

Tematică curs

Strategii pentru comportamente dificile – psihoterapia la copilul cu TSA

Stimularea constientizarii propriilor emotii, precum si a emotiilor celorlalti.

- a. Identificarea propriilor emotii
- b. Identificarea emotiilor celorlalti
- c. Identificarea cauzelor care declanseaza emotiile
- d. Constientizarea legaturii directe dintre emotii si comportament
- e. Constientizarea legaturii directe dintre gand-emotie-comportament.

Consolidarea abilitatilor de gestionare a emotiilor – managementul emotiilor.

- a. Identificarea situatiilor cu rol declansator pentru emotiile negative
- b. Consientizarea propriilor emotii negative si a comportamentelor adiacente
- c. Identificarea situatiilor declansatoare
- d. Identificarea solutiilor pentru gestionarea emotiilor
- e. Identificarea aspectelor pe care le pot controla/nu le pot controla
- f. Promovarea metodelor de relaxare
- g. Promovarea metodelor de psihoterapie: expunerea, povesti terapeutice, desensibilizare, joc de rol.

Dezvoltarea abilitatilor de rezolvare de probleme/situatii dificile.

- a. Identificarea situatiilor dificile/a problemelor
- b. Gasirea solutiilor pentru rezolvarea problemei
- c. Exersarea abilitatilor de rezolvare a problemelor in diferite situatii/medii

Intelegerea regulilor sociale si consolidarea comportamentelor dezirabile in diferite situatii sociale.

- a. Identificarea si intelegerea regulilor sociale in diferite medii
- b. Identificarea comportamentelor corecte/gresite
- c. Exersarea comportamentelor dezirabile
- d. d.Intelegerea consecintelor/efectului propriului comportament asupra sa/asupra celorlalti

Dezvoltarea autocontrolului si a comportamentelor alternative dezirabile in situatii stresante (ex: conflicte etc).

- a. Identificarea situatiilor dificile care duc la aparitia comportamenlor neadecvate
- b. Analizarea corecta a situatiei
- c. Identificarea unor solutii de rezolvare
- d. Identificarea comportamentelor alternative, incompatibile cu cele problematice identificate