

Pathological Demand Avoidance (PDA)

Pervasive Drive for Autonomy: Memahami Profil Elakan
Tuntutan dalam Autisme

MODULE B: NEURO-COGNITIVE ARCHITECTURE | AUTYST.MY

RINGKASAN EKSEKUTIF

"PDA ialah profil perkembangan saraf di mana otak mentafsir tuntutan biasa sebagai **ancaman langsung terhadap kelangsungan hidup dan autonomi. Daripada bersifat sengaja ingkar, individu mengalami kebimbangan (anxiety) teruk di luar kawalan yang memaksa mereka mengelak tugas secara strategik—walaupun untuk aktiviti yang digemari. Menyokong individu PDA memerlukan peralihan daripada kaedah disiplin tradisional kepada pendekatan berasaskan kerjasama, kerjasama, kepercayaan, dan perkongsian kawalan."**

Sains Di Sebalik PDA: Kitaran Tuntutan-Panik



Pengalaman Autistik: Realiti Dalaman



Kelumpuhan Inersia (Inertia Paralysis):
Peralihan daripada Boleh kepada Tidak Boleh, bukan sekadar Tidak Mahu.

Mitos vs. Realiti Bersepadu

MITOS



REALITI



Mereka hanya degil dan sengaja melawan pihak berkuasa.

Ia adalah respons panik luar kawalan yang didorong oleh kebimbangan (anxiety) dan keperluan neurologi untuk rasa selamat.

Mereka perlukan peraturan dan disiplin yang lebih ketat (ganjaran/hukuman).

Pendekatan tingkah laku tradisional (seperti ABA) meningkatkan persepsi ancaman dan memburukkan lagi trauma serta elakan.

Mereka memanipulasi orang dewasa secara berniat jahat.

Strategi sosial (alasan, main peranan, gangguan) adalah mekanisme kelangsungan hidup secara naluri untuk mendapatkan semula kawalan.

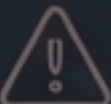
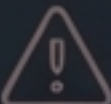
Pengecaman Klinikal: Membezakan PDA dan ODD

Profil PDA

- Kemahiran bersosial di permukaan (*surface sociability*) tetapi identiti sosial yang rapuh.
- Selesa dalam main peranan (*role-play*) kompleks untuk lari dari tuntutan.
- Didorong oleh KEBIMBANGAN (*Anxiety*) dan perlindungan autonomi.
- Sering menunjukkan rasa kesal (remorse) selepas fasa meltdown.

Kesilapan Diagnosis ODD

- Pakar klinikal sering menyalahanggap PDA sebagai Oppositional Defiant Disorder (ODD).
- ODD didorong oleh KEMARAHAN atau niat jahat terhadap pihak berkuasa, bukan kebimbangan sistem saraf.

 **Amaran Klinikal: Strategi ODD (paksaan & konfrontasi) akan memusnahkan kesihatan mental pesakit PDA.** 

Strategi Praktikal & Sokongan

Untuk Individu Autistik

- ✓ Pemetaan Sistem Saraf: Kenal pasti pencetus awal sebelum balang kebimbangan melimpah.
- ✓ Ruang Selamat (Sanctuary): Wujudkan zon bebas tuntutan sepenuhnya untuk pemulihan tenaga.
- ✓ Skrip Advokasi Diri: Sediakan frasa lalai (*default*) untuk meminta jeda masa tanpa rasa bersalah.

Untuk Rangkaian Sokongan (Ibu bapa/Majikan)

- ✓ Bahasa Deklaratif (Ayat Penyata): Guna arahan tidak langsung (Baju tu nampak cantik kalau dipakai... berbanding Pakai baju sekarang!).
- ✓ Ilusi Pilihan: Kongsi kuasa dengan memberi pilihan terbimbing, bukan arahan mutlak.
- ✓ Penyamaran Tuntutan: Selindung tuntutan asas di sebalik humor, permainan, atau peranan fantasi.

Konteks Malaysia: Budaya, Bahasa & Stigma

Pertembungan Nilai Kolektivis

Budaya Malaysia sangat menyanjung hierarki dan kepatuhan (hormat orang tua, jangan jadi anak derhaka). Keperluan PDA untuk autonomi bertembung hebat dengan norma ini, melabelkan anak sebagai kurang ajar dan ibu bapa gagal mendidik.

Nuansa Bahasa (BM)

Bahasa Melayu sering menggunakan struktur arahan langsung yang berhierarki. Beralih kepada pendekatan bahasa tidak langsung atau ayat penyata memerlukan usaha kognitif yang besar daripada ibu bapa dan guru.

Akses Kesihatan (KKM)

PDA masih belum diiktiraf secara rasmi dalam sistem kesihatan awam. Risiko kanak-kanak dilabel sekadar mempunyai masalah disiplin adalah sangat tinggi.

Hubungan Dengan Modul B Yang Lain

Beban Alostatik (Allostatic Overload)

Tuntutan harian bertindak sebagai tekanan kronik yang sentiasa memenuhi balang keseimbangan. Permintaan sekecil mana pun boleh mencetuskan meltdown.

PDA

Pemprosesan Sensori (Sensory Processing)

Input sensori (lampu terang, bunyi bising) bertindak sebagai tuntutan tidak kelihatan kepada sistem saraf, memburukkan lagi tindak balas elakan.

Fungsi Eksekutif (Executive Functioning)

Halangan yang tinggi untuk memulakan tugas (*task initiation*) melipatgandakan Intoleransi Ketidakpastian, membuatkan peralihan aktiviti menjadi sangat melumpuhkan.

Rujukan Utama

- Egan, V., Linenberg, O., & O'Nions, E. (2019). The Measurement of Adult Pathological Demand Avoidance Traits. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(2), 481-494.
- Green, J., Absoud, M., Grahame, V., et al. (2018). Pathological Demand Avoidance: symptoms but not a syndrome. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(6), 455-464.
- Kildahl, A. N., Helverschou, S. B., Rysstad, A. L., et al. (2021). Pathological demand avoidance in children and adolescents: A systematic review. *Autism*, 25(8), 2162-2176.
- O'Nions, E., Gould, J., Christie, P., et al. (2016). Identifying features of 'pathological demand avoidance' using the Diagnostic Interview for Social and Communication Disorders (DISCO). *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25(4), 407-419.
- Stuart, L., Grahame, V., Honey, E., & Freeston, M. (2020). Intolerance of uncertainty and anxiety as explanatory frameworks for extreme demand avoidance in children and adolescents. *Child and Adolescent Mental Health*, 25(2), 59-67.