

Взгляд на современную АВА Грега Хенли

Как сегодня начинается АВА-терапия для человека с аутизмом и нежелательным поведением.

Современная АВА (applied behavior analysis, наука и практика прикладного анализа поведения) стремится понять человека с аутизмом, которому помогает, узнать его интересы и желания. Наша задача – создать комфортную обучающую среду для развития значимых для ученика и его близких навыков. Этот текст – наши рекомендации для современных АВА специалистов, но мы написали его для всех, кому интересно, чем является прикладной анализ поведения сегодня.

Понимайте, слушая.

Спросите ученика* с аутизмом и его близких о том, что ему нравится, а что нет. Обязательно выясните, какие занятия, вещи, обстановка, а главное, какая форма взаимодействия будут приятны, неприятны или безразличны ученику. Узнайте, как он общается. И обязательно постарайтесь понять, что он хочет сказать своим нежелательным поведением. Словом, задавайте вопросы, чтобы лучше узнать ученика. Сегодня мы начинаем АВА-терапию именно с вопросов – и прислушиваемся к ответам тех, кто хорошо знает и любит человека с аутизмом.

Понимайте, радуя.

После беседы с близкими создайте такую обстановку, в которой ученик с аутизмом будет доволен, расслаблен и увлечен, сможет чувствовать себя в безопасности и контролировать ситуацию. Наполните это пространство предметами и занятиями, которые он любит. Не скучитесь: чем больше разного будет в среде, тем лучше. Обязательно принесите те вещи, которые раньше старались не давать из-за того, что ученик играл с ними странно, вычурно или как-то неправильно.

Не мешайте ученику делать то, что он хочет, там, где он хочет. Оставьте дверь кабинета открытой, чтобы он в любой момент мог уйти. Следуйте за инициативой и поддерживайте разговоры. Разрешите ученику добавить что-то или убрать, переставить вещи или людей в комнате – он может полностью все переделать по своему усмотрению.

На этом этапе важно дать понять ученику, что вы *не главный*: не стойте над ним, не давите, избегайте любых попыток научить, подсказать, перенаправить, задать вопрос или улучшить речь. Будьте на 100% готовы включиться, но не вмешивайтесь в игру, если ученик вас об этом не попросит. Не торопитесь даже с похвалой: подождите пока ученик сам не покажет вам, чем он занят или что сделал – вот тогда вы сможете искренне восхититься. Не надо оценивать его деятельность – участвуйте в ней, не перетягивая одеяло на себя.

Откликайтесь на все попытки общаться – они появятся тем быстрее, чем раньше вы перестанете пытаться управлять ситуацией. Например, помогайте не тогда, когда ученик столкнулся со сложностями, а тогда, когда он показал, что ему нужна помощь.

Будьте искренни в своем желании помочь, даже когда не знаете, как именно это сделать. Реагируйте на любые попытки взаимодействия, но не пытайтесь их инициировать – позвольте решать ученику.

Совершенствуйте условия и свою манеру общения, пока не увидите, что ученику хорошо и он никуда не хочет уходить. Его желание оставаться подскажет вам, насколько удачно вы подготовили среду. Если вы разрешите ученику выходить из кабинета, вы покажете, что уважаете его и вам не нужно будет возвращать его физически – а это бывает неприятно. Кроме того, вы получите полезную информацию. Ведь если ученик уходит, значит, в среде не хватает чего-то важного или, наоборот, в ней осталось что-то неприятное. Продолжайте улучшать условия, пока не убедитесь, что ученик доволен, расслаблен и увлечен. Имейте в виду, что это состояние может выглядеть по-разному у разных людей с аутизмом, а потому важно, чтобы тот, кто хорошо знаком с человеком с аутизмом, присутствовал на этом и следующем этапе работы.

Резюмируя: важно показать ученику, что вы на его стороне, вы понимаете его и готовы быть рядом. Это первый и главный шаг современной АВА.

Понимайте, разрешая.

Когда вы убедитесь, что вам удалось создать безопасную и интересную среду, где тяжелое нежелательное поведение больше не происходит, пора двигаться дальше – и установить доверительные отношения с учеником. Для начала предупредите, что условия сейчас изменятся, причем в худшую сторону. Объяснить это нужно прямо, но по-доброму. Простыми словами и жестами дайте ученику понять, что вы хотите, чтобы он закончил играть, отложил в сторону свои вещи, прекратил аутостимуляции и пересел туда, где начнутся занятия из его учебной программы. Убедитесь, вы заранее подготовили рядом специальное пространство, назовем его “местом высоких ожиданий”, где вы подобрали материалы для сложных заданий, которые важны для развития ребенка по мнению его близких.

Если при переходе от игры к требованиям ученик протестует, демонстрирует недовольство или любое нежелательное поведение, то ему нужно сразу же уступить. Пусть он опять станет главным: отдайте ученику инициативу и позвольте вернуться к своим занятиям, пока не увидите, что он опять доволен, расслаблен и увлечен.

Повторяйте эти попытки, пока не убедитесь, что ученик понимает, что ему не нужно подчиняться против воли и эскалировать нежелательное поведение, чтобы уклониться от неприятных инструкций и вернуться к тому, что нравится. Покажите, что вы на его стороне, что вы очень хорошо его понимаете, даже если форма его коммуникации не всегда приемлема с точки зрения окружающих. Пусть ученик знает, что вам можно доверять. На этом этапе действуйте быстро, четко и последовательно. Перезагрузив ваши отношения, вы рано или поздно восстановите баланс и вернете в работу сложные задания и неопределенные ситуации, которые случаются в реальной жизни, но уже без нежелательного поведения.

Понимайте, обучая.

Путь к счастливой жизни для семей с детьми с аутизмом вымощен навыками. Главные из них – это навыки игры, досуга, коммуникации, толерантности и сотрудничества. Как только ученик освоит эти умения, можно будет направить обучение в самые разные руслы.

Наша следующая задача в работе – это заменить нежелательное поведение прошлого этапа простой и социально приемлемой коммуникативной реакцией. На этом шаге мы расширяем время сотрудничества и постепенно вносим все больше неопределенности: ученик не знает, сработает ли новая форма просьбы, или вы откажете. От поведения ученика зависит то, насколько быстро вы будете продвигаться в обучении и какие именно задачи выберете: прислушивайтесь к его действиям и словам. Те дни, когда мы продолжали работать, игнорируя нежелательное поведение и негативные эмоции учеников, остались в прошлом. Теперь это повод задуматься и изменить процедуру. И не на следующем консилиуме, а прямо сейчас.

Обучение начинается с того, что ученик с аутизмом доволен, расслаблен и увлечен. Наша работа на каждом этапе пронизана идеями «я рядом», «я понимаю тебя», «я на твоей стороне». Еще раз повторю, мы не обязаны заставлять детей учиться или продолжать занятия, если они расстроены. Мы против того, чтобы торопиться с оценкой уровня развития, против того, чтобы всеми правдами и неправдами заставлять ученика слушаться. Мы стремимся создать доверительные и искренние отношения с учениками, увлечь их, показать, что у них есть право на свободный выбор. Позже это поможет нам в работе над развитием сотрудничества. Мы утверждаем, что обучение навыкам может происходить как в то время, которое контролируют терапист, учитель или родители, так и тогда, когда ситуацию контролирует человек с аутизмом. Кроме того, мы считаем, что оценку уровня развития лучше проводить, когда ученик уже доверяет учителю и умеет проявлять настойчивость в сложных заданиях.

Современная АВА учитывает возможную травму. Мы исходим из того, что любой наш клиент с нежелательным поведением, имел достаточно тяжелый опыт, чтобы говорить о перенесенной травме. Прислушиваясь к ученику и следя за ним, формируя и поддерживая доверие, обогащая учебную среду и полагаясь на условия, где ученик доволен, расслаблен и увлечен, не заставляя заниматься и разрешая уйти, принимая решения, опираясь на то, что мы видим на занятии, отвечая на попытки общаться и обучая из радости – мы учитываем травму.

В завершение.

Наш мир, наша страна да и наше маленькое поле АВА-терапии сейчас находятся на распутье. Пришло время пересмотреть привычное положение многих вещей в нашей жизни: как повседневных, вроде правил работы в офисе или общения в кафе, так и системных, таких, как искоренение расизма. Наши проблемы в АВА находятся где-то в середине этого списка, но я осмелиюсь предположить, что они имеют общее и с возвращением на работу посреди пандемии и с несправедливостью к представителям других рас (что особенно актуально в США по отношению к чернокожим людям). Будем же учиться у других, особенно у экспертов в вопросах здоровья, прав человека и

правосудия. Но давайте уже перестанем ждать более подходящего момента, чтобы встать на верный исторический путь.

Мы за то, чтобы не доминировать, а деэскалировать, а еще лучше, полностью предотвращать ухудшение поведения. Мы за то, чтобы не принуждать (спасибо, Мюррэй Сидман!), а слушать, понимать, направлять и учить. Мы за то, чтобы не удерживать ученика, не блокировать его реакции и не заниматься только лишь «коррекцией» и «модификацией» его поведения. Мы за то, чтобы понимать, принимать и обучать. Мы за то, чтобы главным были безопасность, контакт с учеником и телегеничность** того, что мы делаем. Мы доказали, что можем получить значимые результаты, когда ставим это в приоритет (читайте: www.practicalfunctionalassessment.com).

Для тех, кто не верит, что это АВА, или тех, кто относится к АВА с предубеждением: я понимаю вас и знаю, что могло вызвать ваши чувства. Я признаю, что наша деятельность на пути помочи людям с аутизмом и другими нарушениями развития (например, людям с когнитивными нарушениями) не всегда была верной. Но теперь мы можем и умеем лучше – исследования и практика показывают мне, что поведенческие аналитики продолжают совершенствовать свою работу. Я признаю, что эти улучшения происходят не только благодаря тому, что мы используем научный метод. На протяжении всей истории АВА подходы, основанные на ценностях, вытеснялись из нашего арсенала во имя науки. Это грустная и неудобная правда, но в наших силах изменить ситуацию, если мы прислушаемся к голосу тех, кто был не согласен с нами и кого мы так долго игнорировали.

АВА может нанести травму, но она же может помочь справиться с травмой. И я не хочу ждать какого-нибудь ужасного инцидента, чтобы начать серьезные изменения. Многие годы я пытался исправить свои ошибки и улучшить то, как я применяю АВА: исследуя и практикуя, консультируя и особенно прислушиваясь к мнению людей не из моего окружения. Я не буду искать оправданий себе или другим поведенческим аналитикам. Я просто попрошу прощения. Я прошу прощения за то, что не делал и не говорил больше, не требовал больше или не останавливал то, что не должно было происходить. Считайте это осознанным шагом в сторону исправления, прозрачности и ответственности, считайте это обязательством защищать права тех, ради кого мы работаем. Я надеюсь, что вы присоединитесь ко мне на этом захватывающем пути к лучшей АВА, чтобы помочь семьям людей с аутизмом, чью жизнь сейчас омрачает нежелательное поведение.

**Спасибо д-ру Энтони Каммилери за его идеи и поддержку в написании этой статьи.*

** в тексте статьи мы используем местоимение «он» и мужской род, имея в виду человека или ученика с аутизмом любого пола (прим. переводчиков).*

*** в своих лекциях д-р Хенли говорит о том, что занятие с учеником должно выглядеть телегенично, то есть настолько красиво, чтобы его можно было показать в телевидении (прим. переводчиков).*

****Мы хотим поблагодарить Тамару Соломатину, Любовь Островскую, Екатерину Крылову и Дарью Браженкову за перевод этой статьи на русский язык и за помощь в распространении ценностей и технологий PFA/SBT.*