

Что делать с «протестным» поведением при аутизме?

Подход для работы с негативным поведением, цель которого — избежать неприятной ситуации или требований

Автор: Билл Нейсон / Bill Nason

Источник: [Autism Discussion Page](#)



Взрывное поведение (битье головой, укусы, удары по себе, нападения на других, уничтожение вещей и так далее) очень часто является видом «избегающего» поведения. Часто оно происходит в условиях раздражения, злости, дискомфорта, сенсорной перегрузки или боли, и его функция в том, чтобы помочь человеку «убежать или избежать» нежелательных событий.

Очень часто такое поведение означает, что мы поставили ребенка в ситуацию, в которой требования превышают нынешний уровень его навыков, и он не может с ними справиться. Когда ребенок проявляет подобное протестное поведение, то мы или убираем требования, позволяя ему их избежать, или избегаем подобных требований в будущем. Таким образом, происходит подкрепление такого поведения, и оно начинает проявляться в других ситуациях, вызывающих у ребенка недовольство.

Очень часто, как только ребенок учится использовать взрывное поведение для побега из нежелательных ситуаций, то оно становится

автоматическим ответом на малейшее раздражение. Ребенок может начать протестовать каждый раз, когда что-то идет вопреки его желаниям, в том числе в ответ на любые требования взрослых, в ответ на отказ в получении желаемого, на дискомфорт, на отсрочку в получении желаемого, на ожидание и так далее. Это поведение может обуславливаться любыми стрессовыми для ребенка ситуациями.

К сожалению, очень часто мы пытаемся изменить поведение ребенка без анализа условий, которые приводят к нему. Если ребенок прибегает к протестам, чтобы избежать какой-то ситуации, то мы должны спросить себя: «Почему у ребенка возникла потребность в побеге?» и «Что в данной ситуации является источником стресса?» Если мы примем за аксиому, что «ребенок делает все, что может, с учетом ситуации, в которой он оказался, и его нынешнего уровня навыков», то нашим первым шагом должно стать изменение требований или условий таким образом, чтобы они соответствовали возможностям ребенка.

Как правило, это означает, что мы (1) уменьшаем требования ситуации, которые слишком велики для ребенка, или (2) предоставляем больше помощи, чтобы поддержать ребенка в этой ситуации. Для этого необходимо понять, что делает ребенка уязвимым, и как на него влияет эта ситуация. Каковы его сенсорные особенности, проблемы восприятия, социальные и эмоциональные потребности? Очень часто мы подталкиваем ребенка слишком быстро и требуем слишком многого, и именно это вызывает у него перегрузку. Он точно обладает навыками, чтобы вести себя в соответствии с ожиданиями? Если нет, то чему его необходимо обучить, и как мы будем помогать ребенку?

Очень часто проблема не в самой задаче, а в том как окружающие предъявляют ее ребенку. Взрослые могут быть слишком требовательными, слишком директивными, они могут менять инструкции слишком быстро, «не слушать» ребенка. Некоторые дети лучше реагируют на мягкий и тихий голос, а другие на более оживленный и радостный тон речи. Некоторым нужен мягкий и понимающий подход, а другим «твердые» и спокойные указания.

Мы должны адаптировать к ребенку не только «требования задачи», но и наш «стиль общения», чтобы помочь ребенку почувствовать безопасность и принятие. То, как мы предъявляем требования, во многом определяем реакцию ребенка. Очень часто мы пытаемся командовать и требовать там, где нужно приглашать и поддерживать. Если ребенок не чувствует себя в безопасности рядом с другим человеком, то в ответ на давление он будет замирать и игнорировать указания. Если у него не сложились «рабочие отношения» с другим человеком, он не будет воспринимать его как наставника.

После анализа и изменения условий, которые провоцируют потребность в «побеге», мы также должны научить ребенка альтернативным способам «избегать» нежелательных ситуаций. На этом этапе необходимо обучить ребенка способам сообщить «стоп» и «помоги». Если ребенок не знает, как «протестовать» уместным образом и как попросить о помощи, то ему придется вернуться к взрывному поведению и попыткам убежать. Если ребенок владеет социально приемлемыми видами протеста, но его не слушают или игнорируют, то взрывное поведение все равно последует. Нам нужно обучать его приемлемым способам сообщать «стоп» и «помоги», а затем немедленно останавливаться или оказывать поддержку в ответ на коммуникацию ребенка. В большинстве случаев мы игнорируем социально приемлемый протест (потому что мы хотим, чтобы ребенок все равно это сделал) и настаиваем на своем. В результате, приемлемые способы протеста теряют свою ценность, и на смену приходит взрывное поведение.

Как только вы адаптировали внешние условия так, чтобы они лучше подходили ребенку, и научили его более приемлемым способам протестовать, вы должны убедиться, что приемлемые способы протеста более выгодны ребенку, чем взрывное поведение. Обычно мы (1) практикуемся в приемлемых способах протеста (сказать «стоп», показать жест «стоп», попросить о помощи и так далее) в ситуации без стресса, при необходимости проигрывая подобные ситуации по ролям, затем, (2) когда ребенок овладел новым поведением, мы подсказываем ребенку использовать его в ситуации стресса.

Поскольку взрывное поведение уже стало заученным до автоматизма, оно начнет уменьшаться не сразу. Мы должны будем осторожно прерывать нежелательное поведение и подсказывать ребенку недавно выученный ответ. Постарайтесь не позволять ребенку избежать ситуации, пока он не использует социально приемлемый ответ для избегания. «Томми, если хочешь остановиться, скажи «стоп». После нужной реакции тут же позвольте ребенку избежать ситуации. Таким образом, взрывное поведение не будет приводить к избеганию или получению помощи, а сообщения «стоп» или «помоги» будут.

Например, в ситуациях, которых он хотел бы избежать, Джонни начинает кусать себе руку. Мы можем научить его в подобных ситуациях говорить «стоп» и/или показывать рукой жест «стоп». Мы можем мягко прерывать кусание руки и подсказывать ему сказать «стоп» и/или показать жест. Мы должны поддерживать ребенка, но не позволять ему избежать ситуации, пока он не продемонстрирует ранее выученный ответ. После уместного протеста мы должны немедленно похвалить его и убрать требования. Избегание должно следовать за уместным протестом, не за кусанием руки. После того, как мы убрали требования, мы можем

предложить ему помощь, и мы можем научить его использовать знак, слово или жест «помоги».

Для того чтобы облегчить обучение, мы можем отработать с ним сообщения «стоп/помоги» до заданий или ситуаций, которые обычно приводят к кусанию руки. Прежде чем попросить его что-то сделать, мы можем напомнить ему о замещающем поведении, если задание станет слишком сложным, и он захочет остановиться. Или мы можем напомнить ему, как попросить о помощи. Мы проиграем желательный ответ до задания, чтобы он точно его не забыл. Во время самого задания мы будем наблюдать за признаками стресса и еще до кусания руки постараемся напомнить ему о том, что если что-то станет слишком сложным, то он может попросить остановиться или помочь. Проще говоря, мы напоминаем ему до задания, во время задания, а затем напоминаем ему о том, как он хорошо прибег к желательному поведению. Таким образом, мы поддерживаем новую реакцию со всех сторон. Как только ребенок поймет, что приемлемый протест позволяет избежать ситуации (или получить помощь), а кусание этого не делает, то приемлемый ответ заменит кусание.

В некоторых случаях взрывное поведение слишком опасно, чтобы игнорировать его до приемлемого ответа, либо ребенок слишком расстраивается, и его невозможно прервать и перенаправить. В таких ситуациях, мы поневоле можем предоставлять ребенку «побег» в ответ на взрывное поведение. В подобных случаях можно добавить дополнительное поощрение (помимо похвалы и избегания), чтобы ребенок все-таки начал использовать социально приемлемый ответ вместо неприемлемого. Мы можем поощрять ребенка за приемлемый протест наградой, которую он не получит в случае нежелательного поведения. Например, если он понимает систему жетонов, то он может заработать за самостоятельный приемлемый протест два жетона (очка, звездочки и так далее), один жетон, если его перенаправили на приемлемый протест вместо кусания руки, и никаких жетонов, если он вообще отказывается от приемлемого поведения. Используя такую процедуру поощрения, мы делаем социально приемлемый протест более выгодным, чем взрывное поведение.

Кроме того, в случаях очень интенсивного поведения, помимо всего вышеперечисленного, мы используем контактную терапию, когда ребенок множество раз контактирует со «слегка раздражающими» событиями, и очень постепенно мы делаем эти события более стрессовыми.

Подобное обучение может потерпеть неудачу, если мы пытаемся научить новой форме поведения во время очень сложной ситуации, а ребенок

просто слишком расстроен, чтобы чему-то учиться. Даже если ребенок уже практиковался в новой форме протеста, ситуация может оказаться слишком тяжелой для применения нового поведения. В рамках контактной терапии мы разрабатываем иерархию (список) распространенных событий, которые провоцируют негативное поведение, от наименее раздражающих к наиболее раздражающим. Обычно этот список делится на события, которые иногда приводят к взрывному поведению (в менее 50% случаев), которые приводят к взрывному поведению в половине случаев, и которые провоцируют негативное поведение в большинстве случаев.

Мы начинаем с частых ситуаций, вызывающих небольшое раздражение, потому что в них проще всего поддержать приемлемый протест ребенка. Это увеличивает вероятность того, что ребенок будет сотрудничать с нами и научиться использовать уместный протест. Как только он научится протестовать приемлемым способом в условиях небольшого недовольства, мы перейдем к более трудным для него ситуациям.

В зависимости от частоты, интенсивности и продолжительности применения негативного поведения для «побега» может потребоваться продолжительное время, чтобы постепенно заменить негативное поведение на более приемлемые формы протеста. Тем не менее, взрывное поведение в качестве избегания снизится, если мы (1) будем менять обстоятельства таким образом, чтобы они лучше подходили навыкам ребенка, и (2) будем обучать его приемлемым формам протеста и подкреплять их.