Dzisiejsza perspektywa stosowanej analizy zachowania wg Dr. Grega Hanleya

Obecne podejście w stosowanej analizie zachowania (SAZ), przy rozpoczynaniu terapii z osobą autystyczną, zwłaszcza taką, która rutynowo angażuje się w problematyczne zachowania.

Obecnie w stosowanej analizie zachowania (SAZ) istotne jest ciągłe poznawanie preferencji osoby z autyzmem, która jest naszym pacjentem. Celem jest opracowanie preferowanych kontekstów uczenia się tej osoby, tak, aby rozwijać umiejętności, które mogą być docenione zarówno przez osobę z autyzmem, jak i innych. Poniżej znajduje się przewodnik dla osób wdrażających dzisiejsze podejście SAZ, napisany dla tych, którzy są ciekawi, z czym wiąże się dzisiejsze podejście SAZ.

Ucz się słuchając.

Zapytaj osobę autystyczną i/lub zapytaj ludzi, którzy ją znają i kochają, o to, co kocha, a czego nie znosi ta osoba. Pamiętaj, aby przyjrzeć się na jakie czynności, przedmioty, meble, konteksty, a zwłaszcza interakcje społeczne, osoba autystyczna reaguje pozytywnie/awersyjnie/ bądź obojętnie. Zapytaj, w jaki sposób osoba autystyczna zazwyczaj się komunikuje. A zwłaszcza, co komunikuje swoim zachowaniem problemowym? Innymi słowy, dzisiejsza SAZ zaczyna od zadawania pytań, słuchania i poznawania osoby autystycznej przez ludzi, którzy ją znają i kochają.

Ucz się, tworząc radosną atmosferę.

Na podstawie tej rozmowy stwórz kontekst, w którym osoba autystyczna będzie zadowolona, zrelaksowana i zaangażowana, w którym poczuje się bezpieczna i będzie miała poczucie kontroli. Wzbogać ten kontekst wszystkimi przedmiotami i aktywnościami, które kocha osoba autystyczna. Nie bądź skąpy – im więcej tym lepiej. Pamiętaj, aby uwzględnić również wszystkie rzeczy, które osoba autystyczna straciła w przeszłości, ponieważ nie radziła sobie z ich usunięciem lub ponieważ angażowała się w nie w wyjątkowy, stygmatyzujący lub destrukcyjny sposób.

Nie ograniczaj w żaden sposób swobody działania lub poruszania się. Nie zamykaj drzwi. Daj się pokierować fizycznie i konwersacyjnie. Pozwól osobie autystycznej przynieść inne materiały lub usunąć te, których nie chce, zmienić położenie przedmiotów i ludzi w stworzonym przez ciebie kontekście i przeprojektować go za pomocą swoich działań lub słów.

Upewnij się, że tworzysz wyraźne sygnały swojego podporządkowania (tj. usuń wszystkie sygnały dominacji – nachylanie się/stanie nad osobą autystyczną). W tym czasie unikaj przekierowywania, podpowiadania, uczenia, zadawania pytań i rozwijania języka. Bądź w 100% dostępny dla osoby autystycznej, ale nie narzucaj siebie w żaden sposób, chyba że zostaniesz o to poproszony. Powstrzymuj się nawet od chwalenia, chyba że osoba autystyczna inicjuje interakcję, dzieląc się z tobą tym, co robi lub właśnie zrobiła, a ty naprawdę jesteś pod wrażeniem. Powstrzymuj się od nadzorowania tego, co robi osoba autystyczna; bierz w tym udział, ale bez przejmowania aktywności w jakikolwiek sposób.

Odpowiadaj na wszystkie próby komunikacji – stanie się to, im szybciej przestaniesz próbować kierować sytuacją. Na przykład, oferuj pomoc nie wtedy, gdy osobie autystycznej coś nie wychodzi, ale kiedy zasygnalizuje, że potrzebuje pomocy. Bądź sumienny w swoich próbach pomocy, nawet jeśli nie jesteś pewien, jak to zrobić. Nie pozwól, aby jakiekolwiek zachowanie skierowane do ciebie zostało zignorowane; reaguj na zachowanie osoby autystycznej w normalny sposób, nie próbuj inicjować kolejnej interakcji – pozwól osobie autystycznej prowadzić.

© Copyright 2020 by FTF Behavioral Consulting
Tłumaczenie: J.Mikołajczyk BCBA, M.Sierocka-Rogala BCBA, Fundacja Scolar

Zmieniaj ten kontekst i sposób interakcji, aż osoba autystyczna rzeczywiście będzie chciała w nim być. Dawaj jej możliwość wycofania się. Oprócz godnego traktowania tej osoby i unikania godnego pożałowania fizycznego zarządzania, umożliwienie jej opuszczenia przestrzeni jest dla nas źródłem ważnych informacji. Opuszczenie przestrzeni oznacza pominięcie czegoś ważnego lub obecność czegoś nieprzyjemnego dla tej osoby. Kontynuuj tworzenie i udoskonalanie tego kontekstu, aż osoba autystyczna będzie zadowolona, zrelaksowana i zaangażowana przez dłuższy czas. Zwróć uwagę, że bycie *zadowolonym, zrelaksowanym i zaangażowanym* wygląda zupełnie inaczej dla różnych osób z autyzmem, dlatego ważne jest, aby ktoś bliski dla osoby z autyzmem, był obecny podczas tego i kolejnego etapu procesu.

Podsumowując, naucz osobę z autyzmem, że ją znasz, widzisz, słyszysz i jesteś tu dla niej. To pierwszy i kluczowy krok w dzisiejszej SAZ.

Ucz się, wzmacniając.

Po upewnieniu się, że jesteś w stanie stworzyć bezpieczny i angażujący kontekst, a prawdopodobieństwo wystąpienia poważnych zachowań problemowych w tym kontekście jest zerowe, przejdź do wzmocnienia pozycji osoby z autyzmem i zbudowania zaufania między wami. Zaczyna się to od wyraźnego zasygnalizowania, że panujące warunki wkrótce się zmienią na gorsze, ale bądź w tym przejrzysty i uprzejmy.

Poprzez zwyczajne działania i słowa, wyjaśnij osobie autystycznej, że chcesz, aby przestała robić to, co robi, odłożyła na bok materiały, zmieniła miejsce, powstrzymała wszystkie zachowania autostymulacyjne i przeszła do miejsca, w którym czekają ją instrukcje/wymagania dopasowane rozwojowo. Upewnij się, że to miejsce *wysokich wymagań* jest usytuowane z boku i wypełnione wszystkimi trudnymi zadaniami i wymaganiami zgłaszanymi przez bliskich osoby autystycznej jako ważne dla jej/jego rozwoju.

Jeśli osoba autystyczna wykazuje jakiekolwiek wyraźne oznaki niepokoju, dyskomfortu lub wyraża protest w postaci bardziej lub mniej lub poważnego zachowania problemowego podczas przejścia od aktywności własnych do twoich wymagań, natychmiast to uznaj i ustąp. Pozwól osobie autystycznej powrócić do działania *po swojemu* i kontynuuj podążanie za nią, aż wróci do swojej wersji bycia *zadowolonej, zrelaksowanej i zaangażowanej* na krótki czas.

Powtarzaj ten proces, aż stanie się oczywiste, że osoba autystyczna rozumie, że nie musi się podporządkowywać wbrew swojej woli i, że nie musi eskalować zachowania problemowego, aby uciec lub uniknąć rzeczy, których nie chce albo uzyskać rzeczy, które chce . Naucz ją, że ją widzisz, słyszysz i jeszcze lepiej rozumiesz, pomimo tego, że jej komunikacja czasami jest mało precyzyjna lub mało akceptowalna. Naucz osobę autystyczną, że może ci ufać. W tym okresie bądź przejrzysty, czujny, szybki i konsekwentny. Taki *reset relacji* pozwoli przywrócić równowagę i później będziesz w stanie ponownie wprowadzić niejednoznaczność i wyzwania bez ryzyka nawrotu zachowania problemowego.

Ucz się podczas nauczania.

Droga do szczęśliwego stylu życia dla rodzin osób autystycznych jest wybrukowana umiejętnościami. Najważniejsze z nich to: umiejętność zabawy/spędzania czasu wolnego, komunikacji, tolerancji i współpracy. Kiedy te umiejętności są już ustanowione, dalsze rozwijanie poszczególnych ścieżek jest nieskończone. Dzisiejszy proces stosowanej analizy zachowania jest kontynuowany poprzez zastępowanie zachowań ujawnionych w *fazie wzmacniania pozycji* osoby autystycznej łatwiejszymi,

© Copyright 2020 by FTF Behavioral Consulting
Tłumaczenie: J.Mikołajczyk BCBA, M.Sierocka-Rogala BCBA, Fundacja Scolar

które będą lepiej odbierane przez innych ludzi. Proces polega na stopniowym wprowadzaniu niejasności (z perspektywy osoby autystycznej), czy nowa umiejętność komunikacyjna zadziała oraz na wydłużaniu okresów współpracy. Tempo i cele tego procesu terapeutycznego są stale weryfikowane przez informacje zwrotne dostarczane przez osobę autystyczną, zarówno w zakresie tego, co mówi, jak i tego, co robi. Minęły już czasy przepracowywania zachowań problemowych i negatywnych reakcji emocjonalnych – teraz są one wskaźnikami, że proces terapeutyczny wymaga korekty i to nie podczas spotkania zespołu terapeutycznego, ale w danym momencie.

Punktem wyjścia w tym procesie terapeutycznym jest *zadowolona, zrelaksowana i zaangażowana* osoba autystyczna. Zasady: *widzę cię, słyszę cię, rozumiem cię i jestem tu dla ciebie* towarzyszą nam przez cały proces. Należy powtórzyć, że nie ma żadnego obowiązku nauczania, kiedy dzieci są zdenerwowane w jakikolwiek sposób lub pod przymusem. Szybkie próby ustanowienia podporządkowania lub określenia poziomu rozwojowego osoby autystycznej nie są promowane w tym procesie. To, co jest promowane, to ustanowienie zaufania, zaangażowania, oryginalności i sprawczości. Następuje współpraca w zakresie wspólnych doświadczeń. W tym procesie uznaje się, że umiejętności będą nabywane zarówno w czasie kierowanym przez terapeutę, nauczyciela i rodziców, jak i w czasie, w którym osoba z autyzmem prowadzi. Uznaje się również, że ocena rozwoju jest najlepiej przeprowadzana, kiedy zaufanie i wytrwałość w trudnych zadaniach zostały już ustanowione.

Dzisiejsza SAZ *wyrasta z doniesień o traumie*. Należy założyć, że każda osoba, która znajduje się pod opieką analityka zachowania w związku z zachowaniem problemowym, miała wiele niekorzystnych doświadczeń, a wiele z nich przekracza kryteria uznania, że doświadczyła traumy. Ucząc się poprzez słuchanie; wzbogacając konteksty terapeutyczne; budując i utrzymując zaufanie; podążając za osobą autystyczną; polegając na spersonalizowanych kontekstach, w których jest ona *zadowolona, zrelaksowana i zaangażowana*; słuchając tego, co próbuje komunikować; nie przepracowując braku podporządkowania, nie stosując przymusu emocjonalnego; pozwalając osobie odejść; podejmując decyzje w oparciu o wyniki; i zaczynając uczyć gdy dziecko jest szczęśliwe /zadowolone; dzisiejsza SAZ *wyrasta z doniesień o traumie*.

Rozważania końcowe

Nasz świat, nasz kraj i nasze małe pole SAZ są na rozstajach dróg. Nadszedł czas, aby ponownie rozważyć status quo, niezależnie od tego, czy jest to tak prozaiczne, jak sposób pracy w biurze i spotkań towarzyskich w restauracjach, czy tak głębokie, jak demontaż systemowego rasizmu. Nasze problemy w SAZ są gdzieś pomiędzy, ale śmiem twierdzić, że nasze problemy dzielą wyzwania związane z powrotem do pracy w środku koronawirusa i zajęciem się niesprawiedliwością dla ludzi koloru, zwłaszcza czarnych ludzi w Ameryce. Uczmy się od innych, szczególnie od tych, którzy są ekspertami w dziedzinie polityki zdrowia publicznego, praw człowieka i wymiaru sprawiedliwości w sprawach karnych. Ale nie czekajmy dłużej, aby znaleźć się po właściwej stronie historii.

Naszym zadaniem nie jest dominacja, ale deeskalacja, a jeszcze lepiej zapobieganie eskalacji w ogóle. Naszym zadaniem nie jest przymuszanie (dziękuję Murray Sidman!), ale słuchanie, uczenie się, prowadzenie i instruowanie. Naszym zadaniem nie jest przekierowywanie, powstrzymywanie, czy po prostu zarządzanie i modyfikowanie. Naszym zadaniem jest zrozumienie, dzielenie się i kształtowanie. Naszym zadaniem jest stawianie na pierwszym miejscu bezpieczeństwa, relacji i przejrzystości tego, co robimy, ponad wszystko inne. Udowodniliśmy, że znaczące wyniki mogą być osiągnięte, gdy nadamy tym rzeczom priorytet (patrz: www.practicalfunctionalassessment.com).

© Copyright 2020 by FTF Behavioral Consulting
Tłumaczenie: J.Mikołajczyk BCBA, M.Sierocka-Rogala BCBA, Fundacja Scolar

Do tych, którzy nie znają tego jako SAZ lub którzy wręcz gardzą SAZ: Słyszę was i rozumiem, skąd bierze się zakłopotanie lub nienawiść. Przyznaję, że nasza dziedzina była związana z niewłaściwymi działaniami na drodze pomagania osobom autystycznym i członkom zaniedbanych grup (np. osobom z niepełnosprawnością intelektualną). Nasze wspólne próby pomagania są teraz lepsze niż były, a zarówno badania jak i praktyka pokazują, że analitycy zachowania radzą sobie coraz lepiej. Zdaję sobie również sprawę, że podnoszenie jakości jest nieuniknione nie tylko dlatego, że przyjmujemy pewną formę metody naukowej. Ruchy oparte na wartościach były wypierane z SAZ w imię nauki tak długo, jak SAZ istniała. Jest to smutna i niewygodna prawda, ale taka, którą możemy się zająć, jeśli będziemy słuchać głosów sprzeciwu, które były marginalizowane przez zbyt długi czas.

SAZ może potencjalnie wywołać traumę, ale może też ją złagodzić. Nie chcę czekać, aż stanie się coś bardzo złego, aby nastąpiła fundamentalna zmiana. Od wielu lat staram się poprawiać swoje błędy i ulepszać sposób, w jaki wykorzystuję SAZ poprzez badania, wiarygodną praktykę, konsultacje, a zwłaszcza słuchanie innych głosów spoza mojego grona. Nie będę usprawiedliwiał swojego zachowania ani zachowania innych BCBA. Po prostu przeproszę. Przepraszam za to, że nie robiłem więcej, nie mówiłem więcej, nie naciskałem więcej, nie próbowałem przerwać więcej. Potraktujcie to jako krok w kierunku samoświadomości, poprawy, przejrzystości, odpowiedzialności i oczywistego zaangażowania w ochronę praw tych, którym służymy. Mam nadzieję, że dołączycie do mnie w tym przyspieszającym marszu w kierunku udoskonalania SAZ, aby pomóc rodzinom osób autystycznych, na których życie negatywny wpływ mają zachowania problemowe.

** Podziękowania dla Dr. Anthony'ego Cammilleri za jego sugestie i zachętę w odniesieniu do tej pracy.*

Dr. Greg Hanley

© Copyright 2020 by FTF Behavioral Consulting
Tłumaczenie: J.Mikołajczyk BCBA, M.Sierocka-Rogala BCBA, Fundacja Scolar