

Методы прикладного анализа поведения как один из подходов раннего обучения детей с аутизмом

Т. О. Михальченко

Термин «аутизм» используется более полувека, многие понимают его как пожизненный приговор человеку с таким диагнозом. Считалось, что большинство обречены на серьезный или постоянный дефицит общения, игр, отношений с другими и учебы. Очень малая часть детей с аутизмом в состоянии достичь независимости в действиях, став взрослыми, но и в этой малой группе многие сохраняют, по крайней мере, признаки аутистического поведения [1]. В настоящее время ведется активный поиск различных подходов, направленных на коррекцию аутистического дезонтогенеза, нормализацию психического развития такого ребенка [2].

Несколько практических работ показали, что один из подходов к лечению — раннее интенсивное обучение, использующее методы прикладного анализа поведения, — может принести продуктивные результаты в развитии детей с аутизмом: успешная адаптация в школе для многих, совершенно нормальная социализация в обществе для некоторых.

Методы прикладного анализа поведения (его еще называют вмешательством в поведение или лечением поведения) могут производить общие и длительные улучшения многих важных навыков для большинства людей с аутизмом, несмотря на возраст. Прикладной анализ поведения использует методы, основанные на научных принципах поведения, чтобы создать социально-полезные навыки и снизить те, что вызывают проблемы. С этой точки зрения, аутизм — это синдром поведенческих дефицитов и избытков, которые имеют неврологическую базу, но тем не менее могут меняться под воздействием специальных, тщательно спланированных, конструктивных взаимодействий с окружающими [1]. Исследования показывают, что дети с аутизмом не готовы учиться

в типичной обстановке, но многие могут усвоить соответствующие инструкции. Аналитическое лечение поведения при аутизме базируется на обучении малыми измеряемыми циклами систематически. Каждый навык, который ребенок не проявляет, — от относительно простых реакций, как, например, смотреть на других, до сложных действий, как спонтанное общение и социальное взаимодействие, — разбивается на малые шаги. Каждому шагу обучают (часто поначалу один на один с ребенком) путем специальной реплики (намек) или инструкции (команды). Иногда добавляют подсказку (в виде жеста, движения) для начала взаимодействия с ребенком, но подсказки любого вида надо использовать нечасто и неброско, чтобы ребенок не стал от них зависим. Правильная реакция должна сопровождаться определенным следствием, что действует эффективно как закрепление, то есть если одинаковые действия следуют за правильно выполненной командой постоянно, то считается, что этот навык закрепится. Приоритетная цель — чтобы занятия доставляли ребенку удовольствие. Другая цель — научить различать разные стимулы (раздражители): свое имя от других слов, цвета, формы, буквы, цифры и т. д. друг от друга; правильное поведение от неподобающего. Несоответствующие реакции (вспышки гнева, стереотипия, нанесение себе повреждений, уход) явно не закрепляются, они требуют систематического анализа, чтобы определить, какие события действуют как усилители для таких реакций. Предпочтительно, чтобы ребенка приобщали к правильным реакциям, которые не совместимы с неподобающими. Попытки научить повторяются много раз, первоначально в быстрой последовательности, пока ребенок не отреагирует без подсказок взрослого. Действия ребенка записываются и оцениваются по специальным объективным позициям и критериям.

Данные заносятся в таблицу, чтобы была видна картина достижений ребенка, позволяющая специалисту или родителю регулировать обучение, если желаемых результатов нет.

Время и этапы определяются точно для каждого ребенка и каждого навыка. В этом смысле обучение высоко индивидуализировано. Чтобы добиться лучших результатов, самые необходимые навыки отрабатываются и закрепляются во многих незапланированных ситуациях. Некоторых детей отдельным навыкам можно учить в относительно непланируемой обстановке с самого начала. Такие «случайные» и «естественные» возможности тренировки следует тщательно продумывать. Однако помните, что они должны быть последовательными и частыми. Простые ответы систематически соединяются в сложные. Основное внимание уделяется тому, как научить ребенка учиться самому у окружающих и как действовать в этом окружении, производя положительные действия для себя, семьи и других.

Методы прикладного анализа поведения включают программы, направленные на обучение как простым навыкам — установке зрительного контакта и имитации движений, так и сложным — социальным навыкам, логическому мышлению, использованию ролевых игр.

В качестве примера предлагается рассмотреть программу по обучению названиям частей тела.

Программа «Части тела»

1. Различает части тела

Сидя напротив ребенка, добейтесь его внимания и произнесите команду: «Покажи (дотронься) на...» Помогите ребенку находить правильную часть тела на нем самом и закрепляйте правильные действия. Со временем положительно реагируйте только на правильный выбор без подсказки.

Инструкция: (1) «Покажи на...»; (2) «Что это?»	Реакция: (1) правильно касается части тела; (2) правильно называет части тела	Дата введения	Дата усвоения
1. Голова			
2. Стопы			
3. Живот			
4. Нос			
5. Рот			
6. Ноги			
7. Глаза			
8. Уши			
9. Волосы			
10. Щеки			
11. Плечи			
12. Кисть руки			
13. Лицо			
14. Рука			
15. Пальцы			
16. Локоть			
17. Подбородок			
18. Пальцы рук/ног			

2. Называет части тела

Укажите на часть тела на себе и спросите, что это. Подсказывайте только на первом этапе. Сначала выбирайте части тела, расположенные не близко друг к другу (голова — ноги, а не глаза — нос).

От того, как вы предъявите *инструкцию*, может зависеть ее исполнение. Если ребенок обратил на вас внимание, услышал инструкцию и в состоянии ее выполнить, скорее всего, он так и сделает. Прежде чем предъявить инструкцию, добейтесь внимания: назовите имя ребенка, установите зрительный контакт, дотроньтесь до ребенка. Инструкция должна быть четкой, немногословной, сформулированной в виде утверждения, и произносить ее надо только один раз. Если задание содержит слишком много слов, ребенок может не уловить ключевые их них.

После того как ребенок проявит понимание инструкции, варьируйте слова, чтобы достичь обобщения. В ответ на задание ребенок может отреагировать тремя способами: верно, неверно и совсем никак. В среднем, давайте ребенку от 3 до 5 секунд, чтобы начать отвечать. Если ребенок начинает реагировать неадекватно (неверно отвечает или вовсе пытается покинуть свой стул), сразу же переходите к заключению. Заключение или реакция взрослого будет зависеть от реакции ребенка. Если ребенок реагирует верно, немедленно предоставьте стимулятор — похвалите, обнимите или сопровождайте свою радость наградой.

Если ребенок реагирует неправильно или совсем никак, необходимы эффективная подсказка или *физическое руководство*. Например, можно отреагировать словесно, сказав мягко: «Нет» или «Не так», или повторить инструкцию, при этом физически направляя ребенка на верные действия (это называется *корректирующим этапом*). Физическое руководство может состоять в касании руки, также вы можете выполнить нужное движение, взяв руки ребенка в свои руки. Самое важное, чтобы тот вариант, который вы выберете, сработал с первого раза. Повторение подсказки или физического руководства приведет к тому, что ребенок не поймет, что ваши просьбы надо исполнять с первого предъявления. Физическое руководство может помочь ему понять, что значат ваши слова. Если ребенок понимает, но предпочитает не отвечать, физическое руководство способствует тому, чтобы он понял, что надо подчиняться. В любом случае оно на пользу ребенку. Поначалу вслед за корректирующим этапом похвала должна быть не так эмоциональна. Когда станет понятно, что ребенок вас понимает, поберегите вознаграждение только для правильных ответов по первому предъявлению (то есть до этапа коррекции). Промежуток между *заключением* (вознаграждением или исправлением) и следующим упражнением называется *интервал*. Соблюдайте четкую паузу в 3–5 секунд перед следующей инструкцией. Это поможет вам дать понять ребенку, что вы закончили

с одной просьбой и теперь приступаете к другой. Во время этой паузы хвалите ребенка за усидчивость и дайте возможность поиграть/съесть стимулятор. В это же время записывайте результаты предыдущего упражнения в свою таблицу и готовьте материалы и стимуляторы для следующей инструкции.

Стимуляторы, или вознаграждения, очень индивидуальны. За вознаграждения принимаются действия или объекты, несущие положительный заряд (угощение, поцелуй, объятия, похвалы, наклейки). Для некоторых детей лучшей наградой будет разрешение поиграть с мячом, любимая одежда, фонарик... Выбирайте вознаграждения-закрепители путем наблюдений (что предпочитает ребенок, когда предоставлен себе) или прямо спросите, что бы он хотел, или пусть сам выберет из того, что вы предложите. Используйте словесные похвалы. Подобрать стимуляторы, храните их у себя и предъявляйте по одному за правильное действие. Пересматривать награды надо ежедневно, а то и чаще. Чтобы слова похвалы возымели больший вес для ребенка, сопровождайте ими угощение или игрушку, причем говорить надо не «Молодец», а «Молодец, что так хорошо сидишь» и т. п.

При организации *условий обучения* обратите внимание на то, что окружающая обстановка должна как можно меньше отвлекать. Оставайтесь оживленными, обеспечьте почти постоянные стимуляторы-поощрители за сидение на стуле и чередуйте обучающие инструкции

с игрой. Первые занятия — 5–10 минут, перерывы такой же продолжительности. Первое время во время перерывов разрешайте детям делать все, что они хотят. Приготовьте два детских стула (один — вам, другой — ребенку), стол для материалов и поощрителей. Все это располагается так, чтобы сам ребенок не мог их достать.

Первое задание должно быть тем, которое ребенок уже умеет выполнять. Уделите внимание умению сидеть на стуле и выполнять простые команды. Избегайте легко бьющихся предметов и тех, что могут быть использованы не в том смысле. С одной стороны, игрушки, которыми ребенок часто играет, могут быть стимуляторами, а с другой стороны, они могут лишь отвлекать внимание во время обучения. Если ребенок слишком реагирует, когда вы даете ему такой предмет или забираете его, надо на время отказаться от него. Начинайте каждое занятие, ставя два стула друг против друга. Садитесь очень близко к ребенку, так чтобы его ноги были между вашими. Хвалите, поощряйте за зрительный контакт и сидение. Когда ребенок станет более спокоен, придвиньте стол ближе к стульям. В конце концов вы с ребенком будете сидеть с противоположных сторон стола. Тогда уже вводите больше материала для обучения.

Если вы хотите научить ребенка более сложным действиям (играть самостоятельно в течение 10 минут или раскрасить рисунок без помощи взрослого), добивайтесь этого по этапам. Сначала добейтесь, чтобы ребенок раскрашивал 1/4, затем 1/2, потом 3/4 рисунка. Ставя перед собой задачу таким образом, вы скорее увидите, есть ли прогресс.

Помните, что занятия по модификации поведения требуют большого терпения. Часто нужны недели и месяцы для формирования навыка. После того как навык усвоен, подсказки сведены к минимуму, вы убедились в его обобщении, мы рекомендуем один раз в неделю возвращаться к той же инструкции — на протяжении 3–6 недель. Если наблюдение показывает, что ребенок утратил навык, тогда последний этап обучения повторяется и обобщение тоже. Если же на протяжении трех недель навык сохраняется, его считают усвоенным. Тем не менее продолжайте практиковать ребенка, если выпадет подобающая ситуация.

Не обязательно следовать программе пошагово — необходимо учитывать возможности ребенка. Прежде чем

приступить к работе над определенными навыками, подумайте, насколько они нужны ребенку, можно ли найти им практическое применение, стоит ли сейчас уделять внимание именно этому или лучше выбрать более полезные с практической точки зрения цели.

Важно помнить, что обучающая программа для ребенка с аутизмом должна не просто состоять из обучения определенным навыкам (выполнению инструкций, различению предметов и т. д.), но и включать работу над усилением коммуникативных навыков ребенка, обучать его использованию полученных знаний в повседневной жизни.

Источники

1. *Кэтрин Морис, Джина Грин, Стивен К. Льюс.* Занятия по модификации поведения для аутичных детей: руководство для родителей и специалистов: пер. с англ. Колс Е. К.

2. *Рудик О. С.* Коррекционная работа с аутичным ребенком: метод пособие для педагогов. — М.: Гуманитарный изд. центр «Владос», 2015.