

مشکل رفتاری:

همه کودکان با مشکل ارتباطی به نوعی مشکلات رفتاری را بروز می دهند، که معمولاً مستقیماً به مشکلات ارتباطی آنها مرتبط است. با افزایش تعامل موفق بین والد و کودک که برای هر دو طرف رابطه خوشنود کننده است، اغلب به طور طبیعی رفتارهای چالش برانگیز در کودک کاهش خواهد یافت.
تعدادی از قوانین ساده برای کاهش مشکلات رفتاری در کودک عبارتند از:
* از پیش برنامه ریزی کنید:

مشکل رفتاری را پیش بینی و از بروز آن جلوگیری کنید. کشف کنید که قشقرق ها چه زمانی و به چه علتی اتفاق می افتند؟ محرک های استرس زا چه هستند؟ موقعیت چیست؟ افراد کدامند؟ و کدام فعالیت ها به احتمال بیشتری ناراحتی را به وجود می آورند.

* ممکن است دوره های آشفتگی و رفتارهای نامناسب کودکان دارای علائم اتیسم، واکنش هیجانی نسبت به حضور عوامل برانگیزاننده و محرک هایی باشد که برای کودک غیر قابل درک هستند و او نمی داند چگونه در برابر آنها از خود واکنش نشان دهد. شناسایی چنین عواملی برانگیزاننده ای امری مهم و قابل توجه است. این موارد می توانند شامل محرک های حسی، وجود محرک های غیر قابل درک برای کودک و رویدادهای غیر قابل پیش بینی و... باشند.

* به حساسیت های حسی که ممکن است عامل ایجاد قشقرق ها باشند توجه کنید و آگاه باشید. معمولاً کودکان نمی توانند راجع به چیزهایی که او را آشفته می کند با ما صحبت کنند، ما باید الگوهای به هم ریختگی را کشف کنیم. و محرک هایی را که امکان بروز این رفتارها را افزایش می دهند دور کنید.

* تمامی این رفتارها را بعنوان وسیله ای برای ارتباط ببینید و از خود سوال کنید: کودک با پرت کردن اسباب بازی ها، زدن دیگران، آسیب رساندن به خود و یا کنار کشیدن و پرداختن به رفتارهای تکراری و کلیشه ای، تلاش می کند چه چیزی را بیان کند؟ آیا او می گوید: "انجام این کار برای من خیلی دشوار است؟" "من متوجه نمی شوم؟" "آن را متوقف کن" "می خواهم تنها باشم؟"

* اگر فکر می کنید که کودک با قشقرق هایش می خواهد به شما بگوید "نه" متوجه آن شوید، اما به او اجازه ندهید تا این روش را روش موافقی برای مخالفت کردن تجربه کند. هدف شما باید ساختن انعطاف پذیری و آموزش راه های ارتباطی مناسب تر به کودک باشد.

* از پرت کردن حواس (با محرک های خنثی و نه مشوق) و جهت دادن مجدد استفاده کنید.

* همیشه آرام بمانید. هرچه کودک آشفته تر می شود شما آرام تر شوید. صدايتان را پایین بیاورید و با ریتم آهسته تر صحبت کنید، دستورالعمل های ساده را تکرار کنید مثل: "پرت نکن"، "بشین". اگر امکان دارد نزدیک تر شوید، کودک را لمس کنید و یا در آغوش نگه دارید. به او این پیام را منتقل کنید که شما کنترل اوضاع را به دست دارید و به او نیز کمک خواهید کرد تا مجدد کنترل خود را به دست آورد. (اگر امکان آسیب زدن به شما وجود دارد، نزدیک تر نروید).

تکنیک های مثبت:

- * به کودک توجه غیرمشرط داشته باشید: بی دلیل بوسیدن و بغل کردن و ...
- * رفتارهای مطلوب را تقویت کنید و مورد توجه قرار دهید و به رفتارهای غیر دلخواه کمتر پاسخ دهید.
- * زمانی که کودک قشقرق می کند موارد دلخواه را از او بگیرید.
- * قوانین و محدودیت های مشخص بگذارید و با آن پیش بروید (همیشه آن قانون را اجرا نمایید).

ترجمه مطلب: یاسمین رحمتی