

Mit érdemes tudni az autista gyermek viselkedéséről?

- **A viselkedés mindig kommunikáció.**
Ha a gyermeked „furcsán”, „szokatlanul” vagy „problémásan” viselkedik, az gyakran annak a jele, hogy valami nehézséget él meg. Nem tudja elmondani, ezért a viselkedésén keresztül „üzen”.
- **Nem szándékos rosszkodás.**
A legtöbb nehéz viselkedés mögött nem szándék, hanem **meg nem értett szükséglet vagy stressz** áll.
- **Minden viselkedés mögött ok van.**
Fontos megérteni, mi váltja ki, és mit próbál kifejezni vele a gyermeked.

Viselkedéselemzés a gyakorlatban

A gyermek viselkedése mögött mindig van **valamilyen kiváltó ok** – ha ezt felismered, **könnyebben tudsz segíteni**. Ehhez jó kiindulópont a viselkedéselemzés, melyhez több módszer is használható.

A STAR modell

A STAR négy betűje négy megfigyelendő szempontot jelent:

S (Situation – Helyzet)	Mi történt? Hol vagyunk? Ki van jelen?
T (Trigger – Kiváltó)	Mi váltotta ki a viselkedést? (pl. hirtelen zaj, váratlan kérdés, érintés)
A (Action – Viselkedés)	Mit csinált pontosan a gyermek? (pl. sikoltott, elmenekült, csapkodott)
R (Result – Következmény)	Mi történt ezután? Hogyan reagált a környezet? (pl. elvitték, megkapta, amit akart, megnyugodott)

Ez a módszer akkor különösen hasznos, ha visszatérő viselkedésekkel találkozol, és szeretnél mintázatokat keresni bennük. Segít abban, hogy ne csak a viselkedésre reagálj, hanem az előzményeket és következményeket is lásd. Így rájöhetsz, miért ismétlődik egy viselkedés, és mit lehetne másképp tenni.

ABC-elemzés (Antecedent–Behavior–Consequence)

Ez a modell három lépésen vezet végig:

- **A (Antecedens):** Mi történt közvetlenül a viselkedés előtt?
- **B (Behavior):** Mi volt a viselkedés pontosan?
- **C (Consequence):** Mi történt a viselkedés után?

Példa:

- A: Kértük, hogy hagyja abba a játékot és jöjjön vacsorázni.
- B: Lefeküdt a földre és kiabált.
- C: Elhalasztottuk a vacsorát és hagytuk még játszani.

Ha például minden vacsora előtt kiabál, lehet, hogy nem a vacsora a gond, hanem a hirtelen váltás a játékból a vacsora felé.

Ez a módszer különösen jól használható visszatérő viselkedések (pl. dühkitörések, elutasítás, elbújás) esetén. Segít meglátni az összefüggéseket: milyen helyzetek váltják ki a viselkedést és mi erősíti meg azt.

Funkcionális viselkedéselemzés

Ez a módszer azt kutatja, **miért éri meg a gyermeknek** egy adott viselkedést alkalmaznia. A cél lehet például:

- figyelmet kapni,
- elkerülni valamit (pl. feladatot, zajt),
- megszerezni valamit (pl. játékot, ételt, nyugalmat),
- szenzoros ingert szerezni (pl. pörögni, csapkodni).

Amint megérted, *mi a viselkedés célja*, lehetőséged van alternatív módot tanítani neki arra, hogy elérje ugyanazt – más, elfogadhatóbb formában.

Viselkedésnapló minta

Dátum és időpont	Körülmények, helyzet (S)	Kiváltó ok (T)	Viselkedés (A)	Következmény (R)	Megfigyelés, megérzés
08.04. reggel 8 óra	Reggeli öltözés, otthon az előszobában, apa van jelen	Új zoknit próbáltunk ráadni	Ordított, lerúgta a zoknit	Kínáltunk másikat, megnyugodott	Lehet, hogy a textúra zavarta
08.04. 15.20	A ház mögötti játszótér, anyával ment oda, kb. 10 ismeretlen gyermek van jelen a szüleivel együtt	Egy másik gyerek elvette a lapátját	Üvöltött, meglökte a másikat	A másik gyerek is elkezdett sírni és ledobta a lapátot a földre. Ő felvette a lapátot, de közben még mindig sírt. Félrevonultunk, sírt, majd megnyugodott	Nehézsége van a frusztráció kezelésével

Tipp: Heti rendszerességgel visszanezve a naplót, felismerhetsz ismétlődő helyzeteket, amelyekre tudatosabban tudsz felkészülni.

mozaik Autizmus szabadegyetem

A projekt az Európai Unió "Polgárok, egyenlőség, jogok és értékek" (CERV) programjának támogatásával valósul meg. Az Európai Bizottság támogatása nem jelenti a projektben megvalósított tevékenységek tartalmának jóváhagyását, amely kizárólag az azt megvalósítók álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bármilyen felhasználásáért.



Készítette: MOZAIK Közhasznú Egyesület az Autizmussal Élő Emberekért.

2025.

www.autimozaik.hu