

Metodes, kas domātas tieši autisma terapijai

ABA (Applied Behaviour Analysis)

Autors: Aivers Lovāss (Lovaas).

ABA, jeb funkcionālā uzvedības analīze ir viena no pasaulē plašāk lietotajām pieejām bērnu ar autiska spektra traucējumiem terapijā. Metode ir izveidota 1987. gadā un kopš tā laika pastāvīgi tiek uzlabota un pilnveidota. Metode balstās uz biheiviorāliem (ar uzvedību saistītiem) principiem. Tā māca sociāli piemērotu uzvedību, izmantojot pozitīvus pastiprinājumus un uzvedības sekas. Strukturēta, intensīva (20 - 40 h nedēļā + papildus praktizēšanās ģimenē), direktīva metode. Vēlams, lai intervence būtu agrīna (jāsāk vismaz 4 gadu vecumā).

Mērķi:

- dažādu prasmju mācīšana, uzvedības problēmu mazināšana.

Metodes priekšrocības:

- tā ir zinātniski pamatota, praktiskai ikdienas darbībai veltīta, izvirzāmie mērķi ir ļoti konkrēti, efektivitāti apstiprina daudzi pētījumi, efektivitāte ir konkrēti izmērāma.

Viens no agrīnākajiem pētījumiem (Lovaas, 1987)

apliecina, ka 48 % no visiem bērniem pēc programmas beigšanas sasniedza caurmēra rādītājus un 7 gadu vecuma sekmīgi iekļāvās vispārizglītojošās skolas klasēs.

Trūkumi:

- Programmas intensitāte (40h nedēļā) prasa daudz līdzekļu un laika.
- Programma tiek kritizēta par nepietiekošu emocionālās sfēras attīstīšanu.
- Nepietiekoši trenēti speciālisti var nespēt nodrošināt, ka bērns mehāniski iemācītās prasmes vispārina, līdz ar to bērnam izveidojas "mehāniska" runa un paradumi.



TEACCH (Treatment and Education of Autistic and related Communication - handicapped Children)

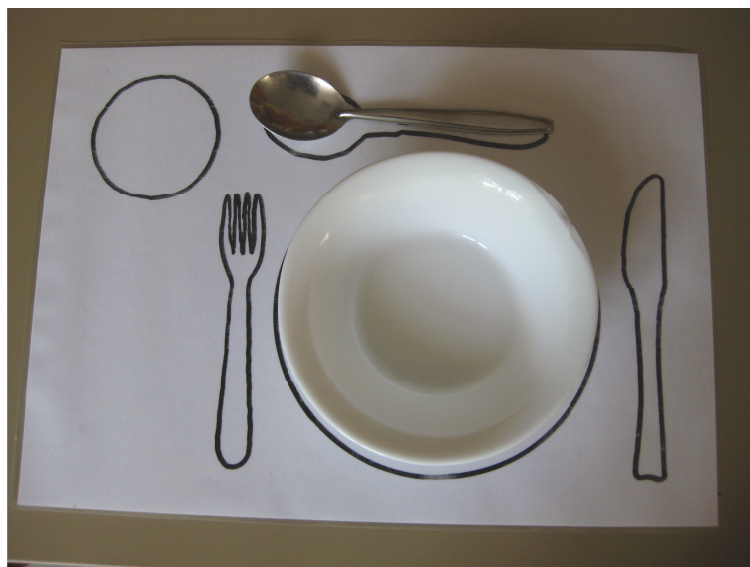
Autori: Ēriks Šoplers (*Schopler*) un Gērijs Mesibovs (*Mesibov*), Ziemeļkarolīnas Universitāte

TEACCH ir individualizēta apmācības programma ar konkrētiem mērķiem katram bērnam, ko izveido skolotāji kopā ar vecākiem.

Galvenokārt tiek izmantota speciālās klasēs bērniem ar autisma spektra traucējumiem, bet var tikt pielāgota arī mājas videi un individuālai apmācībai. Atsevišķus elementus var izmantot arī vispārizglītojošās skolas klasē.

TEACCH tiek saukta arī par „autisma kultūru”, jo šī pieeja balstās uz cilvēku ar autismu stiprajām pusēm un vajadzībām: spēju labi izmantot vizuālu atbalstu, nepieciešamību pēc skaidras struktūras, strukturēta laika un telpas plānojuma.

TEACCH izmanto piktogrammas, fotogrāfijas u.c. vizuālus apzīmējumus, vizuāli organizējot telpu un laika plānojumu, nodrošinot iespēju cilvēkam ar autismu darboties viņam saprotamā veidā. Tiek izmantotas arī katra bērna īpašās intereses, pielāgojot uzdevumus tām.



TEACCH sistēma pievērš daudz uzmanības vizuālas informācijas sniegšanai par telpas funkcijām.

Vieta apaviem. Galda klājums. Roku mazgāšanas kārtība.



Alternatīvā un augmentatīvā komunikācija (AAK)

Augmentatīvā (papildinošā) un alternatīvā komunikācija ir jebkurš līdzeklis (attēls, simbols, žests, vārds, ierīce), kas kompensē ekspresīvās un receptīvās komunikācijas deficītu (komunikācija nozīmē ne tikai verbālu runu - komunikācija ir jebkāda veida informācijas apmaiņa).

AAK veidi:

- ✚ Ne - tehniskā AAK (fotogrāfijas, attēli, piktogrammas, komunikācijas grāmatas, komunikācijas dēļi, lapas u.c.).
- ✚ Vienkāršās tehnoloģijas (vienkāršās balss ieraksta sistēmas).
- ✚ Progresīvās tehnoloģijas (datorprogrammas, kas ļauj veidot simtiem ziņu).

AAK neaizvieto eksistējošo funkcionālo komunikāciju (žesti, vokalizācija, verbalizācija, mīmika, ķermeņa valoda vai zīmes), bet papildina un rosina to.

Pētījumi apliecina, ka AAK uzlabo runas attīstību, uzlabojot komunikācijas un interakcijas prasmes (Millar, Light & Schlosser, 2000).

Ne - tehniskā AAK



Vienkāršās tehnoloģijas



PECS (*Picture Exchange Communication System*), jeb Attēlu apmaiņas komunikācijas sistēma. Viens no AAK veidiem.

Autori: Endijs Bondijs (*Bondy*) un Lorija Frosta (*Frost*), 1985.

Tiek izmantota attēlu (fotogrāfiju, zīmējumu vai piktogrammu) sērija, kas reprezentē kādu objektu vai darbību. Bērnam iemāca, ka, pasniedzot pieaugušajam attēlu, tiek izpildīts bērna lūgums.

Pakāpeniski bērns iemācās attēlus izmantot komunikācijai.

Ar attēlu palīdzību veicinot izpratni par abpusēju komunikāciju, tiek sekmēta arī runas attīstība.

Fokuss uz spontanitāti, mērķis - neatkarīga komunikācija.

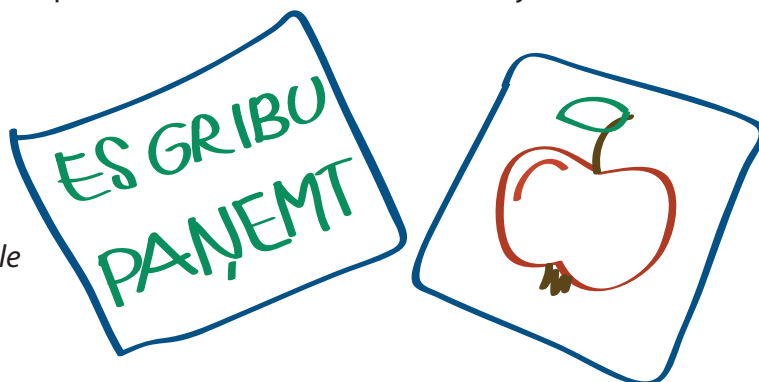
Īpaši noderīgi bērniem, kuri:

- ✚ neizprot valodas komunikācijas lomu,
- ✚ neizprot, ka vārds simbolizē objektu,
- ✚ neizmanto saprotamu runu,
- ✚ atbild uz jautājumiem vai lūgumiem, taču paši neizrāda iniciatīvu komunikācijā.



Ir daudz pētījumu, kas pierāda PECS efektivitāti.

Piemēram, 50 - 89 % bērnu, kas izmantoja attēlu apmaiņas komunikācijas sistēmu, uzlabojās valodas attīstība (*Schwartz, Gaefinkle & Bauer, 1998, Bondy & Frost, 1998*).



Marte Meo terapija

Autore: Maria Ārts (*Aarts*).

Marte Meo (tulkojumā "paša spēkiem") ir metode, kas balstās uz vecāku - bērnu interakciju analīzi. Vecāki tiek apmācīti, kā viņi ikdienā var veicināt sava bērna sociālo prasmju, valodas, spēlēšanās u.c. prasmju attīstību.

Vecāki un bērni tiek filmēti ikdienas situācijās (rotaļāšanās, ēšana, ģērbšanās u.tml.), tiek analizētas prasmes, kādas jāpalīdz attīstīt bērnam, un prasmes, kādas jāizmanto vecākiem.

Metodes plusi:

- ✚ balstās uz dabisku komunikāciju,
- ✚ izmantojama dabiskos apstākļos,
- ✚ bērna attīstībā galveno lomu uztic vecākiem, stiprina ģimeni.

Marte Meo var būt ļoti labs atbalsts vecākiem, un var tikt izmantota kā papildus metode strukturētākām pieejām (piemēram, kombinējot ar TEACCH, PECS vai ABA). Izmantojama arī skolā vai bērnudārzā, lai konsultētu pedagogus par kontakta veidošanu ar bērnu ar autisma spektra traucējumiem.

Sensorā integrācija

Ar sensorās integrācijas metodēm parasti strādā ergoterapeits. Metodes pamatā ir Džinas Aijeres (Ayers) teorija par to, ka bērniem ar autismu ir grūtības integrēt dažādas sensorās sajūtas (redzes, dzirdes, taustes, garšas, ožas stimulus). Tādēļ bieži rodas specifiskas reakcijas: nereaģēšana uz sensorajiem stimuliem, pārlietu saasināta reakcija vai sensoro stimulu meklēšanas uzvedība (piemēram, stereotipiska smilšu bārstīšana, rociņu vicināšana u.tml.). Sensorās integrācijas nodarbības nodrošina īpašas sensorās un motorās aktivitātes, mēģinot panākt „normālu” reakciju uz sensorajiem stimuliem.

„Sociālie stāsti”

Metodi izstrādājusi Kerola Greja (Gray) 1991. gadā.

Sociālie stāsti ir pieaugušā izveidoti īsi stāsti par konkrētām tēmām vai situācijām. Sociālie stāsti var būt rakstiski, vai papildināti ar attēliem. Tie veicina sociālo situāciju izpratni, izskaidrojot bērnam ar autisma spektra traucējumiem, kas notiek noteiktā situācijā, kāpēc cilvēki tā dara, un kas būtu jādara viņam.

„Komunikācija ar komiksiem”

Bērnam ar autisma spektra traucējumiem, kuram ir grūti izmantot valodu, lai pastāstītu kādu notikumu, tiek piedāvāts uzzīmēt notikumu komiksu veidā. „Komiksu komunikācija” var būt labs veids, kā bērns var izstāstīt notikumus, kurus citādi nespētu pastāstīt.

Videomodelēšana

Bērniem ar autisma spektra traucējumiem parasti patīk tehnika. Bieži vien bērni labprāt skatās uzfilmētus ģimenes video. Videomodelēšanas metodē izmanto citus bērnus (parasti brāļus vai māsas) kā paraugu. Tiek nofilmēta vēlamā uzvedība – klipi, kuros brālis vai māsa dara to, ko vajadzētu iemācīties bērnam ar autisma spektra traucējumiem. Dažiem bērniem ir vieglāk atdarināt video redzēto (arī tāpēc, ka to var skatīties daudzas reizes pēc kārtas).

Medikamenti

Medikamenti var palīdzēt samazināt specifiskus simptomus (piemēram, miega problēmas, uzmanības koncentrēšanas problēmas, pastiprinātu uzbudināmību, agresiju un autoagresiju), taču nevar palīdzēt autisma pamatsimptomu mazināšanā (valodas un komunikācijas problēmas, sociālās interakcijas grūtības, u.tml.). Medikamenti var palīdzēt uzlabot sociālo adaptāciju netiešā veidā – piemēram, ja mazinās bērna uzbudināmība, viņš var labāk iekļauties vienaudžu grupā.

Ja ārsts izrakstījis medikamentus, lūdzu, lietojiet tos precīzi noteiktajās devās un laikos. Patstāvīga zāļu devas palielināšana, mainīšana vai kombinēšana ar citiem medikamentiem var būt bīstama. Vienmēr informējiet ārstu, ja bērns jau lieto kādus citus medikamentus, kurus izrakstījis cits ārsts.