

Точка зору д-ра Грега Хенлі на сучасний АВА

Сучасний АВА для людини* з аутизмом, що має проблемну поведінку

Сучасний АВА(прикладний аналіз поведінки) прагне зрозуміти людину з аутизмом, якій надає допомогу, прагне з'ясувати її інтереси та бажання.

Наше завдання – створити комфортне навчаюче середовище для розвитку значущих/важливих для учня та його близьких навичок. Цей текст - це рекомендації/настанови для сучасних АВА фахівців, але ми створили його для всіх, хто хоче розібратись чим є прикладний поведінковий аналіз.

Розумійте слухаючи

Спитайте учня з аутизмом, що йому подобається, а що - ні. Обов'язково з'ясуйте, які заняття, предмети та речі, яке оточення, а головне, який спосіб взаємодії є приємним, неприємним, або нецікавим учню. Дізнайтеся, в який спосіб учень спілкується. Обов'язково намагайтесь зрозуміти, про що людина з аутизмом намагається сповістити оточуючих своєю проблемною поведінкою. Запитуйте, щоб якнайкраще зрозуміти свого учня. Сьогодні ми починаємо АВА -терапію саме з запитань та дослухаємось до тих, хто добре знає і любить людину з аутизмом.

Розумійте радуючи

Після розмови з близькими створіть такі умови, в яких учень з аутизмом буде задоволеним, розслабленим та зацікавленим, відчуватиме себе в безпеці та зможе контролювати ситуацію. Зробіть простір для людини з аутизмом, наповніть його речами та заняттями, які дуже подобаються цій людині. Не скупіться, збагачуючі контекст: чим різноманітніші речі будуть в цьому просторі, тим краще. Обов'язково додайте ті речі, яких намагались уникати або обмежували до них доступ, бо учень використовував їх дивно, в чудернацький, нетиповий спосіб; навіть те, що призводило до небажаної поведінки або стигматизації людини.

Не заважайте учню робити те, що він хоче, там, де він хоче. Залишайте двері кімнати/кабінету відчиненими, щоб учень мав змогу піти в будь який момент.

Підтримуйте ініціативу учня в діях та розмовах. Дозволяйте учню додавати чи прибирати, переміщати речі чи людей – він має можливість за своїми уподобаннями все змінити в кімнаті.

На цьому етапі важливо продемонструвати учню з аутизмом, що ви « не головні» в цій ситуації. Не керуйте - тримайте фізичну дистанцію, не тисніть, намагаючись надавати підказки, перенаправляючи поведінку, ставлячи питання чи виправляючи мовлення учня. Будьте готові на 100% доєднатися до взаємодії, але не втручайтесь в гру або дії, доти, поки учень не запросить вас сам. Не поспішайте хвалити учня: зачекайте моменту, коли він продемонструє вам в той чи інший спосіб чим зайнятий, або що вже зробив – це слухний час висловити захоплення тим, що відбувається. Утримайтесь від оціночного висловлювання щодо дій та поведінки учня, просто долучайтесь емоційно.

Реагуйте на всі намагання учня поспілкуватися в доступний йому спосіб – чим більш чутливими ви будете до щонайменших проявів спілкування, чим скоріше відмовитесь від намагань керувати ситуацією, тим вірогідніше проявиться ініціатива до спілкування у людини з аутизмом. Наприклад, допомагайте не тоді, коли учень стикнувся зі складнощами, а лише тоді, коли він покаже, що потребує допомоги. Намагайтесь допомагати з щирістю, навіть коли

не зовсім розумієте, як саме треба діяти. Реагуйте на будь-які спроби учня взаємодіяти, але не намагайтеся ініціювати спілкування – тут вирішує учень!

Вдосконалюйте умови, контекст в цілому, покращуйте свій спосіб реагування на ініціативи учня до тих пір поки не побачите, що учень почувається комфортно і не збирається виходити із створеної вами ситуації. Його бажання залишатися в цьому місці свідчить про те, наскільки вдало ви створили умови, підготували середовище. Можливість для учня виходити з кабінету в будь-який момент свідчить про повагу до особистості, а відсутність необхідності повертати людину фізично не додає неприємних факторів. Окрім того, ви додатково отримуєте корисну інформацію для аналізу: якщо учень покидає ситуацію, то в створених умовах або не вистачає чогось цінного, цікавого, важливого для нього, або, навпаки, є щось неприємне, те, чого учень намагається уникати. Покращуйте умови поки не будете впевнені, що нарешті учень задоволений, розслаблений та зацікавлений тим, що є навколо нього. Зверніть увагу: задоволені, розслаблені та зацікавлені люди з аутизмом можуть виглядати дуже по-різному. Саме тому присутність і думка близьких, тих, хто добре знає і любить вашого учня, важливі – залучайте їх до цього і наступних етапів роботи.

Підсумовуючи: важливо продемонструвати учню, що ви на його боці – ви чуєте і розумієте його, готові бути поруч і підтримувати. Саме це є перший і важливіший крок у сучасному АВА.

Розумійте надаючи можливості

Переконавшись, що вам до снаги створювати безпечне і цікаве для людини з аутизмом середовище, в якому вірогідність важкої небажаної поведінки дорівнює 0, настає час рухатися далі - почати встановлювати з учнем стосунки на основі довіри. Спочатку обов'язково попередьте, надайте чіткий сигнал, що умови будуть змінюватися, причому в гірший бік. Ваш сигнал повинен бути чітким, виразним та надаватися доброзичливо. Нескладними словами і жестами дайте учню зрозуміти, що він має завершити те, що наразі робить, відкласти предмети, припинити аутоstimуляцію та переміститися туди, де від нього очікується виконання інструкцій та завдань за програмою. Переконайтесь, що в цій спеціальній, так званій «зоні високих очікувань», ви підготували все для ускладнених видів діяльності та завдань. На думку близьких людини з аутизмом ці завдання мають бути важливими для подальшого розвитку учня.

Якщо при переході від вільної цікавої для учня активності до зони вимог (від «його вибору» до «наших вимог») спостерігаються ознаки дискомфорту, незадоволеність, будь яка небажана поведінка, то необхідно одразу поступитись. Передайте ініціативу учню, дайте зрозуміти, що він знову «головний» і може повернутись до своєї діяльності. Спостерігайте за учнем, очікуйте, доки він знов не набуде бажаного стану -стане задоволеним, розслабленим, зануреним в цікаву активність.

Повторюйте такі спроби доти доки не будете впевнені, що людина з аутизмом відчуває, розуміє, що не вимушена підкорятися проти свого бажання, не має використовувати ескалацію проблемної поведінки, щоб уникнути неприємних інструкцій та повернутись до вподобаної активності. Покажіть учню, що ви на його боці, що ви добре його розумієте, навіть при невідповідності його поведінки нормам комунікації. Хай учень впевниться, що вам можна довіряти.

На цьому етапі роботи потрібно діяти уважно, швидко, чітко та послідовно.

Це надає можливість «перезавантажити» стосунки з учнем, відновити рівновагу, баланс співпраці та опановувати складні завдання, долати невизначені ситуації життєвих викликів, уникаючи небажаної поведінки.

Розумійте навчаючі

Шлях до щасливого життя людей з аутизмом та їх родин мурується навичками. Найголовніші з цих навичок – навички гри та дозвілля, комунікації, толерантності та співпраці. Як тільки учень опанує ці вміння, його навчання можна спрямовувати до будь-яких функціональних завдань та соціально значущих цілей.

Наступним завданням сучасного АВА є заміна небажаної поведінки, що спостерігалась на попередньому етапі підвищення вимог, на просту й соціально прийнятну комунікативну реакцію, зрозумілу і підтримувану близькими учня. Ми починаємо збільшувати час співпраці та поступово додаємо в ситуацію невизначеності: учень не знає чи «спрацює» нова форма комунікативної реакції, чи ви відмовите йому. Саме від поведінки учня буде залежати, як швидко ви будете рухатись в навчанні, які задачі будете обирати: дослухайтесь до його дій та слів. Минули часи, коли фахівці працювали, ігноруючи небажану поведінку та негативні емоції людини з аутизмом. Наразі такі реакції учня свідчать про те, що процес втручання потребує негайних змін, невідкладної корекції – не очікуйте планової зустрічі терапевтичної команди, дійте негайно.

Навчання починається тоді, коли учень з аутизмом відчувається задоволеним, розслабленим та зацікавленим. Наша робота на кожному з етапів просотана ставленням «я поруч», «я дослухаюсь до тебе», «я розумію тебе», «я на твоєму боці». Ми не повинні примушувати учнів виконувати завдання, навчатися, коли вони засмучені чи незадоволені. Ми не поспішаємо з оцінюванням рівня розвитку, ми проти в будь-який спосіб примушувати учня слухатися, коритися.

Ми намагаємося створити щирі стосунки побудовані на довірі, намагаємося зацікавити учня, зробити навчання захоплюючим. Намагаємося показати, що людина з аутизмом має право на вільний самостійний вибір. В подальшому це сприятиме розвитку навичок співпраці. Ми впевнені, що опановування навичок відбувається не тільки під контролем терапевта, вчителя або батьків, але й тоді, коли ситуацію контролює сам учень з аутизмом. Вважаємо, що оцінку рівня розвитку найкраще проводити тоді, коли учень вже довіряє вчителю та може наполегливо працювати зі складними завданнями.

Сучасний АВА враховує наявність можливої травми, здобутої людиною з аутизмом внаслідок попереднього досвіду нерозуміння й нечутливості оточуючих. Ми враховуємо, що будь-який наш клієнт з небажаною поведінкою мав в минулому важкий досвід, вплив несприятливих умов, рівень яких свідчить про отримання травми. Дослухаючись до учня, до його ініціативи, створюючи умови для довіри, підтримуючи співпрацю, збагачуючи навчальну ситуацію та обираючи стан, коли учень задоволений, розслаблений та зацікавлений, не примушуючи людину з аутизмом до занять, дозволяючи піти в будь-яку хвилину, спираючись на поведінку, яку ми спостерігаємо під час заняття, реагуючі на комунікативні спроби, навчаючи в радості – ми свідчимо про обізнаність сучасного АВА про травму.

У завершенні

Наш світ, наша країна, і наш осередок АВА-терапії опинилися зараз на роздоріжжі. Настав час переосмислення багатьох звичних речей в нашому житті: від повсякденних, на кшталт правил роботи в офісі чи спілкування в кафе, так і більш загальних, наприклад, викорінення расизму. Наші проблеми в АВА знаходяться десь посередині, але я вважаю, що вони мають багато спільного і з проблемами повернення до роботи посеред пандемії і з несправедливістю до представників інших рас(що є досить актуальним в США по відношенню до темношкірих людей). Навчаймося у інших, особливо в експертів з питань здоров'я, прав людини, правосуддя. Припинимо очікувати слушного моменту, щоб піти вірним історичним шляхом.

Ми стоїмо за те, щоб не домінувати, йти шляхом деескалації, а краще – попереджати погіршення поведінки. Ми за те, щоб не примушувати (дякуємо, Мюррей Сидман), а дослухатися, розуміти, направляти та навчати. Ми за те, щоб не утримувати учня, не блокувати його реакції, не займатися лише «корекцією» та «модифікацією» поведінки. Ми за те, щоб основою були безпека та «телегенічність»** того, що ми робимо. Ми довели, що можливо досягати значущих результатів, обираючи саме такі пріоритети.

Для тих, хто не має віри, що це АВА, хто упереджений щодо АВА : я розумію вас, знаю, що викликало ваші відчуття. Я визнаю, що наша діяльність на шляху допомоги людям з аутизмом та іншими порушеннями розвитку (наприклад, людям з когнітивними порушеннями) не завжди була правильною. Але зараз ми можемо і вміємо більше – дослідження і практика показують, що поведінкові аналітики вдосконалюють свою роботу. Визнаю, ці покращення відбуваються не лише завдяки тому, що ми використовуємо науковий метод.

В історії АВА напрями, що ґрунтувались на цінностях, вичавлювались заради науки. Це сумна і незручна правда, але ми спроможні змінити ситуацію, дослухаючись до голосів незгодних з нами, до тих, кого ми тривалий час ігнорували.

АВА може нанести травму, але АВА здатний допомогти подолати травму.

Я не хочу очікувати, щоб стався якийсь жахливий інцидент, щоб почати впроваджувати важливі зміни. Впродовж багатьох років я намагався виправити свої помилки та покращити те, як я застосовую АВА: досліджуючи та практикуючи, консультуючи і особливо дослухаючись думки людей не з мого оточення. Я не шукатиму виправдання собі та іншим поведінковим аналітикам. Я приношу свої вибачення. Я вибачаюсь за те, що не робив і не говорив більше, не вимагав більшого, не зупиняв того, що не повинно було відбуватись. Вважайте це усвідомленим кроком до виправлення, прозорості та відповідальності, вважайте це зобов'язанням захищати права тих, заради кого ми працюємо. Сподіваюсь, що ви доєднаєтесь до мене на цьому захоплюючому шляху до кращого АВА, щоб допомогти родинам людей з аутизмом, чиє життя зараз обтяжує небажана поведінка.

*Дякуємо д-ру Ентоні Камміллері за його ідеї та підтримку у написанні цієї статті!

*У тексті статті ми використовуємо займенник «вона» і жіночий рід, маючи на увазі людину або учня з аутизмом будь-якої статі (прим. перекладачів).

**У своїх лекціях д-р Хенлі говорить про те, що заняття з учнем має виглядати телегенічно, тобто настільки красиво, щоб його можна було показати в телеєфірі (прим. перекладачів).

***Ми хочемо подякувати Тетяні Бессоновій, Ханні Халіф, Марині Балганбаєвой та Юлії Ерц за переклад цієї статті українською мовою і за допомогу в поширенні цінностей і технологій ПФА/ТОН (PFA/SBT).