

## Боремся с истериками детей с аутизмом.



Детки с Аутизмом особенные. И истерики их другие. По другим причинам, другой интенсивности и длительности. Методы борьбы другие. На ваших детках не работает то что советуют психологи и мамы во дворе. Аутята часто не понимают речь. Им невозможно объяснить! Не умение владеть собой, сенсорные проблемы, слабая эмоционально-волевая сфера, физическое недомогание или проблемы с кишечником все это приводит к истерикам, хаосу поведения, настроения и капризам. Слезы без видимой причины, слишком сильные и долгие крики и истерики, увы, очень часто сопровождают Аутизм.

У родителей сдают нервы и желание утешить ребенка превращается в желание накричать, попытка объяснить натывается на стену непонимания и превращается в череду переживания «за что, почему и что делать». Публичные истерики заканчивается отсиживанием дома и страхом пойти в магазин. Ведь дома крики ребенка хотя бы никто не видит. Общение с подружками не доставляет радость: ребенок тянет, требует, плачет, крушит, ломает, уходит в никуда и слишком часто плачет... Аутичные капризы, мешают жить, посещать людные места, общаться с другими семьями и детьми. Детки не перерастают этот «трудный» возраст их надо учить и учиться самим!

Бороться с капризами Аутят можно и нужно. Надо просто помнить, что детки наши особенные и истерики их не простые и неспроста. Зная техники и методики борьбы с истерикой, понимая и принимая своего Аутенка, нужно самим стать гибкими. Научиться бороться с капризами и предотвращать истерики можно!

**Истерика** – это интенсивная эмоциональная и поведенческая реакция на чрезмерную стимуляцию или «показное выступление» ребенка с целью получить желаемое.

Детские капризы — нормальное явление, дети, таким образом, сообщают нам о своем состоянии и «хотении». Пусть даже это состояние нам совсем не по душе. У всех бывает плохое настроение или самочувствие. Иногда капризы это просто капризы. Все дети плачут, не стоит воспринимать любые слезы как проявление аутичности.

Истерики — поведение ребенка, который не может поступать так, как ему комфортно. Знайте, пределы терпения вашего ребенка и старайтесь не заставлять делать то, на что он неспособен. Старайтесь максимально предотвращать ситуации, которые провоцируют истерики.

### **Причины истерик при Аутизме:**

1. Ребенок не может выразить словами свои чувства и желания.
2. Ребенок не понимает причину неожиданных перемен.

3. Ребенок не получает от окружающих желаемого.
4. Ребенок уверен в своем неуспехе и не хочет даже попробовать.
5. Ребенок играет с игрушками, которые не подходят ему по возрасту и делают его не успешным в игре.
6. У ребенка что то болит или он устал, переутомился, голоден.
7. Ребенка отрывали от интересного занятия.
8. У ребенка сенсорная перегрузка, с которой он не может справиться
9. Аутичка принуждают к общению, которого он не хочет.
10. Ребенок пытается привлечь внимание взрослых.
11. Ребенок привык, что все его требования выполняются, если повалиться и поплакать...

### **Почему ребенок капризничает и что можно предпринять:**

1. Аутичные дети очень часто имеют трудности со слуховым восприятием. Они часто не понимают того, что им говорят (слышат, но не понимают значения услышанного). Непонимание речи становится причиной нежелательного поведения. В этом случае вам помогут приемы визуальной поддержки. Если вы используете картинки и карточки, фотографии, видео ребенок легче поймет, что его ждет и чего от него требуют. Систематичные занятия позволят научиться и стать успешным.
2. Проблемы с поведением могут быть вызваны недоразвитием речи. Отсутствие возможности выразить себя через речь является причиной большинства истерик у аутичных детей. В таких случаях можно использовать систему PECS, чаще прислушиваться к тому, что хочет и куда хочет ваш ребенок, дать возможность объяснить. И выбрать.
3. Часто пищевые аллергии могут быть причиной нежелательного поведения. Самыми распространенными аллергенами являются молочные продукты и продукты из пшеничной муки, а также консерванты и красители. Часто пищевые аллергии сопровождаются головными болями, нервным состоянием, чувством тошноты, болями в животе, суставах, в результате чего ребенок становится менее терпимым к окружающей его среде и часто срывается. Часто ребенок не может сказать, что же его беспокоит.
4. Во многих случаях проблемное поведение – это реакция на просьбу или требование, предъявляемое ребенку. Возможно, когда-то ребенок усвоил, что таким поведением, можно избежать обучения, занятий, уклониться от выполнения работы по дому и от любого общения. Решение такой проблемы может стать только согласованность: все без исключения, кто работает или просто находится с ребенком, должны добиваться выполнения просьб, предъявляемых ребенку всегда. В противном случае, истерики будут повторяться.
5. Иногда истерики начинаются, потому что ребенок перевозбужден. Это может произойти в случае чрезмерной стимуляции ребенка, или просто после длительного нахождения в насыщенной сенсорной среде. В таких случаях необходимо устранить причину перевозбуждения ребенка. Наиболее популярными техниками является выполнение интенсивных упражнений, медленное раскачивание или глубокие объятия.
7. Отсутствие интереса к происходящему. Скучающий ребенок может начать кричать, портить предметы вокруг себя. Необходимо постоянно подпитывать интерес ребенка к происходящему вокруг и к целенаправленной деятельности. Иметь при себе то, что ребенка увлечет и развлечет.
8. Иногда истерики случаются только в садике, а дома их не бывает, или наоборот. Возможно, это происходит, потому что родители уже выработали стратегию предотвращения или прекращения этого поведения, а учитель не знает

о ней. В этом случае, очень важно, чтобы родители и педагоги были в постоянном общении и выработали единый подход к нежелательному поведению. Причин непослушания много. И в каждом случае нужна своя стратегия. Необходимо подстраиваться под ребенка и применять разные техники. В большинстве случаев вспышка негативного поведения у аутиста — результат плохого самочувствия (начало заболевания, голод, утомление, недомогание), страх или нежелание выходить из зоны комфорта, а не намеренное демонстративное действие. Постарайтесь распознать причину и реагировать соответственно. Если же истерика показная, проявите твердость. И если сказали нет ни под каким соусом не сдавайтесь! Через не хочу сделайте вместе с ребенком или руками ребенка, доведите то чего хотели или не хотели до конца. Иначе не стоит и начинать. Будьте твердыми только там где это действительно важно. Но будьте принципиальными всегда если сказали нет или что то требуете. Помните: первоначальная реакция ребенка на ваш отказ или новую стратегию — ухудшение поведения и сопротивление! Еще больше паданий на пол и еще громче крики. Родители должны проявлять настойчивость. Чаще всего три-четыре дня нужно на то что бы привыкнуть к новому. Необходимо запастись терпением. Если ребенок уже привык устраивать истерики, не думайте, что перевоспитать его получится с первого раза: в течение длительного времени он будет проверять вас на прочность!

#### **Как бороться с истерикой:**

1. Сохраняйте спокойствие. Оцените ситуацию. Подышите. Настройтесь.
2. Не разговаривайте. Прекратите какое-либо общение, если истерика показная. Говорите, односложно комментируя чувства ребенка, упал, устал.
3. Не оставляйте ребенка плакать одного. Ребенок истерит не потому, что он избалованный, а потому что по-другому общаться и выражать свои эмоции он просто не умеет. Он должен чувствовать, что вы на его стороне. Будьте рядом, в поле зрения ребенка. Игнорируйте, но не злитесь.
4. Не кричите и не раздавайте подзатыльники. Ваша злость и раздражение непонятны ребенку. Наказание усугубляет истерику, ведь теперь ребенка действительно обидели.
5. Может помочь физическая активность. Если причина слез переутомление или перевозбуждение может сработать попрыгать, полетать, поскакать, покружить, пощекотать и тем отвлечь, дать разрядится ребенку!
6. Не обращать внимание. Способ эффективный, но в некоторых случаях не работает, например на людях. Дома же можно тренировать свою выдержку сколько угодно! В общественном же месте постарайтесь вывести ребенка из людного помещения как можно быстрее. Минимум слов.
7. За истерику ребенка можно и наказать. Но наказание должно быть моральным и НЕМЕДЛЕННЫМ: можно поставить ребенка в угол или забрать игрушку, которую он ломает. Четко объявив нельзя, некрасиво, успокойся.
8. При сильном раздражении, главное, избежать импульсивной негативной реакции. Для этого: сделайте вдох и медленно сосчитайте до 10, сильно расправьте спину или поройтесь в сумочке, проверьте телефон, посмотрите время. Несколько секунд помогут не наломать дров!
9. Смените место действия. Иногда лучше всего срабатывает выйти вместе или унести ребенка с места истерики. Из магазина, от мультиков или холодильника. Подальше от того что расстроило ребенка.
10. Нет зрителей — нет спектакля! Часто помогает просто сделать вид, что ничего особого не произошло. Мама должна, как ни в чем не бывало, продолжать заниматься своими делами или отвернуться.

11. Будьте категоричны. Скажите твердое нет! Тогда когда это важно. Тогда когда вы готовы и настроились морально на бурю. Никогда не прогибайтесь именно во время такого демонстративного обучения. Периодически повторяя нет и причину отказа. Занимайтесь своими делами.

12. Если истерика показная, не уступайте. Если желание будет выполнено в момент истерики, вы закрепите такое поведение. Не сомневайтесь, истерики станут и чаще и громче, а ребенок в разы изобретательнее. Если ребенок требует, что то криками и слезами никогда не сдавайтесь. Проще один раз переждать бурю, чем постоянно ждать шторм.

13. Не пытайтесь ничего объяснять во время истерики, лучше уединитесь или выйдите с ребенком на улицу. Ведь ребенок НЕ может себя контролировать и вникнуть в ваше красноречие. Объяснения бесполезны. Пение, молчание или шепот может сработать намного лучше слов.

14. Попробуйте крепко обнять ребенка или взять на руки, лицом к себе. Крепкое объятие может помочь не только успокоить ребенка, но и сблизиться. Почитайте о Холдинг-терапии больше.

15. Не позволяйте управлять собой и ситуацией. Если ребенок остается в садике не в первый раз, максимально быстро покиньте комнату. Если уходите по делам, а ребенок не опускает. Не затягивайте с расставанием. Это только удлинит и усилит истерику.

16. Истерика в публичном месте. Старайтесь ни обращать внимание на осуждающие взгляды посторонних. Главное безопасность ребенка, а не мнение окружающих. Выведите или отнесите ребенка на руках туда, где людей меньше. Лучше на свежий воздух. Не привлекайте посторонних к воспитанию, не давайте лезть с советами.

17. Скажите свидетелям истерики, что происходит. «У моего сына аутизм».

Сделайте специальные визитки или листовки, в которых объясняется, что такое аутизм. Это позволяет вам не вдаваться в объяснения при ребенке, а просто протянуть визитку или листовку в случае необходимости. В общественные места можно одевать футболку: «Я не веду себя плохо. У меня Аутизм»

Воспитывать ребенка с аутизмом трудно. Склонность к истериками делает жизнь мамы еще сложнее. Родители не всегда могут полностью предотвратить истерики, но они могут научиться быстрее справляться с ними. Если вы будете знать, почему ребенок плачет, что он хочет. Предугадывать и предотвращать плохое поведение станет легче. Все родители проходят через этап детских истерик. Действовать в таком случае необходимо бескомпромиссно – если мама сказала, нет, то истерика уже не может исправить это «нет» на «да». Позволять ребенку добиваться своего криком и истериками – ошибка! Наши детки особенные, но они тоже должны знать слово НЕЛЬЗЯ.

Перестаньте винить себя или ребенка в капризах. Аутистам тяжелее себя контролировать. Мамам тяжелее не избаловать. И вы, и ребенок способны научиться!

**ИНСТРУКЦИЯ:** Если истерика показная, и вы сказали, НЕТ, (подходящее место и время), будьте твердыми и не уступайте! Переждите бурю в самом подходящем месте.

Если истерика связана с сенсорной перегрузкой, усталостью, аутизмом, травмой утешьте ребенка ЛЮБЫМ уместным и удобным способом. Попрыгайте, пообнимайтесь. Отвлеките, накормите, дайте игрушку, вкусность или поиграть в телефон.

Если слезами ребенок пытается отказаться от общения, занятий, просьб и требований. Научитесь настаивать! Не забывая четко просить, помогать и

хвалить. Ваши слова не шум. Добивайтесь исполнения.

Школа выживания с аутичным ребенком это трудная школа. Обычные дети так много понимают и так активно учатся. Ваши детки другие, особенные. Но и они растут и меняются и обучаются пусть и медленнее. Не всегда плохое поведение равно плохое воспитание. Но и ваши детки должны иметь рамки дозволенного, знать как вести себя хорошо, а когда нехорошо. Ваша задача быть рядом, помогать, показывать, напоминать, подбадривать, сглаживать, предугадывать, настаивать и контролировать...

**Источник:** интернет

**Разместила:** Чернявская Оксана Николаевна (текст для публикации взят из Интернета)

Опубликовано на сайте: 27 января 2017