



«БАЦЬКОЎСКІ СХОД»

ІНТЭРАКТЫЎНЫ ПРАЕКТ ЧАСОПСА «НАРОДНАЯ АСВЕТА»

АСАБЛІВЫЯ ПРАЯВЫ АСАБЛІВАГА СВЕТАЎСПРЫМАННЯ

... Ягора аднакласнікі ніколі не запрашалі на дні нараджэння, не ўключалі ў гульні і нават на перапынках стараліся неяк адасобіцца ад яго. Ягор сам падыходзіў да найбліжэйшай суполкі ў школьным калідоры і без аніякай прадмовы паведамляў: «Аляксандр Македонскі не прайграў ніводнай бітвы!» «Пры чым тут Аляксандр Македонскі?!» – недаўмявала аднакласнікі. Ягор спакойна пераходзіў да наступнай суполкі. «Аказваецца, у Фермапільскай цясніне не ўсе трыста спартанцаў загінулі», – зычліва дзяліўся ён нядаўна вычытанай у чарговай кнізе аб Старажытнай Грэцыі інфармацыяй. «Ты што, не чуеш? Тут зусім не пра тваіх спартанцаў размова!» – абураўся прамоўца, які ў гэты момант распавядаў аднакласнікам пра новую відэагульнію. «Такое вось выхаванне!» – з'едліва дадала адна з слухачак.

... З дзяцінства Аліна не цярпела ніякіх дакрананняў. Яна адхілялася ад пацалункаў маці, падчас прагукі выдзёргвала далоньку з рукі бацькі, раздражнёна вырывалася з абдымкаў бабулі. «Што ж ты ў нас за снежная каралева такая халодная?» – засмучаліся блізкія.

... Недзе з палавіны кантрольнай або дыктанта Янка пачынаў гучна пстрыкаць пальцамі. Настаўнікі рабілі заўвагі, абураліся дрэннымі паводзінамі, часам нават выстаўлялі «хулігана» за дзверы. Але на наступнай кантрольнай або дыктанце ўсё паўтаралася зноў.

Дзеці з нейраадrozenнямі – так называюць спецыялісты дзяцей, падобных да Ягора, Аліны і Янкі. Іх непажаданыя паводзіны (навуковы тэрмін) – адлюстраванне ўнікальнага спосабу ўспрымання свету і апрацоўкі інфармацыі аб ім, а не праява нявыхаванасці, эмацыянальнай халоднасці або хуліганскіх схільнасцей. Гэта своеасаблівае спроба справіцца з эмацыянальнай перагрузкай, выказаць уласныя патрэбы, пазбегнуць дыскамфорту або ўрэгуляваць свой душэўны стан. Аб тым, як наладзіць узаемадзеянне з такімі дзецьмі і дапамагчы ім сацыялізавацца, – артыкул кандыдата педагогічных навук Алены Феліксаўны Сівашынскай.

*Г. Б. Пшонік,
літаратурны рэдактар*

НЕЖЕЛАТЕЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ С НЕЙРООТЛИЧИЕМ: ПУТИ КОРРЕКЦИИ

Тема для беседы с родителями



Е. Ф. Сивашинская,
доцент кафедры
педагогике Брестского
государственного
университета
им. А. С. Пушкина,
кандидат педагогических
наук, доцент

Нежелательное (проблемное, неадаптивное) поведение нейротличных детей – это любое поведение, которое представляет физическую опасность, вредит здоровью самих детей или людей, их окружающих, создает серьезные препятствия в процессе социализации и обучения, нарушает нормальную жизнь семьи и в целом является социально неприемлемым.

Подводная часть айсберга

Выделяют несколько видов нежелательного поведения – с учетом степени его опасности и тяжести последствий. К наиболее опасному виду относится **самоповреждающее поведение (аутоагрессия)**. Это действия, которые могут нанести

вред здоровью ребенка и даже угрожать его жизни: удары головой о предметы, укусы и царапины, наносимые самому себе, поедание несъедобного, побеги из дома или из школы в небезопасных условиях и др. Также опасно поведение, которое характеризуется обычно как **физическая или**

вербальная агрессія по отношению к другим людям: удары, укусы, толчки, щипки, обзывания, ругательства и т.п. Еще один вид нежелательного поведения – **порча имущества**: предметов, мебели, учебных материалов и др. В качестве отдельного вида нежелательного поведения детей выделяют **поведение, мешающее или препятствующее социализации, образованию**. Оно включает громкие повторяющиеся вокализации, крики, раскачивание, кружение, тряску руками, стереотипные действия (стимминг), отказ от выполнения инструкций, участия в занятиях и др. [2]. Важно подчеркнуть: все перечисленные виды поведения нейроразличных детей являются с их стороны непреднамеренными и неконтролируемыми.

Современная наука рассматривает проблемное поведение не как обязательную составляющую того или иного диагноза, а как следствие взаимодействия ребенка с окружающей средой, осложненное дефицитом социальных, коммуникативных умений и навыков и особенностями обработки сенсорной информации. Понимание причин и функций такого поведения – залог его успешной коррекции.

Как известно, коммуникация является важнейшей потребностью человека вне зависимости от того, может он пользоваться речью или нет. Возможность взаимодействовать с окружающими людьми, влиять на них, выражать собственное мнение, осуществлять выбор способствует развитию позитивной самооценки и приводит к уменьшению проявлений нежелательного поведения. Именно трудности в коммуникации и социализации у детей с особенностями развития заставляют их добиваться желаемого, отказываться от неприятных для себя действий единственно доступным им путем – с помощью крика, разбрасывания вещей, побегов, агрессии по отношению к другим и др.

Нередко проблемное поведение, которое внешне выглядит как «плохой поступок», становится для ребенка с нейроразличием просто способом коммуникации, с помощью которого можно сообщить окружающим о своих потребностях, желаниях, дискомфорте.

Э. Шоплер, американский психолог, сравнил это явление с верхушкой айсберга: на поверхности мы видим лишь само проблемное поведение, но истинные его причины «скрыты под водой». Такими причинами нежелательного поведения детей с нейроразличиями – наряду с трудностями в коммуникации – являются низкая способность к социальному взаимодействию, непонимание социальных норм и правил, когнитивная негибкость, приверженность рутинным действиям, нарушение исполнительных функций, сенсорные перегрузки и др.

Научно доказано: всякое поведение выполняет для ребенка определенную функцию. Изучение многообразия причин и функций нежелательного поведения детей с СДВГ, РАС и иными нейроразличиями позволило исследователям разделить эти причины на две основные группы. Первая группа причин сводится к стремлению детей получить что-либо желаемое: внимание, предмет, занятие, сенсорные ощущения, любимую еду и др. Вторая группа – к стремлению избежать чего-либо нежелательного: неприятной деятельности, сложного задания, дискомфортной ситуации, громкого звука, яркого света, сенсорной перегрузки и др. [2].

Многие случаи нежелательного поведения детей с нейроразличиями часто связаны с сенсорной перегрузкой. Сенсорная перегрузка порой приводит к сильному эмоциональному срыву, непроизвольной, неконтролируемой реакции (meltdown: крик, слезы, вокализация, самоповреждение, агрессивное поведение) или к реакции изолирования (shutdown: «отключение» от раздражителей в виде ступора, молчания, ухода в себя, нереагирования на окружение). При эскалации напряжения неконтролируемая реакция нередко перерастает в отстранение. Поэтому окружающим важно понимать: если ребенок «успокоился», это не означает, что сенсорная перегрузка для него закончилась.

Кроме того, родителям и педагогам следует отличать реакцию meltdown от состояния tantrum (с англ. – истерика, вспышка раздражения, гнева) – прямо направленного действия на достижение цели, получение или избегание чего-либо конкретного. Эти способы поведения (плач, крик, упрямство, неповиновение, сопротивление попыткам усмирения, агрессия и др.) схожи только внешне, но имеют разную функцию. Поэтому и способы реагирования на них со стороны взрослых должны быть разными. При целенаправленной истерике (tantrum) ребенок контролирует свое поведение, которое сознательно направлено на другого человека и сразу прекращается, если цель достигнута. При напряжении или отстранении поведение не преследует никакой цели, за исключением попыток устранить раздражители (убежать, сломать и т. п.), не зависит от присутствия другого человека, не контролируется ребенком, прекращается через некоторое время, если удалены сенсорные раздражители.

Для того чтобы уменьшить вероятность возникновения нежелательного поведения, необходимо создать дружелюбную сенсорную среду и обеспечить детям так называемую сенсорную диету: минимизировать воздействие раздражителей, приводящих к возникновению неприятных ощущений, предоставлять необходимые сенсорные стимулы, чтобы справиться со стрессом и уменьшить потребность в аутистимуляции; заранее предупреждать о возможных изменениях; реагировать на первые

же признаки сенсорной перегрузки; обеспечить возможность регулярно отдыхать (оборудовать в классе и дома зоны для релаксации); использовать специальные занятия и виды активности, приемы и оборудование, позволяющие снизить чувствительность к сенсорным стимулам.

Понимание связи сенсорных особенностей детей и их нежелательного поведения помогает родителям и педагогам правильно интерпретировать действия своих воспитанников. Так, самоповреждающее поведение может быть способом «заглушить» невыносимый внешний стимул (например, шум) более сильным внутренним (болью) или получить недостающие проприоцептивные ощущения (чувство собственного тела), или справиться с сенсорной перегрузкой. Агрессия по отношению к другим – это в данном случае не проявление враждебности, а реакция на нарушение личного пространства или неожиданное прикосновение при тактильной гиперчувствительности. Например, ребенок может ударить того, кто пытается его обнять, потому что любые прикосновения для него неприятны или болезненны. Порча имущества может быть способом выразить протест или избежать задания, или получить сильные слуховые и зрительные стимулы. Крики и вокализации могут быть реакцией на неприятные звуки или, наоборот, способом получения слуховой стимуляции. Двигательное беспокойство (постоянное раскачивание на стуле, бег, прыжки) нередко указывают на гипочувствительность вестибулярной и проприоцептивной систем. Ребенок в этих случаях не балуется, а интуитивно ищет движения, помогающие ему лучше ощущать свое тело в пространстве и сконцентрироваться. Отказ от определенной пищи может быть связан не с ее вкусом, а с непереносимостью ее запаха, текстуры или даже внешнего вида из-за обонятельной, тактильной или зрительной гиперчувствительности ребенка. Стереотипные действия (стимминг) могут быть попыткой справиться с сенсорной перегрузкой или отрегулировать свою сенсорную систему, а также способом выразить чувства и эмоции [3].

Стратегии помощи

В настоящее время наиболее эффективными и научно обоснованными для коррекции нежелательного поведения специалистами признаны стратегии и методы АВА. Схема их реализации: Предшествующий фактор (А) → Поведение (В) → Последствие (С). Анализ составляющих этой цепочки позволяет понять, что «запускает» поведение и что его подкрепляет, делая повторение подобных действий более вероятным.

А (от англ. antecedent – предшествующий) – то, что произошло непосредственно перед данными

поведенческими проявлениями (инструкция, появление другого человека, громкий звук и др.).

В (от англ. behavior – поведение) – непосредственно наблюдаемое в данный момент и измеримое действие индивида.

С (от англ. consequence – последствие) – то, что произошло сразу после поведенческих проявлений (похвала, получение награды, упреки, удаление из класса и др.). Именно последствия определяют, будет ли данное поведение повторяться в будущем. Если последствие имело позитивное подкрепление для ребенка (он получил то, что хотел, или избежал того, чего не хотел), вероятность повторения подобных действий в будущем возрастает.

Самый, пожалуй, сложный и ответственный этап коррекции нежелательного поведения в рамках АВА заключается в функциональной оценке такого поведения. С этой целью применяют как прямые методы (наблюдение за ребенком; систематическая запись того, что произошло «до», «во время» и «после» эпизода поведения; построение графиков для выявления закономерностей поведения и др.), так и косвенные (интервью с родителями и педагогами, заполнение специализированных опросников и др.). Только после определения функции (причины) поведения разрабатывается план коррекции, или вмешательства.

Согласно схеме «А→В→С» стратегии и методы коррекции нежелательного поведения в прикладном анализе поведения делятся на *проактивные* (направленные на предотвращение поведения) и *реактивные* (применяемые после того, как эпизод уже произошел). При этом приоритетными считаются именно проактивные методы, направленные на изменение причин (А-факторов) и уменьшение вероятности проявлений проблемного поведения.

Проактивные стратегии

Изменение, адаптация и обогащение образовательной или домашней среды с устранением негативных факторов.

Эта стратегия связана с созданием предсказуемой и структурированной среды с выделением конкретных зон (учебная зона, зона отдыха и др.). Примерами реализации этой стратегии могут быть замена школьного звонка с резким звуком на таймер или применение шумопоглощающих наушников; предоставление возможности выбора заданий, создание безопасного и сенсорно комфортного пространства, обогащение среды интересными для детей и доступными материалами.

Использование визуальной поддержки. Визуальные расписания, карточки «сначала-потом», таймеры также делают образовательную или домашнюю среду предсказуемой, обозначают последовательность событий в течение дня, облегчают переходы между видами деятельности, снижают

тревогу, помогают ребенку понять, что с ним будет происходить и каких действий от него ожидают.

Необусловленное подкрепление. Предоставление ребенку чего-либо желаемого (например, внимания взрослого) через определенные промежутки времени, независимо от поведения ребенка.

Дифференциальное подкрепление. Поощрение желательного поведения и игнорирование нежелательного.

Подкрепление альтернативного поведения. Обучение ребенка социально приемлемому поведению, которое выполняет ту же функцию, что и проблемное (например, обращаться за помощью не посредством крика, а посредством жеста; просить о перерыве с помощью карточки вместо того, чтобы кричать или разбрасывать учебные принадлежности).

Подкрепление иного, несовместимого с проблемным, поведения. Поощрение отсутствия нежелательного поведения в течение определенного времени или выполнения действия, физически несовместимого с нежелательным (например, лепить из пластилина вместо того, чтобы трясти руками или стучать пальцами по столу).

Проактивные стратегии, направленные не на запрещение, а на обучение альтернативным умениям и навыкам, являются основой поведенческой коррекции.

Реактивные стратегии и соответствующие им методы коррекции нежелательного поведения обусловлены реакцией окружающих людей на уже произошедшее поведение (С). При реализации реактивных стратегий работа проводится с последствиями тех или иных действий ребенка.

Реактивные стратегии

Гашение (игнорирование). Прекращение подкрепления, которое ранее поддерживало проблемное поведение. Так, если прежде с помощью нежелательных действий ребенок привлекал внимание взрослых, теперь взрослые начинают подобные действия игнорировать. Однако важно правильно определить функцию нежелательного поведения ребенка, иначе «гашение» не сработает или даже усугубит ситуацию. При этом гашение никогда не используется при опасном поведении и должно сочетаться с обучением альтернативным умениям и навыкам.

Ослабление. Снижение вероятности нежелательного поведения в будущем. С этой целью используются методы «тайм-аут» (кратковременное лишение доступа ко всем источникам подкрепления) или «штраф» (лишение определенного количества заработанных поощрений, например, жетонов) в ответ на нежелательное поведение. Важно: «тайм-аут» не применяется, если функцией нежелательного поведения является избегание.

Кроме того, стратегия «ослабление» эффективна только в сочетании с проактивными стратегиями и обучением альтернативному поведению.

Типичные эпизоды коррекционно-образовательной практики

Ребенок кричит во время выполнения классного или домашнего задания, чтобы добиться перерыва или вообще избежать трудной для него работы. В ходе коррекции его обучают просить о перерыве социально приемлемым способом: словесно или при помощи карточки. На начальном этапе ученику предоставляют короткий перерыв всякий раз, когда он его просит, при этом если ребенок пытается добиться желаемого криком, такая «просьба» игнорируется.

Учащийся, закончив выполнять задание, кричит и вскакивает из-за стола, чтобы привлечь внимание учителя или родителя. Обычно взрослый делает нарушителю дисциплины замечание и тем самым подкрепляет нежелательное поведение. Вместо этого необходимо научить ребенка социально приемлемому способу привлечения внимания (словесное обращение, прикосновение, поднятая рука, использование специальной карточки и др.). Каждое применение этого способа следует подкреплять.

Учащийся неусидчив, раскачивается на стуле, крутит предметы, когда его пытаются остановить, щипает других детей. Обычно такого ребенка выводят за дверь – побегать и успокоиться – и этим подкрепляют нежелательное поведение. С целью профилактики дисциплинарных нарушений в школе вводится расписание, включающее регулярные и интенсивные двигательные разминки (пробежки, приседания) каждые 10 минут. Поход семьей в тренажерный зал и бассейн, ежедневные занятия физкультурой с ребенком – также могут стать эффективным подкреплением.

Подросток, волнуясь (выполнение контрольной работы, соревнование по шахматам и т.д.), громко щелкает пальцами, трясет руками, бегает по классу (самостимуляция, вызванная тревогой). В рамках коррекции его обучают самоконтролю и пониманию собственных эмоций, применению дыхательной гимнастики. Снять напряжение поможет использование эспандера для кисти, жевательной резинки или просто стакан воды.

Во всех приведенных эпизодах коррекция нежелательного поведения основана на нескольких общих принципах, применимых как в школе, так и в семье. Во-первых, важно понять функции (причины, мотивы) такого поведения. Во-вторых, ребенка следует обучать замещающему, социально приемлемому (альтернативному) поведению. В-третьих, необходимо использовать целевые подкрепления, при этом позитивное подкрепление адекватной коммуникации и желательного

поведения должно быть сильнее, чем подкрепление, вызванное реакцией на нежелательное поведение. В-четвертых, целесообразно организовать визуальную поддержку ребенка для снижения его тревоги и повышения предсказуемости среды.

Рекомендации родителям и педагогам

- Начинайте с попытки понять функцию нежелательного поведения ребенка. Наблюдайте, что происходит до, во время и после проблемного эпизода. Собирайте данные (хотя бы в виде простых записей), чтобы выявить закономерности нежелательного поведения и выбрать правильную стратегию его коррекции.
- Сфокусируйтесь на профилактике проблемного поведения. Легче его предупредить, чем реагировать на него. Помните, что за нежелательным поведением часто стоят сенсорные перегрузки или невозможность для ребенка сообщить о своих потребностях.
- Обучайте коммуникации. Это самый мощный инструмент профилактики нежелательного поведения. Формируйте коммуникативные умения (высказывать приемлемым способом просьбу или отказ, сообщать словами о своем желании или намерении, выражать собственные эмоции и др.).
- Сделайте средовое окружение ребенка предсказуемым и понятным, используя для этого визуальные расписания, таймеры и т.п. Предупреждайте о возможных изменениях в распорядке дня, интерьере. Предоставляйте ребенку выбор, где это возможно.
- Устраните сенсорные раздражители (яркий свет, громкие звуки), если ребенок к ним чувствителен. Создайте «дружелюбную сенсорную среду» и установите «сенсорную диету» (индивидуальный план активностей, помогающий ребенку получать необходимые сенсорные стимулы в приемлемой для него форме).
- Различайте реакцию на сенсорную перегрузку, неконтролируемую ребенком, и истерику, направленную на достижение цели, и реагируйте соответственно.
- Предоставляйте сыну, дочери, ученику возможность для приемлемой сенсорной стимуляции,

включите в расписание ребенка регулярные двигательные перерывы (прыжки на батуте, толкание тяжелых предметов, хотя бы коробки с игрушками, крепкие объятия и др.).

- Используйте в случае гиперчувствительности (если ребенок не переносит прикосновений) одежду без швов и этикеток, предупреждайте перед тем, как дотронуться до него.
- Применяйте в случае чувствительности ребенка к звукам во время его пребывания в шумных, людных местах шумопоглощающие наушники, найдите ему тихое место для отдыха.
- Не ругайте ребенка при его сенсорной или эмоциональной перегрузке. Не требуйте объяснений, уведите в тихое, спокойное место, уменьшите количество стимулов, используйте «глубокое давление» (крепкие объятия, утяжеленные покрывала, жилет, подушки), если это успокаивает ребенка.
- Подкрепляйте любое желательное поведение (попытки общения, спокойное ожидание, самостоятельное выполнение задания и т.п.). Определите через наблюдение или опрос, что позитивно мотивирует ребенка (любимая активность, занятие, игрушка, еда и т.д.), и используйте это как поощрение за социально одобряемое поведение.
- Хвалите и поощряйте чаще, чем наказываете. Наказание для детей с нейроразличиями малоэффективно.
- Будьте последовательны, работайте в команде. Родители, педагоги, специалисты должны договориться об общей стратегии, придерживаться единого плана обучения и воспитания ребенка, в том числе коррекции его нежелательного поведения.
- Управляйте собственными эмоциональными реакциями на нежелательное поведение, чтобы не подкреплять его. Сохраняйте спокойствие.
- Отделяйте ребенка от его поступков. Нежелательное поведение – это не то, кем является ребенок, а то, что он делает, чтобы справиться с трудностями. Проявляйте понимание и уважение к его особенностям в психофизическом развитии.

ЛИТЕРАТУРА

1. **Альберто, П.** Прикладной анализ поведения: учебно-методическое пособие для педагогов, учителей-дефектологов, психологов / П. Альберто, Э. Траутман; пер. с англ. – М.: Оперант, 2015. – 672 с.
2. **Довбня, С.** Дети с расстройствами аутистического спектра в детском саду и школе: практики с доказанной эффективностью / С. Довбня, Т. Морозова, А. Залогина, И. Монова. – СПб.: Сеанс, 2018. – 202 с.
3. **Сенсорные особенности детей** с расстройствами аутистического спектра. Стратегии помощи: методическое пособие / Н. Г. Манелис, Ю. В. Никитина, Л. М. Феррои, О. П. Комарова. – М.: МГППУ, 2018. – 70 с.