективного метода коррекции. Как подчеркивает один из наиболее авторитетных отечественных исследователей аутизма Сергей Александрович Морозов при своевременной и адекватной коррекции до 60% получают возможность учиться по школьной программе, а в условиях семьи могут быть адаптированы практически все.

Для детей с расстройством аутистического спектра характерны такие проблемы поведения как – агрессия, аутоагрессия (причинение самому вреда, а не окружающим); Неадекватный крик, плач, смех; Негативизм; Аффективные вспышки; Стереотипии – повторяющиеся, нефункциональные формы поведения и/или деятельности.

Существуют определенные специфические особенности поведения ребенка с РАС. К основным характеристиками поведения ребенка с аутизмом Сергей Александрович Морозов отнес:

1. нарушение социальных контактов и взаимодействий;
2. ограниченные интересы и особенности игры;
3. склонность к повторяющимся действиям (стереотипиям);
4. нарушения вербального общения;
5. нарушенное чувство самосохранения;
6. особенности походки и движений.

Коррекция поведенческих особенностей детей с РАС в условиях инклюзивного образования – это сложный, комплексный процесс с участием всех специалистов и родителей. В ходе исследования были выявлены наиболее эффективные методы коррекции поведения для детей с РАС – это такие методы как прикладной поведенческий анализ, ТЕАССН-программа, эмоционально – уровневый подход. Однако выявление наиболее эффективного метода коррекции поведения ребенка с расстройством аутистического спектра привело к выводам об отсутствии такого метода и о необходимости проектирования индивидуальных вариантов коррекции поведения с учетом полиморфизма РАС.

Дети с аутизмом часто ведут себя неприемлемым для общества образом: говорят и делают нечто странное, временами раздражающее или даже пугающее. И именно эти проявления становятся для близких источником негативных переживаний, стресса и чувства вины. Как бы семья ни старалась удовлетворить особые потребности ребенка, могут потребоваться дополнительные ресурсы и сторонняя помощь. Очень важно абстрагироваться от неприятных аспектов поведения и научиться вовремя и правильно реагировать. Предлагаем ознакомиться со сводом рекомендаций, цель которых – помочь окружению ребенка с РАС определиться с подходящими стратегиями и найти соратников среди специалистов.

Что такое социально неприемлемое поведение? Это любые действия, которые:

- угрожают здоровью лица с РАС и(ли) других людей;
- влекут имущественный урон;
- ограничивают доступ к обучению и участию в жизни общества;
- приводят к изоляции и стигматизации лиц с РАС и их семей.

Такого рода поведенческие проявления могут возникать на протяжении всей жизни человека с РАС. При этом основные и сопутствующие симптомы аутизма видоизменяются с

возрастом и при перемене обстоятельств, в результате чего формируются новые виды реагирования. К тому же, поведение меняется ежесекундно, ведь люди постоянно подвергаются динамичному воздействию внутренних и внешних факторов, таких как головная боль, уровень сахара в крови или громкий шум.

**Почему агрессию и другие виды социально неприемлемого поведения считают признаком аутизма?**

Сам по себе аутизм не вызывает проблемного поведения, как и наличие проблемных видов поведения не гарантирует диагноз. Например, ребенок, который ходит на цыпочках или бьется головой об стену, не обязательно страдает от какого-либо расстройства развития. Более того, ребенок может есть землю из цветочного горшка, но это едва ли будет связано с тем фактом, что ему месяц назад диагностировали РАС.

Однако биохимические процессы в организме, ответственные за аутистические проявления, могут также провоцировать поведение, неподконтрольное человеку. Это сравнимо с тремором рук при болезни Паркинсона. Кроме того, некоторые из проблемных поведенческих ответов представляют собой автоматические реакции на определенный раздражитель, т.е. рефлекс, наподобие коленного. Таким образом, некорректно всё сводить к тому, что ребенок ведет себя «плохо», потому что он аутист.

Аутизм выявляют на основании двух «ядерных» симптомов: 1) характерных нарушений общения и социального взаимодействия; 2) повторяющихся, однообразных действий, занятий и интересов. Поведенческий «язык» детей с РАС расходится с ожиданиями окружающих: сопутствующие затруднения становятся причиной тревоги, непонимания происходящего, чувства беспомощности и раздражения, и это, в свою очередь, влияет на поведение ребенка. Так, не говорящий и не любящий крики детей на площадке мальчик скорее самостоятельно отправится искать тихое место, чем попросит маму уйти вместе. Ребенок также может выбежать на дорогу, лишь завидев хозяина собаки, которую панически боится, хотя фактически ему ничего не угрожает. Проблемное поведение чаще возникает в условиях стресса и плохого самочувствия. Физиологические и неврологические состояния, поток ощущений от органов чувств могут причинять дискомфорт и боль ребенку с РАС, о чём сложно догадаться ввиду недостатка общения.

«Помнится, Марку исполнилось восемь, когда он внезапно увлекся упорядочиванием мира. Перемена произошла буквально за ночь. Мы открывали шкафчик — сын тут же закрывал. Поверьте, очень затруднительно загрузить тарелки в посудомойку, когда ребенок не даёт держать дверцу открытой. Он не мог остановиться, и мы сходили от этого с ума. К счастью, наш семейный врач провел анализ на наличие антител к стрептококку. Оказалось, что навязчивое поведение — это проявление аутоиммунного нейropsychического расстройства, ассоциированного со стрептококковой инфекцией. Лечение потребовало времени и сил. Зная, что сын болен, мы стали более спокойно относиться к происходящему. Марк не отвечал за свои действия. Используя положительное подкрепление, мы стали учить Марка сохранять спокойствие в ответ на признаки «беспорядка». Шаг за шагом, у нас получилось отвоевывать прежнюю гибкость поведения. Но чтобы помочь Марку, нам самим пришлось приспособиться. Так мы победили».

С.П., отец

Наконец, нежелательное поведение объясняется прошлым опытом. Малыш начинает лепетать чаще, если до этого мама подкрепляла его лепет улыбкой. Это справедливо для любого поведения. Если ранее крик приводил к освобождению от требований, с большой вероятностью ребенок будет кричать и возможно даже топтать ногами в следующий раз.

Итак, получается, что причины социально неприемлемого поведения лежат в плоскости воздействия биологических переменных, различных внутренних и внешних факторов, дефиците навыков общения и истории подкрепления. Поэтому нет смысла винить во всём аутизм, в противном случае мы ничего не могли бы сделать, так как, строго говоря, РАС не лечится. Что же тогда предпринять?

**Наши действия в ответ на поведение ребенка могут значимо повлиять на то, как он будет в будущем вести себя в сходных ситуациях.**

Дети с аутизмом требуют индивидуального подхода в обучении, и это касается не только развития речи, но и работы над адаптивным поведением. Например, нейротипичного двухлетнего ребенка вполне может остановить строгий окрик или серьезное выражение лица воспитателя. Те же действия окажутся бесполезными, когда речь о взрослом аутисте, не умеющем распознавать сигналы в форме интонаций и мимики. Люди с РАС, лишённые базового арсенала навыков, накапливаемых нами в ходе жизни, вынуждены пользоваться тем, что есть: например, криком, плачем или даже способностью кусаться. Следовательно, их поведение можно и нужно изменять путем расширения социально приемлемого поведенческого репертуара. Как именно улучшать? Учить общаться, распознавать свои эмоциональные состояния, отдавать отчет в плохом самочувствии, формировать навыки самоуправления и самоуспокоения.

### **Агрессия и аутизм**

Современные исследования агрессии у лиц с РАС выявляют любопытные тенденции относительно факторов риска. Полученные выводы углубляют наши общие представления о проблемном поведении. Рассмотрим наиболее интересные из них:

- Люди с РАС чаще склонны проявлять агрессию в отношении близких, осуществляющих за ними уход, по сравнению с нейротипичной выборкой и другими лицами с когнитивными нарушениями.

- Аутисты обоих полов демонстрируют примерно одинаковую склонность к агрессии, что отличает их от остальной популяции. В то же время, обычные факторы риска (более низкий уровень интеллектуального развития, образования, речевых навыков) не повышают вероятность агрессивного поведения среди лиц с РАС.

- Как и в случае нейротипичной выборки, возраст является фактором риска. Чем моложе лицо с РАС, тем выше уровень агрессии. Предположительно, созревание и обучение благоприятно влияют на поведение.

- Наиболее склонны к агрессии те, у которых более выражена симптоматика. В зоне риска дети, интенсивно практикующие повторяющееся поведение, особенно это касается самоповреждения и ритуалов, а также повышенной чувствительности к нарушениям рутины. Также с агрессивными проявлениями при аутизме связывают более глобальные трудности социального взаимодействия.

Вышеизложенное свидетельствует о том, что основные симптомы аутизма коррелируют с риском формирования проблемных форм поведения. Возможно, отсутствие понимания окружающих и дискомфорт, вызванный нарушением привычного положения вещей, способствуют развитию агрессивных видов реагирования у людей с РАС.

### **Что полезно знать о поведении**

Социально неприемлемое поведение — это такое же поведение, как и любое другое, и подчиняется оно тем же законам. Что из себя представляет поведение в целом? Грубо говоря, взаимодействие организма со средой. Например, мы наделены набором реакций, которые выполняют строго определенные биологические функции (поглощение пищи, различные рефлексy), необходимые для выживания. Но мы ими не ограничены. Понять, что из себя представляет то или иное поведение, можно, проследив последующие изменения в среде. Мы закрываем уши, тем самым приглушая пронзительный звук, но иногда мы делаем что-то похожее, пытаясь сообщить собеседнику о нежелании слушать дальше. Движения похожи — функции разные.

Важно помнить, что имеющиеся навыки, образование, состояние физического и психического здоровья, а также прошлый опыт диктуют образ наших действий. Один ест с помощью приборов и вытирает лицо салфеткой, другой орудует руками и облизывает пальцы. Оба просто едят, но по-разному. Социально неприемлемые виды поведения не нацелены на «плохое», а являются таковыми, потому что большинство людей их не одобряет. Поэтому так важно сначала пронаблюдать и проанализировать действия другого.

Вдумчивый подход позволит установить функцию поведения и спланировать оптимальный вариант помощи. Одновременно с этим, можно снизить собственный уровень стресса. Ведь, с описываемой точки зрения, действия другого человека не имеют ничего общего со злым роком или волей.

Однако понимание не означает принятие. Например, мы выяснили, что ребенок пинается, когда приходится долго идти пешком. Отлично! Научим ребенка просить о передышке. Видите разницу? Мы понимаем, почему кто-то себя ведет так, а не иначе, однако не останавливаемся на этом и ищем способ обучить более приемлемой форме поведения. Точно так же мы должны выявлять и по возможности устранять медицинские причины проблемного поведения.

«Учитель Сэма переехал в другой город, и его место занял знакомый, но менее подготовленный педагог. В начале нового учебного года сын внезапно стал постоянным посетителем кабинета медсестры: первые два урока он проводил лежа на койке. Школа считала, что поведение Сэма — это либо попытки отделаться от занятий по развитию социальных навыков, либо следствие тревоги в ответ на неуверенность учителя.

Однажды утром сына даже стошнило, но дома этим же вечером болезнь как рукой сняло. Вскоре сотрудники заметили, что сразу после второго завтрака с Сэмом творилось вот что: сын поворачивал голову и сидел так, с закатанными глазами. Дома после ужина мальчик тоже стремился прилечь на диван. Тогда мы решили проконсультироваться у гастроэнтеролога, и, конечно же, тот обнаружил рефлюкс. Грамотная терапия сразу свела на нет все странные действия и побеги в кабинет медсестры».

Э.Д., мать

Нежелательное поведение не определяет суть вашего близкого, у которого обязательно есть свои сильные стороны. Старайтесь уважать чувства и мысли другого. Возможно, он осознает свои действия, а может быть, и нет. И это тоже следует брать в расчет. Не рекомендуется обсуждать человека с РАС в его присутствии. Он может понимать больше, чем кажется со стороны. По возможности выбирайте диалог. Почему бы и не поделиться информацией, даже если вы не уверены, что сказанное будет воспринято? Очень важно выстроить доверительные отношения и убедить дорогого вам человека в необходимости выработать более приемлемые формы поведения.

### **Функция поведения**

Недостаточно наблюдать только за поведением. Важно установить, почему человек ведет себя именно так, т.е. определить функцию. Одни виды поведения вызваны биологическими потребностями, другие же формируются в течение жизни под влиянием предшествующих факторов (антецедентов) и последствий. Кроме того, функция, как правило, не прикреплена намертво к конкретному поведению и иногда уступает место другой. Можно почесать щеку, чтобы избавиться от зуда, а можно тем же самым действием привлечь взгляд одноклассника.

«Почему бы педагогам [и родителям] не уделить внимание талантам ребенка, а не его недостаткам? Можно же подключить сильные стороны и обучить навыкам на основе имеющихся предпочтений. Зачем помещать людей в прокрустово ложе дислексии, СДВГ или аутизма? Зачем сужать горизонт до диагноза? Дети, на которых навесили ярлык, как раз часто страдают от дисгармоничного развития. В каких-то областях такой ребенок успешен, другие даются ему с трудом. Конечно, нельзя игнорировать дефицит навыков, однако чрезмерный акцент на них не должен подавлять потенциал сильных сторон».

Темпл Грандин, американская ученая и всемирно известный человек с аутизмом

Хороший пример приемлемого поведения — это просьба. Мы просим дать печенье (поведение) и получаем его (функция). Ребенок, не умеющий говорить, будет иначе добиваться угощения. Тем не менее, какое бы ни было поведение, предполагаемый результат один и тот же — любимое печенье. Если мальчик Вова будет безуспешно тянуться к печенью, то со временем он найдет более действенные и возможно менее безобидные способы.

### **Функции социально неприемлемых видов поведения**

«Проблемные виды поведения, такие как агрессия, деструктивные действия или самоповреждение, становятся главной заботой тех, кто воспитывает и обучает людей с аутизмом и другими расстройствами. Такое поведение формируется и поддерживается тем, что происходит непосредственно до и после эпизода. Иными словами, присутствует момент научения, поэтому мы можем изменить ситуацию путем контроля значимых факторов среды: предшествующих событий и последствий. В большинстве случаев неприемлемое поведение — это попытка получить желаемое (например, доступ к игрушкам, еде, контакту или прекращению неприятной деятельности). Цель в том, чтобы заменить неуместный «запрос» более адаптивной (адекватной и эффективной) формой общения».

Из учебного пособия «Targeting the big three», стр. 72

Предположить функцию помогут следующие вопросы:

- Возникло ли поведение внезапно? Если да, то стоит ли за этим медицинская проблема или иное резкое изменение в среде?
- Есть ли какие-то медицинские причины, которые повышают уровень возбудимости, утомляемости или стресса?
  - В чем выгода вести себя так? Избегает ли ребенок чего-нибудь?
  - Что он мне пытается «сказать»? Какие выводы я могу сделать?
  - В каких местах, в присутствии каких людей и при каких других обстоятельствах поведение случается чаще всего? Можно ли улучшить ситуацию, внося изменения в среду?
    - Что предшествует поведению? Что провоцирует неприемлемые действия?
    - Что происходит сразу после поведения? Что поддерживает действия ребенка, делает их эффективными?
    - Как я (или кто-то еще) веду себя в ответ, чтобы скорее прекратить поведение? Уговариваю и успокаиваю (внимание), предоставляю желаемое?

Выявление функции (значимых факторов среды) открывает дверь, за которой скрывались простые и эффективные пути улучшения ситуации и последующего снижения уровня проблемного поведения.

Однако не стоит забывать: люди приспосабливаются, поведение изменчиво. Ребенок может реагировать похожим образом в разных ситуациях и по разным причинам. Например, двухлетний Петя утром укусил старшего брата, чтобы тот его отпустил, в обед — чтобы завладеть машинкой, а вечером машинально прикусил мамину руку, ощутив резкую зубную боль. Одно и то же по виду поведение, а функции различны.

Какие бывают функции?

- Получение доступа к желаемым предметам, видам деятельности, результатам;
- Избегание требований или ситуаций;
- Привлечение внимания, положительного (похвала, ласка) или негативного (ругань, замечания);
- Самоуспокоение, концентрация внимания, получение приятных ощущений;
- Избегание неприятной стимуляции (яркий свет, громкие звуки);
- Реакция на боль или физический дискомфорт;
- Попытка установить контроль над ситуацией.

Мы можем повлиять на поведение, управляя факторами среды, antecedентами и последствиями. При этом мы обязаны обучить ребенка более приемлемой альтернативе: например, просить желаемое посредством жестов, выражать свой протест в более мирной форме и т.п.

«Когда-то я не владела речью, и поэтому избавлялась от неприятных мне ситуаций и людей единственно доступными способами: я дралась, кусалась, убегала. Я не стремилась никому навредить, однако не могла сообщить, насколько невыносимы для меня условия. Когда вокруг слишком много неприятного — как будто испытываешь постоянную боль. После множества лет обучения языку жестов и другим способам общения я стала свободна в выражении своих мыслей и чувств понятным образом: теперь я не нуждаюсь в агрессии, чтобы попросить об отдыхе или тишине. И это замечательно!»

Д.Р., девушка с РАС

Перед началом вмешательства необходимо досконально проанализировать целый набор факторов, потенциально влияющих на поведение, в том числе биологических. То, насколько мы будем успешны в обнаружении функциональных зависимостей, определит эффективность плана по коррекции поведения. Представьте картину: утро, время заправлять постель. Дочь бьет свою мать по рукам, потому что та протягивает одеяло и заставляет его сложить. Уместно ли тут в ответ отправить девочку посидеть на стуле (тайм-аут)? Не совсем, так как тем самым мы устраним требования. И в следующий раз ребенок снова прибегнет к доказавшей свою эффективность агрессии. Давайте подумаем, почему девочка сопротивляется требованию? Может быть, оно слишком трудное? В таком случае упрощение задачи потребует меньше усилий: девочка будет более успешна и включена в процесс, и перестанет отбиваться. Как это сделать? Родитель, например, вполне может помочь ребенку в самом трудном, оставив для самостоятельного выполнения легкие шаги.

Важно учитывать не только проблемные виды поведения, но и сильные стороны человека. Даже в проявлениях агрессии, не очень приятных для окружающих действиях, присутствует вполне положительный момент: ребенок старается отстоять свои интересы. Навыки самоопределения и самозащиты никогда не помешают.

С точки зрения многих аутистов, их окружает много чего непонятного и тревожного. Поэтому меры поддержки обычно включают создание более предсказуемой и безопасной обстановки, а также развитие навыков саморегуляции, общения и самоопределения. Начните с того, что оцените реальные возможности ребенка, и шаг за шагом обучайте новым навыкам, укрепляйте доверие, постепенно приспосабливая его к реалиям семьи и общества.

#### **Важно запомнить!**

- Возьмите на вооружение стратегии поведенческого подхода. Так вы научите ребенка достигать своих целей (внимания, отдыха, мотивационных предметов) более приемлемым способом.
- Будьте систематичны. Вмешательство на основе функции эффективно, однако успех также зависит от регулярной, хорошо согласованной работы как можно большего количества причастных к ребенку людей.
- 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.

Из учебного пособия «Targeting the big three», стр. 72

#### **Почему важно работать над проблемным поведением**

Иногда достаточно просто справиться с поведением ребенка, внося небольшие изменения в распорядок дня, окружающую обстановку или предъявляемые требования. Например, Петя обедает целый час, в процессе многократно швыряет ложку и вертит головой. Не так уж трудно взять на вооружение предпочтения мальчика и убрать из рациона ненавистный суп, заменив его на более приемлемый вариант с той же пищевой ценностью. Однако не всегда из ситуации находится легкий выход. В случае, когда проблемное поведение сохраняется или даже учащается, следует обратиться за помощью. Если речь о проблемах со здоровьем, понадобится медицинское обследование и терапия. Также возможно стоит ввести дополнительную поддержку и начать развивать навыки, которые обеспечат ребенку и его окружению больший комфорт, чувство безопасности и атмосферу принятия.

Социально неприемлемые виды поведения могут быть единственно доступным способом совладать с теми или иными трудностями в данный момент. Без продуманного вмешательства ребенок и его семья могут столкнуться с нарастающей тяжестью

реагирования. Поэтому рекомендуется как можно раньше обучить ребенка адаптивным навыкам.

«В те дни мы могли только гадать, что причиняет Линдси такую боль. Ужасно, когда ты не в состоянии помочь собственной дочери. И конечно, когда Линдси дралась или причиняла себе вред, времени на выяснение причин не было: приходилось либо отстраняться, либо ограничивать дочь физически. Уже позже мы научились видеть за её действиями попытки что-то нам сообщить. Тогда мы сосредоточились на развитии навыков общения. И постепенно нежелательное поведение Линдси сошло на нет, заменившись речью».

Б. К., отец девочки с РАС

Своевременное овладение методами поведенческой коррекции может стать значимым фактором, от которого будет зависеть благополучие человека с РАС и его родных. Часть родителей приспосабливаются к проблеме, уходя от её решения. Недостаток такой стратегии в том, что семья, шаг за шагом, погружается в особый мир, где действуют иные нормы жизни. Ребенка не берут с собой в магазин, потому что он разоряет торговые ряды. Отправляясь в гости к друзьям или родственникам, оставляют дома, потому он будет мешать остальным. Кто-то, например, мирится с тем, что ребенок живет в своем режиме, в результате чего его близкие патологически не высыпаются. Со временем все эти маленькие поведенческие подстройки накапливаются, и становится очень трудно изменить сложившийся уклад. Ребенок и его семья попадают в ситуацию, ограничивающую доступ к многим важным вещам: качественному образованию, медицинской помощи, общению и отдыху.

Нежелательные виды поведения могут серьезно сказаться на уровне жизни человека с аутизмом. Ознакомимся с основными негативными аспектами:

- Нарушение учебного процесса и торможение развития.
- Ограничение жизненного опыта и возможностей для роста, начиная с совместных игр, досуга и учебы со сверстниками и заканчивая вариантами работы, условиями проживания и полнотой взаимодействия с обществом.
- Травматизация и боль вследствие агрессии и практики самоповреждения.
- Ухудшение психоэмоционального состояния, выражающееся в депрессии, стрессе, тревожности, одновременно с низкой самооценкой и отсутствием самоуважения.
- Утрата связей с родителями, братьями и сестрами и другими родственниками.
- Финансовая несостоятельность ввиду низкой конкурентоспособности на рынке труда, расходов на медицинские услуги и социальное сопровождение.

• Недостаток независимости и личного выбора.

Близкие люди также ощущают на себе отдачу:

- Дополнительный стресс и беспокойство.
- Социальная изоляция из-за общественного осуждения и непонимания.
- Развитие депрессивных и тревожных расстройств у членов семьи.
- Недостаток времени на нужды других детей и остальные значимые сферы жизни.
- Угроза собственному здоровью.
- Постоянный страх за жизнь ребенка с РАС и других членов семьи.
- Дефицит поддержки со стороны супруга, других родственников или друзей в связи с организационными сложностями.
- Дыра в семейном бюджете как следствие трат на обеспечение необходимых условий, покрытие материального ущерба и медицинское обслуживание, а также из-за вынужденного прекращения работы одним из родителей или опекунов.
- Выгорание педагогического персонала и отказ от работы с ребенком.
- Прекращение попыток изменить ситуацию из-за устойчивости проблемных проявлений.

Очевидно, что отсутствие коррекции чревато неприятными и даже опасными последствиями. Необходимо приступить к решению вопроса как можно раньше.

Представьте, что вас толкает или бьет наотмашь малыш весом в двенадцать килограмм. Ничего страшного? А если это подросток в вашей весовой категории? Если у ребенка обнаруживаются поведенческие проблемы, с которыми не выходит совладать собственными силами, необходимо обратиться за помощью специалистов.

### **Какие виды неприемлемого поведения распространены среди лиц с РАС**

В самом начале пути полезно ознакомиться с информацией о беспокоящем вас поведении. Знание особенностей, а также терминологии поможет дать более точное описание в беседе со специалистом. Это, в свою очередь, позволит скорее определить сложность ситуации и подобрать соответствующую команду и методы коррекции.

Интенсивность, частота и тяжесть поведения варьируются от человека к человеку, в зависимости от условий и изменяются в течение времени. Мы предлагаем список широко встречающихся видов нежелательного поведения. Кое-что из перечисленного ниже — редкость для конкретного ребенка, а что-то никак к нему не относится. Однако решение каждой из представленных проблем требует некоторого набора навыков и понимания ситуации, а также, в случае возникновения, помощи профессионалов.

**Нарушение порядка** означает следующее: ребёнок своими действиями мешает остальным, прерывает привычное течение жизни. Например, срывает уроки, затрудняет рабочий процесс, не дает родителю сходить в туалет, одеться или приготовить завтрак. При этом нарушитель спокойствия обычно стучит чем-нибудь, пинает, сметает или бросает предметы, рвёт вещи, кричит, плачет или ругается.

**Побеги** — крайне опасное поведение, когда человек убегает и самостоятельно не возвращается. В случае с детьми-аутистами это выглядит так: ребенок отдалается от безопасного места, родителя или воспитателя. Например, внезапно убегает или уезжает, скрытно уходит или принимается бродить.

«Мы работали с регулярно убегающим подростком. И не могли понять, почему побеги повторяются из раза в раз. Все очень переживали за П.! Так и не найдя причин, мы начали учить парня спрашивать разрешение. Со временем, прежде чем выйти за дверь, он стал подходить к матери с просьбой выпустить его на улицу. Появилась возможность сказать, где он может бегать. Также мать могла отправиться вместе с сыном на пробежку. Конечно, это был далеко не идеальный выход из ситуации. Однако выбранный способ оказался наиболее доступным вариантом, позволявшим обезопасить «прогулки» на тот момент».

К.Л., психолог

**Недержание** — обычно непроизвольное мочеиспускание или испражнение, как правило, не в унитаз, горшок или подгузник. Причины недержания могут лежать в медицинской плоскости или представлять собой несформированность туалетных навыков. В некоторых случаях дети с РАС затрудняются вовремя распознавать сигналы собственного тела. Иногда же это поведение может быть выученным: ребенок намеренно писает на пол, чтобы привлечь внимание или избежать требований.

**Отказ от сотрудничества** характерен для многих людей с РАС. Как это проявляется? Ребенок часто нарушает правила, отказывается следовать указаниям взрослого, не выполняет просьбы и отвергает помощь. Спротивление может выражаться по-разному: пассивное игнорирование требований, жалобы, крик, агрессия, самоповреждение. Важно помнить, что наряду с осознанным сопротивлением существует вероятность, что ребенок плохо понимает речь, устал, недостаточно мотивирован или ему не хватает организационных, моторных и прочих навыков для выполнения задания.

**Обсессии, компульсии и ритуалы** — выраженные навязчивые побуждения, затрудняющие жизнь ребенка и его окружения. Необходимость перестраиваться, приспособливаться к пусть и небольшим переменам вызывает огромный стресс. Компульсивная составляющая играет роль в появлении дополнительных проблемных видов поведения в качестве ответа на нарушение привычного образа мира или прерывание ритуала.



• **Обсессия** означает, что мысли и чувства человека периодически полностью подчиняются какой-либо идее, образу или желанию. Например, Коля посмотрел познавательную передачу и теперь уже как три месяца рассказывает всем подряд про лифты.

• **Компульсия** описывает непреодолимую потребность произвести определенное действие или выполнить что-то определенным способом: разложить ровно столовые приборы, повесить одежду по цветам и т.п.

• **Ритуал** — систематически выполняемая строгая последовательность ряда действий с целью сохранить спокойствие или снизить уровень тревожности. Например, подросток не засыпает, не разбросав по кругу подушки.

**Физическая агрессия** — это применение силы, причиняющее дискомфорт и потенциально вредящее здоровью жертвы. Сюда входят следующие виды поведения, направленные в адрес другого: бить кулаком или предметом, кусаться, хватать за части тела, тянуть за волосы, шлепать, щипаться, пинаться, царапаться, толкаться, бодать головой, а также кидаться предметами.

**Порча имущества** связана с нанесением материального урона, уничтожением собственности. Ребенок ломает, бросает, рвет, царапает, режет свои или чужие вещи.

**Самоповреждением** считается любое действие (или попытка такового), причиняющее вред собственному телу. Чаще всего дети с РАС бьются головой о предметы, ударяют по голове рукой, хлопаются телом обо что-то, бьют, щипают или кусают себя, а также давят пальцами на глаза, ковыряют раны и выдергивают волосы. Если аутизм сопровождается дополнительными психиатрическими расстройствами, возможны другие виды членовредительства. Ребенок может жечь и резать кожу, и даже ломать собственные кости.

**Неадекватные сексуальные действия** представляют собой разнообразное непристойное поведение и объясняются недостатком самоконтроля и дефицитом социальных навыков. Сюда входят неприличные предложения и прикосновения, беспорядочные половые связи, оголение гениталий, мастурбация на публике, разговоры о сексе и подглядывание за другими (вуайеризм). В зависимости от тяжести и обстоятельств такое поведение может быть признано сексуальной агрессией.

**Угрозы** могут быть устными и письменными. Направленными на человека или на его имущество. К угрозам также относят физические действия, когда отсутствует непосредственный контакт или фактический вред: например, подросток грозит ножом отчиму.

**Истерика или так называемый нервный срыв (meltdown)** описывает эмоциональный взрыв, сопровождаемый плачем, криком, упрямством. Ребенок при «мелтдауне» может потерять контроль над собственными реакциями, быть не в состоянии успокоиться даже после получения желаемого.

**Вербальная агрессия** включает в себя словесные угрозы, насмешки, брань, негативизм, ультиматумы и другие деструктивные формы общения.

#### **Менее характерные поведенческие проблемы**

**Различные манипуляции с фекалиями** не так распространены, но и про такое поведение знать не помешает. Что это такое? Ребенок помещает палец в анус, а также может размазывать испражнения по себе и вещам вокруг. Указанное поведение может быть обусловлено неудовлетворительным состоянием здоровья, например, раздражением кожи, инфекцией, геморроем или энкопрозом. Иногда с помощью таких действий ребенок привлекает внимание или избегает неприятных ситуаций.

**Отказ от еды** считается серьезным нарушением пищевого поведения. Название говорит само за себя: ребенок отказывается принимать пищу, причем любую.

**Пикацизм, пика или извращение аппетита** — пищевое расстройство, заключающееся в том, что человек потребляет предметы и субстанции, не предназначенные в пищу. Например, ест землю, глину, мел, краску или пластилин. Пика может быть вызвана недостаточно разнообразным рационом или нехваткой некоторых минеральных веществ.

**Руминация** — ситуация, когда ребенок произвольно или непроизвольно выплёвывает или срыгивает частично переваренную пищу и снова её жуёт, затем глотает и может повторно выплюнуть. Причиной тому обычно рефлюкс или другие расстройства пищеварительного тракта.

При **вызванной** или **самопроизвольной рвоте** необходимо исключить гастроэзофагеальный рефлюкс, повышенный рвотный рефлекс и булимию.

Важно помнить о том, что всё вышеперечисленное, хотя и социально неприемлемо, не всегда зависит от субъекта. Некоторые виды поведения являются выученными, другие же спровоцированы биологическими факторами. В последнем случае следует выявить конкретную причину и пройти соответствующее лечение. Это позволит вернуть комфорт в жизнь ребенка и создать более благоприятную среду для обучения адаптивным навыкам. Даже если терапия не даст быстрого результата, само понимание физиологических или неврологических причин поведения позволит взглянуть на ситуацию под иным углом.