

■世界提高自闭症意识日

6岁前是孤独症干预黄金期 这三大常见误区要避免

4月2日是“世界提高自闭症意识日”。

自闭症,又被称为孤独症。孤独症儿童主要有两大典型表现:一是社交沟通和互动存在明显困难;二是兴趣狭窄、喜欢重复固定的行为或动作。

其中,社交障碍是最核心的问题。孤独症最主要的干预方式是科学的康复训练。6岁前是干预黄金时期,越早开始效果越好。

孤独症康复干预的目标集中于纠正孤独症儿童的缺陷行为,拓宽局限兴趣范围并减少重复刻板行为,减少或消除挑战性行为及问题行为,最终改善孤独症儿童功能性和适应性行为问题,提高孤独症儿童及其家庭生活质量。

其中,提高孤独症儿童社交沟通能力也是重点。在孤独症干预领域,应用行为分析是具有公认循证依据、广泛应用的科学干预手段,而将应用行为分析理念应用于家庭、融入生活,更是提升孩子社交能力的关键路径。如果能把应用行为分析的科学方法应用到日常生活中,并让家长在家就能坚持实施,对提高孩子的社交能力会有非常明显的帮助。

01 干预重点是提高社交能力

02 家庭干预三大常见误区

误区一:重认知、轻社交

有的家长把孩子的日常干预重心过多放在认知训练上,偏离了提升沟通交流能力这一核心目标。很多家庭对孩子进行较为刻板的训练,重认知、轻社交。不少家长干预一段时间后发现,孩子依旧存在被叫名字时反应少、不太看人、不大会表达需求、很难和人来回互动等问题。也就是说,孩子似乎学了不少知识,但很难和他人产生有效联结。孤独症儿童的认知干预是儿童能力提升的关键,具有十分重要的作用。但孤独症干预不能只盯着认知训练,社会沟通与互动能力应当是干预的重要内容。

误区二:存在“外包心理”

有的家长认为,康复主要是机构和老师的责任,“把孩子送去训练”就完成了主要任务。事实上,一天中,孩子在机构的时间有限,在家与家人相处的时间更长。若社交技能只在训练室里出现,回到家却没有自然使用的机会,就容易出现家长所说的“在机构会了,回家就不会了”的情况。

03 提高社交能力试试这样做

耐心等待,不急于求成。孩子的每一个微小进步,比如一次眼神对视、一句简单回应、一个主动动作,都值得肯定和鼓励。给孩子足够的反应时间,不要催促、不要打断。孩子出现退缩、抵触情绪时,及时暂停,安抚孩子的情绪,再慢慢引导。接纳孩子的不足,尊重孩子的节奏,用耐心陪伴孩子慢慢成长,远比追求速成更重要。

正向强化,多鼓励少批评。居家干预中,要坚持正向强化原则,多表扬、多鼓励、多包容。及时给予语言表扬、肢体拥抱或吃小零食等奖励,让孩子知道这样的行为是被认可的,从而增加正向行

为的发生频率。孩子出现不当行为时,不要严厉批评,要用温和的语气纠正其不当行为,并引导孩子做出正确的行为。

跟随兴趣,尊重孩子意愿。自然情境教学的关键,是跟随孩子的兴趣,而不是强迫孩子做不喜欢的事。观察孩子的喜好,顺着孩子的兴趣开展互动,孩子才会愿意参与。

全程融入,随时创造机会。居家干预要把社交训练融入生活细节,在走动、玩耍、休息的过程中,随机创设互动机会。家校协同,紧跟专业指导。居家干预不是家长独自摸索,要与专业机构、康复师保持密切沟通,定期带孩子接受评估,根据康复师的建议,执行居家干预计划。把机构学到的技能,带回家进行反复练习与巩固泛化,实现机构训练与居家干预无缝衔接,形成干预合力。家长也要主动学习孤独症康复知识,掌握科学的干预方法,遇到问题及时向康复师、医生请教,不断提升自己的干预能力,用专业的陪伴助力孩子成长。

据央视



周继龙 / 制图