**Способы его преодоления проблемного поведения**

***Н.П. Федорова, учитель-логопед, заведующий центром ранней комплексной помощи ГБУ «Центр помощи детям»***

Нежелательное (проблемное) поведение, такое как агрессия, помехи занятиям или нанесение себе повреждений часто является главной проблемой с точки зрения родных и близких людей с аутизмом и другими нарушениями развития. Нежелательное или проблемное поведение затрудняет процесс обучения, общения, подвергает риску самого ребенка или его окружение. Таким образом, ухудшает в целом качество жизни семьи, которое включает в себя:

самостоятельность и независимость

доступ к образованию и работе

доступ к общению

доступ к досугу

**Как предотвратить проблемное поведение?**

* Дать образец желательного поведения через использование приема социальных историй, а также видеомоделирования. ( На видео моделируется только желательное, правильное поведение)
* Создание для ребенка дружелюбной сенсорной среды
* Визуальное расписание

Поведение, которое человек демонстрирует неоднократно, всегда служит какой-то цели или выполняет для него какую-то функцию. «Функция» поведения отвечает на вопрос: «почему это поведение происходит». Хотя может быть трудно понять, почему человек что-то делает (например, если это проблемное поведение, такое как нанесение себе повреждений или агрессия), но за ним всегда стоит какая-то функция.

Поведение может выполнять более одной функции. Например, ребенок мог научиться причинять себе вред, чтобы покинуть класс и избежать заданий, и причинять себе вред на игровой площадке, чтобы привлечь внимание взрослых. В данном случае одно и то же поведение (самоповреждения) выполняет две разные функции в зависимости от ситуации, в которой находится ребенок.

**Функции поведения:**

* **Социальное внимание**

Человек может демонстрировать то или иное поведение, чтобы получить социальное внимание или любую реакцию от других людей. Например, поведение ребенка может проявляться, чтобы заставить взрослых посмотреть на него, посмеяться над ним, поиграть с ним, обнять его или отругать его.

Может показаться странным, что кто-то демонстрирует поведение для того, чтобы его отругали, но это вполне возможно, потому что для многих людей «плохое» внимание лучше, чем полное отсутствие внимания.

* **Получение желаемых предметов или занятий**

Цель некоторых видов поведения в том, чтобы человек мог получить желаемый предмет или доступ к желаемому занятию. Например, ребенок кричит и вопит пока родители не купят ему новую игрушку (желаемый предмет) или не отведут в зоопарк (занятие).

* **Побег или избегание**

Не каждое поведение происходит, потому что человек может что-то «получить». Часто причина поведения в том, что человек хочет чего-то избежать или покинуть какую-то ситуацию.

Например, ребенок может проявлять агрессию, чтобы учителя перестали давать ему учебные задания, а другой ребенок может наносить себе повреждения, чтобы его не вынуждали идти играть на улице с одноклассниками.

* **Сенсорная стимуляция**

Функция некоторых видов поведения вообще связана не с внешними факторами, но с внутренними, и такое поведение каким-то образом приносит физиологическое удовольствие, является «самостимулирующим». Функция такого поведения — те или иные внутренние ощущения, которые являются приятными, или же уменьшение неприятных ощущений (например, боли).

Например, один ребенок раскачивается взад-вперед, потому что это доставляет ему удовольствие, в то время как другой ребенок потирает коленку, которую он ушиб о край стола. В обоих случаях дети не пытаются получить внимание или что-то желаемое, как не пытаются и избежать каких-то внешних требований.

Чтобы ответить на вопрос, почему происходит проблемное поведение, необходимо произвести функциональный анализ поведения по следующей схеме:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата, время | Что произошло непосредственно перед началом поведения | Что делала ребенок | Что произошло сразу после начала поведения |
|  |  |  |  |

Многие из этих видов нежелательного поведения являются выученными, и они сохраняются благодаря тому, что происходит сразу после такого поведения. Поскольку это выученное поведение, его можно модифицировать, если изменить или преобразовать условия окружающей среды, особенно события непосредственно до и после проблемы.

В коррекционной работе при преодолении проблемного поведения целью которого было получение желаемого, необходимо:

разбить связку: плохо себя веду-получаю желаемое;

понизить ценность желаемого (использование метода необусловленного усиления).

В коррекционной работе при преодолении проблемного поведения целью которого было избежать неприятного, можно использовать следующие методы и приемы:

понизить уровень сложности выполняемого задания;

«принцип бутерброда» (нейтральное задание – крайне неприятное- приятное(желаемое);

ввести расписание;

предоставить возможность выбора;

работать в быстром темпе, часто меняя задания;

хвалить и поощрять правильно выполненные задания, а не указывать на ошибки.

В большинстве случаев проблемное поведение является просьбой или попыткой коммуникации о некоем желательном исходе (например, доступе к игрушкам, еде, общении или прекращении неприятного занятия). В этих случаях цель в том, чтобы заменить проблемную «просьбу» на более адаптивную (приемлемую и эффективную) коммуникацию.

При формировании коммуникативных навыков нужно научить ребенка (для невербальных детей используя альтернативную коммуникацию) просить предмет, действие или прекращение действия, перерыв, помощь, а также приемлемым способом выражать отказ.

Применяя поведенческие принципы, вы научите человека более приемлемым способам, получать то, что он хочет (например, внимание, доступ к развлечениям, избегание задания и так далее). При этом необходимо действовать последовательно и продолжительно.

* **Последовательность**

Хотя вмешательства на основе функции поведения могут быть очень эффективны, они будут успешны только в том случае, если они применяются последовательно, во всех без исключения ситуациях и всеми без исключения людьми, которые общаются с данным человеком.

* **Продолжительность**

Еще важнее то, что поведенческое вмешательство должно продолжаться даже тогда, когда нежелательное поведение уменьшается, точно так же, как нужно продолжать прием лекарств или лечебную диету даже после уменьшения симптомов. Нельзя надеяться на продолжительные изменения, если действующий агент (поведенческая терапия, лекарства, диета) оказывается непродолжительным, это приведет лишь к разочарованию и неудаче. Последовательность и приверженность поведенческим принципам позволят вам увидеть постепенные изменения в проблемном поведении.

Родителям и педагогам очень важно понимать различия между гневными вспышками и эмоциональными срывами. Несмотря на то, что те и другие состоят из похожих типов поведения (криг, визг, плач, падание на пол, кусание себя и т.п.)

При **гневных вспышках** ребенок осуществляет некоторый контроль за своим поведением, обычно возникает вследствие желания чего-то или как способ избежать чего-то. Ребенок может удерживать во внимании людей вокруг, часто смотрит на них, кричит ни них и привлекает их внимание к себе. Крича и требуя, ребенок способен говорить и переговариваться. Гневные вспышки часто возникают у невербальных детей, когда у них нех других средств коммуникации.

**Коррекционная работа (вмешательство)**

* Научить ребенка более приемлемым способам получения желаемого (слову «стоп», использованию карточек). Тренируйте и проигрывайте желаемое поведение.
* В самом начале, когда ребенок только начинает расстраиваться, быстро вмешайтесь и помогите ему использовать замещающее поведение (желаемый способ, который уже практиковался).
* Старайтесь не уступать истерике (не давать что-то или не освобождать от чего-то), вместо этого подталкивайте ребенка к желаемому поведению. Если ребенок развернул вспышку, чтобы прекратить выполнение задания, которое ему не нравится, скажите: «Если ты хочешь, чтобы мы остановились, скажи «стоп». Как только желаемый ответ получен, немедленно оставьте ребенка в покое.
* Минимизируйте и словесные и эмоциональные реакции на плохое поведение (пусть у вас будет такой вид, как будто вас это все не волнует, показывайте минимум эмоций), все внимание направьте на то, что вы хотите чтобы он сделал.
* Если ребенок отказывается откликаться, отвернитесь от него и отойдите, если это возможно (если он не разрушителен и причинит травм). Игнорируйте поведение , но наблюдайте чтобы безопасность сохранялась.

**Эмоциональные срывы** возникают тогда, когда мозг ребенка перегружается стрессорными веществами, ребенок не контролирует свое поведение. Не может говорить, следовать указаниям, реагирует как в сильном страхе. Скорее пытается уйти от ситуации, чем ищет внимания. Ребенок старается уйти от того, что его перегружает, а не получить что-то. Часто не бьет, не пинает, не кусает никого, пока другие люди не пытаются подойти, успокоить или перенаправить его. Агрессия угасает, как только вы отходите, даете ему пространство, убираете требования или любое взаимодействие.

**Коррекционная работа (вмешательство)**

* Выявить сенсорные, когнитивные и социальные факторы, перегружающие ребенка, и выстроить предупреждающие меры по уменьшению стресса. Это выражается в изменении среды так, чтобы она больше соответствовала возможностям ребенка.
* На пике состояния не предъявляйте ребенку никаких требований, уменьшите любые раздражители и минимизируйте вопросы и требования.
* Используйте стратегию: 1 – уменьшение стресса путем изменений среды и приспособления; 2- обучение методам совладения со стрессом и предупреждением его ( с первыми признаками перегрузки сказать «стоп», показать карточку); 3- обучение успокаивающим действиям (отойти, отодвинуться, сразу же выйти, покачаться и успокоиться).

Это всего лишь базовые стратегии. Эффективно применять только в случаях незначительной агрессии, когда безопасность обеспечена.