



Промяна: да подготвим детето с аутизъм

Източник: www.atism.org.uk

Човек с аутизъм може да се затруднява с промените. Понякога промените, които са малки и незначителни за нас, може да причинят повече трудности от големите промени, като смърт на роднина. Но има много неща, които можете да направите, за да му помогнете.

Тази статия описва ситуации, в които се налага промяна, и дава някои стратегии, които да помогнат в справянето с тези ситуации.

Хората с аутизъм предпочитат да са в позната среда с рутина и структура. Когато разберете, че се налага промяна, започнете възможно най-скоро да подготвяте детето. Това може да означава че, трябва да откриете кое е включено в специфичната промяна. Например, ако знаете че детето ви приема някои промени в училище за трудни, като заместващ учител, вие можете да говорите с учителите. Ако е възможно, разберете кога точно ще предстоят промени, така че да подготвите детето.

Ако детето с аутизъм ще отива в нов център или ново училище, или на почивка, е добре да подготвите персонала за нещата, които го затрудняват и тревожат. Дайте информация на персонала как да реагира при съответното поведение на детето ви.

Използвайте визуална подкрепа

Визуалната подкрепа може да помогне на детето да разбере какво ще се случи. Тя помага на хората с аутизъм да разберат по-добре това, което им казвате. Вие ще трябва да обясните какво ще се случи повече от веднъж, ако промяната ще продължи по-дълго време. Важно е да използвате прост и разбираем език и да давате време на детето да обработи информацията.

Използвайте визуална подкрепа, за да покажете на детето нещата, които го очакват. Например, ако детето ви ще ходи на почивка, покажете му снимка на самолет, с който ще лети. Ако му покажете снимки на повечето от нещата или на целия процес, включително дестинацията до която отива, това ще му помогне да разбере по-добре цялата ситуация. Като разглеждате картинките в обратен ред, можете да му покажете как ще се прибере у дома отново.

Също отбелязвайте на календара кога ще се случи промяната и стимулирайте детето да отброява дните (ако може) до промяната. В деня на промяната визуален график може да бъде много полезен за обясняване какво всъщност ще се случи.

Има много книжки, които можете да използвате, за да помогнете на детето си да разбере процеса на промяна.





По време на промяната

Когато промяната настъпи, дръжте нещо познато близо до детето и се уверете, че комуникирате с него ясно и разбираемо, така че да няма допълнителен стрес или объркване. Когато давате на детето специфични инструкции, не използвайте жестове или особена лицева експресия, тъй като това ще го затрудни. Също давайте на детето време да обработи чувството или показаното от вас.

Използвайте визуална подкрепа и визуален график, така че детето да знае какво се случва. След това, ако е възможно, се опитайте да възстановите доколкото е възможно рутината на детето. Давайте му много награди и подкрепа, за да преживее промяната.

Ако промяната е свързана със смяна на училище или други услуги, се опитайте да поддържате редовно контакт с хората, работещи с детето, за да проследите как се справя.

Накрая, помнете че може да бъде трудно за хората с аутизъм да се справят с промените. Често това отнема време. Обнадеждаващото е, че ако подготвите човека с аутизъм добре преди промяната да настъпи, и ако поддържате нещата колкото се може по-структурирани, няма да му отнеме толкова време, за да се адаптира.

