

Stručni rad

REGULACIJA PONAŠANJA KOD DJECE S POREMEĆAJEM IZ SPEKTRA AUTIZMA

Jasna Hude

Centar za sluh i govor Maribor

Sažetak

Djeca s poremećajem iz spektra autizma svakodnevno se suočavaju s izazovima u ponašanju. Burne reakcije djece s poremećajem iz spektra autizma nisu izravno povezane s njihovom dijagnozom, već su posljedica neprilagođenosti okoline njihovim potrebama. Kao učiteljica djece s poremećajem iz spektra autizma svjesna sam da djeca uz pomoć ponašanja, kojeg su razvili, zadovoljavaju svoje potrebe i želje te izražavaju svoje emocije. U članku ću opisati neke oblike nepoželjnog ponašanja djece s poremećajem iz spektra autizma i načine njihove regulacije, koje u praksi koristim..

Ključne riječi: ispadi ponašanja, autizam, regulacija emocija

1. Uvod

Ispadi ponašanja kod djece veliki su izazov za sve dionike u procesu odgoja i obrazovanja djece s poremećajem iz spektra autizma. Samo dobro podučavanje nije dovoljno za sprječavanje nepoželjnog ponašanja. Najvažnije je pravodobno i pravilno djelovanje, čega se moramo naučiti. Ponašanje je osnovni oblik komunikacije. Ponašanjem odgovaramo kada pokušavamo zadovoljiti želje, potrebe, suočiti se s porazom i izraziti emocije. Loše ponašanje nije nešto s čime se susrećemo samo kod djece s poremećajem iz spektra autizma. Čak i ako nemamo problema na području komunikacije, društvenih vještina i kognicije naše ponašanje možda nije prikladno. No, s obzirom na svoje deficite na socijalnom i komunikacijskom polju, djeca s poremećajem iz spektra autizma imaju više mogućnosti za razvoj nepoželjnog ponašanja. Pojam "nepoželjnog ponašanja" nisu samo agresija i ispadi. Nepoželjno ponašanje je sve što djetetu sprječava da sudjeluje u normalnim aktivnostima ili ima štetne posljedice, npr. ozljede: samog djeteta, drugih sudionika ili stvari [1].

Neki primjeri nepoželjnog ponašanja:

- ispadi – vrištanje, plač, smijeh
- agresija – udaranje, bacanje, pljuvanje, ružne riječi i psovke ...
- nesuradnja
- eskalacija (povećanje) opsesivnog ponašanja
- drskost
- povlačenje (u vlastiti svijet)

Kod djece s poremećajem iz spektra autizma nepoželjno ponašanje je prvo što primijetimo kod njih. Drugim su ljudima takva djeca neodgojena, razmažena i čudna, a roditelji nesposobni. Međutim takvo ponašanje imaju zbog nedostataka u komunikaciji, socijalnoj interakciji i fleksibilnosti mišljenja.

2. Modifikacija ponašanja

Vrlo je važno na vrijeme prepoznati i reagirati na nepoželjno ponašanje, kako ono ne bi postalo kronično. Svako ponašanje se uči. Kao što smo ga naučili, moramo ga se i "odučiti". Koliko god dugo je dijete naučilo određeno ponašanje, toliko će trebati i da ga se „oduči“ i nauči prikladnog.

2. 1 Okidači nepoželjnog ponašanja

- senzorna deprivacija: dijete je lišeno važnih senzornih podražaja
- senzorno preopterećenje
- odvajanje od pouzdane osobe
- loše zdravstveno stanje, nemogućnost utvrđivanja mjesta izvora boli i nelagode (djeca ne znaju opisati gdje i što ih boli)
- neprimjereno kažnjavanje: vikanje, prijetnje, batine, izolacija, odvratanje pažnje
- osjećaj zanemarenosti: neprimjećivanje, nepoštivanje
- neprimjereni zahtjevi: previsoki (preteški zadaci) ili preniski (djetetu postaje dosadno i osjeća se nesposobnim)

2. 2 Načini intervencije

- pohvalimo dijete i nagradimo svako dobro ponašanje (učenje samodiscipline)
- ignoriramo nepoželjno ponašanje sve dok ono ne ugrožava druge (nismo njegova publika)
- pažljivo slušamo dijete, dajemo mu priliku da izrazi svoje emocije
- obraćamo pozornost na prve znakove nepoželjnog ponašanja
- preusmjeravamo: "umjesto bacanja okolo, bacajmo loptu u tarču"
- promijenimo prostor: promijenimo ili ograničimo okolinu (španjolski zid)
- nudimo mu nova pravila aktivnosti: preusmjeravamo agresiju (zagrlimo ga prije nego nas pljune, ružno razgovara s nama, ili nas štipa)
- obratimo pozornost na njegove osjećaje i potrebe: ljut si jer ti se olovka slomila, zajedno ćemo je našiljiti
- naše poruke trebaju biti jasne, razumljive, kratke i dosljedno pojačane odgovarajućim glasom, govorom tijela, izrazima lica
- objasnimo mu naše odluke: "stavi kapu na glavu da te grije"
- utvrđujemo posljedice, ostajemo pri onome što smo rekli
- ostanemo u kontaktu s djetetom: inzistiramo, da nas gleda u oči (tako će dijete lakše čuti što govorimo)
- realna očekivanja (prilagođavamo ih dobi i sposobnostima djeteta, pomažemo mu i potičemo ga da svlada problem)

2. 3 Nenasilna komunikacija

Osnovni uvjet za promjenu ponašanja djeteta s poremećajem iz spektra autizma je nenasilna komunikacija sa strane učitelja. Izbor jezika i riječi igra vrlo važnu ulogu u dječjem učenju. Ne osjećamo da je naš govor nasilan, ali riječi koje izgovorimo, često dovode do nevolje i boli [2].

2. 3. 1 Načini nenasilne komunikacije

- Nikada se ne rugamo djetetu, ne govorimo mu da je loše, zločesto, glupo, lijeno, jer to zauvijek uništava njegovo samopouzdanje.
- Ne uspoređujemo dijete s drugom djecom. Dijete ima pravo na svoju osobnost.
- Ne kažnjavamo bez obrazloženja. Umjesto: „Ne smiješ! Sram te bilo!“, kažemo mu kako nešto mora učiniti i zašto je to dobro.
- Ponekad pokleknemo, napravimo kompromis: "Ako ti to toliko znači, obuci tu prljavu majicu."

Kada dijete ne sluša:

- prilagodimo se visini djeteta,
- gledamo dijete u oči i nježno ga držimo za ruku,
- ozbiljni smo i smireni,
- govorimo jasnim glasom,
- slušamo i njegovo stajalište,
- dajemo mu izbor,
- dajemo mu vremena,
- cijenimo suradnju.

2. 4 Vođenje dnevnika nepoželjnog ponašanja

Kada dijete ustraje s nepoželjnim ponašanjem unatoč planiranim promjenama koristimo se pisanjem dnevnika. Vodimo ga određeno vrijeme.

Bilježimo:

- uzrok (što se dogodilo prije nepoželjnog ponašanja),
- ponašanje (točan opis ponašanja djeteta),
- posljedice (kako su pojedinci u okruženju reagirali),
- poruka (koje je značenje, poruka ponašanja djeteta).

3. Zaključak

Ponašanje djece s poremećajem iz spektra autizma potrebno je sustavno mijenjati. Postoji onoliko razloga za njihovo ponašanje koliko i načina i strategija, koje će im pomoći da promijene svoje nepoželjno ponašanje. Djeca s poremećajem iz spektra autizma koju podučavam vrlo su različita. Svaki od njih reagira na specifičan, često neprihvatljiv način. Najučinkovitiji smo u učenju poželjnog ponašanja i prevenciji devijacija u ponašanju, kada to činimo svi koji smo uključeni u djetetov život. Dijete s poremećajem iz spektra autizma lakše će usvojiti i bolje koristiti odgovarajuće strategije i utišati „vulkan“ u sebi, kada shvati što mu se događa i što mu izaziva nelagodu i uzbuđenje. Da bi se to postiglo, neophodno je dobro sudjelovanje s roditeljima i podrška kolektiva. Pri učenju prikladnog ponašanja ne zaboravimo na nagradu. „Nagrada je putokaz prikladnom ponašanju. Nagrađivanjem djeteta govorimo mu koje nam se ponašanje sviđa ili nam je prihvatljivo. Nagrada u djetetu izaziva ugodne osjećaje jer je ono sretno što je ispunilo očekivanja svojih roditelja, što su njegov trud i postignuća primijećeni te će za to biti spremno više raditi. Nije nužno da nagradu uvijek shvaćamo kao konkretnu stvar, jer je nagrada djetetu već izražena radošću roditelja zbog njegovog prikladnog ponašanja. Stoga ne treba zanemariti pohvalu kao simboličnu nagradu“ [3].

4. Literatura

- [1.]Clements, J., Zarkowska, E. (2000). Behavioural Concerns and Autistic Spectrum Disorders: Explanations and Strategies
- [2.]Marshal, B., R. (2022). Nenasilna komunikacija
- [3.]Milivojević, Z. (2018). Emocije: razumevanje čustev v psihoterapiji
- [4.]Modifikacija vedenja. (2023). Pridobljeno: 3. 1. 2022.
<https://www.avtizem.net/o-vzgoji-vedenju-in-nagrajevanju>