

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ АГРЕССИВНОМ ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА С РАС

Научить ребенка способам борьбы со стрессом.

Агрессия у ребенка с РАС может объясняться банальным незнанием, что делать с эмоциями и как их выражать.

- разработайте для ребенка наглядный план действий для каждой стрессовой ситуации (социальные истории)
- научите самостоятельно успокаиваться (техника дыхания, счёт до 10)
- продумайте сигналы, с помощью которых ребенок сможет сообщать вам, чего хочет (фотографии, звуки, жесты)
- хвалите ребенка за каждое правильное выполнение действий, которому вы его обучали. Подкрепляйте достижения поощрением.

Создать уютный уголок

Дом является местом, где ребенок проводит больше времени. Если там будет сохраняться уютная и спокойная атмосфера, это может сократить количество стрессовых факторов, предотвратить депрессию и побороть агрессию.

Дети с РАС любят стабильность и стремятся к ней, поэтому старайтесь следовать одному и тому же распорядку и подкрепите его картинками.

Важно иметь в доме уголок уединения, где ребенок может отдыхать от сенсорных перегрузок. Постарайтесь научить ребенка подавать сигнал, когда ему необходимо побыть наедине.

Фиксировать историю эмоциональных срывов

Если вы будете вести историю всех вспышек агрессии, это позволит вам лучше понять поведение ребенка и его причины. Чтобы не было путаницы, отвечайте на одни и те же вопросы:

- что расстроило ребенка
- как проявились признаки стресса – помогли ли вы ребенку справиться с ним, помогло ли это
- что вы можете предпринять, чтобы не допустить агрессии и самоагрессии в дальнейшем.