

Темпл Грандин «Дети с аутизмом и стереотипии»

Темпл Грандин – профессор животноводства в Университете штата Колорадо, всемирно известный представитель аутизма, один из первых людей-аутистов, публично поделившихся своим личным опытом.

«Стереотипии» (стимминг, «стимы») – это различные виды самостимулирующего поведения. Такое поведение, так или иначе, присутствует у большинства людей. Иногда мы наматываем волосы на пальцы или стучим карандашом по столу – это тоже стереотипии. Отличие между обычными стереотипиями и теми, которые считаются неприемлемыми, в конкретных разновидностях и интенсивности.

Когда у меня были стереотипии, например, я пропускала песок через пальцы, то это меня успокаивало. Когда я проявляла стереотипии, то невыносимая боль в ушах от посторонних звуков прекращалась. Дети с аутизмом повторяют одни и те же необычные движения, потому что им это доставляет удовольствие. Стереотипии помогают им выдержать слишком интенсивную сенсорную стимуляцию от окружающего мира. Либо стереотипии уменьшают внутреннюю тревожность, которую такие дети, как правило, испытывают целый день.

У людей с аутизмом могут быть самые разные стереотипии. Они могут раскачиваться, трясти кистями рук, вращаться на месте, могут вертеть различные предметы в руках, например, монеты, ходить из стороны в сторону, бить себя или повторять одни и те же слова снова и снова (вербальные стереотипии). Если такие виды поведения никак не контролируются, чрезмерны, проявляются в совершенно неподходящих ситуациях или мешают социальному общению ребенка, то это проблема.

Родители и учителя детей с аутизмом часто спрашивают меня: «Нужно ли позволять ребенку продолжать свои стереотипии?» Обычно я отвечаю: «Да или нет».

В детстве мне разрешалось предаваться стереотипиям в своей спальне в течение одного часа после обеда и в течение короткого времени после ужина. В остальное время стереотипии мне запрещали. Однозначно были запрещены стереотипии за обеденным столом, в магазинах и церкви.

Мне кажется, очень важно выделять конкретное время в расписании ребенка, когда он может практиковать стереотипии, находясь в одиночестве. После чрезмерной стимуляции стереотипии помогают ребенку успокоиться.

Для людей с более тяжелым аутизмом можно использовать стереотипии в качестве вознаграждения. Иногда такие люди могут на чем-то сосредоточиться лишь непродолжительное время, после этого им обязательно нужно заняться стереотипиями, чтобы снова сосредоточиться и привести свою систему в порядок.

Три типа повторяющегося поведения

Не все виды повторяющихся движений – это самостимулирующее поведение. Очень важно правильно определить источник такого поведения.

1. Стереотипии (самостимулирующее поведение). Это поведение, с помощью которого ребенок себя успокаивает. Стереотипии помогают ребенку восстановить свой эмоциональный баланс. К сожалению, если просто позволить ребенку предаваться стереотипиям целый день напролет, то он ничему не научится, его мозг отгородится от внешнего мира. Совершенно нормально разрешать ребенку «стимить» в течение определенного времени, но ребенку 2-5 лет каждый день нужно получать от трех до

четырёх часов индивидуальных занятий с хорошим преподавателем, чтобы ребенок мог усваивать новую информацию об окружающем мире и учиться.

2. Непроизвольные движения. Эти движения могут напоминать стереотипии, но на самом деле это тики – произвольные сокращения мышц. Причиной сложных мышечных тиков может быть синдром Туретта или состояние, которое называется тардивная дискенезия. Эта дискенезия может быть побочным эффектом нейролептиков, таких как Риспердал (рисперадон), Сероквель (кветиапин) или Абилифай (арипипразол). Длительный прием таких препаратов может приводить к повреждению нервов, иногда необратимому, что и вызывает повторяющиеся движения. Хотя в США такие препараты одобрены для детей с пяти лет, они не являются хорошим выбором для детей с аутизмом, могут приводить к повреждению нервов и резкому набору веса. Прежде чем остановиться на препаратах, я бы рекомендовала сначала попробовать специальную диету или пищевые добавки с рыбьим жиром.

3. Полный нервный срыв из-за сенсорной перегрузки. Когда это происходит, то похоже, что у ребенка истерика, он может пинаться, трясти руками и биться головой о пол. Наилучший подход в такой ситуации – поместить ребенка в тихое и безопасное место и позволить ему успокоиться самостоятельно. Обучение во время нервного срыва невозможно. Когда у меня заканчивалась истерика, то моя мама говорила мне, что в наказание я не буду смотреть сегодня вечером телевизор, и все.

В зависимости от причины стереотипий можно использовать терапию, такую как АВА, менять окружающие условия или использовать сенсорную терапию. Это может уменьшить или модифицировать стереотипию. Родители также могут учить ребенка заменять свои стереотипии на более незаметные и приемлемые вне дома, например, ребенок может трогать маленький предмет у себя в кармане или сжимать мягкий мячик вместо того, чтобы трясти руками.