

헨리 박사의 오늘날의 응용 행동 분석에 대한 생각  
**A Perspective on Today's ABA by Dr. Greg Hanley**

이 글은 자폐성 장애인(autistic person), 특히 일상적으로 문제행동 (problem behavior)을 보이는 자폐성 장애인들과 치료를 시작할 때의 오늘날의 응용 행동 분석(Today's ABA)에 대한 글입니다.

오늘날의 응용 행동 분석은 서비스 당사자인 자폐성 장애인(autistic person being served) 들의 선호를 끊임없이 배워 가면서, 그분들 뿐 아니라 주변 사람들에게도 도움이 되는 여러가지 기술을 발달, 향상시키기 위해서 바람직한 학습상황을 만들어 가는 것입니다. 이어지는 내용들은 오늘날의 응용행동분석을 실천하는 사람들을 위한 가이드이지만, 오늘날의 응용행동분석이 무엇인지를 알고 싶어 하는 사람들을 위한 글이라고도 할 수 있습니다.

**경청으로 배우기(learn by listening)**

자폐성 장애인(autistic person)뿐 아니라 그분들을 잘 알고 사랑하는 주위의 사람들에게 그분들이 무엇을 좋아하고 싫어하는 지 물어보세요. 활동, 물건, 가구, 상황, 특히 사회적 상호 활동에 대한 선호도와 무관심을 검토하세요. 자폐성 장애인이 어떻게 의사소통을 하는 지 물어보세요. 일상적으로 어떻게 의사소통을 하는지, 특히 그분들이 문제 행동을 통해서 무엇을 전달하고자 하는지를 물어보세요. 즉 오늘날의 응용행동분석은 자폐성 장애인을 잘 알고 사랑하는 사람들에게 그분들에 관해서 질문하고, 듣고, 그리고 배우는 것에서 시작합니다.

**즐거운 경험을 통해서 배우기(Learn by creating joy).**

그런 대화를 통해서 자폐성 장애인이 행복하고, 편안하고, 참여할 수 있으면서도(happy, relaxed, and engaged) 스스로 안전하다고 느끼고 통제할 수 있는 환경(context)을 만들어주세요. 그들이 선호하는 모든 물건과 활동으로 이 공간을 풍요롭게 하세요. 선호하는 물건과 활동들에 인색하지 마세요. 많으면 많을수록 좋습니다. 과거에 제거를 받아들이지 못했기 때문에, 그리고 독특하거나 부정적이라 여겨지는 방식 혹은 피해를 주는 방식으로 사용했기 때문에 접근이 제한되었던 모든 것들이 포함되어야 합니다.

어떤 식이든 그들의 신체적 자유나 행동을 제한하지 마세요. 사무실을 이용한다면 문을 열어 두세요. 물리적 행동이던 대화이던 그들이 이끄는 대로 따라가세요. 자폐성 장애인이 다른 물건들을 가져오거나, 그 공간에 있는 물건들을 치우거나, 또는 물건이나 사람들의 위치를 바꿀 수 있게 허용해서, 본인들의 행동이나 말로 그 공간을 재구성하게 해주세요.

그들의 말에 복종(submission) 한다는 명확한 신호를 보내세요. (예: 그들에게 너무 가까이 서 있거나 그들을 위에서 내려다보는 등의 모든 지배 신호를 제거). 지시하거나, 고치려 하거나, 가르치려 하거나, 질문하거나, 또는 대화를 계속하는 등의 모든 행동을 피하세요. 그들에게 100% 집중하시면서 요청하지 않는 한 당신의 의견을 제시하지 마세요. 자폐성 장애인이 자신이 하는 행위를 공유하려고 하거나, 혹은 당신과 함께 행동하려고 하고 그리고 당신 스스로 진심으로 느낄 때에만 칭찬하세요. 자폐성 장애인의 경험을 감독하거나 어떤 식으로든 통제하려 하지 마시고 그냥 공유하세요.

자폐성 장애인의 모든 의사소통 시도에 응답하세요. 당신이 상황을 주도하려는 시도를 중단하면 이러한 상황이 더 빨리 이루어 질 것입니다. 예를 들어 자폐성 장애인이 어려움을 겪을 때가 아니라 도움을 원한다고 할 때 도와주세요. 어떻게 해야 할 지 잘 모를 때에도 진심으로 도와주려고 시도하세요. 당신에게 보이는 어떤 행동도 무시하지 마세요. 다음 단계의 행동에 어떤 영향도 주려 하지 마시고, 일상적인 방식으로 그들의 행동에 반응하시면서 그들이 주도하게 하십시오.

자폐성 장애인이 그 곳에만 있고 싶어할 때까지 환경과 당신의 상호작용 방식을 계속 수정하세요. 그들이 행동으로 말하게 하세요. 그들이 자유롭게 공간을 떠날 수 있게 하는 것은 인격적인 방식이면서 동시에 후회가 될 수도 있는 신체적 제한도 피할 수 있게 해 주고 새로운 정보도 제공합니다. 그 공간을 떠나기를 원한다는 것은 그 공간에 어떤 중요한 것이 누락되어 있거나 혹은 마음에 들지 않는 무엇인가가 있음을 의미합니다. 자폐성 장애인이 장시간 행복하고, 편안하고, 참여할 수 있는 상태가 될 때까지 환경을 계속 개선하세요. 자폐성 장애인에 따라서 행복하고, 편안하고, 참여하는 모습이 매우 개별적이라는 것을 꼭 기억하세요. 그렇기 때문에 자폐성 장애인을 잘 알고 사랑하는 사람이 이 과정과 다음 단계에 참여해야 합니다.

요약하자면 자폐성 장애인에게 당신이 그들을 이해하고, 보고, 듣고, 그리고 그들을 위해 거기에 있다는 것을 알려주세요. 이것은 오늘날의 응용행동분석의 첫 번째이자 가장 중요한 단계입니다.

### 임파워링으로 배우기(Learn by empowering)

안전하고 참여를 보장하면서도 중증의 문제행동의 가능성이 없는 환경을 만들 수 있다는 확신이 들면, 자폐성 장애인의 영량을 강화하고(empower) 그러면서 당신과 그분의 신뢰를 구축하는 단계입니다. 이 단계는 현재의 상황(the prevailing condition)이 자폐성 장애인에게 불리한 방식으로 바뀔 것이라는 것을 분명하면서도 친절하게 알리는 것으로 시작됩니다. 일상적인 말과 행동으로, 자폐성 장애인에게 현재 그들이 하는 행동을 멈추고, 가지고 있던 물건들을 옆으로 치우고, 다른 방향으로 움직이고, 자기 자극적 행동을 억제하면서, 그 당사자에게 적합한 과제와 기대가 있는 환경으로 이동하기를 지시하세요. 이 높은 기대가 있는 환경은 자폐성 장애인의 발달에 중요한 활동과 기대들 그리고 이들을 잘 알고 사랑하는 사람들이 보고한 도전적인 활동과 기대들로 채워져야 합니다.

만약에 자폐성 장애인이 그들이 통제하는 환경에서 당신이 통제하는 환경으로 (their way to your way) 이동할 때, 경미한 문제행동이나 또는 중증의 문제행동의 형태로, 고통, 불편함, 또는 저항을 표현하면, 즉시 인지하시고 지시를 중단하세요. 자폐성 장애인이 자신들이 통제하는 환경(their way)으로 돌아가게 해 주시고, 그들이 행복하고, 편안하고, 참여하는 환경을 짧게나마 경험할 때까지 그들의 주도를 따라가세요. 자폐성 장애인이 스스로 상황을 주도하고, 자신들의 의지에 반한 과제들을 수행할 필요가 없고, 자신이 원하지 않는 과제를 피하거나, 자신이 원하는 것들을 얻기 위해서 문제행동을 보일 필요가 없다는 것을 이해할 때까지 이 과정을 반복하세요. 자폐성 장애인에게, 그들의 의사소통의 한계에도 불구하고 당신이 그들을 더 잘 보고, 듣고, 이해하고 있다는 것을 알려주세요. 그들이 당신을 신뢰하게 해 주세요. 이 단계에서는, 분명하고, 방심하지 않고, 신속하고, 그리고 일관성을 유지해야 합니다. 이렇게 그들과의 관계를 다시 만들어 가는 과정에서 힘의 균형을 찾아갈 수 있고, 그들에게 현실에서의 불확실성과 도전적 상황들을 문제행동없이 접하게 할 수 있습니다.

### 가르치면서 배우기(learn while teaching)

자폐성 장애인과 그 가족을 위한 즐거운 생활로 가는 길은 여러가지 기술들로 포장되어 있습니다. 놀이/레저 기술, 의사소통 기술, 참을성, 그리고 협력성이 가장 중요한 기술입니다. 일단 이 기술들이 확립되어 있으면, 거기서 나아 갈 수 있는 갈래길들은 끝이 없습니다. 오늘날 응용행동분석의 실천들은 임파워링 과정(empowering phase)에서 나타난 행동들을 다른 사람들이 더 잘 받아들일 수 있는 행동들로 바뀌 나가면서 계속됩니다. 이 과정에서는 새로운 의사소통기술이 작동하는 지에 대한 불확실성을 점진적으로 도입하고 협력성이 요구되는 기간을 늘려가는 것이 동반됩니다. 이 치료과정의 속도와 목표는 자폐성 장애인이 말과 행동으로 제공하는 피드백에 따라서 계속적으로 수정됩니다. 문제행동과 부정적인 감정반응을 통해서 일하던 시대는 지나갔습니다. 문제행동과 부정적인 감정 반응은 치료과정의 조정이 필요하다는 것을 알려주는 척도이며, 이러한 조정은 팀미팅이 아니라 치료를 제공하는 때 순간 이루어 져야 합니다.

이 치료과정은 행복하고, 편안하고, 참여하는 자폐성 장애인으로 시작됩니다. 나는 당신을 보고, 듣고, 이해하고, 그리고 당신을 위해서 여기 있다는 것이 전 과정에서 보여야 합니다. 아이들이 어떤 형태로든 화가 나 있는 상태이거나 또는 강요된 상태에서는 가르칠 필요가 없다는 것을 다시 강조합니다. 자폐성 장애인의 규정준수(**compliance**)를 촉진하거나 발달상태를 결정하려는 성급한 노력은 옹호될 수 없습니다. 중요한 것은 신뢰형성, 참여, 진정성, 그리고 주체성입니다. 공유하는 경험속에서 협력이 이어집니다. 기술은 치료사, 선생님, 그리고 부모님이 주도하는 시간뿐 아니라 자폐성 장애인이 주도하는 시간속에서도 습득된다는 것을 인식해야 합니다. 또한, 발달 진단 (**developmental assessment**) 은 신뢰와 어려운 작업에 대한 지구력이 확립된 이후에야 가장 잘 이루어 진다는 것도 이해하세요.

오늘날의 응용행동분석은 트라우마를 이해하는(**trauma informed**) 접근입니다. 이는 문제 행동때문에 행동분석가의 치료를 받는 사람은 누구라도 트라우마라고 인정되는 기준을 넘어서는 부정적인 상황을 여러 번 경험했다고 가정합니다. 경청으로 배우고, 치료 과정을 풍부하게 만들고, 신뢰를 형성하고 유지하고, 자폐성 장애인의 주도를 따르고, 자폐성 장애인이 행복하고, 편안하고, 참여하는 개별적인 상황에 의존하고, 커뮤니케이션에 귀기울이고, 규정이나 지시를 따르지 않거나(**noncompliance**), 감정적으로 강요된 상태에서 치료하지 않고, 당사자가 자유롭게 장소를 떠나도록 허용하고, 당사자의 활동결과에 따라서 결정을 내리고, 즐거움을 통해서 가르치는 것, 이런 것들이 오늘날의 응용행동 분석이 트라우마를 이해한다는(**trauma informed**) 것을 보여줍니다.

### 마지막 생각들(Final Reflections)

우리의 세계, 우리나라, 그리고 우리의 작은 응용행동분석 분야는 모두 그들만의 교차로에서 있습니다. 지금은 사무실에서 일하고 식당에서 같이 식사를 하는 일상적인 문제이든 조직적인 인종차별을 해체하는 근본적인 문제이든 현상을 유지하는 것에 대해 재고 할 때입니다. 응용행동분석에 대한 우리의 문제는 이들의 중간에 있지만. 저는 우리의 문제가 코로나 바이러스의 한가운데서 다시 일터로 돌아가는 문제, 그리고 인종차별의 문제, 특히 미국 흑인들과 관련한 불의를 해결하는 것과 비슷한 도전을 공유하고 있다고 감히 말씀드립니다. 우리의 문제를 해결해 나가기 위해서 다른 사람들, 특히 공중 보건 정책, 인권 및 형사 사법 전문가들로부터 배워야 합니다. 역사의 올바른 편에 서기 위해 더 이상 기다릴 수 없습니다.

우리의 방식은 지배하는 것이 아니라 진정시키거나 (**de-escalate**) 더 나아가서는 단계적으로 확산되는 것을 방지하는 것에 있습니다. 우리의 방식은 강요하는 것이 아니라 (**Murray Sidman** 에게 감사합니다), 듣고, 배우고, 안내하고, 지도하는 것입니다. 우리는 재지시하거나 (**redirect**), 억제하거나, 단순히 관리하고 수정하지 않습니다. 우리는 이해하고, 공유하고, 행동형성(**shaping**)을 합니다. 우리는 안전성, 신뢰성, 그리고 투명성(**televisibility**)을 최우선시 합니다. 우리는 이러한 것들을 우선시 할 때 의미있는 결과가 나온다는 것을 입증했습니다 ([www.practicalfunctionalassessment.com](http://www.practicalfunctionalassessment.com) 참조).

이러한 응용행동분석을 알지 못하거나, 응용행동분석에 부정적인 분들께: 저는 여러분의 말을 경청하고, 그리고 여러분들의 혼란이나 증오가 어디서 오는지 이해합니다. 저는 자폐성 장애인들과 소외된 사람들 (예, 지적 장애가 있는 사람들)을 돕는 여정에서 우리 분야에 잘못된 실천들이 있었다는 것을 인정합니다. 도움을 주려는 우리의 집단적인 시도는, 연구영역에서나 현장에서나 예전보다 개선되었고, 이는 행동분석가들이 계속적으로 나아가고 있다는 것을 보여줍니다. 저는 우리가 과학적 방법을 사용한다고 하면서 개선을 피할 수 있다는 것을 알고 있습니다. 가치에 기반한 실천은 응용행동분석에서 과학의 이름으로 대체되어왔습니다. 이것은 슬프고 불편한 진실이지만 오랫동안 소외되어 왔던 다른 의견들을 들음으로써 우리는 이 점을 개선시켜 나갈 수 있습니다.

응용행동분석은 트라우마를 유발할 가능성이 있으면서 동시에 트라우마를 완화할 잠재력을 가지고 있습니다. 저는 근본적인 변화가 일어나기 위해서 어떤 끔찍한 사건들이 생겨나기를 기다리고 싶지 않습니다. 저는 연구와, 진정성 있는 실천, 컨설팅, 그리고 특히, 저와 다른 목소리들을 경청하는 것을 통해서 저의 잘못을 고치고 제가 응용행동분석을 실천하는 방식들을 향상시키려고 노력해 왔습니다. 저는

제 자신의 행동이나, 또는 다른 행동분석가들의 행동에 대해 변명하지 않을 것입니다. 솔직히 사과드립니다. 저는 더 행동하지 않고, 더 말하지 않고, 더 추진하거나, 더 문제제기를 하지 않은 것에 대해 사과합니다. 이 글을 자기 인식, 개선, 투명성, 책임감, 그리고 우리의 서비스를 받는 사람들의 권리를 보호하기 위한 명확한 약속을 향해 나아가는 첫번째 단계라고 생각해 주십시오. 저는 당신이 문제행동이 삶에 부정적인 영향을 미치는 자폐성 장애인과 그들의 가족을 도울 수 있는 보다 나은 응용행동분석으로 가는 길에 함께하기를 바랍니다.

*\* Thanks to Dr. Anthony Cammilleri for his suggestions and encouragement with respect to this paper.*

*\* 이 글과 관련하여 Anthony Cammilleri 박사의 제안과 격려에 감사드립니다.*