

## **Αυτισμός και επιθετική συμπεριφορά**

Οι γονείς, οι θεραπευτές, οι εκπαιδευτικοί και γενικά οι άνθρωποι που ασχολούνται και φροντίζουν παιδιά με αυτισμό, έρχονται συχνά αντιμέτωποι με επιθετικές συμπεριφορές. Η επιθετικότητα των παιδιών μπορεί να εκδηλωθεί με φωνές, κλάματα, χτυπήματα, δαγκώματα κ.α. και στρέφεται είτε σε αντικείμενα, είτε στα πρόσωπα του περιβάλλοντος ή ακόμα στον ίδιο τους τον εαυτό. Είναι λογικό τέτοιου είδους εκδηλώσεις να φορτίζουν το περιβάλλον του παιδιών, να ανατρέπουν το καθημερινό τους πρόγραμμα, να δημιουργούν άγχος στα παιδιά και σε ακραίες περιπτώσεις δυνητικά να είναι επικίνδυνες είτε για τα ίδια είτε για τους φροντιστές τους.

*Ποια είναι τα αίτια της επιθετικής συμπεριφοράς στα παιδιά με αυτισμό;*

Όσον αφορά τα αίτια της επιθετικής συμπεριφοράς ενός παιδιού με αυτισμό θα λέγαμε ότι είναι ένας συνδυασμός παραγόντων. Η δυσκολία των παιδιών στον τομέα της επικοινωνίας αλλά η δυσκολία τους στην έκφραση και διαχείριση των συναισθημάτων τους πολύ συχνά τους προκαλεί ένταση μη διαχειρίσιμη, η οποία μπορεί να εκδηλωθεί με επιθετικές συμπεριφορές. Επίσης, εξωγενείς - περιβαλλοντικοί παράγοντες, όπως οι αλλαγές στη ρουτίνα και στο περιβάλλον του παιδιού, τους οποίους ένα παιδί με αυτισμό συχνά δυσκολεύεται να επεξεργαστεί, μπορούν πυροδοτήσουν τέτοιες μη αποδεκτές συμπεριφορές,

Άλλες αιτίες εμφάνισης επιθετικότητας σχετίζονται με ενδογενείς - βιολογικούς παράγοντες, όπως οι ορμονικές και χημικές μεταβολές που συντελούνται στον οργανισμό, κυρίως κατά την περίοδο της προ εφηβείας. Επίσης, συχνά υπάρχει συνοσηρότητα στον αυτισμό με άλλες διαταραχές όπως η νοητική υστέρηση, η ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή κ.τ.λ. Αυτοί οι παράγοντες προκαλούν στα παιδιά με αυτισμό μεγαλύτερη ευαισθησία σε περιβαλλοντικά ερεθίσματα, δυσκολία τήρησης κοινωνικών κανόνων και ανάπτυξης κοινωνικών δεξιοτήτων.

*Ποιες παρεμβάσεις μπορούν να μειώσουν την επιθετική συμπεριφορά;*

Για να μπορέσουμε να παρέμβουμε αποτελεσματικά και να βοηθήσουμε τα παιδιά με αυτισμό να διαχειριστούν τις εντάσεις τους, θα πρέπει να βρούμε λύσεις εστιασμένες στις αιτίες που τις προκαλούν.

Πιο συγκεκριμένα, όσον αφορά τη δυσκολία των παιδιών να επικοινωνήσουν τις ανάγκες τους και τα συναισθήματά τους, κυρίως λεκτικά, είναι σημαντικό να χτίσουμε ένα δίαυλο επικοινωνίας μαζί τους που μπορεί να βασίζεται σε εξωλεκτικά στοιχεία. Επίσης, η πρώιμη λογοθεραπευτική παρέμβαση είναι ιδιαίτερα σημαντική για τα παιδιά με αυτισμό. Σε γενικές γραμμές είναι βοηθητικό να αφήνουμε το παιδί να μας καθοδηγήσει και να δηλώσει τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα του, με όποιο τρόπο επιθυμεί (λεκτικά ή εξωλεκτικά). Φροντίζουμε να το ενισχύουμε επιβραβεύοντας τις θετικές συμπεριφορές του παιδιού, χωρίς να τις θεωρούμε δεδομένες. Χρησιμοποιούμε θετικές προτάσεις και παροτρύνσεις για να του ζητήσουμε να κάνει μια δραστηριότητα π.χ. "βάλε, σε παρακαλώ, τα παιχνίδια σου στο καλάθι". Οι οδηγίες και οι παραινήσεις μας θα πρέπει να είναι σύντομες και απλές, γιατί αλλιώς μπορεί να αποσυντονίσουν και να φορτίσουν συναισθηματικά το παιδί.

Όσον αφορά τη δυσκολία των παιδιών με αυτισμό να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους, είναι σημαντικό αρχικά να παρατηρήσουμε συστηματικά τη συχνότητα και τη διάρκεια των συναισθηματικών τους εκρήξεων. Αυτό θα μας βοηθήσει να γνωρίζουμε πιθανές αφορμές πυροδότησης των εντάσεων. Είναι ιδιαιτέρως σημαντικό με τη βοήθεια ειδικών θεραπειών (ψυχολόγου, κοινωνικού λειτουργού, λογοθεραπευτή κ.τ.λ.) να εκπαιδεύσουμε να παιδιά μας να μπορούν να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν με αποδεκτό τρόπο τα βασικά συναισθήματα (λύπη, χαρά, θυμό, φόβο). Αυτό θα βοηθήσει τα παιδιά να μπορέσουν να διαχειριστούν σε ένα σημαντικό βαθμό την ένταση που νιώθουν ώστε να μην εκδηλωθεί με επιθετική συμπεριφορά.

Ωστόσο, υπάρχουν παρεμβάσεις στις οποίες μπορούμε να καταφύγουμε όταν εκδηλωθούν τα πρώτα σημάδια έντασης. Για παράδειγμα, προσπαθούμε να αποσπάσουμε την προσοχή του παιδιού από τον παράγοντα που πυροδοτεί την ένταση και ενισχύουμε τα θετικά συναισθήματα του παιδιού μέσα από δραστηριότητες που του αρέσουν και το ευχαριστούν. Αποφεύγουμε να του μιλήσουμε με έντονο ύφος και να θέτουμε όρια ή απαιτήσεις τη συγκεκριμένη στιγμή.

Για τη μείωση των εντάσεων, είναι πολύ βοηθητική η ενασχόληση των παιδιών με δραστηριότητες που περιλαμβάνουν φυσική άσκηση όπως η γυμναστική, η εργοθεραπεία αλλά και η μυοχαλάρωση μέσω φυσιοθεραπευτικών παρεμβάσεων. Συνήθως, τα ειδικά σχολεία προσφέρουν πολυδιάστατη εκπαίδευση εναρμονισμένη με τις ανάγκες των παιδιών με αυτισμό, ωστόσο είναι καλό να υπάρχουν και εξωσχολικές τέτοιες δραστηριότητες, εφόσον υπάρχει η δυνατότητα.

Επίσης, για τη μείωση της επιθετικής συμπεριφοράς μπορούμε να διαμορφώσουμε στο σπίτι και στο σχολείο ένα χώρο αισθητηριακής αποφόρτισης, ο οποίος θα περιλαμβάνει στρώματα, μπάλες ψυχοκινητικότητας, μαξιλάρια κ.τ.λ. και απουσία επικίνδυνων αντικειμένων, ώστε το παιδί να μεταβαίνει σε περίπτωση πιθανής ή ήπιας συναισθηματικής έκρηξης. Ένας τέτοιος χώρος λειτουργεί σε πολλά παιδιά σαν "καταφύγιο", μειώνει και ανακουφίζει τη συναισθηματική διέγερση.

Η διαχείριση των εντάσεων των παιδιών, δε δυσκολεύει μόνο τα παιδιά που τη βιώνουν αλλά είναι μια σημαντική δυσκολία κυρίως για τους γονείς που καλούνται να βοηθήσουν τα παιδιά τους. Για το λόγο αυτό θα πρέπει οι γονείς συστηματικά να ψυχοεκπαιδούνται και να στηρίζονται ψυχολογικά από κάποιον ειδικό. Συχνά, παρατηρείται ότι οι γονείς παιδιών με αυτισμό, ενώ παρέχουν μεγάλη στήριξη και φροντίδα στα παιδιά τους αμελούν να φροντίσουν τις δικές τους ψυχολογικές ανάγκες. Επίσης, συχνά παρατηρείται οι γονείς να μην είναι επαρκώς ενημερωμένοι για τη διαταραχή του παιδιού τους. Όμως το να μεγαλώνει κάποιος ένα παιδί με αυτισμό έχει σημαντικές δυσκολίες και οι γονείς - φροντιστές είναι λογικό να νιώθουν κάποιες φορές κόπωση ή ματαίωση και να χρειάζονται ψυχολογική υποστήριξη.

Τέλος, στις περιπτώσεις που παρατηρείται σημαντική αύξηση στη συχνότητα και τη διάρκεια αυτών των εκρήξεων και οι συμπεριφορικές παρεμβάσεις δεν είναι πλέον αποτελεσματικές, συνήθως σημαίνει ότι οι ενδογενείς – βιολογικές αιτίες πυροδοτούν τις συναισθηματικές εντάσεις των παιδιών. Γι' αυτό το λόγο είναι απαραίτητη η συστηματική παρακολούθηση των παιδιών με αυτισμό από παιδοψυχίατρο. Ο παιδοψυχίατρος θα κρίνει και θα καθοδηγήσει τους γονείς στην περίπτωση που χρειαστεί φαρμακευτική παρέμβαση συνδυαστικά με τις υπάρχουσες συμπεριφορικές παρεμβάσεις. Δεν υπάρχει φαρμακευτική αγωγή που να θεραπεύει τον αυτισμό, ωστόσο υπάρχουν ψυχότροπα φάρμακα που βοηθούν στη

μείωση της επιθετικότητας, της διέγερσης και των εντάσεων ιδίως όταν υπάρχει συνοσηρότητα και με άλλες διαταραχές. Η φαρμακευτική αγωγή θα πρέπει να δίνεται μόνο κατόπιν σύστασης του παιδοψυχιάτρου και απαραίτητα με τη συστηματική επίβλεψή του.

Η μείωση της επιθετικότητας βοηθά τα παιδιά με αυτισμό και την οικογένειά τους να έχουν μια καλύτερη καθημερινότητα και να μπορούν να αντλήσουν το μέγιστο οφέλη από τις θεραπευτικές παρεμβάσεις που ακολουθούν.

Κισσούδη Ελένη

Κοινωνική λειτουργός

Ρηγάλου Χριστίνα

Ψυχολόγος