

«Ενδυνάμωση και υποστήριξη ομάδων οικογενειών ατόμων με αυτισμό»

Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων
II ΕΠΕΑΕΚ
Ενέργεια 1.1.4 Εκπαίδευση Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες
Πράξη 1.1.4 α

Φορέας Υλοποίησης: Σύλλογος Γονέων Κηδ. και Φίλων
Αυτιστικών Ατόμων Ν. Λάρισας

Διαχείριση της Συμπεριφοράς των Ατόμων με Αυτισμό (Ιωάννα Τσιούρη, Ph.D, Ψυχολόγος)

Περιγραφή του φάσματος των συμπεριφορών στον αυτισμό

Οι συμπεριφορές που εμφανίζει το κάθε άτομο με αυτισμό είναι μοναδικές και διαφορετικές από κάθε άλλου. Κάθε προσπάθεια περιγραφής, κατανόησης και διαχείρισης των ιδιαίτερων συμπεριφορών των ατόμων με αυτισμό, μόνο ένα γενικό πλαίσιο μπορεί να δώσει και σε καμία περίπτωση δεν καλύπτει όλο το φάσμα των περιπτώσεων.

Οι «αυτιστικές συμπεριφορές» συνήθως εμφανίζονται μετά το πρώτο ή δεύτερο έτος της ηλικίας. Οι περισσότεροι γονείς δε διαπιστώνουν κάτι ανησυχητικό στη συμπεριφορά των παιδιών τους κατά τη βρεφική ηλικία και μέχρι τη συμπλήρωση του πρώτου έτους της ζωής τους. Σε ορισμένες περιπτώσεις, όμως, έχει αναφερθεί ότι κάποια στοιχεία προβλημάτισαν τους γονείς ήδη κατά τη βρεφική ηλικία. Για παράδειγμα, κάποιιοι γονείς ανέφεραν ότι υπήρχαν προβλήματα στο θηλασμό (τα βρέφη δε θήλαζαν καλά), σε άλλες περιπτώσεις παρατηρήθηκε ότι τα βρέφη ή ήταν πάρα πολύ ήσυχα (δεν κλαίγανε ούτε και όταν πεινούσαν), ή κλαίγανε συνέχεια (τίποτα δεν μπορούσε να τα ανακουφίσει), αντιδρούσαν έντονα σε οποιαδήποτε αλλαγή (π.χ. όταν η μητέρα προσπαθούσε να τα ντύσει ή να τα πάρει αγκαλιά). Κάποια βρέφη αναφέρθηκε ότι συναρπάζονταν από δυνατά φώτα στην τηλεόραση, ενώ αδιαφορούσαν για οικεία πρόσωπα ή ζώα που περνούσαν από μπροστά τους.

Κατά τη νηπιακή ηλικία (μετά το πρώτο και δεύτερο έτος της ζωής), οι ιδιαιτερότητες στη συμπεριφορά των παιδιών με αυτισμό γίνονται ακόμη πιο αισθητές στους γονείς. Σπάνια τα παιδιά προσπαθούν να τραβήξουν την προσοχή της μαμάς σε κάτι, δείχνοντας κάποιο αντικείμενο. Δεν κοιτάνε το γονέα όταν εκείνος

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΟΝΕΩΝ ΚΗΔ. ΚΑΙ ΦΙΛΩΝ ΑΥΤΙΣΤΙΚΩΝ ΑΤΟΜΩΝ Ν. ΛΑΡΙΣΑΣ

Διεύθυνση: Αστεριάδου 4, 412 22 Λάρισα

τηλ/φαξ: 2410-613112, email autismla@otenet.gr http: www.autismthessaly.gr

παίζει μαζί τους (π.χ. τα γαργαλάει), ενώ δείχνουν να το απολαμβάνουν. Δεν μιμούνται τους γονείς όταν παίζουν παιχνίδια, όπως το κουκου-τζά ή χτυπάνε παλαμάκια. Κάποια νήπια αργούν να περπατήσουν (μετά το δεύτερο έτος) και συχνά εμφανίζουν ένα ιδιαίτερο τρόπο βαδίσματος (περπατάνε στις μύτες των ποδιών τους). Κατά τα δύο πρώτα χρόνια της ζωής, το βάβισμα είναι φτωχό σε συχνότητα και ποικιλία ήχων.

Κατά την προσχολική ηλικία, (οπότε και γίνεται συνήθως ή διάγνωση) και έως την ενηλικίωση γίνονται όλο και πιο εμφανείς οι ιδιαιτερότητες στη συμπεριφορά των παιδιών με αυτισμό. Οι συμπεριφορές αυτές μπορεί να περιγραφούν με βάση κάποιες γενικές κατηγορίες:

A) Επαναλαμβανόμενες δραστηριότητες:

Στερεοτυπικές κινήσεις: φτερούγισμα των χεριών ή των δαχτύλων, πήδημα πάνω-κάτω, περπάτημα στις άκρες των δαχτύλων, λίκνισμα μπρος πίσω, περιέργες εκφράσεις προσώπου ή τικ, τίναγμα του κεφαλιού, περιστροφή γύρω από τους εαυτούς τους.

Ενασχόληση κατ' επανάληψη με αισθητηριακά ερεθίσματα: γλείφουν ή βάζουν στο στόμα αντικείμενα που δεν τρώγονται, μυρίζουν αντικείμενα, χτυπούν επιφάνειες για να ακούσουν τον ήχο, κοιτάζουν επίμονα λαμπερά φώτα ή αντικείμενα, περιστρέφουν αντικείμενα ή φτερουγίζουν τα χέρια τους κοντά στα μάτια τους, αναβοσβήνουν τα φώτα ή κοιτάζουν αντικείμενα από διαφορετικές γωνίες.

Τελετουργικές ρουτίνες: εκτελούν μίας σειρά πολύπλοκων κινήσεων πριν καθίσουν να φάνε, τοποθετούν αντικείμενα σε σειρά, τοποθετούν αντικείμενα στο χώρο με ένα πολύ συγκεκριμένο τρόπο, τοποθετούν ανθρώπους στο χώρο, σκίζουν χαρτιά ή ξηλώνουν ρούχα. Σε κάποιες περιπτώσεις κλείνουν την πόρτα και το φως, φεύγοντας από ένα δωμάτιο ακόμα και όταν υπάρχουν άνθρωποι σε αυτό.

Εμμονή στην σταθερότητα και στην ομοιογένεια: Προσκολλώνται σε παλιά αντικείμενα που αρνούνται να τα αποχωριστούν, ακολουθούν συγκεκριμένη διαδρομή για να πάνε κάτω, θέλουν να κάθονται στην ίδια θέση στο τραπέζι και στην ίδια καρέκλα, συλλέγουν όμοια αντικείμενα, θέλουν να τρώνε πάντα τα ίδια φαγητά, βλέπουν τα ίδια βίντεο ή ακούνε τα ίδια μουσικά κομμάτια.

Ασυνήθιστα ή περιορισμένα ενδιαφέροντα: προσκολλώνται σε συγκεκριμένα αντικείμενα τα οποία θέλουν να έχουν πάντα μαζί τους. Τα άτομα με σύνδρομο Asperger, μπορεί να καλλιεργήσουν ειδικά ενδιαφέροντα, όπως συλλογές από σημαίες κρατών, χάρτες, ρολόγια, δρομολόγια τρένων.

B) Διαταραχές στο φαγητό:

Κάποια άτομα με αυτισμό δυσκολεύονται να μασήσουν στερεά τροφή και την καταπίνουν αμάσητη ή τρώνε πολύ συγκεκριμένα φαγητά (ιδιαίτερου χρώματος ή υφής). Μερικές φορές χάνουν γεύματα ή τρώνε υπερβολικές ποσότητες φαγητού ή υγρών με αποτέλεσμα να κάνουν εμετό.

Γ) Διαταραχές στον ύπνο:

Πολλά παιδιά με αυτισμό συχνά αρνούνται να πάνε στο κρεβάτι το βράδυ. Άλλα παιδιά ξυπνούν κατά τη διάρκεια της νύχτας και περιπλανώνται στο σπίτι ή θέλουν να κοιμηθούν με τους γονείς τους.



Δ) Φοβίες για αβλαβή πράγματα αλλά απουσία αίσθησης των πραγματικών κινδύνων:

Συχνά φοβούνται το νερό και το μπάνιο, φοβούνται να μπουν στο λεωφορείο, φοβούνται τη βροχή, φοβούνται αντικείμενα που κάποια στιγμή τους προκάλεσαν ένα δυσάρεστο συναίσθημα: (π.χ. παπούτσια, χτένα, κ.ο.κ)

Αντίθετα, δεν έχουν την αίσθηση των κινδύνων στο δρόμο, όταν σκαρφαλώνουν ψηλά, όταν πλησιάζουν καυτές επιφάνειες. Σε αυτές τις περιπτώσεις χρειάζεται προσοχή και πρόληψη.

Ε) Έλλειψη συγκέντρωσης προσοχής και υπερδραστηριότητα:

Συχνά τα παιδιά με αυτισμό, αλλά και οι ενήλικες δείχνουν ανήσυχοι και περιφέρονται άσκοπα, δεν μπορούν να συγκεντρωθούν σε μία δραστηριότητα και εμπλέκονται σε επαναλαμβανόμενες ρουτίνες και στερεοτυπικές κινήσεις.

ΣΤ) Πιθανές συμπεριφορές στην κοινότητα:

Μπορεί να τρέξουν στο δρόμο προς άσχετη κατεύθυνση, μπορεί να ξαπλώνουν στη μέση του δρόμου, μπορεί να αρπάζουν ή να ρίχνουν πράγματα από τα ράφια των μαγαζιών, όταν πηγαίνουν με τους γονείς τους για ψώνια, δεν κατανοούν βασικούς κοινωνικούς κανόνες (π.χ. βγάζουν τα ρούχα τους σε δημόσιους χώρους), βγάζουν δυνατές φωνές σε δημόσιους χώρους ή επαναλαμβάνουν στερεοτυπικά «άσεμνες λέξεις».

Ζ) Συμπεριφορές που ενέχουν κίνδυνο για τον εαυτό του, τους άλλους και το περιβάλλον:

Κρίσεις θυμού: έντονα συναισθηματικά ξεσπάσματα, που μπορεί να συνοδεύονται από δυνατές φωνές, δαγκώματα, γρατσουνίσματα, γροθιές ή άλλου τύπου επιθετικότητα προς τους άλλους

Αυτοτραυματισμοί: χτύπημα του κεφαλιού, δάγκωμα των δαχτύλων ή των καρπών, πρόκληση εμετού.

Καταστροφή αντικειμένων ή ενασχόληση με τις απλές ιδιότητες των πραγμάτων: (π.χ. σκίζουν χαρτιά, ρίχνουν αντικείμενα στο πάτωμα για να κάνουν θόρυβο, αδειάζουν συρτάρια)

Κατανόηση των συμπεριφορών στον αυτισμό

Οποιαδήποτε απόπειρα τροποποίησης ή διαχείρισης των συμπεριφορών που παρουσιάζουν τα παιδιά και οι ενήλικες με αυτισμό θα πρέπει να συνοδεύεται από μία καλή γνώση των βαθύτερων αιτιών σε γνωστικό και συναισθηματικό επίπεδο, που συνυπάρχουν σε όλα τα άτομα με αυτισμό σε μικρότερο ή μεγαλύτερο βαθμό.

Υπάρχουν, επομένως, βαθύτερα ελλείμματα στον τρόπο που τα άτομα με αυτισμό αντιλαμβάνονται τον κόσμο. Τα ελλείμματα αυτά αφορούν αισθητηριακές διαταραχές (π.χ. υπερευαισθησία σε δυνατούς ήχους ή σε δυνατό φωτισμό), διαταραχές στην επικοινωνία, (ιδιόρρυθμός λόγος ή απουσία λόγου, περιορισμένη κατανόηση προφορικού λόγου), διαταραχή στην φαντασία και άκαμπτος τρόπος σκέψης, διαταραχές στην κοινωνική αλληλεπίδραση (αδυναμία κατανόησης κοινωνικών κανόνων, δυσκολία κατανόησης των αισθημάτων ή των απόψεων των άλλων). Τα γνωστικά αυτά ελλείμματα συχνά δημιουργούν στο αυτιστικό άτομο αίσθημα σύγχυσης και ανασφάλειας, καθώς αντιλαμβάνεται τον κόσμο μας με τρόπο αποσπασματικό χωρίς να μπορεί να του δώσει ιδιαίτερο νόημα. Τα προβλήματα



συμπεριφοράς είναι πολλές φορές η κορυφή του παγόβουνου, το σύμπτωμα μιας βαθύτερης έντασης, ανασφάλειας και δυσφορίας που βιώνουν τα άτομα με αυτισμό, λόγω της αδυναμίας τους να βάλουν σε τάξη τον κόσμο γύρω τους, επειδή δεν έχουν τους γνωστικούς μηχανισμούς για να το κάνουν.

Ανάλυση της συμπεριφοράς

Η ανάλυση της συμπεριφοράς αποτελεί το πρώτο και πιο κρίσιμο βήμα σε οποιαδήποτε προσπάθεια σχεδιασμού ενός προγράμματος παρέμβασης για τη διαχείριση μίας συμπεριφοράς. Με δεδομένο ότι οι συμπεριφορές που εμφανίζουν τα παιδιά με αυτισμό εξυπηρετούν κάποια λειτουργία για το άτομο, (όσο δυσνόητες, ενοχλητικές ή και επικίνδυνες κι αν φαίνονται σε όλους εμάς), είναι σημαντικό να προσπαθήσουμε μέσα από συστηματική παρατήρηση και καταγραφή, να απομονώσουμε όλους εκείνους τους παράγοντες που συντελούν άμεσα ή έμμεσα στην εμφάνιση και τη συντήρησή τους, προκειμένου να μπορέσουμε να τις διαχειριστούμε με αποτελεσματικό τρόπο. Έτσι, γίνεται προσπάθεια να αναγνωριστούν όλοι οι παράγοντες που προηγούνται μίας συμπεριφοράς (άμεσα ή γενικότερα), οι οποίοι συμβάλουν στην εμφάνιση αυτής της συμπεριφοράς.

Όταν αναζητούμε πιθανές αιτίες στην εκδήλωση μίας συμπεριφοράς θα πρέπει να θυμόμαστε ότι συνήθως δε μιλάμε μόνο για μια αιτία, οι παράγοντες που ενεργοποιούν μία συμπεριφορά είναι ποικίλοι και σύνθετοι:

Οι πιο συνηθισμένοι λόγοι που αναφέρονται στη βιβλιογραφία συνδέονται με:

- Ματαίωση, όταν το άτομο με αυτισμό δεν μπορεί να επικοινωνήσει τις ανάγκες του (επικοινωνιακή λειτουργία).
- Σύγχυση-αποφυγή, όταν το άτομο δεν μπορεί να καταλάβει οδηγίες, απαιτήσεις ή κανόνες που του θέτουν οι άλλοι, ή όταν οι απαιτήσεις είναι υπερβολικές.
- Ματαίωση, θυμός, όταν οι άλλοι αντιστέκονται στην ανάγκη του ατόμου να έχει πλήρη έλεγχο του περιβάλλοντός του (μέσα από κινήσεις και εμμονές).
- Πόνο ή ασθένεια.
- Διαταραχές ύπνου.
- Αλλαγές στην υπάρχουσα φαρμακευτική αγωγή.
- Απουσία ερεθισμάτων-δραστηριότητας (βαριέται).
- Άγχος-φόβος όταν συμβαίνουν αλλαγές στο πρόγραμμά και στις ρουτίνες του.
- Απουσία ανοχής σε ερεθίσματα του φυσικού περιβάλλοντος (δυνατοί ήχοι, πολυκοσμία, δυνατός φωτισμός).

Τα παραπάνω μπορούν να θεωρηθούν οι άμεσοι ή έμμεσοι «ενεργοποιητές» των προβλημάτων συμπεριφοράς, καθώς φαίνεται ότι ενεργοποιούν ή πυροδοτούν την εμφάνισή τους.

Παράλληλα γίνεται καταγραφή των δικών μας τρόπων αντίδρασης σε αυτή τη συμπεριφορά, οι οποίοι ενδεχομένως, χωρίς πολλές φορές εμείς να το συνειδητοποιήσουμε, συμβάλλουν στη διατήρηση αυτής της συμπεριφοράς. Για



παράδειγμα, αν ένα παιδί, κάθε φορά που θέλει κάτι και η μητέρα του το αρνείται, καταλάβει ότι το αίτημά του ικανοποιείται μόλις εκδηλώσει μία κρίση θυμού (π.χ. αρχίσει να φωνάζει δυνατά), το πιθανότερο είναι ότι θα μάθει να χρησιμοποιεί αυτή τη συμπεριφορά, προκειμένου να έχει αυτό που επιθυμεί, κάτι που δημιουργεί ένα φαύλο κύκλο διαιώνισης μίας δύσκολης συμπεριφοράς.

Προσεγγίσεις και παρεμβάσεις για τη διαχείριση της συμπεριφοράς

Αφού προηγηθεί συστηματική παρατήρηση και καταγραφή τόσο των βασικών διαστάσεων της ίδιας της συμπεριφοράς (ένταση, συχνότητα, διάρκεια) όσο και των πιθανών συνθηκών που την ενεργοποιούν, το επόμενο βήμα είναι ο σχεδιασμός της παρέμβασης για τη διαχείριση αυτής της συμπεριφοράς. Θα πρέπει να τονισθεί ότι δεν υπάρχουν συνταγές και κανόνες. Το κάθε άτομο είναι μοναδικό και οι τρόποι που θα το προσεγγίσουμε πρέπει επίσης να είναι προσαρμοσμένοι στις δικές του ανάγκες και ιδιαιτερότητες.

Θα πρέπει επίσης να θυμόμαστε ότι:

- Δεν μπορούμε να αλλάξουμε όλο το φάσμα των αυτιστικών συμπεριφορών που παρουσιάζει το παιδί γι' αυτό ιεραρχούμε και επιλέγουμε με βάση:
 - Το βαθμό επικινδυνότητας της συμπεριφοράς για το ίδιο το άτομο, τους άλλους και το περιβάλλον.
 - Τις δυσκολίες που δημιουργεί η συμπεριφορά όσον αφορά την αποδοχή του ατόμου από το ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο άμεσα ή και στο μέλλον (κατά την ενηλικίωση).
- Τα όρια που θα βάλει η οικογένεια στο παιδί εξαρτώνται από προσωπικά πιστεύω για το τι είναι «σωστό» και «τι δεν είναι» ή από κανόνες γενικώς αποδεκτούς σε τοπικές ή ευρύτερες κοινωνίες και κουλτούρες.
- Χρειάζεται όλοι όσοι εμπλέκονται με το παιδί (γονείς, γιαγιάδες, παππούδες, αδέρφια, συγγενείς και δάσκαλοι) να συμφωνήσουν σχετικά με τα όρια που θα βάλουν (τι είναι αποδεκτό και τι δεν είναι), προκειμένου να σχεδιαστούν από κοινού δράσεις
- Δεν υπάρχουν μαγικές συνταγές ούτε χρυσοί κανόνες, μόνο κάποιοι γενικοί παράγοντες, οι οποίοι μπορεί να συμβάλουν στην πρόληψη αλλά και στην αποτελεσματικότερη διαχείριση των συμπεριφορών των παιδιών με αυτισμό:

Δημιουργία σχέσεων: βασική προϋπόθεση σε όποια προσπάθεια τροποποίησης μίας συμπεριφοράς είναι η ανάπτυξη μίας σχέσης αμοιβαίας εμπιστοσύνης με το αυτιστικό άτομο, μίας σχέσης που βασίζεται στη συνέπεια, στη σταθερότητα, στην ειλικρίνεια και στη συνεχή υποστήριξη.

Πολύ καλή γνώση του ατόμου: η πολύ καλή γνώση των ιδιαιτεροτήτων, των συνηθειών, των αναγκών και των τρόπων επικοινωνίας του συγκεκριμένου ατόμου είναι η αφετηρία για κάθε προσπάθεια τροποποίησης της δύσκολης συμπεριφοράς του, καθώς βοηθά στην ανάπτυξη ενός υποστηρικτικού προγράμματος διαχείρισης της συμπεριφοράς του, προσαρμοσμένο στις δικές του ιδιαίτερες ανάγκες.



Επικοινωνία: με δεδομένο ότι τα περισσότερα προβλήματα συμπεριφοράς συνδέονται με τις δυσκολίες που παρουσιάζουν τα άτομα με αυτισμό στο να επικοινωνήσουν τις ανάγκες τους, οποιαδήποτε προσπάθεια βελτίωσης και υποστήριξης των δεξιοτήτων επικοινωνίας του ατόμου, συμβάλλει σημαντικά στη μείωση της εμφάνισης δύσκολων συμπεριφορών. Είναι σημαντικό το στενό οικογενειακό περιβάλλον του αυτιστικού ατόμου να αναπτύξει σταθερούς κώδικες επικοινωνίας μαζί του, σεβόμενο τις ιδιαιτερότητες και τις αδυναμίες του (χρήση οπτικών σημάτων και απλών λέξεων-κλειδιά), όπως επίσης είναι σημαντικό να ενθαρρύνεται οποιαδήποτε προσπάθεια αυθόρμητης επικοινωνίας των αναγκών του από το ίδιο το αυτιστικό άτομο όσο ατελής ή ιδιόμορφη και αν είναι αυτή. Παράλληλα, όταν η συμπεριφορά έχει επικοινωνιακή λειτουργία (π.χ. ένα παιδί φωνάζει προκειμένου να αποφύγει κάτι) είναι σημαντικό να του δίνεται η δυνατότητα να μάθει εναλλακτικούς τρόπους συμπεριφοράς που να εξυπηρετούν την ίδια λειτουργία (π.χ. να χρησιμοποιεί μία φωτογραφία ή ένα νεύμα προκειμένου να δηλώσει άρνηση)

Δημιουργία κατάλληλου περιβάλλοντος: Ο χώρος μέσα στον οποίο ζει το άτομο με αυτισμό είναι σκόπιμο να είναι προσαρμοσμένος στις ανάγκες και τις ιδιαιτερότητές του, προάγοντας αίσθημα ασφάλειας και ικανοποίησης (π.χ. ύπαρξη αρκετού προσωπικού χώρου, διασφάλιση ενός ήσυχου δωματίου, αν παρουσιάζει αυξημένη ευαισθησία σε θορύβους, αποφυγή εντάσεων ή πολύ δυνατών φωνών κατά το μέγιστο δυνατό, συχνές βόλτες σε ανοιχτούς χώρους αν του αρέσει η κίνηση και η φυσική άσκηση.)

Δόμηση του χώρου και του χρόνου τους: Με δεδομένο ότι τα άτομα με αυτισμό νοιώθουν συχνά ανασφάλεια και σύγχυση, είναι σημαντικό να διασφαλίζεται κατά το μέγιστο δυνατό ένα πρόγραμμα στην καθημερινότητά τους, το οποίο να παρουσιάζει σταθερότητα και το οποίο να περιέχει ένα εύρος δραστηριοτήτων προσαρμοσμένων στις ανάγκες και τα ενδιαφέροντά τους, έτσι ώστε να αντλούν ικανοποίηση και αίσθημα επιτυχίας από αυτές. Το πρόγραμμα αυτό είναι σημαντικό να το γνωρίζει το άτομο με αυτισμό (π.χ. χρήση φωτογραφιών που να σηματοδοτούν τις δραστηριότητες της ημέρας του), έτσι ώστε να περιορίζεται η αγωνία που πιθανώς να νιώθει για το τι πρόκειται να συμβεί.

Προτροπή για ενασχόληση με εναλλακτικές συμπεριφορές: Οι εναλλακτικές συμπεριφορές πρέπει να έχουν την ίδια λειτουργία με τη δύσκολη συμπεριφορά προκειμένου να την αντικαταστήσουν: Αν για παράδειγμα η συμπεριφορά που θέλουμε να αντικαταστήσουμε είναι η στερεοτυπική ρίψη αντικειμένων στο πάτωμα θα πρέπει η εναλλακτική να έχει το ίδιο αισθητηριακό αποτέλεσμα για το άτομο (π.χ. κάδοι στους οποίους ρίχνει αντικείμενα σε διαφορετικά μεγέθη σχήματα ή χρώματα).



- Σε περιπτώσεις έντονων κρίσεων θυμού, που ενέχουν επιθετικότητα ή αυτοτραυματισμό, αυτό που πρέπει να έχουμε υπόψη είναι ότι πολλές από αυτές τις συμπεριφορές είναι αποτέλεσμα αυξημένης έντασης και άγχους, τα επίπεδα του οποίου ξεπέρασαν κάποια στιγμή ένα οριακό σημείο και οδήγησαν σε έντονα συναισθηματικά ξεσπάσματα. Ο παράγοντας πρόληψη από την πλευρά μας είναι πολύ κρίσιμος όταν το άτομο βρίσκεται σε αυτό το οριακό σημείο συναισθηματικής διέγερσης. Αν μπορούμε να αναγνωρίσουμε ενδείξεις εκνευρισμού ή άγχους μπορούμε να προλάβουμε την εκδήλωση της έντονης ή επικίνδυνης συμπεριφοράς:
 - Αποφεύγουμε να κάνουμε οτιδήποτε θα διεγείρει ακόμη περισσότερο το άτομο (φωνές, απειλές, σωματική εγγύτητα, έντονες χειρονομίες, εκφράσεις προσώπου.)
 - Μιλάμε με ήρεμο τόνο και προσπαθούμε να βοηθήσουμε το άτομο να ηρεμήσει και να του δείξουμε ότι βρισκόμαστε κοντά του για ό,τι χρειαστεί.
 - Σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να χρειαστεί να απομακρυνθούμε τελείως από το οπτικό του πεδίο, αν διαπιστώσουμε ότι επίκειται μία έκρηξη θυμού.
 - Δεν θέτουμε απαιτήσεις όταν το άτομο είναι ήδη εκνευρισμένο.
 - Προσπαθούμε να δώσουμε στο άτομο τρόπους για να χαλαρώσει, όταν δείχνει νευρικό και ανήσυχο (μουσική, μαξιλάρια, μασάζ, χυμό).
 - Προσπαθούμε να διοχετεύσουμε την αυξημένη ενεργητικότητα του ατόμου σε «κοινωνικά αποδεκτές» διεξόδους. (π.χ. καθημερινή φυσική άσκηση.)

Συμπερασματικά, μπορούμε να πούμε ότι η διαχείριση των προβλημάτων συμπεριφοράς μπορεί να επιτευχθεί με μία σειρά παρεμβάσεων οι οποίες εφαρμόζονται σε ένα σταθερό και υποστηρικτικό περιβάλλον. Είναι γεγονός ότι δεν υπάρχουν μαγικές συνταγές, ούτε φόρμουλες κοινές για όλες τις περιπτώσεις. Η καλή γνώση του ατόμου και των αναγκών του, καθώς και η ανάπτυξη μίας σχέσης εμπιστοσύνης, συνέπειας και σταθερότητας, όπου τα όρια και οι απαιτήσεις μπαίνουν πολύ ξεκάθαρα από όλους όσους εμπλέκονται με το άτομο, είναι ίσως η καλύτερη και πιο σίγουρη προσέγγιση για την πρόληψη αλλά και τη διαχείριση των προβλημάτων συμπεριφοράς στον αυτισμό.

Βιβλιογραφία

- Maurice, C., Green, G., Luce, C. S. (Eds) (1996). *Behavioral interventions for young children with autism*. Texas: Pro-Ed.
- O' Neil, R.E., Horner, R.H., Albin, R.W., Sprague, J.R., Storey, K., Newton, J.S. (1997). *Functional assessment and program development for problem behavior*. Pacific Grove: Brooks/Cole Publishing Company
- Wing, L. (2000). *Το αυτιστικό φάσμα. Ένας οδηγός για γονείς και επαγγελματίες*. Ελληνική Εταιρεία Αυτιστικών Ατόμων



