**Diagnozė AUTIZMAS, kokią terapiją pasirinkti?**

Nustačius vaikui diagnozę - autizmas, įvairiapusiai raidos sutrikimai, tėvai išgyvena daugybę emocijų, būna neramu, kyla noras prieštarauti arba greitai „išgydyti“. Tačiau gydimo nėra, nėra tabletės, sirupiuko, lašiukų kurie gydytų sutrikimą, nes tai nėra liga, reikia ieškoti kitų pagalbos būdų: pritaikyti mokymą, aplinką, keisti elgesį, ugdyti tam tikrus įgūdžius, auginti vaiką kitaip. Išgyvenant dėl vaiko diagnozės lengva pasiduoti įvairių „stebukladarių“ įtakai, kurie pažada vaiką pagydyti, o tai gali kainuoti labai brangiai – laiką be efektyvios pagalbos. Ankstyvoji pagalba pagerina autizmo eigą, tai padeda vaikui geriau prisitaikyti prie aplinkos. Todėl pagrindinis įvairių terapinių programų tikslas vaikams turėtų būti išugdyti bendravimo, savarankiškumo įgūdžius bei dalyvauti, būti kuo savarankiškesniu visuomenės nariu. Čia pristatau terapijos rūšis (abėcėlės tvarka, neišskiriant kuri geriausia), kurios yra pripažintos mokslo ir grįstos tyrimais. Svarbu susipažinti su terapijos rūšimis, ir išsirinkti artimiausią, priimtiniausią. Kreipiantis į specialistą svarbu pasidomėti, kokiomis metodikomis vadovaujasi terapeutas.

**ABA (taikomoji elgesio terapija)**

Šį metodą pirmą kartą 1938 m. aprašė mokslininkas B. F Skinneris, o vėliau – I. Lovaas (1927–2010) pradėjo intensyvų šio metodo taikymą. Mokslininkas L. Loovas metodą taikė po 30-40 valandų per savaitę autizmo diagnozę turintiems vaikams norėdamas pasiekti maksimalų efektyvumą. Todėl nagrinėjant apie ABA metodą būtina pabrėžti, jog jo taikymo intensyvumas yra tiesiogiai proporcingas rezultatams. Anot Du L ir kt. (2015) ABA metodas - griežtas struktūruotas bihevioristinis ugdymo būdas, kuris remiasi trumpomis, aiškiomis instrukcijomis bei pozityviu atlygiu. Šiame metode svarbu tai, kad visi dalykai, kurių yra mokoma yra suskaidomi į mažus žingsnelius, kurie yra atlyginami. Mokslininkai Leaf ir kt. (2016) nurodo, kad lyginant su kitais metodais, ABA pranašumą lemia tai, kad šiuo metodu išugdomi ne tik socialiniai – komunikaciniai gebėjimai, bet ir savitvarkos, kasdieniai įgūdžiai. Tai patvirtina ir 2013 metais Dreux ir kt. atlikta sisteminė apžvalga. Tačiau joje pateikiami ir neigiami šio metodo aspektai: pabrėžiama, jog metodas - kontraversiškas, reikalaujantis didelių materialinių investicijų.

Metodo principas: instrukcija – reakcija – paskatinimas. Šios terapijos sėkmė susijusi su keletu principų, kurių griežtas laikymasis ir padeda pasiekti sėkmę:

* Sudėtingesnės užduotys skaidomos į smulkius žingsnius
* Užduotys pateikiamos įvairuojant, kad vaikui neatsibostų
* Sunkios/nesėkmingos užduotys turi būti apie 1/4 viso darbo
* Viskas turi būti daroma džiugiai ir smagiai
* Prie sekančio žingsnio einama tik tada, kai pasiektas ankstesnis
* Dalykas laikomas įsisavintu tada, kai vaikas jį demonstruoja bet kokioje situacijoje.

Sunkiausias momentas – terapijos intensyvumas. Vaikai daro garantuotą pažangą jei per savaitę gauna 30 valandų tokios terapijos. Pertraukos ilgesnės nei 1–2 dienos darbą sulėtina. Tačiau didžioji sėkmės dalis yra tėvai. Vaikas daro pažangą, jei jie aktyviai dalyvauja terapijoje ir likusį dienos laiką su vaiku kartoja, ką jis išmoko per pamokas. Priešingu atveju pažanga lėta ir vaikas greitai užmiršta.

**DIR**

DIR® – tai modelis, kuris yra paremtas visapuse žmogaus raida (Developmental), individualiu asmens profiliu (Individual-differences), ir orientuotas į santykį (Relationship-based). Šie elementai yra pamatiniai ir neatsiejami vienas nuo kito, siekiant suprasti vaiko raidą ir teikiant pagalbą bei formuojant konkrečius terapinius tikslus. Šių trijų elementų visuma padeda atskleisti tikruosius vaiko gebėjimus. DIR® modelis taip pat yra profesinis orientyras ir darbinė sistema specialistams, tėvams, ugdytojams, kurie siekia įvertinti visapusius vaikų gebėjimus ir vystyti ugdymo ir/arba terapines programas, orientuotas į unikalius kiekvieno vaiko gebėjimus ir iššūkius. Tai modelis, kuris padeda suprasti vaikus, vienas kitą, ir suprasti kaip kuriamas santykis, grįstas stipriu ryšiu, supratimu, meile ir bendravimu. Dėka šio požiūrio galima atrasti tikruosius kiekvieno asmens gebėjimus.

DIR/Floortime® sudaro kelios dalys, įskaitant vertinimą, bendravimą namuose, bendravimą mokykloje, žaidybinę veiklą ir specifines terapijas. Svarbiausias metodas yra Floortime. Tai yra 2–5 valandos žaidimo tarp suaugusiojo ir vaiko per dieną, dažniausiai ant grindų.

Vertinimas naudojamas norint suprasti vaiko raidą. Gydymas pradedamas po įvertinimo. Terapijos metu naudojami trys skirtingi bendravimo namuose ir mokykloje tipai :

* Floortime – tai žaidimais pagrįsta globėjo ir vaiko sąveika.
* Problemų sprendimo sąveika – ja siekiama išmokyti vaiką ko nors naujo, iškeliant jam spręstiną iššūkį.
* Specializuotos veiklos – jos skirtos padėti vaikui vystytis jutimams ir bendrauti su kitais.

**Son-rise metodas**

Son-rise metodą sukūrė ir aprašė Kaufmann šeima, auginanti sūnų autistą. 1983 metais Kaufmann įkūrė Amerikos Autizmo Gydymo centrą (The Option Institute and the Autism Treatment Center of America) kuriame siūlė Son-rise programą, kaip efektyvų autizmo sutrikimą turinčių vaikų ugdymo metodą. Son-rise programa visų pirma yra skirta autizmo sutrikimą turinčių vaikų tėvams, kad jie, įgiję žinių, dirbtų su savo vaiku apie 40 valandų per savaitę. Pagrindinis Son-rise programos tikslas – sukurti ir išlaikyti santykius su tėvais, broliais ir mokytojais bei ugdyti socialinius santykius. Pasak Son-rise programos specialistų, autizmo sutrikimą turintys vaikai gali mokytis, gali patirti tikrą džiaugsmą ir suprasti pasaulį. Net ir labai sunkaus autizmo laipsnio vaikas gali patirti meilę ir šilumą, gali išmokti bendrauti akimis ir nuoširdžiai džiaugtis. Su vaiku dirbama individualiai (iki 40 valandų per savaitę), sukuriama jauki aplinka, kurioje vaikas galėtų laisvai judėti (bėgioti, vartytis, gulėti, t.t.). Ugdytojas (dažniausiai vienas iš tėvų) imituoja vaiko elgesį, t.y. judesį, veiksmus, garsus. Netinkamas vaiko elgesys ignoruojamas. Taip sukuriama psichologiškai saugi aplinka, vaikas mokomas bendrauti ir tinkamai elgtis. Son-rise metodo principai:

* Autizmo sutrikimą turintis vaikas sėkmingai ugdytis gali tik tinkamoje aplinkoje. Turi būti įrengtas darbo-žaidimų kambarys, kuriame vaikas jaustųsi saugus.
* Autizmas nėra elgesio sutrikimas, tai santykinis komunikacijos sutrikimas, dėl kurio kyla elgesio, prisitaikymo aplinkoje problemos.
* Metodas grindžiamas nuolatiniu vaiko veiksmų mėgdžiojimu, per tai žadinama vaiko motyvacija.
* Stereotipiniai judesiai (savistimuliacija), vaikui turi svarbią ritualinę reikšmę. Ugdytojų dalyvavimas kartu su vaiku šiuose jo ritualuose, t.y. nuolatinis sinchroniškas stereotipinių judesių mėgdžiojimas, padeda pagrindą tolimesniam darbui, artimo ryšio kūrimui ir socialinio elgesio mokymui.
* Didžiausią progresą galima pasiekti tik tuomet, kai su vaiku dirba jo tėvai. Net ir profesionalūs specialistai negali padėti vaikui tiek, kiek gali jo tėvai. Todėl Son-rise programa didžiausią dėmesį skiria tėvų mokymui ir nuolatiniam konsultavimui.
* Ugdymo sėkmė priklauso nuo tėvų optimizmo.
* Son-rise metodas gali būti taikomas kartu su kita, papildoma ugdymo forma ar terapija (pvz. Sensorine integracija, dietos ir pan.). Tokiu būdu, galima pasiekti dar efektyvesnių rezultatų. Remiantis tyrimais ir specialistų, naudojančių šį metodą darbo patirtimi, galima daryti išvadą, kad sistemingai dirbant pagal Son-rise programą galima pasiekti labai gerų rezultatų.

*(Informacija parengta remiantis R.Venckutės magistro darbu)*

**TEACCH terapija**

TEACCH (angl. *Treatment and Education of Autistic and related Communication Handicapped Children*) – sukurtas Šiaurės Karolinoje (JAV), praktika pradėjo plisti 1986m. (pradininkas Theo Peeter). TEACCH ugdymo metodas padeda ugdyti vaikų socialinius įgūdžius bei tapti savarankiškesniems. Šios metodikos naudojimas klasėje ar namuose autistiškiems vaikams padeda jaustis saugiau, jos pagalba jie gali iš anksto numatyti kas ir kokia seka vyks.

Pagrindiniai TEACCH metodo principai:

* Šis metodas neturi konkrečių ugdymo programų ir ar išbaigtų mokymo planų, viskas yra sudaroma atsižvelgiant į kiekvieną atvejį.
* Didžiausias dėmesys skiriamas vaiko savarankiškumo ir individualių sugebėjimų lavinimui.
* Pagrindas yra sistemingas vaiko stebėjimas, jo galių, pomėgių ir gebėjimų įvertinimas.
* Vertinant specialiuosius vaiko poreikius ir galias bendradarbiaujant su tėvais, nustatomi tinkami individualūs vaikui ugdymo tikslai ir programa.

Pagrindinė šio metodo idėja – ugdymo proceso metu vaikus mokyti naudotis paveikslėliais. Visi nurodymai vaikams pateikiami vizualiai. Naudojama kuo mažiau verbalių nurodymų. Instrukcijos pateikiamos labai aiškiai ir nuosekliai. Vizualinis nurodymų pateikimas padeda vaikui geriau suprasti mokytojo reikalavimus bei lūkesčius. O naudojant tik verbalines instrukcijas gali atsirasti vaiko priklausomybė nuo konkretaus žmogaus, kuris dažniausiai bendrauja su vaiku. Taigi vizualinių priemonių naudojimas palengvina ugdymo procesą bei padeda vaikui suprasti instrukcijas nepriklausomai nuo to, kas jas pateikia.

TEACCH metodas akcentuoja struktūrą, kuri, padeda vaikui planuoti dieną, priimti naujus dienotvarkės pasikeitimus ir pan. Siūloma klasėje ar vaiko kambaryje pakabinti dienotvarkę, kurioje nuoseklia aiškia seka parodyta ką vaikas tą dieną veiks. Dienotvarkė turėtų būti pavaizduota vizualiais, aiškiais paveikslėliais. Dienotvarkėje turėtų būti nurodyta aiški vieta ir laikas tam tikrai užduočiai atlikti, bei pavaizduota pati užduotis.

Taip pat, TEACCH metodas akcentuoja ir tam tikrą klasės išdėstymo struktūrą. Svarbu, kad skirtingoms veikloms būtų sukurtos atskiros ir aiškiai apibrėžtos erdvės. Labai svarbu ir tai, kad pačiose užduočių atlikimo erdvėse būtų aiškūs elementai, kurie nurodo, kokia veikla ir kaip turi būti atliekama. Atlikus tam tikrą užduotį nurodytą dienotvarkėje, vaikas grįžta prie dienotvarkės ir pasižymi, kad užduotis jau atlikta. Tuomet žiūri kokia yra kita iš eilės einanti užduotis ir eina ją atlikti ir t.t..

Norint padėti šiems vaikams bendrauti yra naudojamos alternatyvios vizualinių simbolių sistemos.

**PECS (alternatyvios komunikacijos sistema) nekalbantiems vaikams**

Mokant nekalbančius vaikus bendrauti, pasitelkiamos įvairios alternatyviosios komunikacijos priemonės (paveikslėliai, nuotraukos, simboliai). Viena iš alternatyviosios komunikacijos sistemų – PECS. PECS (angl. *Picture Exchange Communication System*) tai alternatyvi vizualinių simbolių sistemos metodika, padedanti autizmo spektro sutrikimą turintiems vaikams bendrauti/komunikuoti. Ši metodika 1985 m. buvo sukurta JAV ir remiasi jau minėta verbalinio elgesio analize. Ja naudodamasis vaikas mokomas komunikuoti simboliais (vietoj jų gali būti pasitelkiamos nuotraukos ar paveikslėliai). Ši sistema parodo komunikacijos prasmę ir naudą, nes vaikas gali paveikslėlį iškeisti į tai, ko nori. Vaikas nuosekliai mokomas, kaip reikia bendrauti ir bendradarbiauti (iš pradžių sufleruojant, po to – laukiant vaiko iniciatyvos). PECS sudaro 6 fazės: nuo mokymo paprašyti daikto paduodant simbolį žmogui, kuris tą daiktą turi, iki išplėstinių sakinių sudarymo. Prieš pradedant mokyti vaiką bendrauti komunikaciniais simboliais reikia sukurti tinkamą mokymo aplinką, sužinoti ugdytinio pomėgius.

PECS fazės:

1. Komunikavimo pasirinkimas

Šioje fazėje vaikas mokomas suvokti, kokiu būdu galima komunikuoti. Dirba du specialistai: mokytojas, kuris sėdi priešais vaiką, bei vaiko padėjėjas (mokytojo padėjėjas), kuris būna už vaiko. Mokytojas vienoje rankoje laiko tai, ko vaikas gali norėti (mėgstamą maistą, žaislą ar kt.), o kita, arčiau mokinio esanti ranka, lieka laisva. Prieš mokinį padedamas simbolis. Padėjėjas iš nugaros paėmęs vaiko ranką bendrais veiksmais padeda vaikui ištiesti ranką, siekti ir paimti paveikslėlį-simbolį ir paduoti jį mokytojui. Mokytojas ima paveikslėlį ir už tai vaikui duoda simbolyje pavaizduotą daiktą. Tas pats veiksmas kartojamas su padėjėjo pagalba tol, kol vaikas bus pasiruošęs tai daryti savarankiškiau. Palaipsniui padėjėjas padeda vaikui vis mažiau ir ugdomas vaikas išmoksta pats iškeisti paveikslėlį į daiktą.

1. Daikto erdvinis nutolimas (atstumas)

Šioje fazėje vaikas mokomas suvokti, kad daiktas gali keisti savo vietą. Dėl to, keičiama mokymosi aplinka, tai gali būti kita klasės vieta, kita klasė, visiškai kita aplinka ir pan.. Taip pat, gali būti keičiamas mokytojas – vaikas mokosi bendrauti su skirtingais žmonėmis įvairiomis aplinkybėmis. Vaikas neskatinamas bendrauti žodžiu. Siekiama išmokyti vaiką naudotis vizualiais paveikslėliais, parodančiais jo norus (kasdieninius daiktus, maistą ir pan.) Dažniausiai paveikslėliai sudedami tam tikrose knygelėse (segtuvuose) arba suklijuojami ant lentos klasėje ar vaiko kambaryje namuose. Naudojant tokią sistemą vaikas išmoksta išreikšti savo norus (pavyzdžiui, vaikas norėdamas gerti turi paimti paveikslėlį su stikline ir paduoti mokytojui ar vienam iš tėvų).

1. Mokoma rinktis iš kelių vaikui žinomų komunikacinių simbolių.

Vaikas priešais save turi knygelę, ant kurios viršelio priklijuojami du skirtingi simboliai. Simbolius atitinkantys daiktai yra padėti ant stalo. Vaikas mato juos ir renkasi parodydamas paveikslėlį. Keičiantis komunikaciniais simboliais-daiktais dar vis nekalbama. Vaikui sudaromos galimybės bendrauti su skirtingais partneriais. Jis mokomas reikšti emocijas ir skatinamas už teigiamas. Palaipsniui ugdytinis pradeda rinktis iš trijų, keturių simbolių. Kai geba rinktis vieną iš penkių simbolių, trečiasis etapas yra baigtas.

1. Mokinys mokomas iš simbolių/paveikslėlių sudėti paprastą sakinį.

Mokinys mokosi sudėti paprastą sakinį, pvz., ,,Aš matau obuolį". Pradžioje rodomas vienas daiktas, kurį pamatęs vaikas sakinio juostelėje sudeda simbolius ,,Aš matau" ir ,,obuolys", o tada paduoda juostelę mokytojui. Mokytojas už tai jį paskatina. Palaipsniui užduotis sunkinama prašant rinktis iš trijų simbolių, pvz.: ,,Aš noriu" ,,meškiukas", ,,mašina" ar ,,kamuoliukas". Vėliau mokomasi išplėsti sakinius pridedant veiksmažodžius, būdvardžius, prielinksnius. Kai vaikas įsisavina 20 ir daugiau simbolių, etapas baigtas.

1. Šiame etape mokytojas pradeda intensyviai kalbėti su vaiku. Jis klausia: ,,Ko tu nori?“ ,,Kas tai?“ ir pan.. Mokinys mokosi kalbėti, sudėti tinkamą sakinio struktūrą. Arba atsakymą gali sudėlioti iš simbolių.
2. Paskutiniame etape vaikas mokomas paprašyti pagalbos, verbaliai arba simboliais atsakyti į klausimus. Jei vaikas pradeda kalbėti – simbolių atsisakoma.

*(Parengta pagal SHARON RICHARDS JAV Kalifornijos Fresno Unified School district specialiosios pedagogės mokymų medžiagą, pristatytą Lietuvoje 2019 m., gavus lektorės leidimą platinti informaciją)*

Taigi, apibendrinant įvairiais terapijas, galima daryti išvadą, kad šiandien pasaulyje egzistuoja dag įvairių efektyvių pagalbos autizmo sutrikimą turintiems vaikams būdų. Tačiau negali būti vieno bendro metodo, tinkančio visiems vaikams.

 Klaipėdos r. pedagoginė psichologinė tarnyba, 2021