

## **Kontrola ponašanja usljed uznemirenosti bukom kod dece sa smetnjama iz spektra autizma**

Smetnje iz spektra autizma posmatraju se u odnosu na vještine komunikacije, socijalnu interakciju, prisustvo stereotipnih ponašanja, interesa i aktivnosti. Deca s autizmom imaju smetnje u društvenom kontaktu (govoru i komunikaciji), razmišljanju i ponašanju; senzornoj percepciji.

Nerijetko nam izazov predstavljaju njihove burne reakcije i pojačana anksioznost. Stoga je potrebno da ih razumijemo. Najčešće je ovakvo ponašanje isprovocirano u situacijama kada dijete ne može da se izrazi ili ga drugi ne razumiju; kada je uplašeno izvorom senzornog podražavanja; kada se dešavaju promjene u okruženju i rutinama; kada ne razumije socijalna očekivanja i dr. Na senzorne podražaje često reaguju na atipičan način, pa mogu manifestovati motorne manirizme ruku ili prstiju koji su ponavljajući uz neobična ponašanja poput udaranja rukom, ljuljanja i slično.

Ponašanje može biti ritualno, oslonjeno na rutinu, pokreti stereotipni uz neuobičajene načine korišćenja predmeta i neobičnu sklonost prema predmetima. Kao karakteristika u ponašanju prepoznaje se i pojačana anksioznost. Manifestuje se uznemirenošću, agitiranošću, negativizmom i sl. Najčešće je ovakvo ponašanje isprovocirano u situacijama kada dijete ne može da se izrazi ili ga drugi ne razumiju; kada je uplašeno izvorom senzornog podražavanja; kada se dešavaju promjene u okruženju i rutinama; kada ne razumije socijalna očekivanja i dr.

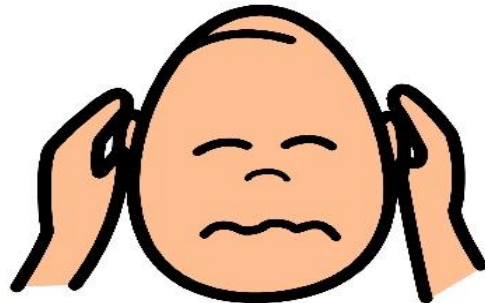
Javlja se hipersenzitivnost jednog ili više čula – na zvuk, miris, dodir, boju, oblik, svjetlost, teksturu, pokret (na jedno ili nekoliko čula istovremeno). Na senzorne podražaje često reaguju na atipičan način, pa mogu manifestovati motorne manirizme ruku ili prstiju koji su ponavljajući uz neobična ponašanja poput udaranja rukom, ljuljanja i slično.

Dakle, deca s autizmom ima okidače koji izazivaju nemir i ispoljavanje bijesa. Kod deteta s autizmom bijes se može izazvati ukoliko je izloženo zvučnim stimulusima koji ga uznemiravaju; ukoliko mu se prekida rutina; ukoliko vidi određenu sliku koja mu se ne sviđa ili je se plaši, ili je uočio nered, nesistematično složene predmete, knjige... Kontrola emocija kod deteta s autizmom, može biti posebno teška. Umjesto da se ovo stanje ignoriše ili pusti da se ispolji u potpunosti, trebalo bi naći model za njegovo prevazilaženje.

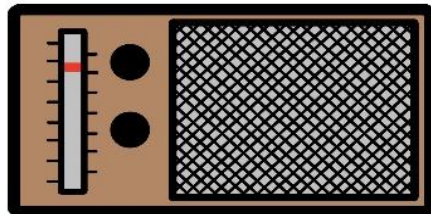
Takođe, u radu sa decom s autizmom primjenjuju se pristupi zasnovani na organizovanosti, osmišljenosti, usmjerenosti, svrhovitosti, funkcionalnosti. Lakše uče i pamte informacije koje su prikazane slikom, kada imaju vizuelnu predstavu za sve što čuju i čitaju, jer prosto „razmišljaju u slikama“. Zbog toga u radu sa decom s autizmom dominiraju vizuelni pristupi, komunikacija uz pomoć sličica, strukturisano podučavanje, modifikovanje ponašanja i dr.

Putem slike i objašnjenja date su različite situacije i mogućnosti da dijete reaguje na prihvatljiv način.

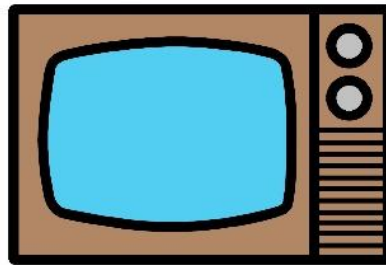
Neki zvuci me bole. Ne želim da slušam te  
zvuke. Želim da prestanu, pa pokušavam  
da ih zaustavim.



Kada je muzika uključena, a ja hoću da je  
isključena... u redu je da isključim radio.



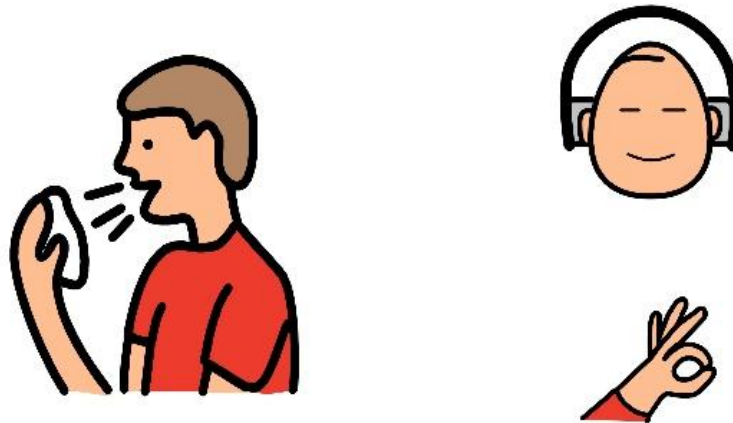
Kada je televizor uključen, a ja hoću da je isključen... u redu je da isključim televizor.



Kada neko kašlje, a ja hoću da prestane... NIJE u redu da ga udarim.



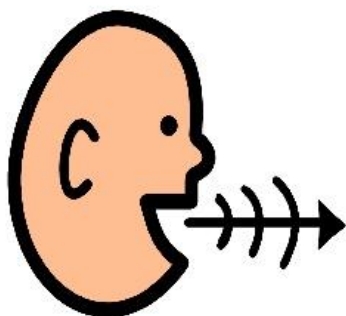
Kada neko kašlje, a ja hoću da prestane...  
Mogu da stavim slušalice. To je u redu.



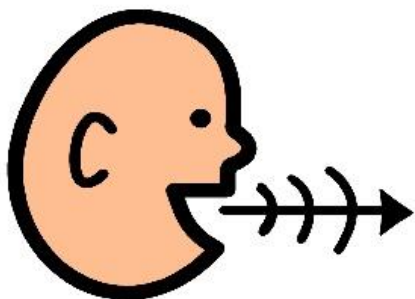
Kada neki predmet pravi zvuk koji mi smeta,  
mogu da ga zaustavim tako što ću da ga  
isključim. To je u redu.



Kada neko priča, a ja hoću da prestane...  
NIJE u redu da ga davim.



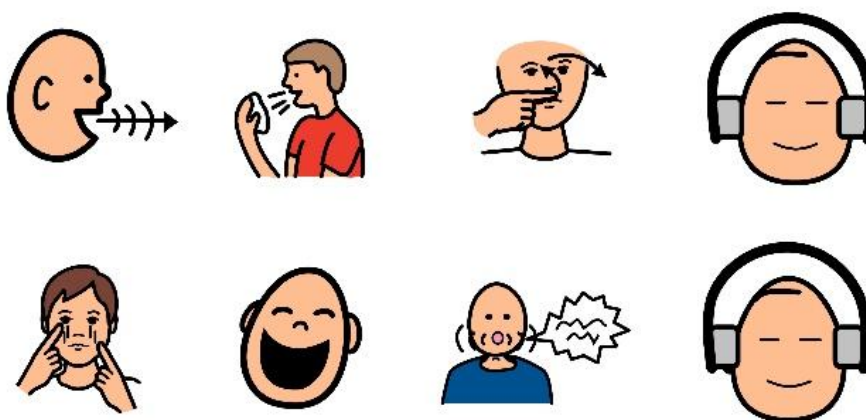
Kada neko priča, a ja hoću da prestane...  
Mogu da stavim slušalice. To je u redu.



Kada osoba pravi zvuk koji mi smeta,  
mogu da stavim slušalice. To je u redu.



Kada osoba pravi zvuk koji mi smeta,  
mogu da stavim slušalice. To je u redu.



## Petostepena skala emocija<sup>1</sup>



Vizuelno dizajnirana skala na kojoj su prikazane osnovne emocije (gradirane na brojčanoj petostepenoj skali) predočava na jasan način najprepoznatljivija osećanja. Značaj skale je u tome što ćemo na način blizak detetu s autizmom pokušati da približimo mogućnost prepoznavanja i kontrolisanja vlastitih emocija u datom momentu.

### ***Kako učenicima objasniti 5-stepenu skalu***

Ovaj metod rada neće funkcionisati ukoliko učenik/učenica ne razumije što skala predstavlja i što se od njega očekuje. Poželjno je da pored svih ajtema na skali postoje i lični crteži

---

<sup>1</sup> Skala je kreirana od strane Kari Dunn Buron i Mitzi Bet Curtis u 2003

učenika/učenice kako bi pojasnili i predstavili osjećanja. Razgovor s učenicom/učenicom trebalo bi da teče na ovaj način:

*Nastavnik/Nastavnica: Kako se osećaš kad si srećan, kad ti je dobro...?*

*Učenik/Učenica: Kad sam srećan, opušteno, mirno.*

*Nastavnik/Nastavnica: Koje stvari radiš kad si srećan?*

*Učenik/Učenica: Smijem se. Crtam. Igram se.*

Nastavnik/Nastavnica: To je kao na skali 1. Stepnica „1“ označena je zelenom bojom jer smo tada mirni, srećni, nasmejani i opušteni. Radimo stvari koje želimo da radimo. Sada nacrtaj sliku pored stepenice 1 (podstaknite ga da izrazi svoja osjećanja kad je srećan i ilustraciju postavite u ravni s brojem 1).

Na ovaj način radite sve do 5. nivoa koji je crvene boje i predstavlja potpuni gubitak kontrole nad svojim emocijama i ponašanjem. Kada dođe do jakog ispoljavanja osjećanja i negativnog ponašanja, moramo učeniku/učenici pružiti mogućnost da se lagano spusti na sljedeći nivo. Pri tome mora biti pravilno vođen metodom koja podrazumijeva vaše angažovanje sve dok učenik/učenica ne ovlada ovom vještinom. Trebalo bi ga naučiti kako da duboko disanje, zatvaranjem očiju, koristeći relaksacione tehnike koje se uče kod terapeuta.

Za nivoe 5, 4. i 3, učenici treba da uče najbolje načine obuzdavanja i vladanja situacijom. Najdjelotvornija je metoda igranja uloga će se iskustveno prolazi kroz situacije. Na taj način stiže se sposobnost suočavanja s realnim stanjem. „Ako si ljut to je predstavljeno na slici (slika) 5“, kažete učeniku/učenici: „Trebalo da se spuštaš na broj 3.“ Onda pokažite 3 na skali, a učenik/učenica udiše duboko i počinje da broji do 10.

Uz pomoć 5- stepenog modela učenici prate svoje ponašanje, prepoznaju svoje emocije i u stanju su da ih kontrolišu do određene mjere.

Ono što čini posebno korisnom 5-stepenu skalu jeste to da se može primijeniti u gotovo svakoj situaciji. To omogućava djelovanje na različita ponašanja kako kod učenika/učenice s autizmom tako i kod ostalih učenika. Važno je da se instruktivni rad s učenicom/učenicom obavlja individualno kako bi obuka za korišćenje petostepene skale bila na pravi način shvaćena i potpuno uspješna.

U situaciji uznemirenosti dijete treba uvesti u bezbjednu prostoriju, tzv. „mirni kutak“. Uklonite mu stimuluse i recite: „Ja ću sačekati dok ne budeš spreman da se vratiš u učionicu.“ Deci koja ne govore pokazuje se mogućnost kako da fizički bijes usmjere na odgovarajući cilj kao što je jastuk, plišana igračka, krevet i sl. Za decu s razvijenim govornim sposobnostima verbalno izražavanje ljutnje može da bude početak pravilnog usmjeravanja bijesa. Deca koja pišu, slikaju, crtaju imaju više mogućnosti za ispoljavanje svog nezadovoljstva. Treba ih uputiti da svoja nezadovoljstva nacrtaju, opišu, predstave plastelinom i sl.