

Kā izveidot ikdienas grafikus bērniem ar autiskā spektra traucējumiem

Heli Viress-Collins, Mg. Psih.
Sertificēta uzvedības analītiķe

Amee Jones, Mg. Spec.Educ.
Sertificēta uzvedības speciāliste

Materiāls oriģinālvalodā pieejams:
<https://www.monarchcenterforautism.org/webinars>

Materiālu uz latviešu valodu tulkoja Evija Kaša, Rēzeknes
pamatskolas – attīstības centra izglītības metodiķe

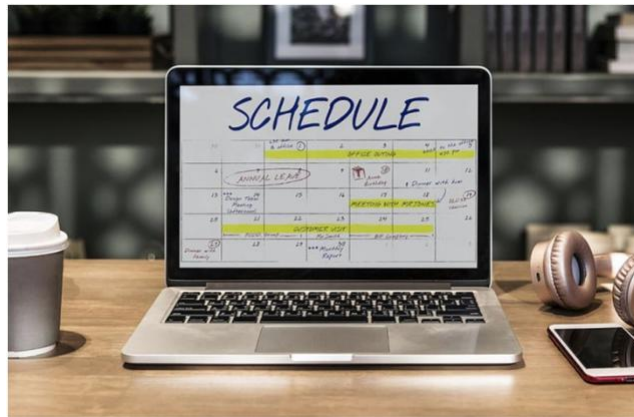
Priekšvārds

Pētījumi par autismu liecina, ka bērniem ar autiskā spektra traucējumiem (AST), visticamāk, būs problemātiska uzvedība - bērns pat var kaitēt sev, var izrādīt agresiju, bojāt apkārtesošos priekšmetus.

Mācot bērnu ar AST ievērot grafiku, var samazināt varbūtību, ka bērns saskarsies ar tamlīdzīgām, ar uzvedību saistītām situācijām.

Ja bērns, ar kuru tiek strādāts, izturas pret sevi un / vai citiem tā, ka tas rada bīstamas situācijas, ir jāsaazinās ar savas skolas metodiķi un jālūdz veikt funkcionālās uzvedības novērtējumu. Tad, pamatojoties uz novērtējuma rezultātiem, tiks uzrakstīts visaptverošs uzvedības korekcijas plāns, kas ietver gan proaktīvas, gan reaktīvas stratēģijas.

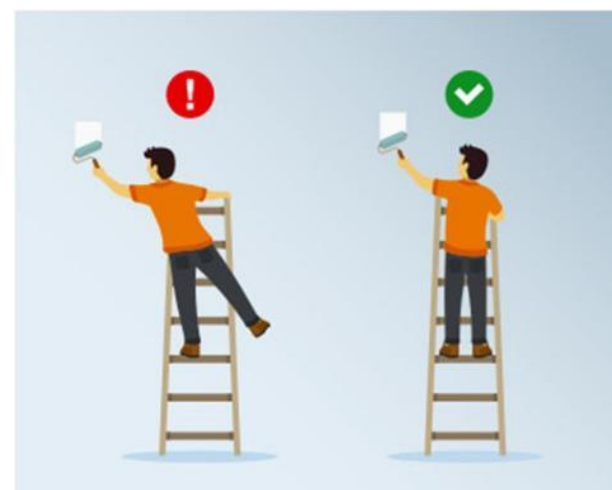
Mērķi



1. Kā izveidot piemērotu grafiku savam skolēnam
- un
2. Kā iemācīt skolēnam ievērot šo grafiku.

Galvenie jēdzieni / terminoloģija

- Uzvedība = viss, ko mēs darām!
- Pastiprināšana
- Piepūle
- Motivācija
- Vēlamās / nevēlamās darbības
- Pārejas = pāreja no vienas darbības uz otru
- Atbilstība / uzdevuma izpilde



Kāpēc ir svarīgi iemācīties sekot līdz grafikiem?

- Grafiks nodrošina struktūru, paredzamību un kārtību
- Sagaidāmais rezultāts
 - Kā jāīsteno
 - Kā to izprast
- Parāda laika ritējumu
 - Cik ilgi līdz pusdienām
- Rada neatkarību



Struktūra

Mums visiem ir nepieciešama motivācija, „darīt lietas”.

- Skolēniem ar AST nestrukturēts laiks rada labvēlīgu vidi problemātiskai uzvedībai:
 - Pašstimulējoša uzvedība
 - Postoša uzvedība
 - Paškaitējoša un agresīva izturēšanās



Paredzamība un kārtība



Sākot dienu, kopā ar skolēnu ir jāpārbauda kalendārs.

Ir jānodrošina tāda vide, kurā skolēns koncentrējas uz pašreizējo aktivitāti. Pretējā gadījumā nenoteiktība rada uzvedības problēmas.

Grafiku veidošana

Skolēniem ar AST nepieciešami vai nu kādi priekšmeti vai aktivitātes, kas motivē pāreju no vienas aktivitātes uz otru. Turklāt - skolēni paliek iesaistīti!

- Kas ir pastiprināšana?
- * Pastiprināšana pret kukuļošanu
- Kā tiek saglabāta motivācija?
- Uzslava - kāpēc tā var nedarboties kā pastiprinātājs



Grafiku veidošana

- Priekšroka novērtēšanai
 - Jautājiet savam skolēnam/
vecākiem
 - Novērojiet: kādas parasti ir skolēna izvēles /
ko parasti dara brīvajā laikā
 - Novērojiet skolēnus aktivitātē, vai viņi šķiet
“laimīgi”?



Grafiku veidošana

- Grafika izvēle: kāds grafiks tika lietots agrāk?
 - Izmantojiet grafiku, kas ir pazīstams jūsu skolēnam
- Identificējiet darbības, kas jāiekļauj grafikā (-os)
 - ikdienas dzīves iemaņas, skolas darbs, mājas darbi, ēdienreizes, rotaļas
- Uzskaitiet vēlamās un nevēlamās darbības
 - Secīgi sarindojiet tās, sākot no visvairāk vēlamajām beidzot ar nevēlamajām
 - Var sarakstu mainīt, kad mainās izvēles / situācijas



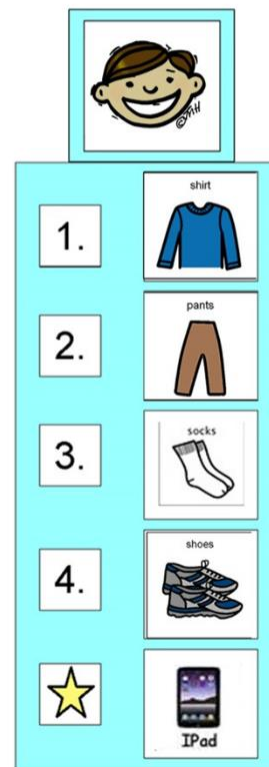
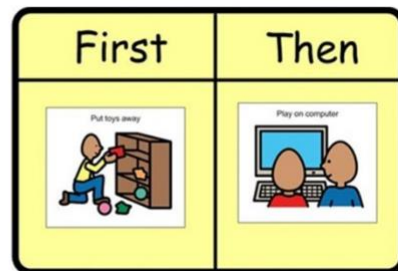
Grafiku veidošana



- Grafiki ietver pārvietošanos vai pāreju no vienas aktivitātes uz otru
- Dažreiz nākas pāriet no vēlamās uz mazāk vēlamo aktivitāti
- Nemiet vērā pūles, kas būs jāiegulda!
- Ir grūti pāriet no vēlamās uz mazāk vēlamo.
- Vai uzdevums sagādā daudz pūļu / ir par grūtu?
- Vai jūs varat padarīt mazāk vēlamās darbības vēlamākas?
- Apsveriet skolēna fizisko aktivitāšu daudzumu
- Iekļaujiet pietiekami daudz fizisko aktivitāšu grafikā un paredziet tās pirms perioda, kurā skolēnam būs ilgstoši jāsež

Grafiku veidi

- Rakstiski / Vizuāli, piemēram, fotoattēli
- Grafika lielums
 - Vispirms-Tad
 - Mikro
 - Makro



Mikro grafiks



Makro grafiks



Makro grafiks
Balstīts uz laiku

Mācīt ievērot grafiku

- Regulāri pārskatīt grafiku
 - Noteikt robežas un skaidrus mērķus
 - Ļaujiet bērnam atbilstoši kontrolēt grafikā norādīto darbību kārtību
- Veicināt bērna iesaistīšanos grafika izveidē
- Mācot grafika lietošanu, uzturiet pozitīvas attiecības ar savu skolēnu
 - Bieži sazinieties ar savu skolēnu pozitīvā veidā
 - Tā vietā, lai teiktu “Laiks strādāt”, dodiet konkrētus norādījumus





Sensory Processing Explained

Mācīt ievērot grafiku

Dodiet norādījumus, kad nepieciešams parādiet vēlamo rīcību, un motivējiet!

Sāukumā māciet, kā pārbaudīt grafiku:

1. "pārbaudiet savu grafiku"

-Ja nepieciešams, parādiet priekšā, kā to darīt

2. Norādiet uz pirmo darbību

- Ja nepieciešams, palīdziet uzsākt aktivitāti, tad mudiniet darboties tālāk - Sāciet ar vēlamo darbību

Mācīt ievērot grafiku

Pāreja: kā pāriet no vienas darbības uz nākamo

- Pārejot no vēlamās uz mazāk vēlamo:
 - Pirms konkrētās aktivitātes, parādiet, ka tiks sniegts atbalsts, lai skolēns zina
 - Izmantojiet taimerus (plusi un mīnusi)
 - Veidojiet grafiku tā, lai pārejas **neparādītos** no visvairāk vēlamajām beidzot ar vismazāk vēlamajām aktivitātēm
 - Pastipriniet visas atbilstošās pārejas



Mācīt ievērot grafiku



Koncentrēšanās uzdevumam

- Sāciet ar viegli izpildāmu uzdevumu, kas neprasa daudz pūļu
- Dodiet izvēli
- Var būt nepieciešami vairāki mikro grafiki, lai jūsu skolēns spētu koncentrēties uz uzdevumiem
- Neliels pastiprinājums visas sesijas laikā
 - Neliela uzkoda, kas nepārtrauks sesiju
- Žetoni visas sesijas laikā, kurus beigās var apmainīt pret vēlamajiem priekšmetiem
 - Ja skolēns pārzina žetonu sistēmu

Ieteikumi:

- Neņemiet no skolēna priekšmetus, ja vien tie neapdraud dzīvību
 - Tā vietā motivējiet skolēnu pāriet uz citu darbību
- Izvairieties no skolēnu “mānīšanas” atteikties no priekšmetiem
 - Tā vietā lieciet skolēnam brīvprātīgi atteikties no priekšmeta
- Izvairieties no fiziskas skolēna ietekmēšanas, piemēram, kratīt skolēnu, turot aiz pleciem
 - Tā vietā motivējiet



Secinājumi

- Grafiki nodrošina struktūru, paredzamību un kārtību
- Uzskaitiet vēlamās un nevēlamās darbības
- Nosakiet robežas un ierobežojiet piekļuvi pastiprinošām darbībām
- Sniedziet skaidras instrukcijas, izvirziet skaidrus mērķus
- - Ļaujiet bērnam atbilstoši kontrolēt grafikā norādīto darbību kārtību
- Tagad nav īstais laiks mācīt jaunu uzvedību, mums jāpaliek drošiem un veseliem - jā saglabā apgūtās prasmes
- Izmantojiet grafikus, lai pēc iespējas vairāk iesaistītu savu skolēnu, lai ierobežotu nestrukturētu laiku



Resursi

Kā:

<https://howtoaba.com/teach-visual-schedules/>

<https://www.iloveaba.com/2018/04/the-value-of-activity-schedules.html>

<https://theautismhelper.com/behavior/schedules/>

<https://www.merakilane.com/visual-schedules-for-children-with-autism-how-and-why-they-work/>

Bezmaksas vizuālie grafiki izdrukāšanai:

<https://www.milestones.org/resources/tool-kits/visual-supports-tool-kit>

<https://www.teacherspayteachers.com/Product/Morning-and-End-of-Day-Routine-Display-Schedule-Visuals-autism-special-needs-758269>

<https://www.teacherspayteachers.com/Product/Mini-Schedule-with-visuals-of-rules-3382100>

<https://www.teacherspayteachers.com/Product/Daily-Speech-Schedule-Visual-3351388>

Atsauces

Barbera, Mary, 2020. Marybarbera.com/blog/

Broadhead, 2018. Using activity schedules to promote varied application use in children with autism, *Journal of Applied Behavior Analysis*, 51, 80-86.

Cooper, Heron & Heward, 2007. *Applied Behavior Analysis*, Second Edition.

Dunlap & Koegel, 1980. Motivating Autistic Children through stimulus variation, *Journal of Applied Behavior Analysis*, 13, 619-627.

Jessel, Invarsson, Whipple & Kirk, 2017. Increasing on-task behavior of an adolescent with autism using momentary differential reinforcement, *Behavior Interventions*, 32, 248-254.

Latham, Glenn, 1994; *The Power of Positive Parenting: A Wonderful Way to Raise Children*.

Long, Sasha, 2020. *The Autism Helper Podcast*.

McCord & Thomson, 2001. Functional analysis and treatment of self-injury associated with transitions, *Journal of Applied Behavior Analysis*, 34, 195-210.

MacDuff, Krantz & McClannahan, 1993. Teaching children with autism to use photographic schedules: maintenance and generalization of complex response chains, *Journal of Applied Behavior Analysis*, 26, 89-97.

Schramm, 2014. *The Seven Steps to Earning Instructional Control*.

Wilder, Chen, Atwell, Pritchard & Weinstein, 2006. Brief functional analysis and treatment of tantrums associated with transitions in preschool children, *Journal of Applied Behavior Analysis*, 39, 103-107.