

Familiarentzat AHOLKU PRAKTIKOAK

Autismoaren eskumena koordinatzeko proposamena

Eskola, familia eta ikaslearekin eskumena duten adituen arteko koordinazioa sustatzeko oinarrizko aholkuak dira, denon artean partekatu eta gida moduan erabiliko dira.
HAUEK DIRA HEZIKETARAKO OINARRIA, KOORDINAZIOA

**Ikaslearekin lan
egiteko HELBURUAK**

Komunikazio- funtzioak

Pertsonetikiko zein objetuekiko, ikasleak erabiltzen dituen komunikazio baliabideak nola sustatu eta zertan lehentasuna jarri.

Anai-arrebak

Komeni da komunikazioa irekia, zintzoa eta bere adinerako egokia izatea

Elikadura eta esfinterrak

Denon arteko koordinazioa eskatzen du honek, gainera ikaslearen komunikazioaren psikomotrizitatearentzat ezinbestekoa da elikadura batetik, eta esfintarren kontrola.

FAMILIARENTZAKO AHOLKU PRAKTIKOAK

autismoaren eskumena koordinatzeko proposamena

AURKIBIDEA

Orrialdeak

1. SARRERA.....	4
2. KOMUNIKAZIO-FUNTZIOAK.....	4
3. ANAIEN IKUSPUNTUA. AHOLU PRAKTIKOAK.....	6
4. ELIKADURA.....	6
5. ESFINTERREN KONTROLA	8
6. IKASLEAREKIN LAN EGITEKO EZARRI DIREN HELBURUAK	10

1. SARRERA

Jarraian, informazio-dosier bat egin dugu, batez ere familiari zuzendutako aholku praktikoko batzuen inguruan, zerbait funtzionala izan dadin, bai Ikastolan/eskolan, bai etxean.

Dokumentu honetan espezialisten ekarpenak jasotzen dira (CREENA, AT –Arreta Goiztiarra-, PT –Pedagogia Terapeutikoa–, Orientatzailea eta Tutorea), eta dosier horren helburu nagusia familiari beharrezko informazioa ematea da, ikaslearekin gauden pertsona guztien artean, hezkuntza-garapenaren dosier honetan eguneroko bizitzarekin eta eguneroko errutinekin lotuta dauden alderdiak jorratzen dira: funtzio komunikatiboak, anai-arreben ikuspuntua, elikadura, esfinterren kontrola eta, azkenik, finkatu ditugun helburuak, programazio baten barruan, ikaslearekin lan egiteko. Landu beharreko alderdi guztiek ikaslearen garapen globalean eta objektuekiko, nahiz pertsonetikiko, dituen elakrerraginetan dituen aurrerapen txikietan eragina izango dute. Hala ere, azpimarratu behar da egun guztiak ez direla berdinak, eta pazientzia bera ere ez. Ikaslearen kasuan, egun batzuetan nekatuago, sentikorrago, pazientzia gutxiagorekin eta abar egoten da; eta beste batzuetan, berriz, alai, aktiboago, gogo onez parte hartzen du. Era berean, familiari eta berarekin esku-hartzen duten gainerako agenteei ere gerta dakieke, faktore askoren mende baitaude modu batera edo bestera talka egiteko, eta, horregatik, malgutasun handiagoa izango dugu esku-hartzeko orduan. Amaitzeko, garrantzitsua da egiten diren jarduera guztiak berarentzat motibagarriak eta erakargarriak diren, bai eta jolasen bidez aurkezten dituejn, bai eta, aurrerapen txiki bat lortu duenean edo lorpen pertsonal bat lortu duenean, beti sustatuko da errefortzu positibo batekin: irribarre bat, laudorio bat, musu bat, txalo bat, etab.

2. KOMUNIKAZIO-FUNTZIOAK

Ikasleak, pertsonetikiko zein objektuekiko elkarrekintzan, hitzik gabeko komunikazioa erabiltzen du:

- Arreta jartzen du pertsona edo objektu oso zehatzetan.
- Kontaktu bisuala erabiltzen du: begiratu, zeharka finkatu, etab.
- Objektu batean jartzen du arreta: begirada zuzendu eta mantendu egiten du.
- Beste pertsona batengan jartzen du arreta: begiratu egiten dio, eta haren presentziaz konturatzen da.
- Agurtu hasieran eta agurtu amaieran: hurbildu eta eskuan bostekoa eginez egiten du.
- Jarduera bat amaitzean: plis- plas egitea bi eskuekin.

Beraz, interakzio sozial horretan, hitzik gabeko komunikazioa erabiltzen du ikasleak: begirada, keinuak, soinu eta oihu batzuk erabiliz. Gainera, berak nahi duena lortzeko helduaren eskua hartzen du lortu nahi duen objekturantz.

Objektuen eta pertsonen arteko elkarreraginean gehiago aurrera egiteko, Ikastolan zein etxean landuko diren funtzio komunikatibo ezberdinak hartuko dira kontuan.

ELKARREKINTZA SOZIALA ERRAZTEKO ESTRATEGAK

Komunikazio-funtzioekin lotuko ditugu, beti ere *sinpleenetik konplexuenera azalduak*: begirada, txandak hartzea, imitazioa, arreta, etab.

Beste pertsoneri arreta errazteko:

- Besteekiko arreta areagotzeko, haurraren ekintzen imitazio zehatzak eta aldi berekoak egingo dira. Gorputzaren edo bokalizazioen mugimenduak izan daitezke. Imitazioak nabarmenak izango dira. Helburua heldua artatzea da, eta ez objektuak.
- Hurrengo urratsa izango litzateke helduak haurra imitatu aurretik haurrak arreta eman arte itxarotea (aurea hartzeko jokabidea).
- Azken urratsa izango litzateke haurrak aurea hartzea eta txanda jarraitzea.

Imitazioa, oinarrizko komunikaziorako besteekiko arreta trebetasunak areagotzea:

- Haurrak helduaren eta familiarenak diren ekintzak imitatzen saiatzen da. Helburuak haurrak helduaren imitazioa erraztea da (famiaren eskemak eta soinu ezagunak).
- Familia-eskemetan aldaketa txikiak imitatzen ditu jostailuekin eta/edo bokalizazioekin.
- Haurrak helduak imitatu arte itxaron behar du.
- Haurrak keinu (seinale), begirada edo lengoaia baten bidez adierazi behar du berak zer nahi duen (irekitzeko eta lortzeko zaila den ontzia, objektu interesgarriak jarritz).

Jarduera partekatu baterako eskaerak areagotzea:

- Errutina soziala. Arreta partekatua. Helduaren laguntza behar duten jolasak (pompak, globoak, kulunka, haurrari bira ematea lepoko edo soka bat ukitzen duenean, etab.).

Imitazioaren aurrean portaera irakastea:

- Haurrak helduari begiratzen dio jardueraren hasiera eragiteko. Horretarako, errotak, pompak, puxikak eta abar erabiliko dira. Helduak jarduerarekin jarraitu aurretik itxarongo du.
- Helduak gehiegizkoa den hitzik gabeko zeinu bat sortzen du jardueraren hasiera adierazteko edo ez adierazteko (umearentzako errotatxo bat jotzen du). Helduak gehiegizko aspirazioa egin dezake, haurrak exhalazioa egin dezan zain.
- Heldua estrategiaz aldatzen du, hitzik gabeko objektuak eta zeinuak erabiliz, trebetasunak orokortzeko eta erantzun isolatuak ez ikasteko.

Komunikazio-funtzioak lantzeko gomendagarriak diren jostailuak edo materialak:

- Jarduerak ispiluaren aurrean egitea, imitatu izateko.
- Haurra helduaren ekintzei adi egotea: zarata egiten du, jostailuak bultzatuz (txakurrak, ardiak ...), ponpoia, txintxirrinak, sokadun jostailuak ...
- Adi helduaren aurpegiri: puxikak, pompak, errotatxoak, arbela ...
- Elkarrekiko arreta: pilotak, bloke kaxa, trena, panpinak...

3. ANAIEN IKUSPUNTUA. AHOLKU PRAKTIKOAK

- Komeni da komunikazio irekia, zintzoa eta bere adinerako egokia izatea. Informazio faltak antsietatea eragiten du normalean. Ikusgarrienak diren ezaugarriak baino ezin izango ditu ulertu.
- Esperientzia negatiboek (antsietatea, haserrea, jeloskortasuna, lotsa eta abar) eta portaera desegokiek islatzen dute jasaten edo pairatzen duten estresa. Denbora behar dute beren sentimenduak prozesatzeko. Haien emozio positibo eta negatiboak partekatu behar dira.
- Arreta sendoa behar dute, indibidualizatua, eta haien denbora propioa eskaini behar zaie. Haiei bakarrik eskaini behar zaie denbora bat.
- Haren lorpenak goraiatu eta saritu behar dira, autoestimua eta aintzatespen positiboa bultzatzeko.
- Anaiarekin elkarreragiten ikasi behar dute. Horretarako, beren adinarekin bat datozen jostailuak eta jarduerak hautatzea gomendatzen da, interesatuta egon daitezzen eta elkarri eragin diezaioten. Beren gauzak leku seguru batean eduki behar dituzte, nebak hozka egiten badio edo apurtzen badu ere.
- Energia behar bereziak dituen haurraren zentratuta ez dagoen jarduerak egin behar dituzte.
- Erantzukizunak eman behar zaizkie, eta ez gutxietsi haien trebezia.

4. ELIKADURA

Antza denez, jaterakoan, mota guztietako elikagaiak birrintzen direnean, ez dago nutrizio-arazo larriarik. Hala ere, honako nutrizio-arazo hauek sor daitezke ATEko haurrekin:

- Kaloria falta.
- Solidoa jateari uko.
- Barietate mugatua.
- Elikagai batzuen gehiegizko kontsumoa.

Horrek guztiak ondorio hauek ditu:

- Urdail-hesteetako alterazio posibleak (idorreria). Egiteko gogoari eustea eta kontestu bakar batan egitea.
- Hortzetan: hortz bereziak.
- Laxa egon ohi den eta tonifikatu beharra duen aurpegi-masailletako giharretan.
- Elikagaiak hainbat arrazoiengatik errefusatzea: usaimenagatik, aurkezpen bisualagatik (forma eta kolorea), ukimenagatik (testuren pertzepzioa), zapoengatik, mastekatzean zarata handiak egiteagatik ...
- Hizketaren balizko atzerapenean, aurpegiko giharren hipotoniagatik, elikagaietan behar bezalako mastekatzea ez egiteagatik. Muskulu-tonu orofaziala eta masailezurraren eta hortzen maneu egokia landu behar dira, hizkuntzaren artikulazioa garatzeko elikagai gehiago hartuz; edo eskainiz.
- Jokabide jakin batzuetan: ez eseri, bola egin, putx egin, azkar jan, eta abar.

Esku-hartzerako, honako hauek hartuko dira kontuan:

Jaten eman aurretik kontuan hartu beharreko alderdiak:

- Egoerari aurre hartu, objektu bisual bat erakutsiz: plater bat, koilaratxo bat edo sardexka bat.
- Probatuz eta aldatuz joan behar da, haur bakoitzari egokitzeko.
- Bazkaltzeko une bat aukeratu, ekintza egiteko.
- Gomendagarria da bazkaltzeko unean familiatik kanpoko pertsona batek jaten ematen laguntzea, estereotipoak edo barneratutako arauak hausteko.
- Heldua haurraren aurrean eserita. Beti bere aurrean jarri.
- Erabiltzen dugun hizkuntza zaintzea: "Horrek ez du inoiz jaten" esaldiaren ordeztu "probatu egingo dugu" jartzea.
- Berarekin komunikazio argia, erraza eta zehatza izatea. Heldua ez da oso iztun aritu behar.
- Arauak argi uzteak ez du esan nahi oihu egitea, haserretzea, urduri jartzea ere. Jarrera irmoa izan behar da, eta aldi berean maitekorra.
- Janariak une atsegina izan behar du. Giro lasaia. Zarata saihestea.
- Haurra ez da egoeraz jabetu behar. Jaten denari eta helduak hartu behar ez duenari buruzko erabakiak.
- Erritmo lasaia eta motela dute, mastekatzera ohituta ez daudelako.
- Ez engainatu, ez behartu. Ez bota ezkutuan, hitzartutakoa baino gehiago.
- Saihestu ordu artean jatea. Ezarritako ordutegiak mantentzea egokiena da.
- Lekua prestatu behar da: platerak, edalontziak, mantelak eta abar erabili nahi dituzun marrazki edo koloreekin.
- Helburuak lehenestea: komeni da heldu berdina janaria ematea muga zorrotzak daudenean, eta aurrerago autonomia landuko da. Prozesua esertzea da, elikagai berriak sartzea, eta azkenik, bakarrik jatea.
- Informazioa erregistratzea eta biltzea: zer elikagai mota jaten duen, zenbat, nola, noiz, norekin, etab. Honetarako komeni da lorpeen erregistro tuala bat izatea, batez ere familiak eta eskolako jantokikoek ikus dezaten.

Bazkaldu bitartean kontuan hartu beharreko alderdiak:

- Jatea gauza atsegina da.
- Koilara edo hatz zikindua ezpainetara hurbildu.
- Mihi puntarekin janaria ukitzea lortu.
- Solidoak sartzea: purearen ehundura handitzea, gero eta solidoagoa bihurtuz. Birrinduta, sardexkarekin zanpatuta, lodiera handitzea.
- Birrindu solido bat jan dezan, eta txandaka egin, solidoa eta birrindutakoa eskainiz.
- Zapore berriekiko hipersentsibilitatea dute. Gustukoen dituzun antzeko beste zapore batzuetan beste zapore baten kantitate txikiak sartzea eta kantitate berria pixkanaka handitzen joatea.
- Behin ahoaren eremua ukitzean, elementu desberdinak sartzen eta kanpoko elementuak hozkatzen hasten garenean, hala nola hortzetako eskuila, moldeko ogi zatiak, patata frijituak edo egosiak, banana, etab., jar dezan mihia lanean eta molarrak ere mugitu ditzan.
- Helduak otordu gutxi batzuk ematen ditu bere aurrean, mahaian beste janari mota batzuk egoteko ohitura har dezan.
- Nahi duen solidoarekin negoziatzea.
- Bazkaria bukatu, beti jolas batekin.

Haurra mastekatzen lagunduko duten jolasak:

- Krema bidezko masajeak ahotik gertu.
- Mingaina atera, ezpainak batu.
- Pedorreta jokoak.
- Soplo-jokoak: pompak, kandelak, burbuilak egiteko lastotxoak, txistuak, konfetiak, etab.
- Goiko ezpainean arkatzak, ezpainen arteko paperak eta abar eusteko jolasak.
- Gure hatzarekin ezpainak mugitzen ditugun jolasak, soinuak sortzeko.
- Molarrak masajeatzea.

5. ESFINTERREN KONTROLA

Ados jarri behar dugu: gurasoak, irakasleak eta profesionalak.

Oraingo pixoihala jarrita utziko diogu egun eta gau osoan. Kentzen badiogu, nahastu egingo dugu.

Garrantzitsua da ikerketa-lan bat egitea eta ikaslearen pixa eta kaka egiteko dituen patrioiak erregistratzea, lehor irauteko zer gaitasun duen jakinaraz diezaguten. Horretarako, erregistro bat proposatzen da egunero: orduro begiratu lehor edo bustita dagoen, eta idatzi.

Bidea prestatzeko egin ditzakegun gauzak: Komunarekin zerikusia duten errutinak erakusten dizkiogu ikasleari:

Adibidez, komunera eramatea familiako beste kide batzuk joaten direnean, komunean pixa egiten ohitu dadin.

Bere pixoihala komunean kentzen dugu, berak ikusten duela ziurtatuz.

Pixoihalak aldatu komunean. Komunean esertzeko animatzen dugu, pixoihal berria prestatzen ari den bitartean.

GAUZATZEKO URRATSAK:

- **Ordutegi bat ezarri:** pixa egiten duela ikusi dugun orduetan eramango dugu ikaslea komunera (10 minutu lehenago). Animatuko dugu minutu batzuetan komunean eserita egon dadin. Ez 5-10 minutu baino gehiago (asko gustatzen zaion jostailuren/objekturen bat erabil dezakegu eta komunean utzi une horietarako).
- **Errutinak sortzea:** komunera joateko uneetarako errutinak sortzea (ordutegiak errespetatuz), eta errutinazko egoerekin lotzen dugu: gosalduek ondoren, etxetik atera aurretik, merendatu ondoren, ikastolatik itzultzean, oheratu aurretik... etengabea izan behar da! Garrantzitsua da haurra ezagutzen duten pertsona guztiek errutina horiek ezagutzea eta jarraitzea, ikaskuntza eraginkorragoa izan dadin.
- **Bainugela barruan janzteko ohitura txikitatik sortzea:** arropa ondo jarri arte irteten ez uztea. Atera aurretik ispiluan begiratzera anima dezagun, arropak elkarrekin errepasatzeko (galtzontziloak ondo, galtzak ondo... atera gaitezke!). Horrela sozialki desegokiak diren jokabideak saihestuko ditugu.
- **Errefortzuak erabiltzea:** berehalako errefortzuak eta oso erakargarriak, ikasleek komunean pixa/kakak egitea lortzen duenean erabiltzea. Edozein sarik gizarte-errefortzu bat izan behar du (txalo bat, musua, irribarrea, laudorioa...), gero eta balio handiagoa har dezaten.

- **Ingurune lasaia eta eroso:** Komuna egokitu daiteke ohial batzuekin erosoago egon dadin, komunerako egokigailuak, oinak eskegi ez diezazkioten koska bat, eta abar.

* Garrantzitsua: komunetik kendu distraitzeko eta egiteko estimuluak

* altxatu ondoren katetik tira egitea.

- **Garrantzitsua da ikasleek komunera joan nahi duela adierazi ahal izatea, behar hori erakusteko gai izatea.** Keinu bat aukeratu dezakegu, komunera eraman aurretik erabiltzen has dadin (keinua egin dezala: adibidez, kuletea ukitu eta "kaka" esan. Guk hasieran lagunduko diogu. Oso garrantzitsua da bere desioen eta autonomiaren adierazpena lantzeko (ez dugu guk nahi dugunean bakarrik eraman nahi, ahalik eta hobekien adieraztea eta jakinaraztea nahi dugu).
- Esfinterrak komunera sartu ahala, ikaslea **pixoihala kentzeko prest dagoela adierazten duten seinaleak ikusiko ditugu:**
 - Gutxienez 50 minutuz lehor egoteko gai da.
 - Ikaslea lasai egon daiteke komunean edo pixontzian eserita pare bat minutuz, haserreak, beldurrak ... agertu gabe.
 - "Nabaritu" edo bustita edo zikina dagoela ohartzen den seinale batzuk erakusten ditu.
 - Agindu erraz batzuk jarraitzeko gai da ("itxaron", "Etorri").

Behin "seinale-jokabide" horiek gertatzen direla egiaztatuta, pixoihala kentzea planteatuko dugu.

EGIN BEHAR EZ DENA:

- **Ez da zigortu behar pixa-ihesak daudenean:** haurra arropan pixa patxadaz egiten bada, esaten zaio hori ez dela leku egokia, eta bainugelara eramaten dute: minutu batez eserita egongo da waterrean (esango diogu hor egiten dela lasai), eta arropaz aldatzen zaio bainugela berean. Haurrak arropa-aldaketan inplikatu behar du, aldatzen lagundu behar du. Jantzeko gai bada, berak bakarrik egingo du bainugelana. Ez aldatu etxeko beste leku batzuetan (dena komunera lotu behar dugu, hara joatea nahi baitugu).
- **Arropa erraza izan behar du, kentzeko eta jartzeko erraza erabili.** Gomak, belkroekin, etab.
- **Ez da sistematikoa izan behar:** helduok etengabeak eta erregularrak izan behar dugu errutinekin eta sariekin. Konstanteak ez bagara haurra nahastuta egongo da, eta komunera joaten ikasteko prozesua askoz motelagoa izango da.
- **Presaka ibili:** inori ez zaio gustatzen bainugelana eserita dagoenean azkartasuna exijitzea.

GOGORATU

- Lasai egon
- Errutina argiak ezarri eta mantentzea
- Ingurune lasaia eta atsegina ziurtatzea

- Bisualak edo ikusterrazak diren laguntzak, argiak eta ulertzeko errazak erabiltzea, hizkera errazarekin lagunduta.
- Haserreak, sermoiak eta suminkortasuna saihestea.

6. IKASLEAREKIN LAN EGITEKO EZARRIKO DIREN HELBURUAK

ULERMENARI DAGOKIONEZ:

- Begiratu (pertonari) objektu bat erakusten zaionean eta begiratzeko eskatzen zaionean.
- Jarraitu hurbileko seinaleztapenarekin, ontziak, puzzle ahokagarriak, bola-dorrea ... jartzeko.
- Begiratu, luzatu besoa edo irribarre egin, jolas sozialetan helduaren keinu eta ahotsei erantzunez.
- Erantzun une batez inhibizio-hitzei erantzunez ("ez", "Para", eta abar).

ADIERAZPENARI DAGOKIONEZ:

- Errefusatzeko adierazten du objektu bat bultzatuz edo objektuari bueltan emanez.
- Hurbiletik seinalatu, nahi den objektu bat eskatzeko.
- Bi objekturen arteko aukeraketa adierazteko.
- Urrutitik seinalatu, nahi den objektu bat eskatzeko.
- Laguntza eskatzen du, heldu bati objektua emanez.

IMITAZIO MAILAN:

- Keinua motorren eta/edo aurpegikoen imitazioa sustatzea.

GIZARTE-TREBETASUNEI DAGOKIENEZ:

- Arreta laburra eman begi-kontaktua duen beste pertsona bati. Begirada denborak handitzea.
- Helduari keinua motorrak eta/edo aurpegikoak begiratzen eta imitatzen dizkio. Kontraimitazioa.
- Agurrei erantzuten die.

JOKO/JOLAS MAILAN:

- Mikelentzat interesgarriak diren jolasen errepertorioa handitzea.
- Bere jokamoldea aukeratutako objektuen ezaugarrietara egokitzea, objektuak hartu eta botatzetik haratago joatea.

MOTRIZITATEA:

- Hatz erakuslearen erabilera sustatzea (seinaleztatu aurretik).
- Eratzunekin edo beste jarduera batzuekin (plastilina, ondar magikoa) motrizitate fina estimulatzea.
- Pilota handi bati ostikada bat ematea.
- Eskailerak igo eta jaitsi, laguntzarik gabe eta oinak txandakatuz.
- Arropak janzten eta kentzen laguntzea.
- Pilota bat beste pertsona batekin, lurretik botatz, errodaturak trukitzea.
- Parkera edo mendira oinez, saltoka, korrika eta abar joatea.

AUTONOMIA:

- Objektuen bidez ikusmen-laguntzak erabiltzea etorkizuneko ekintzak edo eguneroko errutinak (janaria, jolasa, loa eta bainua) aurreikusteko eta ulertzeko.
- Oinez joango da lekuetara (ez hartu besoetan).
- Komunak erabiltzeko ohiturak sortzea.
- Elikadura: purearen testura handitzea, gero eta solidoagoa bihurtuz.

PORTAERA:

- Oihuaren bidezko eskaerak murrizten dira.