

Учебники 1 класс



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
**ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

 **БЫКОВСКАЯ А.А.**

ОСНОВЫ АВА ТЕРАПИИ

ЧТО ТАКОЕ АВА-ТЕРАПИЯ

Прикладной анализ поведения, ПАП (англ. Applied behavior analysis, АВА) – это одна из научных дисциплин, которая предполагает применение современной «поведенческой теории обусловливания» с целью коррекции поведения, имеющего социальную значимость. Бихевиористы отрицают применение гипотетических моделей и в фокус своего внимания ставят объективно наблюдаемые зависимости поведения и окружающего мира.

Методы прикладного анализа поведения могут применяться для коррекции поведения только лишь после функциональной оценки взаимосвязей и зависимостей между целевым поведением и событиями. АВА-терапия включает в себя не только прикладные методы поведенческого вмешательства, но и фундаментальные исследования принципов, создающих и поддерживающих поведение людей.

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ В АВА-ТЕРАПИИ

ПОВЕДЕНИЕ – ЭТО АКТИВНОСТЬ ЖИВЫХ ОРГАНИЗМОВ.

Поведение людей содержит в себе абсолютно весь спектр деятельности человека. Кроме того, даже такие внутренние процессы, как мышление человека или переживание им разнообразных эмоций, тоже являются поведением.

Для того чтобы можно было определить, является ли какая-либо «активность» живого существа поведением или нет, можно применять так называемый «тест мертвеца».

«Если мертвый может сделать это, значит, это не поведение. И если мертвый это сделать не может, значит, это поведение».

Часто понятие «поведение» применяют для обозначения очень большого класса реакций, объединенных физически или функционально. В данном случае понятие «реакция» обозначает одиночный ответ в длинной цепочке поведения. Если же у целой группы реакций есть одна и та же функция, то такая группа будет называться «функциональным классом реакций».

Для обозначения целого набора разнообразных поведений одного и того же человека применяется термин «поведенческий репертуар».

Он может относиться только лишь к определенному классу реакций, имеющих отношение к какой-то определенной, конкретной ситуации, или же к каждому виду поведения, которое человек в силах совершить.

ОПЕРАНТНОЕ НАУЧЕНИЕ (ОБУСЛОВЛИВАНИЕ)

Оперантное поведение определяют его последствия. Обусловливание оперантного поведения – это результат подкрепления, то есть усиления и наказания, которое по-другому еще называют «ослаблением».

Оперантное научение происходит, когда живой организм добровольно совершает некоторое действие специально для получения желаемого результата. Термин «оперантное» подчеркивает именно тот момент, где окружающая среда обуславливает действия живого организма по достижению желаемого результата.

Пример, который может проиллюстрировать оперантное научение. Например, когда ученик знает, что если он будет тщательно выполнять все домашние задания и будет внимательно слушать на уроках учителя, то это впоследствии приведет его к более высоким оценкам успеваемости.

Либо же когда рядовой работник на предприятии знает, что если он будет усердно и качественно работать и исполнять свои обязанности, то это впоследствии может привести к тому, что этого работника повысят до более высокой должности.

СТИМУЛЫ МОГУТ БЫТЬ ОПИСАНЫ ЧЕРЕЗ СЛЕДУЮЩИЕ КАЧЕСТВА:

Формальные — физические характеристики стимула.

Временные — когда стимулы возникают по отношению к поведению.

Функциональные — эффект, который стимулы оказывают на поведение человека.

ПОДКРЕПЛЕНИЕ (УСИЛЕНИЕ)

Подкрепление является одним из самых важных принципов появления поведения, а также ключевым элементом в большинстве программ бихевиоризма. Это такой процесс, с помощью которого целевое поведение человека усиливается. Если же подкрепление идет сразу после поведения, то это вполне может привести к увеличению частоты проявления подобного поведения в будущем.

Подкрепление бывает двух видов: положительное подкрепление и отрицательное подкрепление

Положительное подкрепление — после какого-либо поведения добавляется некоторое событие, и такое добавление приводит к увеличению количества проявлений такого поведения в будущем.

Отрицательное подкрепление — после поведения в окружающей среде что-то исчезает, и это тоже приводит к увеличению частоты проявления такого поведения в будущем. Есть несколько различных схем подкрепления, которые по-разному влияют на возникновение поведения в будущем.

Ослабление — это процесс, который идет сразу за поведением, и он уменьшает вероятность возникновения такого поведения в будущем.

Как и с усилением, существует положительное ослабление (после проявления поведения что-то добавляется в окружающей среде) и отрицательное ослабление (после проявления поведения в окружающей среде что-то исчезает).

Существует три типа ослабления:

1. Возникновение неприятных последствий проявленного поведения.
2. Стоимость реакции.
3. Тайм-аут.

На практике применение ослабления часто может сопровождаться неприятными нежелательными эффектами, поэтому обычно их используют лишь совместно с процедурами подкрепления, а поодиночке они работают довольно плохо. Нежелательные последствия применения процедур наказания могут заключаться, например, в том, что возрастают различные другие нежелательные формы поведения (не те, за которые наказывали), и при этом снижается желательное поведение.

Угасание реакции — это термин для описания процедуры прекращения подкрепления того поведения, которое до этого усиливалось, после чего целевое поведение угасает, то есть перестает повторяться с той же частотой в будущем (Купер и др.).

Взрыв — временное увеличение частоты, интенсивности или продолжительности проявления поведения, предназначенного для угасания. (Частота, интенсивность и продолжительность могут увеличиваться как по отдельности, так и вместе). Другие характеристики «взрыва» включают в себя:

- а) сильные эмоциональные реакции, в том числе агрессию и истерики;
- б) появление новых видов поведения, которых обычно не было до процедуры угасания.

Эти новые типы поведения и являются основным компонентом процедуры формирования реакции.

«ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА» И ЕЕ ЗНАЧЕНИЕ В ПРИКЛАДНОМ АНАЛИЗЕ ПОВЕДЕНИЯ

Окружающая среда – это целая совокупность условий, в которой существует живой организм. Она включает в себя как внешние, так и внутренние события организма, но при этом учитываются только лишь реальные физические события. Окружающая среда наполнена стимулами. Под стимулом подразумевается «сигналы, которые влияют на организм через клетки его рецепторов».

ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ ПАП:

- I. Коррекция нежелательного поведения.
- II. Структурированное обучение новым навыкам.
- III. Анализ и обучение речевому (вербальному) поведению.



КАКИМ ОБРАЗОМ ФОРМИРУЕТСЯ ПОВЕДЕНИЕ

Самой главной идеей АВА-терапии является поиск причин возникновения и проявления нежелательного поведения со стороны ребенка.

Бихевиористы считают, что практически все виды проявления поведения, в том числе и поведения, которое может не нравиться и быть неприятным окружающим, несут какую-то определенную функцию. То есть оно как бы служит достижению определенных целей. Иными словами - если не определена причина нежелательного поведения, то тогда шансы, что нежелательное поведение можно будет



Но когда мы знаем причину, по которой ребенок проявляет свое нежелательное для окружающих поведение, тогда мы можем его скорректировать.

Вторая, одна из самых важных идей АВА-терапии, - это последовательное и структурированное обучение определенным навыкам. То есть навыкам, которые формируются на основе последовательного выполнения четких правил.

Бихевиоризм определяет начальный, то есть базовый уровень способностей ребенка, а потом выстраивает индивидуальную программу обучения, в которой учитываются такие параметры, как: мотивация, характер затруднений, которые чаще всего испытывает ребенок, а также скорость усвоения изучаемого материала и другие особенности.

От каких же факторов зависит возникновение того или иного поведения человека?

ФАКТОРЫ, ОБУСЛАВЛИВАЮЩИЕ ФОРМИРОВАНИЕ ОПРЕДЕЛЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ В ХОДЕ ОНТОГЕНЕЗА:

- I. Наследственность;
- II. Среда, в которой живет человек;
- III. Физиологические изменения организма (травмы; болезни и т.д.);
- IV. Последствия уже когда-то проявленного поведения.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ФАКТОРЫ

Что же такое «предшествующие факторы» или «предшествующие стимулы»?

В мире, в котором мы живем, существует огромное количество самых разнообразных стимулов, которые также могут запускать наше поведение. В АВА-терапии подобные стимулы имеют название «различимые стимулы».

Но, помимо различимых стимулов, в прикладном анализе поведения различают еще и другие предшествующие факторы. Например, различные состояния человеческого организма. Такие как: эмоциональные состояния, физиологические состояния и др.

Все эти состояния тоже влияют на поведение человека. Другими словами, они как бы создают «фон», основу для нашего поведения. И в АВА-терапии эти состояния носят название «мотивационных операций». То есть мотивационные операции – это состояния, которые «располагают» к какому-либо определенному поведению.

Таким образом, мы можем сделать вывод о том, что стимулы, которые предшествуют какому-либо поведению, можно условно разделить на 2 вида:

«Различимые стимулы». Это то, что существует в окружающей среде и что располагает к появлению какого-либо поведения.

«Мотивирующие состояния». Это разнообразные состояния организма. Такие как: эмоциональные состояния, физиологические состояния организма человека.

Для чего же в АВА-терапии так подробно рассматриваются различные стимулы, запускающие поведение? Стимулы необходимы для того, чтобы добавлять их в окружающую среду, либо наоборот – изымать их оттуда, чтобы с помощью этого регулировать проявление того или иного поведения.



ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП АВА-ТЕРАПИИ

ЭТАПЫ РАБОТЫ АВА-ТЕРАПИСТА

К основным этапам работы АВА-терапевта относят:

1. Предварительный этап. На данном этапе проводится беседа с родителями для сбора необходимой информации о ребенке, особенностях его поведения. Кроме беседы важной частью данного этапа является разработка плана наблюдения и тестирования, а также по необходимости составляются дополнительные опросники для родителей.
2. Диагностический этап. Данный этап непосредственно заключается в проведении тестирования, а также наблюдении за особенностями поведения ребенка в программы. К таким людям относятся родители и специалисты центра.

3. Следующим этапом является разработка индивидуальной программы развития навыков ребенка и развитие желаемой модели поведения на основании проведенного наблюдения и анализа результатов тестирования. Кроме этого, в случае необходимости проводится согласование программы у специалиста.
4. После проведения всех вышеперечисленных процедур производится составление протоколов для достижения целей, которые указаны в программе.
5. Следующим этапом необходимо произвести подготовку и обучение людей, которые будут заниматься осуществлением разработанной программы. К таким людям относятся родители и специалисты центра.
6. На последнем этапе производится реализация программы.

Существует скрининговый инструмент (М-CHAT-R), который используется в целях оценки риска расстройства аутистического спектра (РАС) у детей в возрасте 18-30 месяцев.

М-CHAT-R в переводе на русский язык означает модифицированный скрининговый тест на аутизм для детей. Данную интерпретацию русскоязычного варианта одобрили авторы оригинального опросника. Эффективность и результативность данного инструмента по определению риска расстройств аутистического спектра была доказана многими исследованиями, которые проводились во многих странах мира.

Стоит обратить внимание, что данный инструмент (М-CHAT-R) не является диагностическим. Результаты, полученные данным инструментом, всего лишь указывают на необходимость дополнительного обследования ребенка, который потенциально имеет риск аутизма, у специалистов профильного звена. Только врач психиатр имеет компетенцию диагностировать аутизм. Если родителей что-то тревожит в развитии ребенка, им стоит обсудить результаты опросника с лечащим врачом.

КАКИЕ СИМПТОМЫ ХАРАКТЕРНЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 2-3. ЛЕТ

- ❖ У ребенка может наблюдаться отсутствие нужды в коммуникации. Это может проявляться в том, что ребенок имеет склонность долго играть один, и при этом игры обычно стереотипны.

- ❖ Или напротив - проявляется чрезмерная открытость и нарушение границ при общении с посторонними или взрослыми людьми, также может быть выраженное отсутствие чувств стыда, страха или смущения.
- ❖ Проявляются трудности с пониманием речи, а также часто бывает выявлено отсутствие собственной речи.
- ❖ Нередко дети не проявляют реакции на обращение к ним по имени. Или напротив, проявляется речь со сложными оборотами и конструкциями, которую они заимствовали у взрослых.
- ❖ Очень часто ребенок с аутизмом склонен повторять заученные тексты, а также может применять стереотипные высказывания.
- ❖ Более того, может проявляться неравномерность развития, то есть демонстрация высокого уровня познаний в одной определенной области при отставании во всех остальных.
- ❖ Нередко такие дети привержены однообразию, а также установленному порядку вещей. Также родителей и специалистов может насторожить, если интересы ребенка соответствуют тем, которые, как правило, вообще не интересуют детей, а также если есть зависимость от нетипичных детскому возрасту занятий.
- ❖ Дети, у которых аутизм, часто могут проявлять негативную реакцию даже на минимальные изменения в обстановке окружающего мира.
- ❖ У таких детей проявляются стереотипные действия: например устойчивое повторение движений, звуков, слов или фраз.
- ❖ Может присутствовать выраженность отсутствия зрительного и другого контактов: такой ребенок не стремится привлечь внимание взрослых, не смотрит в глаза, не приглашает поучаствовать в игре, не приносит игрушки, а также проявляется отсутствие указательной жестикуляции.
- ❖ Часто проявляется либо сверхвысокая, либо чрезмерно низкая чувствительность к яркому свету, большим помещениям, звукам и запаху.
- ❖ У таких детей ярко выраженный акцент на тактильных ощущениях. Ярко выраженная агрессия к себе или другим людям.

МЕТОДИКИ ДИАГНОСТИКИ АУТИЗМА

Золотым стандартом диагностики данного заболевания является разработанный в США диагностический набор ADOS.

Для того, чтобы дать прогноз для ребенка, который уже страдает аутизмом, а также для их родителей существует генетический скрининг, который дает информацию о состоянии детей в будущем.

- ✓ Тесты (шкалы диагностики аутизма).
- ✓ ADI-г представляет собой детально проработанный подробный опросник, который делает возможным получить желаемую информацию с целью постановки диагноза. А также оценки смежных психических расстройств.
- ✓ Шкала PEP позволяет провести анализ и оценку коммуникативных возможностей, познавательных способностей ребенка, а также дать характеристику работоспособности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.



ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ НАИБОЛЕЕ ТРУДНЫМ В ОБУЧЕНИИ РЕБЕНКА НОВЫМ НАВЫКАМ

В ходе обучения ребенка новым навыкам самым проблемным местом являются трудности с поведением. Стоит подчеркнуть, что всегда найдется тип поведения ребенка, страдающего аутизмом, которое терапевт, родитель или учитель посчитает целесообразным изменить. Для родителей очень важно для себя определить то, что положительно влияет на процесс выбора ребенком того или иного типа поведения прежде, чем они предпримут какую-либо попытку обучения.



Очевидно, что любой из учебных навыков состоит из комплекса последовательных конкретных действий. Однако если родитель не знает, каким образом произвести позитивное влияние на конкретные действия ребенка, то он не сможет повлиять на процесс овладения навыками.

Для того, чтобы родителям понять, каким образом можно помочь их ребенку предотвратить нежелательное поведение, стоит осознать цели, которые

Самое главное – идентифицировать цель, которая стоит за конкретным выбором. Это необходимо для того, чтобы родители смогли оказать позитивное влияние на выбор типа поведения ребенка. Если этого не сделать, то не будет возможности узнать, как воздействовать на поведение ребенка.

Большинство родителей утверждают, что их дети очень часто могут совершать действия без очевидных конкретных причин. Тем не менее, после детального наблюдения за всеми действиями и поступками ребенка, все-таки можно обнаружить его намерение.

Родители могут не осознавать намерения, поскольку им не хватает навыков. Специалистами выделяются следующие четыре цели, которые определяют поведение ребенка: получить что-либо от кого-либо (социально опосредованное позитивное поведение), избежать того, что инициировано кем-то другим, - например, занятия или общения (социально опосредованное негативное поведение), получить что-либо

желаемое (автоматическое позитивное поведение), убрать что-либо нежелательное/ избежать чего-либо нежелательного (автоматическое негативное поведение).

Чтобы понять, в чем заключается намерение (цель), надо ответить на три вопроса:

1. Что именно в этом поведении мне не понравилось?
2. Что произошло до проявления поведения?
3. Что произошло сразу после проявления поведения?

Первый вопрос заключается в определении именно той составляющей в поведении или действии ребенка, которую родители желали бы изменить. Очень важно акцентировать внимание не на самом ребенке, а на его поступке или поведении, поскольку очень сложно отделить поступок от «плохого» ребенка. Проще выделять конкретный поступок, например «бросает тарелку», «убегает от мамы», «не отвечает на обращение по собственному имени».

Ответ на второй вопрос подразумевает выделение события, которое предшествует тому или иному поведению или поступку ребенка. То есть второй вопрос нацелен на определение стимула, который можно рассматривать как причину. К примеру, можно заметить, что надевая конкретный предмет одежды (например свитер), ребенок начинает себя кусать. Таким образом, определив стимул (на ребенка надели свитер), можно очень легко поменять модель поведения (кусает себя).

Более того, ответ на данный вопрос поможет родителям понять цель такого поведения. Например, когда ребенок бросает вещи на пол сразу после того, как отец начинает говорить по телефону, можно с легкостью догадаться, что цель такого поведения – привлечение внимания отца. А в ситуации, когда ребенок начинает хлопать в ладоши, и отказывается реагировать на собственное имя, может свидетельствовать о том, что целью данного поведения является самостимуляция. Или же такая ситуация, когда мама, к примеру, берет его зубную щетку, а в это время ребенок выходит из комнаты, может означать, что ребенок стремится уйти от неприятной для него процедуры чистки зубов.

Самый сложный и в то же время самый главный вопрос – третий, который требует вдумчивого ответа. Что является следствием того, что подкрепляет подобное поведение? После того, как родители выясняют, что изменилось в среде ребенка после того, как он продемонстрировал то или иное поведение, можно заметить и определить тот подкрепляющий фактор, который побуждает его делать также в дальнейшем.

Ниже приведем некоторые примеры того, как можно добиться изменения в поведении ребенка, принимая во внимание знания о целях данного поведения.

Первая цель - привлечение внимания. В случае, если брошенная на пол вещь (тарелка при приеме пищи) была использована с целью привлечения внимания отца, в таком случае отец должен поменять свое привычное действие на данную ситуацию, то есть не обращать внимание на это. Тем не менее, ему следует уделить большее внимание тогда, когда ребенок ведет себя нужным образом во время еды.

Ко **второй цели** относится уклонение. Если же тарелка была брошена после того, как ребенку было дано указание «Скажи ложка», в таком случае наблюдается поведение с целью уклонения. В данном случае родитель не должен закреплять такое поведение, настаивая на выполнении данного им указания. В случае, если ребенок выполнил данное указание родителя, следует подкрепить послушание, снизив требования на какое-то время.

Третьей целью можно назвать самостимуляцию. *Самостимуляция* — это поведение, целью которого является самовозбуждение. Проявление самостимуляции не зависит от того, находится ребенок один или с кем-то в помещении. На данный вид поведения воздействовать непросто, поскольку оно происходит в результате естественного возбуждения, и это проявление невозможно стимулировать искусственно.

В случае, если стимул бросания на пол предмета является проявлением того, что ребенку нравится звук, который издает данный предмет, то необходимо найти способ, который уменьшит звуковой эффект. Например, можно приобрести коврик, заменить тарелку на бумажную или пластиковую. Более того, если предоставить ребенку разнообразные варианты звукового эффекта при бросании того или иного предмета в обычное время, можно снизить его желание и интерес бросать этот предмет за приемом пищи.

Таким образом, задав себе вышеизложенные три вопроса и определив конкретную цель, которая побуждает ребенка поступать определенным образом, можно понять, какие действия следует предпринять для изменения поведения в положительную сторону. Очень важным для достижения желаемых результатов является регулярное наблюдение за проявлениями ребенка и записывание результатов для дальнейшего анализа. Только так можно будет проследить динамику уменьшения или увеличения проблемного поведения ребенка по истечению некоторого времени.

Однако не нужно ожидать быстрых результатов. Несмотря на то, что поведение ребенка может меняться в лучшую сторону, это еще не означает, что план окажется успешным на сто процентов. Если поведение улучшилось

- это безусловно очень хороший показатель, тем не менее, не стоит делать

поспешные выводы о том, что данная модель поведения не повторится в будущем.

Итак, единственный способ определить, действительно ли проявление проблемного поведения сократилось, – это вести постоянные наблюдения и записывать их результаты. После некоторого периода наблюдений вы сможете на основании объективно собранных данных сделать вывод о том, уменьшилась частота проявления нежелательного поведения или нет. Только так вы сможете разобраться в том, имеет ли ваше вмешательство положительный эффект. Обычно одной-двух недель достаточно, чтобы определить, работает ли план. Если проявление поведения продолжается или случается чаще после недели-другой, вы должны остановиться, заново продумать возможные цели и перейти к другой тактике.

Внимание! Если вы наблюдаете определенное неприемлемое поведение, на которое вам не удастся воздействовать, или если вам приходится иметь дело с агрессивным поведением, которое подвергает опасности жизнь и здоровье ребенка или других людей, вы должны немедленно обратиться за помощью к профессионалам.



«МЕТОДЫ АВА-ТЕРАПИИ»

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ»ФОРМИРОВАНИЕ НОВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Формирование нового поведения - это метод, в основе которого лежит регулярное, систематическое преобразование поведения, которое уже существует, в новое, более качественное поведение. Это поведение, благодаря данному методу формирования, постепенно становится более совершенным.

Каким же образом происходит формирование нового поведения? Оно происходит при помощи усиления действий, которые с каждым разом все больше напоминают то поведение, к которому мы хотим прийти, то есть, желательное поведение.

Но при формировании нового поведения усиливаются не только действия, которые хотят получить в итоге, но также и корректируется нежелательное поведение и нежелательные действия. Иногда при применении данного метода нежелательные действия не корректируются, а просто игнорируются с той целью, чтобы они в будущем не повторялись.

Простыми словами, можно сказать, что формирование нового поведения - это обычное научение ребенка чему-либо, и каждый когда-нибудь сталкивался с формированием нового поведения. Например, все родители, обучая ребенка чему-либо, формируют у него новое поведение. Когда ребенок учится мыть руки, родители понемногу направляют его действия и движения, показывают, как мыть руки, следят за тем, чтобы ребенок правильно повторил нужное движение, поправляют, если ребенок слишком долго мылит руки или намыливает себе не руки, а, например, живот. То есть корректируют его поведение. Это и есть формирование нового поведения.

В АВА-терапии также применяют метод формирования нового поведения. Но для того, чтобы необходимые реакции сформировались у ребенка быстрее, необходимо придерживаться некоторых правил:

1. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДСКАЗОК

Когда у ребенка формируется новое поведение, ему могут быть необходимы подсказки взрослого. Например, когда маленький ребенок просит дать ему что-то, например, дать ему попить сок, то он может выражать свою просьбу одним лишь словом «сок».

Задача взрослого в этом случае - подсказать ребенку более развернутую фразу: «Я хочу сок» или «Дай мне сок».

2. ПЛАНИРОВАНИЕ ЭТАПОВ В ФОРМИРОВАНИИ НОВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Например, если в целях взрослого добиться того, чтобы ребенок выполнял какое-либо задание на протяжении 15 минут, ни на что не отвлекаясь, то здесь необходимо опираться на актуальное развитие ребенка.

Например, если ребенок самостоятельно может сидеть и выполнять задание только 3 минуты, то в работе по приучению ребенка сразу к 15-минутной непрерывной работе нет никакого смысла. Для начала нужно научить ребенка выполнять задания на протяжении 4 минут, ни на что не отвлекаясь, и только затем на протяжении 5 минут, потом на протяжении 6 минут и так далее.

Только благодаря таким маленьким, постепенным шагам ребенок сможет дойти до того результата, когда он сможет выполнять задание на протяжении 15 минут, ни на что не отвлекаясь. Это очень важно для мотивации ребенка, который будет понимать, что у него *получается* выполнять что-либо, а также он будет оглядываться на уже достигнутые успехи.

3. ОПРЕДЕЛЕНИЕ НАЧАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА

Данное правило подразумевает под собой то, что начинать обучение какому-либо навыку необходимо, опираясь на актуальное развитие ребенка в данный момент. То есть, прежде чем планировать занятия, нужно понять, какое поведение берется за основу. Иными словами - что ребенок *уже умеет делать сейчас*.

4. ПООЩРЕНИЕ НОВЫХ ЖЕЛАЕМЫХ ДЕЙСТВИЙ РЕБЕНКА

Это правило касается усиления желаемого поведения, которое проявляет ребенок. Например, если перед ребенком ставят задачу скатать шарик из пластилина, то подкрепление он сможет получить только лишь тогда, когда скатает именно шарик, а не когда он будет мять пластилин, не придавая ему никакой формы.

Формирование нового поведения по-другому еще называется «шейпинг». И в этом процессе, в процессе шейпинга, поведение может не только формироваться, но также могут совершенствоваться уже имеющиеся формы поведения.

Что таким образом может меняться:

- ❖ Форма поведения
- ❖ Частота поведения
- ❖ Длительность поведения
- ❖ Сила реакции
- ❖ Латентность реакции

МЕТОД СЛУЧАЙНОГО ОБУЧЕНИЯ

Методом случайного обучения называют такой метод, который противопоставляется классическому обучению в «неестественной среде». То есть противопоставляется «обучению за столом». Другими словами – «метод случайного обучения» - это обучение *в естественной среде*. Он также является очень эффективным при формировании новых навыков. Кроме этого, при использовании данного метода обучения в естественной среде ребенка можно научить проявлять собственную инициативу в каком-либо деле.

Почему же этот метод называется методом обучения в естественной

Потому что, как уже было сказано ранее, данный метод воспитывает инициативность. А инициативность – это как раз именно тот навык, который воспитать в неестественной среде практически невозможно. Несмотря на свое название, данный метод совершенно не является спонтанным, а наоборот - такое обучение специальным образом планируется и подстраивается под ребенка, организуя ситуации, которые будут стимулировать у ребенка проявление его инициативы. С этой целью окружающая среда, то есть естественная среда, обогащается самыми разнообразными привлекательными для ребенка стимулами.

Таким образом можно выделить несколько этапов в методе обучения в естественной среде:

1. Подготовка среды, то есть подготовка окружающей обстановки. На данном этапе происходит обогащение окружающей среды разнообразными стимулами, которые могут быть интересны ребенку;

2. От ребенка ожидается, что он начнет проявлять интерес к какому-либо стимулу, находящемуся в окружающей среде;

3. На третьем этапе происходит формирование уже более сложной коммуникационной реакции;

4. На последнем, четвертом этапе ребенку предоставляется стимул, который он желает;

Каким же образом создается подобная «естественная среда» для обучения ребенка?

Допустим, раньше ребенок мог найти свои игрушки без труда, так как они лежали в одних и тех же ящиках, и поэтому ребенок в любой момент мог их взять и поиграть с ними. При подготовке окружающей среды для метода обучения в естественной среде игрушки могут быть спрятаны в совершенно другое место. И тогда, когда ребенок захочет с ними поиграть, а их не окажется в привычном для него месте, например, в ящике, ему *придется* попросить взрослого помочь ему. Либо же ребенку придется спросить взрослого, где находятся игрушки. Таким образом, ребенок будет вынужден проявить *собственную инициативу*.

Либо же ребенок привык к тому, что утром у него на столе стоит миска с хлопьями и молоком. При подготовке естественной среды перед ребенком может стоять просто пустая миска, а коробка с хлопьями будет стоять рядом. Если позволяет базовый уровень развития навыков, то молоко и вовсе может стоять в холодильнике. И тогда ребенок будет *вынужден проявить инициативу*, чтобы приготовить себе завтрак, либо же попросить об этом взрослого.



Или, например, если ботинки ребенка всегда стоят в прихожей на одном и том же месте, то при подготовке окружающей среды, можно убрать эти ботинки на верхнюю полку, либо в ящик, и тогда ребенок также *будет вынужден* попросить помощи взрослого, либо самостоятельно проявить инициативу в поисках ботинок.

Помимо этого, взрослый может использовать и другие приемы, которые позволят ребенку брать инициативу в свои руки. Например:

- *взрослый может начать играть с какой-либо игрушкой ребенка.*

Таким образом, ребенку придется проявить инициативу и потребовать свою любимую игрушку обратно, либо вступить совместную игру;

- Взрослый может спрятать какие-либо детали игрушки, без которых невозможно продолжить игру. Например, это могут быть детали конструктора, без которых нельзя собрать целостную фигурку. И тогда, чтобы продолжить игру, ребенок будет вынужден проявить инициативу в поисках этих недостающих деталей;

- Взрослый может начать какое-либо приятное для ребенка занятие, но потом сразу его прекратить. В этом случае ребенок должен проявить инициативу для того, чтобы продолжить игру;

- Если ребенка заинтересовали какие-либо предметы, то взрослый может просто их показать ребенку, но не давать. Тогда инициатива ребенка будет заключаться в том, чтобы он потребовал эти вещи;

Подобные приемы можно придумывать самостоятельно. Их может быть огромное множество.

Например, ребенку можно задавать разные вопросы или говорить фразы, в которых недостает какой-либо информации. Тогда инициатива ребенка будет заключаться в том, чтобы поддержать и продолжить разговор.

Очень важно помнить о том, что при применении метода обучения в естественной среде нет необходимости в каких-либо мотивирующих факторах и дополнительных поощрениях, так как все эти поощрения и мотивирующие факторы уже содержатся в этой естественной среде.

ОЖИДАНИЕ, КОГДА РЕБЕНОК ПРОЯВИТ ИНИЦИАТИВУ

- ❖ Ребенок может проявлять инициативу с помощью следующих реакций:
- ❖ Ребенок может направить свой взгляд в направлении какого-либо предмета;
- ❖ Ребенок может использовать указующий жест в сторону какого-либо предмета;
- ❖ Ребенок может взять взрослого за руку и отвести его к тому, что его интересует, например, к какой-нибудь игрушке или любому другому предмету;

- ❖ Ребенок может произнести какое-либо слово или фразу. Если же ребенок не умеет говорить, то это может быть какой-либо звук, который он издает;

В методе обучения в естественной среде очень важно не помогать ребенку. То есть не подталкивать его к тому, чтобы он проявил инициативу. Другими словами - не стоит подсказывать о том, что ему необходимо попросить. Детям может потребоваться довольно много времени для того, чтобы решить, обращаться ли ему с просьбой к взрослому или же нет.

Иногда такие паузы (особенно у аутичных детей) могут затягиваться на минуты. Задача взрослого здесь - дать ребенку время и возможность проявить инициативу. Самое главное в методе обучения в естественной среде - это самостоятельная инициатива ребенка, то есть *когда она исходит от него самого*.

Если же взрослый всегда будет подсказывать ребенку, то самостоятельная инициатива у него просто не разовьется, и все обучение в естественной среде потеряет смысл.

МЕТОД ПОШАГОВОГО ОБУЧЕНИЯ

Еще один метод обучения - это метод «пошагового обучения». От предыдущих методов он отличается тем, что может применяться для формирования какого-либо навыка с нуля.

Суть данного метода заключается в том, что какое-либо сложное, комплексное действие ребенка необходимо разложить на шаги, на маленькие пункты и работать непосредственно над каждым из них.

Например, ребенка необходимо научить заправлять постель. Таким образом, мы раскладываем комплексное действие «заправить постель» на маленькие отдельные шаги:

1. *Подойти к кровати;*
2. *Взять подушку;*
3. *Положить подушку, например, на диван;*
4. *Взять одеяло;*

5. Положить одеяло на диван;
6. Взяться руками за нижние уголки простыни;
7. Заправить простыню под матрас;
8. Взяться руками за верхние уголки простыни;
9. Заправить простыню под матрас;
10. Взять подушку;
11. Положить подушку на кровать;
12. Взять одеяло;
13. Положить одеяло на кровать;
14. Поправить одеяло за нижние углы;
15. Поправить одеяло за верхние углы.

Таким образом, казалось бы простое комплексное действие мы разбили на 15 маленьких шагов, которые необходимо постепенно освоить ребенку.

В прикладном анализе поведения такой процесс, процесс разделения комплексного поведения на отдельные составляющие, называется «анализом звеньев поведенческой цепочки». Такой метод и называется *методом пошагового обучения*.

«КОРРЕКЦИОННЫЕ МЕТОДЫ АВА-ТЕРАПИИ»

КАК СОКРАТИТЬ ПРОЯВЛЕНИЯ ПРОБЛЕМНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Каким образом стоит реагировать в случае, если ребенок избегает сотрудничества? Угрожать – бессмысленно. Слова угроз взрослых имеют место быть исключительно при условии того, что имеют подтверждение в последующих действиях. На ребенка не подействует слово «нет», если ему все равно будет позволено делать то, что ему хочется.

Способность детей участвовать в играх или занятиях и следовать определенным правилам или инструкциям в итоге проявится, если инструкция будет обладать значимыми для него последствиями. Очень важно, чтобы была очевидна разница в последствиях, и сделать так, чтобы ребенок осознал, что сделать выбор, который предлагает взрослый – в его же интересах, а делать собственный выбор того или иного поведения – не доставит ему никакого удовольствия. Чем быстрее ребенок это осознает, тем чаще он будет делать выбор в пользу положительных решений, и в свою очередь частота нежелательного выбора будет сокращаться.

Такие результаты поведения, как уклонение, получение внимания и аутостимуляция являются подкрепляющими для ребенка. И если ребенку нужно будет нарушить правила, для достижения желаемых целей, он это сделает.

Очень часто взрослые становятся более требовательными и жесткими, если ребенок игнорирует их просьбы. Следовательно, чем более требовательным становится взрослый, тем сильнее ребенок уклоняется и избегает повиновения. Таким образом, круг замыкается, и чтобы разорвать этот круг, взрослому (родителю) рекомендуется сделать следующие две вещи. Первое, предоставить ребенку такие правила, которым он сам захочет следовать. Второе, взрослому следует убедиться, что ребенку невыгодно игнорировать или отказываться от выполнения инструкций или правил.

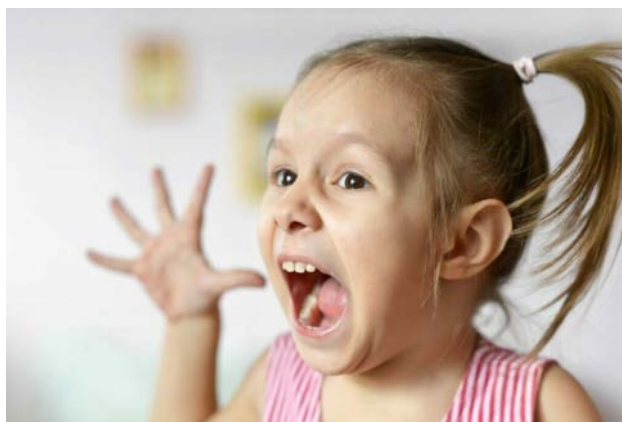
Каким образом можно этого добиться?

Ребенку следует показать, что если он будет уклоняться или игнорировать правила взрослого, он все равно не добьется желаемого.

Неприемлемое (нежелательное) поведение представляет собой такого рода поведение, которое вы не желали бы повторения в будущем при похожих обстоятельствах. Например, такие виды поведения как крик, выхватывание предметов, попытка тянуть родителей, визг, демонстрация разочарования (игнорирование просьб, нанесение себе ударов, отталкивание людей) - все это относится к типам неприемлемого поведения.

Очень важно замечать, когда ребенок начинает вести себя нежелательным образом, и сознательно делать так, чтобы это поведение не получило положительного подкрепления. Для достижения этого необходимо не поощрять такое поведение, тем самым не создавать подкрепление к нежелательному поведению. Данную проблему рекомендуется решить, применяя последствия, которое называют «гашение».

Техника гашения (Extinction) – представляет собой прекращение поощрения нежелательного поведения, которое имело подкрепление в прошлом. Каждый раз, когда возникает поведение, которое проявляется на протяжении длительного времени, можно применять метод гашения, таким образом предотвращая



В результате использования данного метода любое проявление нежелательного поведения уменьшится по истечении какого-то времени. В зависимости от особенностей ребенка, а также конкретной ситуации, гашение может быть выражено по-разному. Существуют 2 основных метода гашения.

Первый метод гашения может использоваться, если ребенок что-то хочет получить от взрослого. К примеру, в случае, если ребенок требует внимания в то время, когда взрослый говорит по телефону. Если раньше ребенок добивался внимания взрослого с помощью плача, то с большой вероятностью он будет всегда использовать плач, чтобы добиться желаемого.

Использование методики гашения способствует уменьшению проявления такого поведения. Взрослому следует продолжать разговаривать по телефону, даже когда ребенок плачет. Однако следует поступить по-другому, когда ребенок прекращает плакать, даже на непродолжительный промежуток времени. Кто-то может подсказать ребенку, что привлечь внимание можно другим способом, например, коснуться плеча, позвать по имени или просто отвлечь внимание каким-нибудь интересным занятием, пока вы разговариваете по телефону.

И как только ребенок продемонстрирует подобного рода желательное поведение, можно повесить трубку и оказать ему должное внимание, подкрепив новое, приемлемое поведение. Ситуацию, в которой вы разговариваете по телефону, следует инсценировать несколько раз на протяжении дня. Это в свою очередь будет способствовать достижению наиболее быстрого результата, даже если нужно будет притвориться, что разговариваете по телефону.

Зачастую ребенок может себя вести неподобающим образом даже в случае, если ваше внимание обращено к нему полностью.

К примеру, если ребенок что-то хочет от вас, но не может это получить из-за того, что родители не позволяют, либо он сам отказался от следования правилам. Такое поведение ребенка проявляется нежеланием попросить должным образом, или подождать момента, когда вы сами предоставите ему предмет по вашему усмотрению.

В случае когда ребенок завладел вашим вниманием и его поведение хуже, чем вы ожидали, следует применить методику гашения. Так, необходимо мгновенно показать, что выбор ребенка неприемлем для вас. Можно поступить следующим образом, например, отвернуться от ребенка, оборвав свою речь на полуслове. Когда ребенок видит, что теряет внимание родителя, это сигнализирует ему, что он поступает неверно.

Прием гашения нежелательного поведения применять довольно просто, если ребенок демонстрирует нежелательную модель поведения для получения чего-либо от вас. Именно родитель принимает решение, когда и как удовлетворить желание их ребенка в получении того или иного предмета, поэтому вам следует быть спокойным и реагировать на любые проявления ребенка надлежащим образом.

Самый простой способ, который можно применять в случае, если ребенок игнорирует правила и пытается вести себя нежелательным образом или игнорирует инструкции для достижения желаемого, это отвернуться от него.

Отвернувшись от ребенка в момент, когда он пытается добиться от вас желаемого, вы демонстрируете, что его поведение приводит к потере вашего внимания. Когда ребенок изменит свою модель поведения и станет вести себя должным образом, вам следует повернуться к нему и повторить правила или инструкцию. Нужно быть готовым к тому, чтобы повторять одну и ту же информацию о желательном поведении до тех пор, пока ребенок не прекратит делать выбор в пользу неприемлемого поведения.

Второй метод техники гашения применяется в случае, когда родителю нужно, чтобы ребенок выполнил поручение или просьбу, однако он всеми силами уклоняется, отказывается от выполнения или игнорирует просьбу. К примеру, родитель просит, чтобы ребенок оделся в школу приемлемым образом, а он в свою очередь отказывается надевать обувь. В этой ситуации родителю приходится сложнее, поскольку нет возможности контролировать данное стремление ребенка, или другими словами использовать данное желание ребенка как подкрепление или мотивацию. В таком случае родителю

Данная методика представляет собой такого рода процесс, когда ребенок не может уклониться или отказаться от выполнения того или иного действия и будет вынужден подчиниться указанным требованиям.

При использовании данной техники гашения избегающего поведения родитель не может уйти или отвернуться от ребенка после того, как озвучены требования и получен нежелательный ответ. Вам нужно будет сделать противоположное действие. Если вы требуете от ребенка выполнения того или иного действия, а он в свою очередь отказывается, избегает или уклоняется, вам следует повторять данную просьбу до тех пор, пока ребенок ее не выполнит должным образом.

Данная процедура состоит из повторяющихся указаний при одновременном блокировании стремления ребенка избежать выполнения ваших требований. Это выполнить очень сложно без применения физических сил. Более того, эта ситуация может привести к разрушению дружеских и доверительных отношений, к которым вы стремились и налаживались долгое время. Кроме этого, применение предложенной техники не даст возможности ребенку уклониться, и это в свою очередь лишит его возможности сделать выбор сознательно, чтобы прекратить нежелательное поведение.

Тем не менее, стоит отметить, что если родитель проявит свою слабость и требования не будут выполнены, таким образом он создаст подкрепление нежелательному поведению, и он будет также себя вести в будущем. Следовательно, следует избегать возникновения ситуаций, когда потребуются применение данной процедуры гашения избегающего поведения. Грамотное применение данной техники обычно приводит к тому, что методика гашения попыток уклонения оказывается ненужной.



Но если все-таки вам придется применить данную технику, старайтесь довести процесс до конца, то есть добиться исполнения вашего требования ребенком. Следует запомнить, что самый лучший способ удостовериться, что ребенок выполняет все поручения и указания должным образом, - это вовремя поспособствовать ему прийти к верному ответу.

Если вы решили прибегнуть к данной технике гашения избегающего поведения, для начала следует подумать, почему ребенок отказывается выполнять ваши указания. Были ли требования достаточно понятны для ребенка? Достаточно ли было произведено подкрепление этого вида деятельности в прошлом? Производили ли вы попытки раньше к исправлению данной ситуации при сильной мотивации и слабом подкреплении? Мог ли ребенок выполнить вашу инструкцию? Возможно, вы некорректно используете дифференциальное подкрепление?

Чаще всего вам удастся предотвратить нежелательные или трудные ситуации, если вы поймете, каким образом контролировать процесс взаимодействия с ребенком, а также выделите достаточное количество времени для обдумывания своих действий.

Следует подчеркнуть, что при использовании командного слога, гармония нарушается, а если использовать повествовательный тон, гармония налаживается. Ни одна сторона не будет ожидать подвоха до тех пор, пока выражение требования не звучит угрожающе. Именно такого рода взаимодействие будет способствовать развитию очень важных социальных навыков. Иными словами, только 15 секунд в каждой минуте взаимодействия с ребенком должны занимать требования и инструкции, а оставшиеся 45 секунд стоит отнести к общению и подкреплениям желательного поведения.

Когда один человек командным тоном передает другому человеку какое-нибудь требование, то он, таким образом, передает этому человеку контроль над ситуацией. В такой ситуации, человек, которому было направлено требование, получает возможность выбрать – хочет ли он отвечать или нет.

Если технику гашения применять последовательно, то из-за блокирования доступа к поощрению нежелательное поведение теряет свою актуальность. Следовательно, у родителя появится возможность не прибегать к использованию наказания. Однако, с большой вероятностью, на место нежелательного поведения вступит истерика или взрывная реакция.

Взрывной реакцией следует считать промежуток времени с момента, когда искореняемое поведение становится более интенсивным, до момента, когда оно сходит на нет.

Взрывная реакция или реакция взрыва имеет большую силу, чем то поведение, которое мы желаем изменить. Такие периоды взрыва обычно очень продолжительные и трудные для преодоления. Тем не менее, в это время ребенок нуждается в помощи родителя для преодоления данного этапа.

Каждая ситуация взрывной реакции требует подробной проработки и должного внимания. Это единственный способ, которым вы можете достичь полного контроля над ситуацией и продолжить налаживание отношений с ребенком.

Следует помнить, что если ребенок отказывается сотрудничать, то есть выполнять то, что вы требуете, вам можно применить процедуру гашения нежелательного поведения и постараться перетерпеть истерику ребенка, какой бы сильной она не была. Однако если ребенок может подвергнуть себя опасности, вы должны обезопасить его, если он угрожающе настроен к вам, вы можете покинуть комнату.



Если вы все-таки решили использовать данную технику, нельзя давать слабину и уступать, предоставляя ребенку право выбора тактики поведения. Если пойти и на уступки, и выполнить то, что он хочет, то, таким образом, вы просто покажете, что поступая нежелательным образом, он может получить то, что он сам хочет.

Процедура гашения уменьшает вероятность проявления проблемного поведения, но некоторые дети в ответ на применение этой техники реагируют истерикой (взрывная реакция), которую родители не могут контролировать. Если до семи-восьмилетнего возраста ребенка легко научить различать приемлемое и неприемлемое поведение, используя только технику гашения, дети постарше иногда обладают достаточной силой для того, чтобы испортить вещи или навредить себе или другим во время применения этой процедуры.

Очень трудно избежать подкрепления поведения ребенка в процессе применения техники гашения, когда вы знаете, что он может разбить окно, перевернуть мебель или сильно ударить брата или сестру. В случае с детьми, у которых взрывная реакция на процедуру гашения проходит в тяжелой форме, вы можете использовать некоторые виды наказания. Нет ничего неэтичного в использовании процедуры наказания.

В ситуациях, когда ребенок подвергает себя или других опасности, наказание может быть единственно возможным и этичным решением. Учебный контроль не препятствует использованию процедур наказания. Он утверждает: «Покажите ребенку, что, игнорируя ваши инструкции и делая выбор в пользу нежелательного поведения, он не сможет получить подкрепление». И хотя гашение — основная техника уменьшения нежелательных проявлений поведения, наказание как метод тоже порой имеет место быть.

Использование наказания включает намеренное привнесение или удаление чего-либо из окружения вашего ребенка после того, как поведение произошло, что уменьшает проявление такого поведения в будущем. В случае, если вы считаете, что все-таки необходимо применить процедуру наказания, то в первую очередь следует обратиться к специалисту.

Трудно найти замену опытному взгляду со стороны, когда речь идет о комплексном понимании поведения. Если вы решили использовать семь ступеней учебного контроля или любые другие процедуры, сначала попробуйте найти сертифицированного специалиста по анализу и модификации поведения, который мог бы анализировать и координировать вашу программу.

«ГЕНЕРАЛИЗАЦИЯ НАВЫКОВ ПОСРЕДСТВОМ АВА-ТЕРАПИИ»

ВАЖНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА С РАС

Важно помнить, что любое обучение не представляется возможным осуществить без целенаправленного осознанного внимания.

Следует всегда помнить принцип: важно завладеть вниманием ребенка и удержать его — для того, чтобы ребенок чему-нибудь у вас научился.

Понимание структуры совместного занятия и его безусловной значимости как основы для обучения ребенка и его вовлечения в общение.

В командной деятельности стороны обоюдно управляют процессом, меняясь позициями ведущего (лидера) и ведомого поочередно. Учитывая действия друг друга, они вместе играют с помощью подражания, соблюдения очередности и использования различных вариантов игр. В процессе командного взаимодействия на улице и дома, с родителями и родственниками, а также другими детьми у детей происходит обучение.

Чтобы начать совместное взаимодействие ребенка нужно для начала заинтересовать, привлечь его внимание, и замотивировать. В ходе совместных занятий очень важно соблюдать зрительный контакт с ребенком, чтобы оба были вовлечены в занятие и могли использовать различные вещи, которые имеют отношение к игре или занятию.

Вы и ребенок вместе готовитесь к занятию, детально продумываете особенности и процесс занятия, а также уточняете последовательность обучения. По завершении следует постепенно перейти к другому занятию, сохраняя удерживание внимания ребенка на время всего периода перехода от одного упражнения к другому, обеспечивая таким образом непрерывность обучения.

Существуют такие занятия для детей с РАС и РДА, которые включают в себя манипуляции с игрушками или другими предметами. Игры и занятия с дополнительными предметами стимулируют игровое, моторное, речевое и когнитивное развитие. Игровые занятия без предметов также являются важными, в ходе таких игр происходит развитие сенсорного социального восприятия. Такого рода занятия позволяют обмениваться эмоциями, а также направлены на развитие речевой деятельности и языка. Помимо этого, в ходе таких игр дети развивают коммуникативные и социальные навыки подражания.

Выделяют шесть основных видов занятий, такие как: игры с дополнительными предметами (игрушками или другими вещами), командная игра, приемы пищи, повседневные занятия (переодевание, купание, укладывание спать и др.), гигиенические процедуры, занятия с книгами, а также домашние дела.

Дополнительные рекомендации по генерализации навыков:

1. Любое занятие с ребенком следует рассматривать как возможность научить его чему-то новому и полезному. При каждом взаимодействии ребенок приобретает новые знания и навыки, именно поэтому нужно каждый раз себя спрашивать: то, что сейчас происходит, – это то, чему я хочу научить ребенка?

Нужно стараться обучать ребенка тем навыкам, которые будут ему нужны в той же самой обстановке. Следует развивать навыки коммуникации за столом, где семья ужинает. Также следует прививать ему навыки наведения порядка и ухода за собой. Например, нужно учить ребенка одеваться и раздеваться в положенное время и в нужном месте, называя при этом предметы, которые находятся в повседневной жизни. После прогулки, например, снимать верхнюю одежду и вешать в шкаф, как дома, так и в детском саду.

Лучше всего дети учатся в процессе реальной обстановки, а не с использованием карточек, компьютерных игр или гаджетов.

2. В соответствии с возрастом необходимо развивать в ребенке спонтанность и инициативность. Данные факторы демонстрируют самостоятельность ребенка. Не рекомендуется учить ребенка тому, чтобы он выполнял исключительно ваши требования и инструкции в течение дня. Очень важно предоставлять ребенку пространство для проявления свободной деятельности и поощрять инициативу. Однако нужно следить за тем, чтобы проявления самостоятельности соответствовали возрасту и не использовались в качестве замены коммуникации.

Обычно дети двух лет не имеют доступа к холодильнику, так как это не соответствует их возрасту, поэтому если ребенок двух лет с РАС открывает холодильник, это может свидетельствовать о том, что он не может по другому проявить свое желание поесть или попить.

3. Следует помогать ребенку следить за уровнем проявления активности и возбуждения с целью оптимизации возможностей для обучения. Удерживать внимание ребенка в процессе развивающих занятий можно с помощью чередования подвижных и спокойных игр. Например, использованием занятий с дополнительными игрушками или предметами и использованием сенсорных коммуникационных упражнений.

Рекомендуется менять местоположение с одного на другое и активно перемещаться во время того, как вы предлагаете ребенку разного рода упражнения и занятия. Наблюдая за позами и движениями ребенка можно проследить за тем, что ему нужно. Более пассивных и спокойных детей можно вовлекать в активные и подвижные игры. И напротив, активному и неусидчивому ребенку, помимо оживленных, подвижных игр нужно предлагать более спокойные, ритмичные социальные занятия, которые позволят успокоить его, а также сосредоточить внимание на каком-то действии (например, просмотр музыкальной книги, исполнение песни).

Важно для активного ребенка организовать пространство в доме: убрать ненужные вещи, уменьшить количество материалов для игр. Необходимо удерживать внимание ребенка и плавно переходить от одного занятия к другому.

Не забудьте позаботиться и о своем эмоциональном состоянии.

Если вы часто испытываете чувство подавленности, свяжитесь с другими семьями детей с РАС через социальные сети, телефон или почту, либо пообщайтесь с друзьями или партнером по этому поводу. Кроме этого, обязательно проконсультируйтесь со специалистом, если у вас есть тревожные мысли и расстройства.

Используйте всю возможную поддержку и помощь, чтобы вы могли получать удовольствие от жизни и продолжать помогать ребенку развиваться и достигать успехов.

НЕКОТОРЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО РАССМОТРЕТЬ, КОГДА ВЫСТАЛКИВАЕТЕСЬ СО СЛОЖНОСТЯМИ НА СВОЕМ ПУТИ

(Если вы ответите «нет» на один или большее количество вопросов, подумайте о стратегиях, которые вы используете)

- ❖ Использую ли я простые слова и фразы, чтобы общаться с моим ребенком?
- ❖
- ❖ Жду ли я каждый раз, чтобы ребенок продемонстрировал новый навык без моей помощи?
- ❖
- ❖ Если моему ребенку нужна помощь, даю ли я ему минимум необходимой помощи, чтобы продемонстрировать новый тип поведения или навык?
- ❖
- ❖ Привлекаю ли я внимание ребенка, прежде чем общаться с ним?

- ❖ Нравится ли ребенку занятие, в которое я его вовлекаю?
- ❖ Весело ли мне участвовать в занятии?
- ❖ Получает ли мой ребенок вознаграждение за занятие, как только он пытается использовать те навыки, которым я его учу?
- ❖ Вижу ли я и откликаюсь ли на попытки ребенка взаимодействовать и общаться со мной (даже если они не идеальны)?
- ❖ Получает ли мой ребенок достаточно возможностей для отработки нового типа поведения или навыка?

Грамотное применение принципов АВА-терапии поможет вам добиться хороших результатов в борьбе с аутизмом. Знания данных техник позволяют превратить «врагов» ребенка в его лучших друзей. Все, что для вас сейчас является сложным или неприемлемым в общении с ребенком, напротив может служить сильным орудием в его дальнейшем развитии. Однако чтобы достичь наилучших результатов, нужно внедрять и грамотно использовать все техники и механизмы АВА-терапии на регулярной основе.

ЭХОЛАЛИЯ

Долгие годы особенность детей с аутизмом повторять слова за другими людьми считалась негативной привычкой. Однако те заключения, которые были даны АВА-специалистами, позволили сделать вывод, что эта особенность не является проявлением того, что ребенок не способен к речевой деятельности. В добавлении к этому, повторение слов за другими людьми является одним из ключевых шагов в раннем развитии каждого человека. Вербальная или по-другому звуковая имитация относится к одному из типов речи, которую используют все люди.

В ходе работы над развитием навыка функциональной речевой активности имеет преимущество тот ребенок, который способен повторять эхом услышанное. Правильный процесс перехода от функции повторения к другим функциям речевой коммуникации, таким как просьба или обозначение предмета, не столь сложен, как это кажется вначале.

В процессе работы над развитием перехода от навыка звукового подражания к умению обозначать предметы, очень важно, чтобы ребенок мог повторять слова за вами, по вашей просьбе. Основной целью данного процесса является побуждение ребенка на вопрос «Что это?» давать правильный ответ, с учетом того, что сам вопрос не повторяется и стимул присутствует в окружающей среде.

Следует начать данный процесс обучения с ознакомлением ребенка с инструкциями и полной подсказки-эхо. К примеру, задавая вопрос «Что это?» даете подсказку «Мяч!». Ребенок может сказать: «Что это мяч». Безусловно, это не то, чего мы добиваемся. В данном случае следует разделить подсказку и вопрос.

Можно спросить тихо: «Что это?» и уже тоном громче сказать «Мяч!». Вторым способом можно просто задать вопрос: «Что это?» и подождать, пока ребенок повторит вопрос за вами. Нужно, не давая возможности ему повторить, прервать и сказать «Мяч». Обычно второе слово прерывает эхо, и ребенок повторяет только второе слово.

Целью данного метода является то, чтобы в процессе перехода ребенок был способен отделить вопрос (инструкцию) от подсказки. После непродолжительного промежутка времени, применяя данный прием, вы с легкостью сможете определить, как донести инструкцию и подсказку таким образом, чтобы ребенок смог дать правильный ответ. Когда вы добьетесь нужного результата, и ребенок правильно повторит ответ, нужно обязательно поощрить его, так как это будет способствовать увеличению вероятности успеха в будущем. После нескольких таких повторений ребенок с легкостью сможет давать правильный ответ на вопрос с использованием подсказки.



Следующим шагом является *фединг*. Фединг означает постепенное уменьшение подсказки. Другими словами - вам необходимо полную подсказку сократить до частичной подсказки и добиться того, чтобы ребенок пришел к верному ответу с использованием неполной подсказки. Например, изначально вы произносите полностью вопрос и подсказку: «Что это? Мяч!»

После того, как ребенок даст нужный ответ на поставленный вопрос, нужно сразу повторить вопрос и дать меньшую долю подсказки, например, назвать первую букву «М-м-м». После того, как ребенок освоит этот прием и будет давать верный ответ с меньшей подсказкой, следующим шагом будет уже отсутствие подсказки. В таком случае ребенок должен сказать «Мяч» после того, как вы зададите вопрос «Что это?» при демонстрации картинки, где нарисован мяч. Не стоит надеяться на быстрый результат и что ребенок с первого раза даст правильный ответ. После большого количества повторений ребенок научиться давать правильный ответ без использования подсказки.

Ключевыми составляющего для обучения любым навыкам является *подкрепление и мотивация*. Умение отвечать на поставленный вопрос с подсказкой - это только начало. Следующим шагом является переход от подсказки-эхо к способности давать обозначения предметам. Этот навык необходимо развивать до тех пор, пока ребенок не научится самостоятельно называть предметы.

АУТОСТИМУЛЯЦИЯ

С тех времен, как только появилась диагностика аутизма, наиболее узнаваемой характеристикой данного заболевания является *самостимуляция (аутостимуляция)* или *ритуальное поведение*. К таким относятся раскачивание, хлопанье в ладоши, прыжки, любовь на свет или движущиеся объекты, персеверация или вокализация.

Большинство родителей полагают, что если ребенок избавится от таких очевидных проявлений, то не будет отличаться от остальных детей, однако подавление самостимуляции практически невозможно добиться. В большинстве случаев намерения избавиться от проявлений самостимуляции скорее всего даже будут служить подкреплением к такого рода поведению. В тех случаях, когда родителям все-таки удастся подавить конкретный тип поведения, то на его место сразу вступит другой вид самостимуляции, который будет доставлять ребенку те же ощущения удовольствия или самоуспокоения, которые ему необходимы.

В связи с появлением АВА-терапии и благодаря ее достижениям самостимуляция не является тем проявлением, которое необходимо искоренить, а напротив, данный тип поведения может быть использован с целью обучения.

К примеру, ребенок любит смотреть на блестящие вещи. Родители могут решить, что это нужно прекратить, однако это приведет к тому, что ребенок начнет увлеченно рассматривать такие предметы с еще большим интересом. Наиболее верным способом будет собрать все предметы, которые привлекают внимание ребенка и применять их для мотивации и подкрепления важных навыков в период обучения ребенка. Неговорящего ребенка можно научить жесту «открой», чтобы он смог получить желаемые предметы. Кроме этого, также можно использовать данные предметы для отработки произношения гласных звуков, поощряя ребенка блестящей игрушкой. Если же ребенок уже учится читать, можно его поощрять за каждое новое прочитанное им слово.

Использование самостимуляции имеет два больших преимущества:

Первое заключается в том, что ребенок сам имеет внутреннюю мотивацию применять такого рода поведение, а для родителей это является лучшим средством против проявлений аутизма. Другое преимущество состоит в возможности использовать принцип ассоциации или отождествления. Данный принцип состоит в том, что в случае, если два занятия или объекта соединены вместе, то значимость одного подавляет ценность другого.

Другое преимущество состоит в возможности использовать принцип ассоциации или отождествления. Данный принцип состоит в том, что в случае, если два занятия или объекта соединены вместе, то значимость одного подавляет ценность другого. Таким образом, проявления самостимуляции снижаются с учетом того, что большее подкрепление имеют такие факторы, как зрительный контакт, внимание, последовательность действий, заинтересованность.

Проявления самостимуляции дети используют для того, чтобы удовлетворить потребность, которая не была удовлетворена другим способом. Если вы покажете ребенку разнообразные варианты и интересные способы наслаждения окружающим миром, потребность в самостимуляции начнет снижаться. И напротив, если сфокусироваться на сокращении и подавлении самостимуляции, то можно обнаружить то, что такие проявления стали только активнее и чаще.

Не стоит пытаться «закрывать глаза» на такого рода проявления, но стоит снизить его ценность, применяя методы обучения. Со временем вы увидите, что новые навыки, полученные с использованием подкрепления, заместили проявления самостимуляции и вытеснили их. Например, используя самостимуляцию с целью обучить ребенка рассматривать картинки, собирать пазлы, играть в подвижные игры, в скором времени вы увидите, что эти новые виды деятельности занимают больше места в повседневной жизни ребенка, а частота и продолжительность проявлений самостимуляции напротив уменьшается.

ВЗРЫВНАЯ РЕАКЦИЯ

Использование методики гашения в случаях проявления взрывной реакции (истерики) – это наиболее эффективный метод использовать нежелательные модели поведения на пользу. Реакция взрыва – это результат целенаправленного «неподкрепления» вами поведения ребенка, которое имело поощрение в прошлом. Использование данной техники является важным в сокращении демонстраций неприемлемого поведения, но также может повлечь за собой и неприятные последствия. К такому негативному проявлению относится согласие родителей уступить, сдаться и пойти на поводу у ребенка, который ведет себя неподобающим образом, и тем самым создать подкрепление его неприемлемому поведению в дальнейшем.

В моменты взрывной реакции ребенок будет всеми силами и способами стремиться добиться желаемого, прежде чем узнает новый приемлемый тип поведения, которому вы собираетесь его обучить.

Каждый раз, когда родители решат использовать технику гашения нежелательного поведения, следует быть готовыми выдерживать все крики и истерики ребенка, где бы они не происходили.

Взрывная реакция является первой и ключевой проблемой, с которой сталкиваются родители при осуществлении программы АВА. Конечно же никому не понравится смотреть на взрывную реакцию детей, когда они плачут, кричат или наносят удары себе или окружающим людям и т.д. Так привыкли вести себя дети, которые в прошлом получали подкрепление своим действиям. Родители часто удивляются и не могут поверить в то, как далеко может зайти ребенок в своем намерении получить желаемое, до того, как выберет наиболее приемлемую модель поведения.

Но независимо от вашего отношения к истерикам именно реакция взрыва может стать помощником в вашей работе, если только вы владеете учебным контролем.

7 СТУПЕНЕЙ ФОРМИРОВАНИЯ УЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ:

- I. Следует ограничить доступ ребенка к разного рода подкреплениям в окружающей среде. (Не считая случаев, когда применяется методобучения в естественной среде).
- II. Постарайтесь сделать так, чтобы вы ассоциировались у вашего ребенка с поощрением и подкреплением, тогда взаимодействие с вами станет для него более увлекательным и приятным, чем без вас.
- III. Крайне важно всегда сдерживать свое слово, всегда делать то, о чем говорите, и говорить то, что действительно считаете целесообразным.
- IV. Следует продемонстрировать ребенку, что вы дадите ему доступ к подкреплению, после того, как он выполнит вашу инструкцию.
- V. Понаблюдайте и определите, какой способ подкрепления является наиболее сильным и предпочтительным для вашего ребенка.
- VI. Следует поощрять каждое позитивное взаимодействие с ребенком, посредством работы над упрочнением соотношения
- VII. «Инструкция-подкрепление».
- VIII. Необходимо дать ясно понять ребенку, что если он не будет следовать вашим требованиям и просьбам, то вы не предоставите ему желаемое.



При регулярном и последовательном выполнении всех ступеней, ребенок всегда будет выполнять то, что вы просите, поскольку он осознает, что следовая вашим инструкциям он сможет проще и быстрее добиться того, что он желает (ступень 4).

Вы всегда можете дать ему то, что он хочет, когда он заработает это право (ступень 5). Если он решает не участвовать в процессе обучения именно так, как вы этого хотите, он не получит от вас никакого подкрепления (ступень 7). И если он просто выйдет из комнаты, то он не найдет ничего интересного, чем мог бы заняться (ступень 1). Если вы скажете: «Я уйду в другую комнату, если ты не сядешь за стол», он будет знать, что вы имеете в виду то, что говорите (ступень 3). Поскольку вы отождествляете себя с подкреплением большую часть времени, ваш ребенок скорее согласится слушаться вас, чем позволит вам уйти (ступень 2).

Вашему ребенку никогда не наскучат игры и задания, если вы регулярно изменяете или дополняете инструкции, которые предлагаете ребенку. Важно чередовать более простые с наиболее сложными заданиями. Применение метода мини-последствий позволит определить, на каком моменте ребенок сбился с пути, а его мотивация будет расти. Владение принципами учебного контроля, которые имеются в АВА-терапии, позволят научить ребенка всему, что он способен освоить максимально быстро насколько это возможно.

Родители сами регулируют то количество усилий, которое ребенок должен приложить для освоения того иного навыка. Родители также решают, как громко, как быстро, насколько ясно или на каком уровне ребенок должен обладать тем или иным навыком. Вам следует помогать ребенку добиться выдающихся результатов, повышать требования к выполнению заданий, а также поощрять и подкреплять каждую попытку ребенка и положительные результаты. Если ребенку не удастся достичь тех или иных показателей из-за сложности выполнения задания, следует применять процедуру коррекции, чтобы довести ребенка до правильного ответа.

Если же ребенок не исполняет ваших требований, поскольку не хочет, можно применять систему мини-последствий, или же, в крайнем случае, собрать все вещи для занятий и покинуть комнату.

Следует запомнить, что ваш ребенок желает проводить время с вами, поскольку с вами ему интересно (ступень 2), а также он хочет получить наиболее простой и быстрый способ к получению подкреплений (ступень 4). Ребенок также хочет иметь доступ к своим игрушкам (ступень 1).

Принимая во внимание все вышеперечисленные правила, вы сможете контролировать и регулировать процесс обучения и создать хорошие, основанные на доверии рабочие отношения учитель-ученик.

На сегодняшний день программа АВА-терапии является самым эффективным направлением в обучении детей с аутизмом. Нужно стараться помогать ребенку на основании того, что для него будет лучшим в будущем



**СОЮЗ РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ
«ШКОЛА НА ТВОЕМ БЕРЕГУ»**

г. Березовский, пос. Старопышминск,

ул. Советская д.1

info@shkola-na-beregu.ru

www.shkola-na-beregu.ru