

Как дисциплинировать ребенка с аутизмом

Родителям не всегда легко решить, как лучше справиться с нежелательным поведением ребенка. Ситуация еще больше усложняется, если у ребенка аутизм. Родителям детей с аутизмом важно понимать, что прививать дисциплину — это не просто наказывать ребенка за “плохие” поступки, но изменять поведение и направлять в конструктивное русло.

Учитывайте особенности детской психики.



Не забывайте, что ребенок с аутизмом — прежде всего ребенок. У всех детей есть предпочтения, причуды, капризы и каждый из них реагирует на разные вещи по-своему. Каждому ребенку присущи свои симпатии и антипатии. Аутизм никак не отменяет эти аспекты. Любой используемый метод обучения дисциплине должен относиться к сложным поведенческим ситуациям с пониманием. Старайтесь оказывать ребенку поддержку, которая необходима для самоконтроля, чтобы превратить “плохое” поведение в конструктивные поступки.

- Как и любой ребенок, дети с аутизмом могут вести себя плохо. Дети часто нарушают правила и не могут контролировать свои поступки, когда у них плохое настроение. Аутизм — вовсе не “индугенция” и не повод нарушать правила, но, с другой стороны, ребенка с аутизмом нельзя наказывать только за то, как он выражает себя и свои чувства. Дисциплинировать — значит обучать самоконтролю и способности конструктивно удовлетворять свои потребности.



Запаситесь терпением. Попытки понять своего ребенка могут вызвать чувство разочарования, но важно помнить, что главное — это терпение. Спустя некоторое время благодаря нижеизложенным стратегиям ваш ребенок с аутизмом научится вести себя лучше. Не ждите, что это произойдет в мгновение ока.

- Помните, что дети с аутизмом сталкиваются с такими трудностями, как сенсорные проблемы и сложности в общении. Иногда они приводят к отчаянию и чувству безысходности.
- Не забывайте, что язык тела ребенка с аутизмом в момент восприятия информации может очень сильно отличаться от привычного языка тела детей. Он может выполнять странные движения или смотреть по сторонам и выглядеть отвлеченным, но это не значит, что ребенок не слушает вас.



Настройтесь на позитивный лад. Не забывайте, что большей частью “дисциплина” подразумевает попытки поощрить правильное поведение ребенка, а не наказать его за проступки. Приводите ему примеры недопустимых поступков и предлагайте альтернативы, которые будут рассмотрены ниже. Чем больше вы будете акцентировать внимание на хорошем поведении, чем чаще ребенок будет выбирать такой образ действий. Если проступки случаются все так же часто, попробуйте показать ребенка специалисту по коррекции поведения.



Учитесь различать эмоциональные срывы. Многие случаи "плохого поведения" детей с аутизмом на самом деле являются эмоциональным срывом. Эти ситуации представляют особую сложность, когда ребенок еще маленький или не склонен к общению, поэтому он не может сказать о причинах плохого настроения. "Истерика" и

"баловство" могут оказаться попыткой сообщить о потребностях, справиться с беспокойными сенсорными ощущениями или стрессом.

- Лучше всего придумать план, который поможет вам научить ребенка избегать эмоциональных срывов самостоятельно. Классические воспитательные приемы вроде наказания (угол или "тихий стул") могут лишь ухудшить ситуацию, расстроить ребенка еще сильнее и лишить его ощущения контроля над своими решениями. Учите ребенка "отвлекаться" и объясните, как можно успокоиться, чтобы он научился правильно управлять эмоциями и контролировать свои поступки.



Не кричите на ребенка. Крики, попытки контролировать поступки ребенка или показывать власть над ним могут стать причиной тревожности и замешательства. В минуты тревоги дети становятся чрезмерно взволнованными и беспокойными. Они могут впадать в истерику, кричать или плакать. Старайтесь не повышать голос, даже если вы очень расстроены.

- Попробуйте выиграть время. Скажите: "Сейчас я очень расстроена и мне нужно подумать, как лучше поступить".
- Также возможны попытки членовредительства, когда ребенок начинает биться головой о какой-либо предмет. Обсудите варианты альтернативных действий с психотерапевтом, чтобы научить ребенка снимать напряжение другими способами.