

## ***Что делать, если дети с РАС кусаются и щипаются***

*У детей с РАС часто бывает сложное поведение. Они могут причинять физическую боль родным людям: кусаться, щипаться, плевать, дергать за волосы и даже бить. Такая агрессия может сигнализировать, что с ребенком что-то происходит, и он хочет обратить на себя внимание, но другого, более цивилизованного, способа не находит. Не стоит расценивать это, как попытку обидеть или выместить злость на окружающих — как правило, причины выпадов кроются значительно глубже, чем может показаться на первый взгляд.*

### **Ребенок-аутист кусается**

Ребенок может проявлять странное поведение, когда устал, голоден, хочет пить или заболевает — то есть, реагирует своими особыми сигналами на позывы организма к какому-то действию. Проверьте, может быть, ему неудобно идти или сидеть. Нередко неконтролируемые вспышки агрессии происходят, если дети испытывают испуг или страх. Например, если им некомфортно находиться в общественном месте (торговом центре, кафе, парке аттракционов), они могут яростно сопротивляться и всеми своими действиями проситься домой.

Выявление причин нападков, тем не менее, не означает, что с ними можно смириться. Напротив — нужно максимально бережно, но настойчиво уметь с ними справиться, особенно, если речь идет об угрозе здоровью для ребенка и окружающих его людей. Если он начинает проявлять физическую агрессию, следует показать его врачу. Плевки часто связаны с избыточным выделением слюны, кусания с зубной болью, шлепки и щипания с подростковыми гормональными сбоями. Иначе говоря, каждой шалости можно найти рациональное объяснение.

### **Сенсорный голод**

Кусание, щипание и шлепки помогают детям с РАС утолить накопившуюся сенсорный голод и насытить проприоцептивную сенсорную систему. Именно она сообщает человеку, как расположены части его тела. Жажда дополнительных стимулов со стороны выглядит, как повторение одних и тех же движений, порой систематическое или вовсе бесконечное. Кажется, что это занятие приносит ему восторг. Например, ребенок может наслаждаться ощущением слюны при плевках, очень сильно сжимать руку, щипаться за кожу. Он намеренно провоцирует ситуации, при которых можно легко повторить излюбленный репертуар. Важно определить природу проявления агрессии и вовремя научиться реагировать на нее. Для этого следует обратиться к специалистам — они назначат определенные тестирования и определят безболезненные и эффективные методы взаимодействия.

### **Общение**

Ребенок может физически сообщать о своих потребностях, чувствах и желаниях. Например, ему может не нравиться то, как вы ведете себя, или он хочет оказаться в центре вашего внимания. Ребенок не всегда способен выразить свои чувства в привычной форме, а потому нередко прибегает к диким (разумеется, с точки зрения общества и здравого смысла) способам коммуникации или агрессии.

Вполне нормальная ситуация — дети с родителями оказались на площадке и неожиданно встретили приятелей. Логично, что мама или папа непременно отвлекутся на диалог и на некоторое время выпустят ребенка из вида. Тут-то он и начнет думать, что пауза затянулась, и уже пора действовать. Ему, скорее всего, захочется сделать нечто серьезное, на что вы отреагируете незамедлительно. Поэтому нередко дети с РАС прибегают к неосознанным манипуляциям — бьют сверстников или взрослых, начинают громко кричать, размахивать во все стороны кулаками и пускать в ход острые зубки.

Важно сохранять спокойствие, даже если он ведет себя недопустимо. Лучше аккуратно объяснить, что он неправ, и поскорее увести от посторонних глаз. Возможно, наедине с вами ему станет гораздо легче, и приступ пройдет сам собой.

## **Стресс**

Временами поведение детей может быть выражением явного разочарования или стресса в ответ на происходящее вокруг. Например, ребенок может физически проявлять реакцию на появление новых людей, смену привычного распорядка дня и обстановки и иные факторы, которые первоначально будут ему чуждыми.

Разумеется, он захочет вернуть былые привычки. Здесь он снова может становиться вспыльчивым, применять агрессию по отношению к людям и предметам, а также наносить увечья с целью избавиться от источника новизны. Родителям рекомендуется как можно больше времени проводить с детьми, чтобы, с одной стороны, контролировать приступы, а с другой — терпеливо объяснять ему, что в жизни рано или поздно могут наступать перемены, и далеко не всегда они оказываются плохими. В такие моменты детям особенно важно чувствовать поддержку и тепло.

## **Выученное поведение**

Когда ребенок-аутист щипается, он понимает, что его поведение может быть очень мощным способом управления окружающей средой, он начинает этим пользоваться, в том числе и своей агрессией. Непроизвольные действия, которые первоначально были лишь реакцией на физическую боль, внешние раздражители или разочарование, могут стать инструментом для достижения каких-то целей — игрушек, одежды, позволения играть в компьютерные игры дольше обычного. К тому же, подобным образом дети могут требовать выключить телевизор или прервать разговор, происходящий поблизости, или вовсе заставить отказаться от ранее намеченных планов и целей ради их спокойствия.

Сложное поведение при аутизме они весьма умело используют во время конфликтных ситуаций и споров, когда понимают, что правда не на их стороне. В этот момент на помощь приходит привычка из прошлого. Они ведь прекрасно знают, что вы никогда не оставите их в одиночестве посреди улицы, если вдруг случится истерика, а непременно постараетесь задобрить ребенка любым доступным методом.

Чтобы понимать причины физической агрессии ребенка, рекомендуется завести специальный дневник, чтобы отслеживать ситуации, в которых она проявляется. Уделяйте внимание буквально каждой мелочи. Фиксируйте там даты, места, события, окружающих людей — словом, всё, что может представлять интерес и в дальнейшем способствовать решению проблемы.

### **Исключите медицинские причины**

Ребенок-аутист долгое время кусается — что делать? С таким вопросом часто обращаются обеспокоенные родители. Если он продолжает, плевать, щипаться или как-то иначе причинять физические неудобства в виде необоснованной агрессии, обратитесь к врачу. Покажите ребенка терапевту и стоматологу, продемонстрируйте специалистам свои заметки, чтобы они могли видеть общую картину, сделать правильный вывод и подобрать тот особенный ключик к эффективному взаимодействию с ним.

### **Насыщайте сенсорный голод**

Постарайтесь найти для ребенка альтернативные виды деятельности, которые помогут насытить сенсорный голод. Агрессия при аутизме у детей — штука серьезная, но, к счастью, контролируемая. Детям, которые кусаются, можно предложить морковь, яблоки, жевательные конфеты или другие продукты. Это позволит организму вдоволь насладиться процессом жевания и отвлечет от беспокойства.

Мальчикам и девочкам, которые щипаются, можно предложить игры, где надо бить в ладоши. Ребенку, который тянет за волосы, нужно найти то, что поможет повторить ощущение тяги — сходить с ним в спортивный зал, где есть канат, или привязать веревку к батарее и позволять ребенку тянуть за нее, упражняясь таким образом в силе и выносливости.

### **Внедрить средства коммуникации**

С помощью физической агрессии ребенок хочет, чтобы его заметили, и пытается донести некую информацию. Чтобы исправить его поведение, отличающееся от социальных норм, нужно научить его использовать другие способы общения с миром, сообщить о желаниях, потребностях и физическом дискомфорте. Это будет легко сделать с помощью картинок и символов. Используйте истории и примеры, чтобы объяснить, почему нельзя кусаться, плевать и бить людей, подробно опишите альтернативы, чтобы заинтересовать детей в более важных и полезных занятиях.

### **Устраните физические и сенсорные неудобства**

Наблюдайте, что приносит детям наибольший дискомфорт. Если он испытывает боль, позаботьтесь о наличии болеутоляющих. При обилии и чрезмерном влиянии сенсорных сигналов, помогите защититься от них — используйте беруши для подавления шума или солнцезащитные очки для уменьшения влияния света на глаза. Так вы сможете минимизировать потенциальную агрессию у ребенка-аутиста.

### **Готовьте ребенка к переменам**

Детям сложно переключаться с одного действия на другое. Представим, что им очень прежняя обстановка, и они не хотели бы её менять, но пришлось. Логично, что им будет особенно трудно приспособиться к чему-то другому, а слишком неожиданные перемены могут спровоцировать агрессию. В этом случае пригодится визуальное расписание, отражающее занятия на день. Максимально подробно пропишите время, которое потребуется на каждое дело, чтобы заранее предупредить ребенка о начале и окончании занятия. Вы можете даже создать ритуал, суть которого в том, что ребенок будет класть в

определенный ящик или коробку символ завершено действия. Например, купить набор красных шариков, чтобы потом размещать по одному после успешного окончания задачи.

### **Когда цель — конкретный человек**

Если мишенью агрессии ребенка стал вполне конкретный человек — тренер, воспитатель или один из родственников, подумайте, почему это происходит. Недовольство ребенка может быть вызвано чем-то внешним: резким для него запахом духов или какими-то аспектами поведения человека. Иногда агрессивным поведением дети проявляют ревность к другому человеку. Как вариант, ему неприятно видеть, что у тренера есть еще несколько воспитанников, с которыми он общается, и ему важно переключить внимание обожаемого субъекта только на себя.

В этом случае тоже можно составить график и следовать ему. Необходимо соблюдать очень строгие границы относительно того, когда и как долго будет их общение. во избежание излишнего возбуждения.

### **Помогайте ребенку управлять эмоциями**

Детям с РАС необходимо уделять особое внимание отдыху. Организуйте расслабляющую обстановку. Им будет полезно наблюдать за лампами с пузырями, нюхать эфирные масла, слушать расслабляющую музыку или просто и беззаботно качаться на качелях.

Сложное поведение ребенка может быть вызвано гневом или тревожностью. Поэтому можно придумать, как выпустить негативные эмоции через предметы, а не через людей. Это может быть боксерская груша, прыжки на батуте или пробежка в парке.

Если у ребенка наблюдается низкая самооценка, выделяйте все его достижения и сильные стороны. Создайте книгу успехов, вешайте на стену мотивирующие фотографии, где у него что-то замечательно получается, попросите учителей выдавать ребенку сертификаты и грамоты.

### **Быстрая реакция**

Оперативно реагируйте на поведение ребенка. Умейте мягко, но довольно настойчиво ограничивать словесные комментарии ситуации, выражения лица и прочие проявления эмоций, поскольку они могут непреднамеренно усугубить его поведение и привычки. Постарайтесь говорить размеренно и четко, нейтральным и ровным тоном без переходов на крик.

### **Поощряйте хорошее поведение**

Хвалите детей, когда они ведут себя правильно и не позволяют агрессии взять над собой верх. Это поможет узнать, что другие способы поведения приносят положительные результаты.

Награды могут принимать форму словесного одобрения, предпочтительных действий, игрушек, жетонов или небольшого количества любимых блюд или напитков. Убедитесь, что вы понятно ставите цель и обозначаете предпочтительное поведение, которое вам

нравится — похвалите, к примеру, за то, что он спокойно дошел до дома — и сразу же назовите то, что будет в качестве поощрения.

Следует отметить, что некоторые дети с аутизмом не пользуются социальным вниманием и одобрением. В этих обстоятельствах неожиданное признание может возыметь обратное действие.

И самое главное — никогда не опускайте руки. Вы — надежда и опора для своих детей и их взаимодействии с окружающими миром.