

Прикладной анализ поведения



*Справочник
для родителей*



Данные материалы являются результатом текущей деятельности Сети по лечению аутизма, программы, финансируемой фондом Autism Speaks. Брошюра переведена и подготовлена к печати при поддержке Частного Благотворительного Фонда Булата Утемуратова «Асыл Мирас» и Общественного Фонда «Ашық әлем».

Собранная здесь информация является информационным справочником Прикладного анализа поведения (АВА). Он создан для лучшего **понимания АВА, преимуществ, которые может получить Ваш ребенок**, а также **места и времени предоставления услуг АВА**.

Что такое АВА?

Аббревиатура «АВА» расшифровывается как **Applied Behavior Analysis** и переводится на русский язык как

«Прикладной анализ поведения». АВА представляет собой набор принципов, которые формируют основу для различных методов поведенческой терапии. АВА основывается на научном подходе к обучению и поведению. Данный научный подход включает в себя общие «законы» поведения и обучения. Терапия на основе АВА применяет эти законы к поведенческим методам лечения таким образом, чтобы увеличить уровень желаемого поведения и уменьшить уровень опасного или проблемного поведения, которое может мешать обучению и эффективному социальному взаимодействию. Также терапия на основе АВА используется для улучшения речевых и коммуникативных навыков, внимания, концентрации, социальных навыков, памяти и академических навыков. АВА может использоваться для снижения проблем с поведением.

Руководитель здравоохранения США и американская ассоциация психологов признали метод АВА лучшим методом лечения аутизма, имеющим научное обоснование. «Научно-обоснованный» означает, что терапия на основе АВА прошла научные испытания полезности, качества и эффективности.

Терапия на основе АВА включает в себя много различных методов. Все эти методы нацелены на предшествующие факторы (то, что происходит до возникновения поведения), а также последствия (то, что происходит после возникновения поведения). Одной из ключевых методик АВА является «положительное усиление/подкрепление». Его суть состоит в том, что при вознаграждении или поощрении поведения высока вероятность того, что такое поведение будет повторяться в будущем. АВА применяет методику положительного усиления таким образом, чтобы в значительной степени изменить поведение.

Другими наиболее распространенными видами лечения, основанными на принципах АВА являются обучение отдельным блокам, случайное обучение (или обучение в естественной среде), тренинг вербального поведения, обучение ключевым навыкам и парадигма естественного языка (см. следующую страницу). Все эти виды АВА-терапии:

- Структурированы
- Предполагают сбор данных по целевым навыкам и типам поведения
- Предполагают положительные стратегии изменения реакций и поведения

Метод АВА в первую очередь сосредотачивается на стратегиях положительного подкрепления, которые представляют собой существенную поддержку детям, испытывающим трудности в обучении или приобретении новых навыков. Также АВА-терапия занимается коррекцией проблемного поведения, которое мешает нормальному функционированию ребенка, посредством процесса, называемого «функциональная оценка поведения».

Принципы и методы анализа поведения эффективно и широко применяются для развития обширного спектра навыков у учащихся с особыми потребностями и без них.

Коротко о АВА

Понимание (и изменение) поведения в определенной окружающей среде является основой терапии АВА.

- **«Поведение»** относится ко всем действиям и навыкам (не только к проступкам).
- **«Окружающая среда»** состоит из различных физических и социальных событий, которые можно изменить или которые подлежат изменению чьим – либо поведением



Обучение отдельными блоками основывается на понимании того, что практика помогает ребенку освоить навык. Это структурированная терапия, которая использует индивидуальный метод обучения и включает в себя интенсивное обучение специфическому поведению путем его многократного повторения «зубрежка». Многократное повторение помогает запоминанию, так как заключается в повторении одного и того же задания многократно, обычно 5 и более раз, что особенно важно для детей, которым зачастую требуется больше практики, чтобы овладеть каким-либо навыком. Повторение также способствует укреплению долгосрочной памяти. Конкретная форма поведения (зрительный контакт, внимательность, мытье рук и т.п.) разбивается на простейшие реакции, а затем инструктор систематически делает подсказки и руководит каждой из них в отдельности. Дети получают положительное подкрепление (например, жест приветствия и одобрения «дай пять», словесная похвала или жетоны, которые можно обменять на игрушки) за проявление целевого поведения. Например, ребенок и инструктор садятся за стол, инструктор обращает внимание ребенка на себя словами «посмотри на меня». Ребенок смотрит на инструктора и последний поощряет ребенка жестом одобрения «дай пять».

Случайное обучение (или обучение в естественной среде) основывается на осознании того, насколько важно придать реальный практический смысл тем навыкам, которые изучает ребенок. Данный метод предполагает обучение навыкам в той среде, в которой они впоследствии будут использоваться. Использование естественной повседневной среды ребенка во время терапии может помочь увеличить обобщение приобретаемых навыков для различных повседневных ситуаций. В процессе случайного обучения учителя или инструкторы используют естественные возможности для того, чтобы помочь ребенку обучиться речи. Ребенок выбирает какое-либо желаемое им занятие или деятельность, а инструктор следует за инициативой или интересом ребенка. Данные стратегии преподавания были разработаны для облегчения обобщения приобретаемых навыков и улучшения запоминания. Как только ребенок попадает в естественную ситуацию, в которой он проявляет интерес, инструктор последовательно помогает ему с целью поощрения ответной реакции ребенка. Например, ребенок качается на качели и ему нужно, чтобы инструктор подтолкнул качели, чтобы ребенок качался выше. Инструктор ждет пока ребенок сам об этом попросит и только, когда он попросит инструктор подтолкнет качели. Он каждый раз ждет просьбы ребенка и только после этого толкает качели.

Тренинг вербального поведения похож на обучение отдельными блоками тем, что он является структурированным и использует индивидуальный интенсивный метод обучения, а отличается тем, что разработан с целью мотивации ребенка к изучению языка, развивая при этом его связь с окружающим миром и его мнением. При обучении некоторых детей словам и знакам необходимо преднамеренно обращать их внимание на то, какую функцию они выполняют (например, Что это? Чашка. Для чего она тебе нужна? Чтобы пить. Из чего ты пьешь? Из чашки).

Обучение ключевым навыкам представляет собой природное, слабоструктурированное вмешательство, которое опирается на естественные возможности для обучения и последующие факторы. Задачей обучения ключевым навыкам является повышение мотивации ребенка посредством добавления в его среду возможностей выбора, понятия очередности и других компонентов, перенаправляя акцент с дефицитных областей навыков на область опорных навыков для самостоятельного функционирования. «Ранняя Денверская модель» представляет собой комплексный подход к раннему поведенческому вмешательству для детей с аутизмом в возрасте до 18 месяцев. Четырьмя ключевыми областями навыков принято считать (а) мотивацию, (b) проявление инициативы, (c) саморегуляцию, и (d) способность реагировать на множественные стимулы. Считается, что путем стимуляции развития данных областей навыков можно вызвать улучшение и нецелевых форм поведения. Эта модель имеет направленность на обучение ключевым навыкам.

Парадигма естественного языка (NLP) основана на том, что преднамеренное расположение предметов в окружающей среде с целью увеличения частоты использования языка может способствовать улучшению обучения. При обучении особенно выделяется инициатива ребенка, используются естественные способы закрепления изученного, которые являются результатом поведения, в итоге это все способствует обобщению навыков. Например, когда ребенку разрешают уйти после того, как он скажет «до свидания», у него будет намного больше желания употреблять и запоминать эти слова, чем у ребенка, который получил материальное вознаграждение за употребление этих слов. Этот метод обучения переносит инструкции из комнаты обучения в повседневное окружение с огромной заинтересованностью ребенка, выступающего главным объектом для вмешательств.

Методы АВА-терапии оказывают поддержку аутичным детям по таким направлениям:

- ✓ Обучают навыкам, которые замещают проблематичное поведение.. Таким образом, ребенок может научиться тому, ЧТО ДЕЛАТЬ, вместо того, чего НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ.
- ✓ Увеличивают желательное поведение и уменьшают проявление нежелательного поведения. Например, процедуры усиления поощряют внимательность во время выполнения задания и уменьшают аутоагрессивное или стереотипное поведение.
- ✓ Поддерживают желательное поведение. Например: Обучают таким процессам, как самоконтроль и самообладание, чтобы закрепить и обобщить связанные с работой социальные навыки.
- ✓ Изменяют ответ окружающих на поведение ребенка. Некоторые реакции окружающих могут непреднамеренно способствовать подкреплению проблематичного поведения.
- ✓ Повышают академические, социальные навыки и навыки самопомощи у ребенка.
- ✓ Повышают способность сосредотачиваться на выполнении задач и увеличивают мотивацию к обучению.
- ✓ Улучшают когнитивные навыки. Помогают ребенку развить способности к обучению.
- ✓ Обобщают или переносят поведение из одних условий окружающей среды или ситуаций в другие (например, выполнение заданий в комнате для индивидуального обучения со временем переходит в успешное выполнение этих задач в общеобразовательном классе).

Принесет ли АВА пользу моему ребенку?

Ваш ребенок...

- ✓...имеет трудности в обучении?
- ✓...имеет трудности в приобретении новых навыков?
- ✓...имеет трудности при общении?
 - ✓...тяжело преодолевает проблемное поведение* которое происходит автоматически?

Если какие-то из перечисленных вариантов поведения есть у Вашего ребенка, тогда поведенческое вмешательство на основе подхода АВА будет полезным.

**Проблемное поведение может сопровождаться приступами гнева, агрессией или самоповреждением.*

Принесет ли АВА пользу моему ребенку?

АВА является настолько широким подходом, что очень трудно сказать, на какую программу он похож. Количество необходимых методов терапии и уровней вмешательства родителей всегда разное, так как зависит от нужд конкретного ребенка. Программы АВА по обучению навыкам (такие, как обучение отдельным блокам, случайное обучение) могут потребовать несколько часов обучения каждый день. Хотя программы обучения навыкам обычно проводятся поведенческими инструкторами или учителями, очень часто приходится обучать и родителей важнейшим практическим навыкам для того, чтобы они смогли помочь детям перенести полученные знания в повседневную жизнь.

Маленьких детей по АВА-программам обучают в домашних условиях, и для этого требуются специальные материалы и отдельная зона для занятий. Терапия модификации поведения АВА может состоять из 1-2 часов в неделю обучения родителей, при этом выученные родителями стратегии поведения используются между занятиями. Инструктор АВА также может проконсультировать учителей с целью поддержания хорошего поведения в школе.

Первым шагом в обучении навыкам во время занятий АВА обычно является откровенная беседа с родителями и оценка, например,

оценка знаний основного языка и навыков обучения или «ABLLS-R»

или

оценка вербального поведения и программа размещения «VB-MAP»

Компоненты сильной АВА-программы включают в себя

- **Контроль** – Программы должны разрабатываться и контролироваться сертифицированными поведенческими терапевтами или лицами, имеющими опыт работы с аутичными детьми.
- **Обучение** – Все участники программы должны иметь соответствующий уровень подготовки и поддержки со стороны специалистов на протяжении всей программы.
- **Программирование** – Программа должна разрабатываться после тщательной оценки уровня развития навыков у конкретного ребенка. Цели программы и задачи по обобщению навыков должны быть определены в сотрудничестве с родителями ребенка и включены в план в обязательном порядке. Задания на обобщение должны быть включены в программу для обеспечения гарантии реализации навыков в различной окружающей среде.
- **Функциональное программирование** – Отобранные цели в ходе программы должны быть выгодными и функциональными для обучающегося, а также должны повышать или улучшать его качество жизни. Все аналитические терапии поведения должны объединяться таким образом, чтобы у ребенка была возможность обучаться различными способами.
- **Сбор данных** – Данные о прогрессе ребенка в приобретении навыков, а также об изменениях в поведении должны систематически собираться и анализироваться супервизором для дальнейшего планирования программы.
- **Обучение семьи** – Члены семьи ребенка должны пройти подготовку по обучению и подкреплению навыков ребенка. Они также должны привлекаться к процессу планирования и пересмотра программы.
- **Встречи команды инструкторов** и членов семьи должны проходить регулярно для того, чтобы обеспечить последовательность в реализации программы, а также в целях обсуждения текущих проблем и прогресса ребенка в обучающей программе.



Кто предоставляет услуги АВА?

Лица, предоставляющие услуги АВА, могут различаться по методам обучения, опыту и сертификации:

- **Сертификаты АВА:** Инструкторы могут получить сертификат в Совете по сертификации поведенческих аналитиков. Если они получили сертификат и имеют, как минимум, степень магистра, в таком случае после их имени будет написано ВСВА. ВСВА-D означает, что у них есть докторская степень. У других инструкторов могут быть свидетельства об аккредитации ВСАВА. Это значит обучение в АВА до степени бакалавра.
- **Опыт работы с применением АВА:** Некоторые инструкторы АВА имеют годы опыта предоставления услуг АВА, но не имеют официальной «сертификации». Несертифицированные специалисты, возможно, работали под контролем сертифицированных инструкторов АВА. Не смотря на то, что специалисты, не имеющие сертификата, и могут проводить индивидуальные занятия по обучению навыкам, они обязательно должны контролироваться сертифицированными специалистами.

Очень важно, чтобы при поиске услуг АВА Вы запрашивали информацию об опыте работы врача и получали ответ. Просите врача **предоставить отзывы** от других родителей или опекунов

Где предоставляют услуги терапии?

АВА может проводиться в школе, дома или в обществе, в зависимости от нужд ребенка и услуг, которые можно предоставить в этом особом месте. В некоторых школах применяют стратегии АВА. Также они могут быть включены в индивидуальный план занятий ребенка. Специалист, который проводит занятия АВА в домашних условиях, может заниматься с детьми-аутистами на дому.

Большинство крупных и средних городов имеют АВА-специалистов с сертификатами, но в маленьких городах и районах их может не быть.

Поэтому очень важно знать об опыте работы специалиста.

Как получить услуги АВА?

- Посмотрите в Вашем регионе организации или посетите вкладку Семейные услуги на веб-сайте Autism Speaks: www.autismspeaks.org. Ищите предоставляемые услуги АВА в Вашем городе.
- Посмотрите местное представительство Общества аутизма Америки. Перейти на их сайт www.autismsociety.org и найдите ресурсы по городам.
- Найти Совет по сертификации поведенческих аналитиков можно по ссылке www.bacb.com.
- Поговорите с группой обучения Вашего ребенка о местных представителях.
- В местных группах поддержки поговорите с семьями, которые столкнулись с аутизмом.

Страхование АВА

Страхование терапии АВА варьируется у разных Страховых компаний.

Страховые полисы также отличаются в разных городах.

Вам понадобится проверить полис, чтобы понять, покроет или возместит ли страховка предоставленные услуги АВА.

Ресурсы

Управление по делам семьи фонда Autism Speaks предлагает ресурсы, набор инструментов и поддержку для ежедневной помощи в жизни с аутизмом (www.autismspeaks.org/family-services). Если у Вас есть желание поговорить с кем-то из команды Управления по делам семьи фонда Autism Speaks, свяжитесь со Специальной группой по аутизму по телефону 888-AUTISM2 (288- 4762) или по электронной почте familyservices@autismspeaks.org.

ART на испанском языке по телефону 888-772-9050.

Веб-сайты

Читайте о научно-обоснованных методах лечения аутизма:

- Вебсайт Национального центра аутизма www.nationalautismcenter.org
- Вебсайт Организации исследования аутизма www.researchautism.org

Выражение признательности

Данная публикация была создана членами Сети по лечению аутизма / научно-исследовательской сети по проблемам аутизма фонда Autism Speaks при Научном комитете по охране физического и психического здоровья. Особую благодарность хотим выразить доктору психологических наук Николь Бинг (Детская больница, город Цинциннати), доктору философии Эрике Ковэкс (Колумбийский университет), доктору философии Даррину Сикора (Орегонский университет здоровья и науки), доктору философии Лоре Сивверман (Университет Рочестера), доктору философии Йоханна Лэнц (Колумбийский университет), доктору философии Бенджамину Хенден (Университет Питсбурга), бакалавру искусств Ребекке Ригер (Колумбийский университет), доктору психологических наук Зонье Митчелл (Колумбийский университет) и магистру гуманитарных наук Лоре Сриворэкиэт (Детская больница, город Цинциннати) за их работу над публикацией.

Публикация была отредактирована и смоделирована, а затем опубликована Отделом по связям Сети по лечению аутизма / научно-исследовательской сети по проблемам аутизма фонда Autism Speaks. Благодарим за помощь и предложения очень многих людей, включая семьи, сотрудничающие с фондом Autism Speaks, занимающимся лечением аутизма. Данная публикация может распространяться, как на платной так и на безвозмездной основе, может быть преобразована в электронный файл с целью дальнейшей публикации и распространения с данными Вашей организации и наиболее частым направлениям. При необходимости внесения исправлений - сообщите нам по адресу atn@autismspeaks.org.

Эти материалы являются результатом текущей деятельности Сети по лечению аутизма, программы, финансируемой фондом Autism Speaks. Программа работает по договору UA3 MC 11054 при поддержке Министерства здравоохранения и социальных служб США, Управления здравоохранения и медицинского обслуживания, исследовательской программы о здоровье матери и ребенка Центральной больницы штата Массачусетс. Авторы публикации несут полную ответственность за содержание публикации, которая не всегда предоставляет официальное мнение MCHB, HRSA, NHS. Изображения были взяты из istockphoto®. Написано в мае 2012 года.

