

## **Агрессивное поведение у детей и подростков с расстройством аутистического спектра (РАС)**

Дети с расстройством аутистического спектра могут проявлять агрессию по отношению к себе и другим людям. Есть много способов, с помощью которых можно предотвращать и справляться с агрессивным поведением ребёнка.

### **Агрессивное поведение, самоповреждение и расстройство аутистического спектра**

Дети с расстройством аутистического спектра не всегда выражают гнев, страх, тревогу или разочарование так, как дети без аутизма.

Иногда они выражают эти чувства посредством агрессивного поведения по отношению к другим детям. Порой они агрессивны по отношению к себе.

Это называется "самоповреждающее поведение". Во время него они могут драться, брыкаться, бросать предметы или наносить себе повреждения, например, сильно трясти головой.



Дети с РАС ведут себя агрессивно или наносят себе повреждения по следующим причинам:

- испытывают трудности с пониманием происходящего вокруг (когда люди образно выражаются и используют невербальную компоненту коммуникации);
- не могут сообщить о собственных желаниях и потребностях (не могут выразить нежелание делать что-то; сообщить, что им нужен конкретный предмет);
- очень тревожны и напряжены;
- хотят избежать тревожных ситуаций или действий.

### **Как справиться с агрессивным поведением вашего ребёнка с расстройством аутистического спектра?**

Вероятно, вам не удастся предотвратить каждый срыв вашего ребёнка с РАС. Но вы можете попытаться справиться с уже происходящим эпизодом агрессивного поведения. Вот несколько советов.

Самое главное: **сохраняйте спокойствие**. Наиболее агрессивные вспышки или истерики случаются потому, что у вашего ребёнка возникают чувства и эмоции, о

которых не получается сообщить. Контролируйте свои чувства, оставайтесь в спокойном состоянии, ведите себя тихо, не добавляйте эмоций в "общий котёл".

Во время вспышки ваш ребёнок очень напряжён. Если человек находится в стрессе, то ему трудно понимать обращённую к нему речь; особенно это актуально для детей с РАС, у которых могут быть языковые проблемы. Также может помочь использование коротких фраз или минимума слов, например "сядь" вместо "Ваня, подойди сюда и сядь".

Возможно, вам понадобится увести ребёнка в безопасное место, подальше от всего потенциально опасного (полки, которые могут упасть, стеклянные предметы). Пример такого тихого и уединённого места — дворик дома. Для обеспечения безопасности попросите окружающих посторониться, не стоять у вас на пути.

**Визуальные подсказки** тоже могут помочь. Например, карточка с изображением тихого места в доме, куда ребёнок может уйти.

**Физическое удержание** опасно и для вас, и для вашего ребёнка, зачастую оно усиливает беспокойство ребёнка и ухудшает ситуацию. Позитивная поддержка поведения всегда предпочтительнее любого физического воздействия. Если вы используете удержание во время агрессивной вспышки у вашего ребёнка, то поговорите с его педиатром или поведенческим терапевтом (в идеале с сертифицированным аналитиком поведения) о других вариантах.

### **Как справляться с самоповреждениями у вашего ребёнка с расстройством аутистического спектра?**

Понимание того, что пытается сообщить вам ребёнок с РАС, нанося себе самоповреждения, поможет вам решить, как справиться с этим.

Например, ребёнок с **трудом переключается с одного занятия на другое**. И когда вы говорите ему, что надо убрать поезд перед ужином, он бьётся головой об пол. Попробуйте предупредить его за 5 минут до нового события, показав карточки с мытьём рук и сидением за столом. Это даёт ребёнку время закончить игру и предупредит о переменах.

Например, ваша дочь играет с головоломкой 10 минут, а затем дёргает себя за волосы — этим она пытается сообщить вам, что **хочет заняться чем-то ещё**. Предложив ей новое занятие, вы остановите выдёргивание волос. Ребёнок может бить себя потому, что **хочет, чтобы вы посмотрели на него** и

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №1 комбинированного вида п. Вейделевка  
Тьютор Решетникова Ирина Сергеевна

поговорили с ним. Подойдите к нему и обратите его внимание на себя. Это остановит самоповреждение. Следующий шаг — научить его привлекать ваше внимание иначе, например звать словом "мама", подходить к вам и показывать карточку помощи. Бывает так, что ваш ребёнок **расстроен** и нуждается в помощи. Например, ваша дочь играет с куклой, у которой отрывается нога, поэтому девочка начинает кричать и царапать себя. Если вы поможете ей починить куклу, она прекратит самоповреждение. Следующий шаг — обучить вашего ребёнка выказывать своё недовольство иначе, например сказать, сделать жест или показать картинку, чтобы сообщить вам, что он нуждается в помощи.