

# ПІДТРИМКА БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ

СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ: БЕЗПЕКА, ПІДТРИМКА ПОЗИТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ



## ВСТУП

Ймовірно, людина з аутизмом, яку ви підтримуєте, демонструє широкий поведінковий спектр, на який ви маєте реагувати під час своєї професійної діяльності. Це може стати складним завданням у ситуаціях, коли проблемна поведінка, яка є небезпечною, стає хронічною, буцімто наростає або виникає раптово через соціальні або сенсорні тригери в навколишньому середовищі, зміни в розпорядку дня або навіть спогади про минулі події, що травмують. Ще складнішою є реакція у вигляді так званої «підтримки позитивної поведінки». Підтримка позитивної поведінки ґрунтується на фактичних даних, що означає, що вона довела свою ефективність в якості стратегії підтримки, що призводить до кращих результатів у плані індивідуальної безпеки. Підтримку позитивної поведінки можна описати як схвалення або заохочення безпечної поведінки, коли вона відбувається в даний момент, а не швидке засудження або покарання небезпечної поведінки, коли вона відбувається. Крім того, перенаправлення небезпечної поведінки за допомогою позитивної підтримки забезпечить вам і людині більшу безпеку у складних ситуаціях.

## ВИЗНАЧТЕ ПОТРІБНУ ПОВЕДІНКУ

- За можливості залучайте людину до виявлення небезпечної поведінки
- Якщо це неможливо, визначте поведінку шляхом спостереження
- Ви також можете поговорити із членами родини, друзями або співробітниками, які знають людину
- Зосередьтеся на зміні однієї поведінки за один раз

## ПЕРЕНАПРАВТЕ НЕБЕЗПЕЧНУ ПОВЕДІНКУ НА ПОВЕДІНКУ ЗАМІНИ

- Коли людина вдається до небезпечної поведінки, підтримайте її у перенаправленні її уваги або активності на заміну поведінки (наприклад, перехід від заподіяння шкоди собі на перегляд зображень із улюбленим мультиплікаційним героєм)
- Надайте візуальне підтвердження, щоб показати наскільки безпечна поведінка краща за небезпечну

## ОБЕРІТЬ ЗАМІНУ У ВИГЛЯДІ БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ

- За можливості залучайте людину до вибору активності або поведінки на заміну
- Беріть до уваги сильні сторони та інтереси людини, обираючи поведінку на заміну
- Якщо ви не можете залучити людину до процесу вибору, визначте безпечну поведінку на заміну шляхом спостереження за тим, що заспокоює та тішить людину
- Ви також можете поговорити із членами родини, друзями або співробітниками, які знають людину

## ПІДТРИМУЙТЕ ПОВЕДІНКУ НА ЗАМІНУ

- Завжди заохочуйте та хваліть, коли людина вдається до поведінки на заміну
- Підтримуйте саму спробу, а не точність поведінки
- Заохочуйте обговорення успіхів з іншими

## ЩО ВИ МОЖЕТЕ ЗРОБИТИ ЗАРАЗ!

**1** Ознайомтесь із поточними цілями людини, щоб визначити наявність зон, у яких можна заохочувати нову поведінку.

**2** Почніть процес закріплення нової поведінки, використовуючи наведені тут стратегії.