

Статья взята с сайта <https://aba.nsu.ru/news/myths-about-aba/>

# Развенчание мифов

## о прикладном анализе поведения.

Почти во всем мире АВА считается лучшей методикой для работы с детьми с расстройствами аутистического спектра. Тем не менее, в Германии и многих других Европейских странах, многие до сих пор не вполне представляют, что такое прикладной поведенческий анализ в современном его варианте, и сама методика, таким образом, кажется чем-то новым и неизвестным. Недостаток объективной информации и понимания того, что действительно представляет собой АВА, привели к появлению самых причудливых мифов и слухов о методе. Эти слухи продолжают существовать и множиться, не смотря на то, что не имеют под собой никаких фактических оснований.

В этой статье я бы хотел прокомментировать некоторые из этих мифов, и, если получится, поспособствовать тому, чтобы подобные представления об АВА навсегда остались для нас в прошлом.

**Миф: «АВА — экспериментальная методика, ее эффективность не подтверждена научными данными».**

Это неправда. Среди всего разнообразия терапевтических и педагогических методик, которые используют при работе с аутичными детьми, именно АВА может подкрепить свои принципы, техники, и, в конечном итоге, эффективность, наибольшим количеством исследований и поддержкой научного сообщества. Прикладному анализу поведения, аутизму и нарушениям интеллектуального развития посвящено более дюжины профессиональных изданий, в которых можно найти сотни публикаций результатов всевозможных исследований, подтверждающих эффективность методики. Конечно, можно найти единичные исследования, результаты которых не смогут подтвердить эффективность конкретного вмешательства, но в процентном соотношении количество публикаций, подтверждающих эффективность АВА, позволяет утверждать, что этот метод эффективен не только для работы с аутичными детьми, он также наиболее эффективен для работы с любыми детьми, имеющими поведенческие проблемы или проблемы с обучением. В конце-концов, АВА — единственная методика, оказывающая длительное благоприятное воздействие на детей с аутизмом, рекомендованная министром здравоохранения США.

Цитирую Третью Часть Доклада 1999 года Министра Здравоохранения, посвященную психическому здоровью: «Тридцать лет исследований продемонстрировали эффективность прикладного анализа поведения для ослабления нежелательного поведения, развития коммуникации, умения учиться и приемлемого социального поведения». Что другие методы могут этому противопоставить?

**Миф: Метод АВА не объясняет ребенку, как и почему он должен себя вести. Он просто натаскивает его на определенное поведение.**

В основе этого мифа лежит ошибочное представление о том, что программы АВА учат ребенка просто реагировать на стимулы, а не мыслить самостоятельно. Любое обучение содержит элемент зубрежки, будь то АВА-программа, регулярный класс в обычной школе, монтессори-класс, или домашнее обучение. Каждый ребенок иногда должен делать что-то, потому что «мама так сказала». Кроме того, многие действия мы совершаем просто автоматически, не задумываясь. Каждый из нас — человек привычки. И когда мы говорим о

«тренингах», то имеем в виду закрепление моделей поведения, или привычек — действий, которые мы совершаем автоматически. Этот факт относится даже не столько к прикладному анализу поведения, сколько в принципе к тому, как люди обучаются новым навыкам.

Многие наши поступки обусловлены именно привычкой. Например, когда мы чистим зубы, то едва ли обдумываем каждый шаг в этом процессе (намочить щетку, выдавить пасту, поднести щетку к зубам и т. д.). Это действие у большинства из нас вошло в привычку и выполняется на автомате. А все потому, что в свое время, нас научили выполнять последовательность действий, за которой неизбежно следовал успех: наши зубы были чистыми, а дыхание — свежим. Успешность приводит к тому, что при схожих обстоятельствах мы будем действовать так же, чтобы добиться нужного результата.

Секрет АВА в том, что простые на первый взгляд задачи, такие как чистка зубов, разбиваются на множество мелких шагов, и с ребенком тренируется каждый шаг отдельно. Постепенно осваивая каждую составляющую навыка, ребенок волей-неволей достигает успеха, что было бы невозможно, если бы с ним тренировали весь навык целиком. Не смотря на это, представление о том, что АВА занимается только натаскиванием ребенка и формированием бытовых привычек, так же совершенно не соответствует действительности.

Как и любая качественная образовательная программа, АВА-программа должна охватывать все навыки, которые необходимы ребенку. В этот список могут входить, например, языковые навыки, навыки социального взаимодействия, логика, гибкость мышления, распознавание и понимание мыслей и чувств окружающих людей. Хотя эти навыки кажутся сложными, они подчиняются тем же законам поведения, которые руководят всеми процессами нашего обучения. Проблема, таким образом, стоит несколько другая: «достаточно ли у терапевта, реализующего программу поведенческого вмешательства, опыта и изобретательности, чтобы помочь клиенту сформировать такие сложные навыки». На заре истории АВА терапевтам не хватало опыта, чтобы должным образом работать над формированием таких сложных навыков. По этой причине первоначальные программы АВА могут казаться нашим современникам несколько ограниченными. Но причина этого кроется в отсутствии должной практики применения принципов, лежащих в основе метода, а вовсе не в самих этих принципах.

Преимущество методики АВА состоит в том, что это все-таки наука, а значит, все достижения в этой области доступны по всему миру, благодаря публикациям в научных журналах. За последние 40 лет наука прикладного анализа поведения обогатилась бесчисленным количеством открытий и уникальных примеров решения при помощи принципов АВА самых сложных задач, связанных с человеческим поведением. Если программа поведенческого вмешательства составлена квалифицированным специалистом, с учетом последних данных исследований и новейших техник обучения, вероятность того, что даже самый сложный навык не сможет быть полностью освоен, весьма мала.

И наконец, я хотел бы отметить, что АВА — наука, которая опирается на «то, что работает». Поведенческого терапевта, в первую очередь, интересует результат. Программа считается успешной лишь в том случае, если «целевой» навык не просто усвоен, но ребенок может применять его регулярно, часто и без посторонней помощи. Даже если бы существовал метод, противоречащий нашим современным представлениям об АВА, но отвечающий этическим принципам и эффективный, он мог бы быть рекомендован в рамках программы поведенческого вмешательства, поскольку АВА ориентируется, прежде всего, на результат.

**Миф: «АВА — это просто способ дрессировки, адаптированный для людей».**

Действительно, все живые организмы реагируют на стимулы окружающей среды примерно в одном и том же ключе, но даже на самых ранних этапах развития поведение человека

отличается значительно большей сложностью, чем поведение животного. АВА помогает нам понять, почему люди поступают так, а не иначе. Благодаря этому пониманию мы можем помочь людям поступать правильно, что в конечном итоге приведет их к более счастливой и успешной жизни.

Тот факт, что одни специалисты используют поведенческие методики для работы со взрослыми, другие — для работы с детьми, а кое-кто и для дрессировки животных, не умаляют той огромной роли, которую прикладной анализ поведения играет в поддержке детей, страдающих аутизмом. Когда я слышу об этом мифе, я всегда думаю: «Гм, а не получается ли так, что мой стейк Нью-Йорк с косточкой и соусом из жгучего перца — это всего лишь собачья еда, адаптированная для людей, ведь многие собаководы кормят своих питомцев мясом на косточке».

### **Миф: АВА просто подкупает детей едой и игрушками.**

Одна из главных ошибок в понимании принципов АВА — неправильное представление о важности и ценности подкрепления. АВА — наука, которая зиждется на принципе подкрепления желательного поведения. В жизни те действия, которые приводят к положительным переменам в окружающей среде, мы, как правило, повторяем значительно чаще. Стремление к повторению успеха — это то, что формирует наше поведение, и, в конечном итоге, делает нас теми, кто мы есть.

Мы называем подкреплением любые изменения в окружающей среде, появление которых повышает вероятность того, что в схожих обстоятельствах наше поведение повторится. Подкрепление появляется после поведения, которое оно подкрепляет, таким образом, взятка и подкрепление никак не могут быть синонимами. Когда мы предлагаем взятку, мы говорим так: «Если ты сделаешь то, что мне нужно, я дам тебе это». Взятку мы обычно предлагаем до того, как происходит желаемое поведение. Подкрепление ребенок получает только после того, как происходит желаемое поведение. Таким образом, взятка и подкрепление — это вовсе не одно и то же. Более того, большинство АВА-программ учат нас, что тезис «если ты мне это — я тебе то» полностью противоречит принципам обучения.

Кроме того, подкрепление может быть чем угодно. Важно лишь, чтобы оно появлялось тогда, когда нужно, и влияло на поведение. Ни в одной программе не пишут, что именно нужно использовать в качестве подкрепления. Чтобы выбрать подходящее подкрепление нужно ориентироваться на то, что повысит вероятность повторения поведения в будущем.

Обычно нашими поступками руководит одно из следующих чувств: чувство голода, желание получить физическое удовольствие, любопытство, желание привлечь внимание, получить награду, или ощутить чувство самоудовлетворения. Мы едим, потому что это вкусно и/или чтобы получить необходимую энергию; читаем книги, чтобы стимулировать мыслительные процессы и стараемся быть милыми с окружающими, потому что благодаря этому привлекаем к себе внимание, чувствуем приязнь окружающих и самоудовлетворение. Те же принципы, хоть и в разной степени, руководят поведением детей с аутизмом. Наше дело не назначать награду за труды, но определить, что в каждом конкретном случае может выступать в качестве подкрепления желаемого поведения. После того как мы определим оптимальное подкрепление, мы можем организовать среду вокруг ребенка так, чтобы необходимый стимул появлялся сразу после того, как ребенок продемонстрирует то поведение, которого мы от него ждем, и никогда не появлялся после нежелательного, менее эффективного или вредного для ребенка поведения.

Нашим поведением руководят различные виды подкреплений. Похвала родителей, школьные отметки, зарплата, чувство удовлетворения от выполненной работы, — все это различные виды подкреплений, которые формируют наше поведение. Но что из этого

может подойти ребенку-аутисту? Конечно, это зависит от ребенка, но велика вероятность того, что ни одно из этих высокоуровневых подкреплений не окажет существенного воздействия на его поведение. Таким образом, в начале пути мы вынуждены обратиться к более низкоуровневым подкреплениям. Еда, активные игры, музыка, мультики и игрушки — прекрасные подкрепления, которые помогут ребенку освоить важные новые навыки. Но не менее важно, чем найти подходящее подкрепление для ребенка в данный момент, расширять количество возможных подкреплений и повышать их уровень. К счастью, наука АВА не стоит на месте, и последние исследования в области Verbal Behavior дают нам массу способов справиться с этой задачей.

### **Миф: «Существует только один вид АВА»**

Правда, существует только одна наука «прикладной анализ поведения», но это не значит, что все занятия АВА строятся одинаково и все программы поведенческого вмешательства тоже будут одинаковыми. Обычно бывает так, люди видят АВА- программу, или слышат где-то единичную рекомендацию поведенческого аналитика для какого-то конкретного ребенка, и затем рекомендуют другим такую же технику и считают, что все АВА-программы выглядят и реализуются так же. Нет ничего более абсурдного.

АВА дает нам только понимание того, почему люди поступают так, а не иначе, и методы использования этого знания, которые помогут ребенку поступать так, как нужно. Поскольку в этом мире не существует двух одинаковых людей (с аутизмом или без) не будет и двух абсолютно одинаковых программ АВА. Все, что делается в рамках программы поведенческого вмешательства должно делаться в расчете на нужды и интересы конкретного ребенка, которому программа помогает. Программа реализуется и оценивается объективно, исходя из того, насколько быстро достигаются желаемые результаты, и изменяется, исходя из того, какие методы будут наиболее успешными при работе с данным клиентом. Цель любой хорошей программы АВА – понять, что лучше всего работает с ребенком и затем использовать все эти техники. Это позволяет воздействовать на все возможные дефициты, которые могут возникнуть у ребенка с аутизмом.

Если посмотреть на АВА в целом, то можно увидеть что к этому методу относят Lovaas programming, Verbal Behavior, Pivotal Response Training, German Verhaltens Therapy и многие другие формы терапии, которые были разработаны чтобы помочь детям с аутизмом. Правда в том, что все эти подходы, по сути, есть АВА, потому, что в их основе лежат принципы бихевиоризма. Отличие лишь в том, как эти принципы применяются, и на чем фокусируется вмешательство. Некоторые формы АВА лучше подходят для одних детей, некоторые — для других.

Несмотря на это, просто решить начать заниматься с ребенком АВА недостаточно. Вам нужно учитывать степень подготовки и опыт того, кто предоставляет вам сервис, чтобы убедиться, что с ребенком работает квалифицированный персонал. Вам также надо удостовериться, что представитель сервиса ориентируется на тот подход, который соответствует вашему представлению о специфических нуждах вашего ребенка, (Примечание: Кноспе-АВА предоставляет программы, которые специализируются на вербальном поведении).

### **Миф: АВА — терапия только для аутизма, она не полезна для детей с другими диагнозами.**

Правда в том, что прикладной анализ поведения — это наука, которая была разработана в виде теории и развита задолго до того, как появились хотя бы мысли о том, чтобы использовать ее при работе с детьми с РАС. АВА используют по всему миру, чтобы помочь детям и взрослым преодолеть всевозможные поведенческие и социальные проблемы,

такие как тяга к курению, личностные расстройства, взаимоотношения между людьми, обсессивно-компульсивные расстройства, и многие другие.

Принципы бихейвизма стали использовать при работе с детьми только в конце 60-х — начале 70-х. Хотя в то время техники были базовыми и не охватывали весь спектр дефицитов ребенка, эксперименты и исследования сделали АВА доступным инструментом для работы с детьми с аутизмом и другими расстройствами. В дополнение к научным журналам, таким как «The Journal of Applied Behavior Analysis» и «The Behavior Analyst Today», исследования в поддержку АВА публикуются во многих научных журналах, таких как «The Journal of Autism and Developmental Disabilities», «The Journal of Mental Retardation», «The Journal of Early and Intensive Behavioral Intervention» (JEI) and «The Journal of Speech and Language and Applied Behavior Analysis». Доступные исследования подтверждают успешность использования АВА с детьми с самыми разными нарушениями развития, включая синдром Дауна, ДЦП, эмоциональные расстройства, умственную отсталость.

**Миф: «АВА — это слишком дорого, обычная семья не может себе этого позволить»**

Люди часто ссылаются на информацию о том, что в США программы АВА стоят от 20-40 тысяч долларов в год. Вы конечно можете найти программу, которая будет стоить так дорого, но это не обязательно. Программы Knosp-АВА в Германии конечно стоят дешевле, даже по сравнению с прочими программами раннего вмешательства. Стоимость работы с одним ребенком в год составляет около 9000 евро, и со временем, когда ребенок осваивает больше навыков, она снижается.

Кроме того, около 70% услуг нашего института оплачивают местные государственные службы. Но независимо от того, кто платит за нашу работу, наша цель остается неизменной — «Мы помогаем семье обрести терапевтическую независимость». Это означает, что чем больше семья пользуется услугами нашего института, тем больше они учатся, и в конечном итоге, тем реже им требуется активное участие специалиста. Меньше участия специалистов — меньше затрат.

**Миф: Предоставители сервиса АВА вынуждают родителей подписывать долгосрочные и дорогие контракты.**

Я не могу отвечать за всех поставщиков услуг, я не знаю их подхода к делу, но я могу сказать, что наш институт никогда не подписывает с семьей долгосрочных контрактов.

Продолжение сотрудничества — это всегда выбор семьи, оно может быть прекращено в любое время и без объяснения причин. Наш институт не будет выставить счет за услуги (даже если они были оказаны), если семья не довольна их качеством. Этого принципа мы придерживаемся с 2004 года и будем придерживаться до тех пор, пока я остаюсь главным поведенческим аналитиком и главой организации.

**Миф: поставители АВА-сервиса питают вас ложными надеждами, говоря что смогут исцелить ребенка от аутизма.**

Все родители детей с аутизмом постоянно ищут новую надежду на то, что жизнь их ребенка в конечном итоге изменится к лучшему. Потеря надежды для этих семей губительна. И часто ответственность за это лежит на специалистах, которые не смогли добиться существенных успехов с ребенком. Такие специалисты считают, что лишая клиента надежды они возвращают его к реальности, что так ему будет легче. На самом деле, либо родители сохраняют надежду на лучшее будущее для своего ребенка, либо путь в лучшую жизнь окажется для него навсегда закрытым. Стремление лишить родителей надежды кажется мне

недопустимым. Никто не знает, на что в конечном итоге способен этот ребенок. Говорить, что ребенок необучаем, просто потому что кто-то не знает как его учить, это очень не правильно. Я в свою очередь никогда не рискну лишить родителей надежды, ведь им потребуется все их силы и решимость, чтобы выбрать правильный путь для своего ребенка и всей семьи.

В то же время очень важно не «торговать» надеждой. Это недопустимо. К сожалению разговоры об удивительных прорывах и магических исцелениях от аутизма существуют и продаются родителям с тех пор, как существует это расстройство. Но не смотря на отношение к этим историям, важно противостоять устаревшему мнению, что с ребенком ничего нельзя сделать просто потому что у него диагноз.

Грамотная поддержка семей детей с аутизмом должна строиться на постоянном стремлении к успеху и прогрессу. Мы должны сконцентрировать все силы на поиске того, что может быть сделано, вместо того чтобы пытаться предсказать независимые от нас вещи. Все что нам остается — каждый день работать над тем, чтобы как можно скорее добиться прогресса и повести ребенка и его семью к новой, лучшей жизни.

Я бы хотел прояснить четко: никто в нашем институте никогда не утверждал, что аутизм может быть исцелен. Как известно, мы не знаем точной причины аутизма, а без этого знания, как кто-либо может сказать, что она может быть устранена? Наша единственная цель не исцелить аутизм, а помочь детям развить как можно больше навыков. Лучшее средство достичь этого — систематическая регулярная работа над поставленными целями.

Когда удается наладить работу, часто оказывается, что дети с аутизмом способны на гораздо большее, чем считалось раньше. Мы можем радикально изменить качество их жизни, но не при помощи фокусов и трюков, а при помощи тяжелой, каждодневной работы. Дети, которые попали в раннюю интенсивную программу поведенческого вмешательства скорее всего научатся говорить, смогут посещать обычные школы, останутся с родителями или будут жить независимо во взрослой жизни (подробнее об этом у нас на сайте).

Некоторые дети оказались в состоянии преодолеть дефициты, из-за которых им был поставлен диагноз аутизм, в том смысле что они уже не подпадают под критерии, которые позволили бы поставить им этот диагноз. Про этих детей как раз говорят, что они исцелились от аутизма. Исцеление в данном случае означает, что у ребенка больше нет симптомов аутизма. Число детей, которые достигли подобных высот, увеличивается с каждым годом, в соответствии с развитием образовательных методик и понимания природы аутизма. Но к сожалению количество детей, излечившихся от аутизма, остается слишком маленьким и еще многое предстоит сделать.

И напоследок мой любимый миф: АВА — это своего рода культ, как сайентология, который промывает мозги родителям и выманивает у них деньги и заставляет убеждать остальных делать то же самое.

Любой, у кого есть хоть немного опыта работы в АВА знает что это полная чушь и под этим нет никаких оснований. АВА — это просто метод обучения навыкам и ослабления нежелательного, а иногда и опасного поведения. То, как кто-то этим занимается, может быть этичным или не этичным, также как и при использовании любого другого метода. Behavior Analyst Certification Board членом которой являюсь и я, предъявляет высочайшие этические требования к поведенческим аналитикам и настаивает на том, что все вмешательства, которые используются для терапевтических целей, обязательно должны делаться только с разрешения родителей или клиента.

Родители и учителя по понятным причинам бывают в восторге, когда что-то наконец начинает достигать успехов с их ребенком. Это особенно остро чувствуют те, кто уже столкнулся с неудачами, страхом и чувством безысходности. Разумеется родители и учителя, впечатленные успехами их детей, хотят делиться знаниями о методе с другими. Некоторые могут даже доставать пропагандой АВА других людей. Но вдохновение и желание поделиться преимуществами метода не делают из него культа. Это просто показывает что АВА — сильная обучающая методика, которая продолжает развивать растущее число удовлетворенных клиентов.

#### **И последнее слово для профессионалов.**

Knospе-АВА — очень профессиональный, дружелюбный поставитель сервиса. У нас нет секретов и никакого желания соревноваться с другими институтами. Мы рады делиться информацией и программами с другими. Мы проводим выездные тренинги для организаций и вводные и продвинутые семинары для людей, которые хотят применять АВА на благо немецких детей. Пожалуйста, обращайтесь к нам с любыми вопросами относительно сервиса АВА и мы приложим все усилия чтобы предоставить вам максимально полную информацию.

Автор: Роберт Шрамм.

Переводчик: Марина Лелюхина

Редактор: Анна Соловьева

Оригинал: <http://knospе-aba.com/cms/us/aba-info/general-info/dispelling-the-myths.html>