



## ***Роберт Шрамм***

### *Детский аутизм и АВА – (терапия, основанная на прикладном анализе поведения)*

Аутизм - это расстройство, которое проявляется в аномальном поведении ребенка. Но именно поведение ребенка - единственный язык, система сложных кодов, через которые окружающие могут понять его намерения, желания, переживания. Внимательно наблюдая за поведением ребенка, тщательно определяя подкрепляющие факторы в окружающей среде, взрослые могут не только научиться понимать его, но и отвечать ему, используя язык АВА, или прикладного анализа поведения. Методы АВА помогут ребенку с аутизмом адаптироваться к реальности, повысить самоконтроль и обрести новые навыки - от бытовых навыков до академических.

Книга Роберта Шрамма, признанного эксперта поведенческого анализа, - это прекрасная возможность узнать об уникальной силе АВА, с помощью которого родители смогут преодолеть проблемы общения и обучения детей с аутизмом и другими поведенческими сложностями.

*«Эта книга - первый подробный профессиональный источник знаний о самом эффективном психокоррекционном методе при аутизме. Мы рады поддержать это очень важное издание, и верим, что оно будет не последним».*

Во всем мире для помощи детям с аутизмом более полувека успешно используются научно обоснованные методы АВА. Настоящее издание - первое в России, которое системно рассказывает о прикладном анализе поведения и позволяет читателям познакомиться с одним из наиболее эффективных его направлений — анализом вербального поведения сокращенно VB

Роберт Шрамм, сертифицированный специалист в области АВА, снабжает родителей методами и техниками, которые помогут скорректировать любое нежелательное поведение ребенка вне зависимости от тяжести расстройства, понять, как следует контролировать процесс обучения ребенка новым навыкам и как позволить ему стать более успешным в жизни.

Издание адресовано родителям и заинтересованным специалистам.

## *Оглавление*

*Предисловие к русскому изданию*

*Обращение к читателям .....*

Глава 1. Дорога к лучшему .....

Глава 2. Что означает диагноз «аутизм»

Глава 3. АВА — язык аутизма ..

Глава 4. Как распознать цели поведения ребенка

Глава 5. Как увеличить проявления положительного поведения .....

Глава 6. Как сократить проявления проблемного поведения .....

Глава 7. Инструменты обучения

Глава 8. Типы вербального поведения

Глава 9. Как повысить мотивацию ребенка

Глава 10. Обучение без ошибок

Глава 11. Вдохните жизнь в процесс обучения

Глава 12. Обучение ребенка функциональной речи

Глава 13. Основные техники анализа вербального поведения .....

Глава 14. Как понять, чему учить

Глава 15. Как победить аутизм .

*Заключение.....*

*Адаптированный словарь понятий АВА*

Как учить детей? Как научить их одеваться, пользоваться ложкой и вилкой, говорить спасибо? Что нужно делать, чтобы ребенок хорошо себя вел в гостях, магазине, детском саду? Эти вопросы возникают у всех родителей, а особенно остро у тех, кто воспитывает ребенка с нетипичным развитием, например с аутизмом.

Интересует этот вопрос и психологов, которые ставят его несколько шире: как вообще человеку учиться? На этот вопрос до настоящего времени нет единого ответа. Разные психологические школы отвечают на него по-разному, исходя из теоретических предпосылок, на которых они основываются. Одно из направлений психологии, в рамках которого создана теория научения, называется бихевиоризм.

Учеными бихевиористами были сформулированы основные принципы, которые описывают функциональную связь между поведением и другими факторами. Знание принципов функционирования поведения позволило исследователям разработать тактики, направленные на изменение поведения. Это в свою очередь привело к возникновению направления, получившего название (АВА), или *прикладной анализ поведения*, — научно обоснованный подход к изучению факторов окружающей среды, которые влияют на социально значимое поведение и создание технологий, позволяющих изменять поведение.

Под поведением в данном случае понимается любое взаимодействие организма с окружающей средой. Чтение, ходьба, произнесение слов, лепет младенца — все это примеры поведения, к каждому из которых можно применить техники АВА. Прикладной поведенческий анализ в настоящее время очень широко применяется при работе с детьми с нетипичным развитием. Он доказал свою эффективность при обучении таких детей самым разнообразным навыкам: самообслуживанию, академическим навыкам, речи и т.д. В России этот подход известен мало и почти не используется. Более того, опыт показывает, что нередко и родители и специалисты имеют предубеждения относительно АВА. Как правило, это связано с двумя моментами.

Первый — это мнение, что процесс обучения уподобляется дрессуре. На самом деле это утверждение несправедливо. Если вспомнить, например, о пятерках и двойках в школе, улыбках родителей, когда ребенок хорошо убрался в комнате или их

недовольстве после драки детей, то станет очевидным — люди практически постоянно используют поощрения или наказания для того, чтобы регулировать поведение других. Другое дело, что поощрения или наказания далеко не всегда работают так, как хотелось бы. Ученые, занимающиеся АВА, изучив законы поведения, создали методы, которые позволяют изменять поведение, избегая неудач.

Второй момент связан с применением наказаний. Это действительно очень важный с многих точек зрения вопрос. Надо сказать, что в настоящее время разработано большое количество приемов обучения, которые дают возможность обойтись без использования наказаний. Более того, этические принципы АВА не допускают применения наказаний до тех пор, пока не будет доказано, что использование других методов неэффективно. Речь никогда не идет о физическом наказании. Если наказание в конкретном случае и признается необходимым, то оно всегда является безопасным и не ущемляющим достоинства ребенка. Эти и другие сомнения будут сняты после более близкого знакомства с методикой АВА.

Книга Роберта Шрамма — практически первое руководство по прикладному анализу поведения на русском языке. Предназначенное для родителей, оно написано простым и понятным языком и позволяет овладеть основами АВА. В книге не просто предлагаются приемы, с помощью которых можно обучить новым навыкам или избавиться от нежелательного поведения. Книга учит понимать ребенка — ведь только поняв, можно помочь.

Эта книга рассказывает о том, как терапевты и родители могут обучать детей с аутизмом, используя поведенческие теории АВА. В этой книге я намеренно упрощаю определения сложных понятий и обхожу стороной долгие теоретические рассуждения. В то же время объясняя причины использования обучающих техник, я применяю такие термины, как «готовность», «желание», «попытка», «осознание» и «контроль». Хотя некоторые из этих терминов не имеют никакого отношения к «поведенческой» терминологии, я надеюсь, они помогут сделать научный текст понятным для любого читателя.

Родители и учителя, столкнувшись со специфичными определениями, которыми пользуются профессионалы АВА для анализа поведения и создания программ для детей, зачастую

теряются и не принимают нашу науку. Действительно, нашим родителям и педагогам не хватает практического руководства, в котором научные принципы были бы адаптированы к их ежедневной жизни. Без такого руководства мы, профессионалы, оказываемся неспособны эффективно обучать тех, кто нуждается в нашей помощи, а это в свою очередь препятствует получению образования многими нуждающимися в нем детьми. И если мы хотим, чтобы наша наука помогла родителям стать учителями собственных детей, мы должны, прежде всего, стать хорошими учителями для родителей в обучении основам бихевиоризма.

## *Глава 1. Дорога к лучшему.*

Жизнь — это путешествие, побуждающее нас к постоянному поиску лучших путей. Мы ищем хорошие школы для наших детей, стремимся найти верных и надежных друзей, надежные способы заработать, вообще учимся держать нашу суматошную жизнь под контролем. Достигнув успеха, мы становимся более упорными в повторении того типа поведения, которое приведет нас к желаемому результату еще раз. И наоборот, мы стараемся избежать тех типов поведения, которые оказались неэффективными в достижении наших целей. Это и есть основная концепция бихевиоризма.

Как только ребенок получает диагноз «аутизм», вы словно отправляетесь в путешествие. Это путешествие, по сути, поиск новых путей помочь ребенку приобрести навыки, необходимые для полноценной жизни. Правда, для тех, кто живет далеко от больших городов и не имеет возможности общаться с родителями, имеющими те же проблемы, это одинокое путешествие по пустынной дороге в степи с парой указателей на обочине. Для тех же, кто живет в центре больших городов, дорога, наоборот, перегружена знаками и указателями во всех направлениях. И в той, и в другой ситуациях родителям трудно воспитывать своих детей без чувства потерянности, страха и вины. Другими словами, независимо от того, как вы будете решать проблемы своего ребенка, вам всегда будет казаться, что вы не сделали всего, что могли бы сделать. Это нормально. Просто помните, что родители

не могут контролировать причины, которые приводят к аутизму, и нет ни одного уважаемого источника, который бы утверждал обратное.

В конце девяностых, будучи специалистом по *инклюзивному образованию*, я работал в Калифорнии с детьми, имеющими различные виды расстройств. Шесть лет я изучал самые современные методы обучения и стал мастером в области образования детей с особыми потребностями. В то же время я чувствовал, что весь мой опыт и все мои знания недостаточны для того, чтобы я мог уверенно помогать детям с диагнозом «аутизм» стать более успешными. Я знал, что есть нечто невероятно особенное — то, что предназначено как раз для этих детей. Шло время, но мне не удавалось найти те действительно эффективные способы, которые бы по-настоящему помогли этим детям стать более успешными. Мои тщетные попытки стать спасительным маяком, который бы вселял надежду в родителей, ранили меня. Я хотел помочь детям расти, учиться и состояться в жизни. Я пытался найти лучшие пути, и все, о чем я мог думать, можно было выразить словами: «Я просто не знаю, что еще могу сделать».

В период моей работы в Калифорнии сильное влияние на меня оказал один удивительный ребенок. Аарон был необыкновенно умным, но проблемным семилетним мальчиком с аутизмом. Мне было поручено помочь Аарону адаптироваться в обычном классе среди первоклассников. Как и многие другие родители детей с аутизмом, родители Аарона хотели, чтобы ребенок получил общее среднее образование. Им было невыносимо видеть его страдающим во вспомогательном классе или школе. Родители Аарона полагали, что ему нужно учиться там, где учебный процесс не будет облегченным, где к мальчику будут предъявлять высокие требования и где одноклассники станут образцом поведения для их сына. Родители понимали, что это ключевые условия успешного развития их сына вопреки его социальным навыкам и поведенческим особенностям.

Когда Аарон был увлечен тем, что находил интересным, он был милым и умным, как любой другой ребенок. Проблема возникала в школе, когда его просили сделать что-либо, что он делать не хотел. Испытывая давление со стороны, этот маленький мальчик превращался в «тасманского дьявола». Он мог без труда разрушить любую программу, разработанную нами, если не был в ней

заинтересован. Чтобы помочь ему, я использовал всевозможные трюки и техники, с которыми когда-либо познакомился, в том числе советы экспертов всех мастей, которых был в состоянии найти. Я проштудировал все пособия по поведению, которые только смог достать. К сожалению, новые знания лишь вновь и вновь подтверждали мое бессилие в этой ситуации. Любой план, призванный помочь мальчику научиться чему-либо, Аарон был способен разрушить, если не испытывал желания ему следовать. Наконец, я пришел к тем же заключениям, которые сделали и другие специалисты: Аарон не может учиться в общеобразовательной системе и должен быть переведен в специальный класс.

Это был сокрушительный удар по моей самоуверенности. Каким специалистом по инклюзивному образованию мог я себя называть после того, как вынужден был сказать родителям, что их ребенок не может учиться в системе общего образования?

Чтобы повысить свою квалификацию, я стал посещать занятия и тренинги, разработанные с целью помочь обучать детей с аутизмом. Я изучил систему общения с помощью обмена картинками (PECS - Pictur Exchange Communication System) и с некоторым успехом опробовал ее в работе со своими подопечными. Я изучил программу «Лечение и обучение детей с аутизмом и другими коммуникативными расстройствами» и тоже более-менее успешно начал использовать ее в работе с моими подопечными. Я изучил игровую терапию, разработанную С. И. Гринспен называемую «Игры на полу» (Floortime), и также с некоторым успехом начал использовать ее с моими подопечными. Однако случайные положительные результаты, которые я сумел получить, навели меня на мысль, что я еще только учусь использовать инструменты, чтобы научиться строить стены или делать двери. Я знал, что этого будет недостаточно ни для меня, ни для детей, которым я хотел помочь. Если я действительно хочу стать мастером в деле, которое выбрал, я должен найти кого-то, кто бы научил меня, как построить дом полностью. Чтобы сделать что-то для этих детей, я должен стать «плотником».

Наконец, мои поиски привели меня к прикладному анализу поведения' (Applied Behavior Analysis, АВА) и затем к методу анализа вербального поведения (Verbal Behavior Analysis, VB) как составляющей АВА. Многие годы АВА как научное направление

было известно в мире аутизма либо под названием «модификация поведения», либо как «метод Ловааса» (The Lovaas method). Однако правильнее сказать, что доктор Ловаас и другие были в числе первых, кто применял методы АВА, для того чтобы помочь людям с диагнозом «аутизм».

Принципы, на которых доктор Ловаас построил свою программу, были разработаны Б. Ф. Скиннером и опубликованы в его книге «Поведение организмов». Хотя доктор Ловаас сделал очень много для того, чтобы другие познакомились с прикладным анализом поведения как методом обучения детей с аутизмом, в сравнении с сегодняшним днем применение поведенческих принципов на начальном этапе развития АВА было зачастую грубым и неуместным. Время и научные изыскания привнесли значительные изменения в способы применения этих ранних методов и процедур. И несмотря на то, что многие специалисты по модификации поведения в семидесятые-восемидесятые годы использовали неприемлемые процедуры и оставили негативный отпечаток на всем, что относится к миру АВА, это научное направление стабильно развивалось на протяжении последних десятилетий.

После пересмотра и улучшения старых техник и стратегий обучения наше понимание того, как аутизм влияет на развитие детей, и как мы можем влиять на аутизм, значительно изменилось. По мере развития АВА возрастала и эффективность его использования. Сегодня это научное направление лишь слегка напоминает АВА прошлых лет. Обучение по общей программе сменилось индивидуальными и непосредственными программами, использование вызывающих дискомфорт техник, положительными подкрепляющими процедурами. Вместо изолированных классных комнат мы сейчас рекомендуем более естественную обстановку для обучения. Однако независимо от каких бы то ни было технических усовершенствований принципы Скиннера остались неизменны и являются теоретической базой прикладного анализа поведения.

Родители, которые привыкли к ранним методам АВА, часто отказывались сделать выбор в пользу новых методов. Хотя все доказательства эффективности новых методов обучения детей социально приемлемому поведению и учебным навыкам были налицо, родители предпочитали иметь дело с процедурами, использование которых вызывало сопротивление, и которые



выглядели неприглядно. Многие семьи, использовавшие методы АВА, считали их эффективными, в то же время были и такие семьи, которые считали, что результаты не стоили затраченных усилий.

В последние десятилетия произошли существенные изменения АВА, и сегодня мы с уверенностью можем сказать: прикладной анализ поведения — верный выбор практически для всех детей с аутизмом и с подобными аутизму расстройствами. Прежде всего, речь идет о развитии метода анализа вербального поведения как составляющей АВА.

Метод анализа вербального поведения (VB) - это и философия АВА, и серия обучающих техник, основанных на принципах АВА, для приобретения детьми речевых навыков. Кроме того, потенциал АВА - программ значительно расширился благодаря специалистам, развивающим VB

За довольно короткий период, с конца девяностых до двухтысячных годов, анализ вербального поведения (VB) как метод, стал повсеместно применяться для лечения аутизма в

*<sup>1</sup>. Далее в тексте будет использовано сокращение VB – анализ вербального поведения*

Соединенных Штатах. Благодаря терапии АВА в целом и преимуществам метода анализа вербального поведения VB в частности произошел значительный скачок в работе с детьми. Одна из главных причин этого успеха — привлечение родителей как главных учителей своих детей. Слишком долго родители ожидали за кулисами, наблюдая, как увеличивается расстояние между их детьми и обществом, в то время как у них каждый день были тысячи возможностей для общения с детьми, для того, чтобы научить их приемлемым социальным и коммуникативным навыкам и в конечном счете помочь им достичь значительного успеха. Если терапевт или учитель вашего ребенка не использует принципы АВА в своей работе, то он, скорее всего, не знаком с достижениями в этой области. Если же он использует АВА, но не включает метод анализа вербального поведения VB в занятия с вашим ребенком, значит, ему не известны результаты последних исследований, говорящих в пользу этого метода.

Победить аутизм непросто. Вам и другим заботливым людям предстоит пережить и успехи, и неудачи. Независимо от того, где находитесь сейчас вы и ваш ребенок, никогда не забывайте, что жизнь — это дорога, и на этой дороге никто не знает ответов на все

вопросы. Я надеюсь, что эта книга поможет вам в вашей непростой работе и, может быть, станет хорошим ориентиром в постоянном поиске лучшего пути.

## *Глава 2.*

### *Что означает диагноз «аутизм»*

В этой главе я попытаюсь объяснить, как и почему ребенок получает диагноз «аутизм». Я не буду обсуждать причины, вызывающие аутизм и другие известные диагнозы. Я специально обхожу эту тему, поскольку она только вводит в заблуждение и отвлекает от основной цели: обучения детей. Знание того, что есть два возможных фактора происхождения аутизма: генетические нарушения и влияние окружающей среды, не помогут вам лучше подготовить вашего ребенка к будущему.

Аутизм считается загадочным явлением еще с тех давних пор, когда у него не было даже названия. Чем больше наше общество изучает аутизм, тем эффективнее мы становимся в определении критериев, которые называют аутистичными. И хотя все больше людей ежегодно получают диагноз «аутизм», критерии аутизма остаются прежними. Что действительно изменилось, так это интерпретация критериев и/или количество людей, которые им соответствуют.

Ребенок получает диагноз «аутизм», когда у него можно наблюдать, по крайней мере шесть специфических типов поведения в трех областях: социального взаимодействия, коммуникации и поведения (ребенок имеет повторяющиеся и стереотипные модели поведения и ограниченные специфические интересы).

При определении диагноза обращают внимание на следующие дефициты:

- отсутствие взгляда глаза в глаза;
- неумение создавать эмоциональные дружеские отношения со сверстниками;
- отсутствие проявления желания поделиться с другими людьми своей радостью, интересами, достижениями;
- отсутствие разнообразия, фантазии и изменений в ролевой игре или в игре, предполагающей социальную имитацию.

Признаками аутизма также считаются отставание в развитии речи или полное ее отсутствие, присутствие стереотипии

(повторяющихся действий) в поведении, использование повторов в речи, увлечение стереотипными занятиями или интересами, навязчивые движения. И это еще не полный перечень.

Даже если ваш ребенок демонстрирует минимум из перечня специфических типов поведения, он, скорее всего, получит диагноз «аутизм». Отмечу также, что перечисленные признаки отставания в развитии должны быть замечены до трехлетнего возраста и не быть связанными с синдромом Ретта

Если ребенок демонстрирует некоторые из этих типов поведения, но умеет говорить в раннем возрасте, он, скорее всего, получит диагноз «синдром Аспергера».

В настоящее время не существует анализа крови или генетического теста, которые могли бы определить, есть ли у ребенка аутизм. Диагноз «аутизм» ставится при наличии у ребенка специфических типов поведения. Но можно ли узнать, есть ли у ребенка аутизм, без использования физического теста? Как определить, что ребенок вылечился? Ответы на эти вопросы просты: если диагноз «расстройство аутистического спектра» поставлен в результате «галочек» в списке представленных типов поведения, то понятно, что, если ребенок более не проявляет того или иного поведения, он больше не считается ребенком с аутизмом. Означает ли это, что ребенок вылечен? Или что он не болен? А может, у него вообще никогда не было аутизма? Эти вопросы часто задают по поводу детей, у которых уменьшилось проявление признаков аутизма и которые стали более приспособлены к жизни в обществе.

Для меня эти вопросы не важны — это пустая трата времени и энергии. Важно то, что мы начали работать с ребенком, которому был поставлен диагноз «аутизм». И который до этого момента не мог непосредственно общаться с другими, играть и проявлять те простые навыки поведения, которые помогли всем нам стать в той или иной степени успешными и благополучными. И когда этот ребенок спустя время не подтвердит диагноз, поставленный медицинскими светилами, и станет обладать если не всеми, то большинством необходимых навыков, я буду убежден, что это и есть тот результат, который следует учитывать.

Когда вы думаете о ребенке с аутизмом, представьте его на пляже окруженным гигантской стеной, построенной из песка. Эта стена неравномерна по высоте, имеет много трещин и достаточно

высока во многих местах — настолько, что ребенок не может видеть внешний мир за ее пределами. По мнению большинства взрослых с аутизмом (тех, кто может выразить свои чувства в книгах или лекциях на эту тему), мир внутри стены — это словно убежище от запутанного и непредсказуемого внешнего мира. А сама стена — своеобразный барьер между ребенком и остальным миром.

А теперь попытаемся представить, что отдельные участки стены — это различные навыки, которые ваш ребенок должен освоить. Чтобы успешно взаимодействовать с окружающим миром, он должен обладать навыками, которые позволят ему подняться над верхней частью этой стены. Нижняя часть стены представляет собой навыки, которые ребенок приобрел практически без посторонней помощи. К ним, в зависимости от того, как аутизм влияет на ребенка, относится, например, способность тянуть вас за руку к чему-то, что он желает получить, или способность плакать, устраивать истерики, выходить из себя, наносить себе удары с целью добиться вашего внимания либо заставить вас оставить его в покое. Сильно мотивированный ребенок с достаточным уровнем развития некоторых способностей будет иногда преодолевать среднюю часть стены, демонстрируя такие навыки, как указательный жест или использование одного или нескольких слов. Наконец, некоторые части этой песочной стены окажутся настолько высокими для вашего ребенка, что он не сможет преодолеть их самостоятельно, без вашей помощи.

Суть этой метафоры в том, что она показывает необходимость синхронной работы программы АВА и метода анализа вербального поведения (VB), необходимых для того, чтобы помочь ребенку последовательно преодолеть все трудные участки стены и оказаться во внешнем мире. Понять методы прикладного анализа поведения — значит понять, как систематически и последовательно использовать *подкрепление* или, другими словами, как создать необходимую мотивацию.

Чтобы преодолеть более сложные участки стены, ребенку необходимо действительно желать этого, то есть быть достаточно мотивированным. Создать должную мотивацию можно с помощью *побуждающего условия* - слова или действия, которые временно изменяют ценность последствий каждого поступка (поведения). Другими словами, это условие, которое делает последствие на

какое-то время более или менее ценным для вашего ребенка, чем это было бы в другой ситуации.

Например, вода, как правило, имеет для нас большую ценность в жаркий солнечный день, чем в день, когда прохладно и ветрено. Сама вода при этом не изменяется — другим становится ваше отношение к воде, на которое повлияли условия: вокруг стало слишком тепло, или даже, возможно, возникла угроза обезвоживания. Мотивация является важным фактором обучения детей с аутизмом, и чем лучше вы научитесь управлять окружающими условиями для создания мотивации, тем лучше сможете проявить свои педагогические способности.

Борьба с аутизмом сродни перетягиванию каната: чтобы победить болезнь, вы должны удержать свой конец каната, вовлекая в этот процесс важного союзника — окружающую обстановку вашего ребенка. Скорее всего, в настоящее время окружающая обстановка является весомым партнером аутизма — она наполнена вещами, которые отвлекают вас от главной цели. Однако вы можете сделать окружающую обстановку своим союзником. Ведь только переосмыслив ее значение, вы сможете понимать ребенка и должным образом мотивировать его. И тогда ребенок окажется в перетягивании каната на вашей стороне, а не на стороне аутизма. Только осознанно управляя окружающей средой, вы можете быть уверены в том, что ребенок будет постоянно помогать вам в ваших попытках обучать его. (Подробнее о том, как лучше понять мир ребенка и сделать его своим помощником в процессе обучения, написано в главах 5 и 6.)

Целью любой хорошей программы АВА/ВВ является определение естественных желаний ребенка и использование их в процессе обучения. Для этого составляется список побуждающих условий — любимых и желанных ребенком занятий, предметов, игрушек и лакомств. Добавляя к уже известным новые более приемлемые предметы и занятия, мы можем сделать их более желанными для ребенка, а менее приемлемые отодвинуть в конец списка как наименее важные для него.

Если вспомнить наши аналогии, то мотивацию можно сравнить с водой. Наполнив внутренний мир ребенка водой так, чтобы он мог подняться и максимально приблизиться к верхней части окружающей его песчаной стены, мы поможем ему перебраться через нее. Другими словами, мотивация будет силой, позволяющей

проявиться желаниям и способностям, столь необходимым ребенку для обретения навыков, которым вы его обучаете.

Метод анализа вербального поведения мы рассматриваем как инструмент, который помогает мотивировать ребенка на начальном этапе приобретения новых навыков, а методы АВА в целом — как стимулирующую систему, побуждающую ребенка снова и снова использовать эти новые навыки. Прикладной анализ поведения как научное направление ставит своей целью изучение и применение методов АВА/ВВ, чтобы помочь людям добиться успеха в самом широком смысле этих слов.

Одним из ключевых понятий прикладного анализа является подкрепление — важнейший принцип АВА, который применяется давно и успешно. Подкрепление — это то, что происходит после проявления поведения и увеличивает вероятность повторения такого поведения в будущем. Все, что мы делаем, является частью нашего поведения, в том числе обучение новым навыкам. В образе со стеной поведением будет попытка ребенка оставить свой собственный мир и преодолеть стену, а подкреплением — опыт, который он приобретает, когда добивается успеха. Если такой опыт (подкрепление) будет положительным каждый раз, когда ребенок использует определенный навык, у него будет мотивация использовать его снова в процессе преодоления той песчаной стены. То есть подкрепление определенного поведения создает у ребенка мотивацию постараться и проявить навык еще раз, когда возникнет подходящая ситуация.

Именно мотивация становится той движущей силой, которая подвигает ребенка проявлять навык снова и снова. А подкрепление раз за разом создает условия для того, чтобы внутренняя мотивация стала сильнее, чем внешняя. Баланс мотивации и подкрепления приводит к большему желанию ребенка проявить навык, по отношению к которому они последовательно применялись.

Замечу, что стена, которая окружает вашего ребенка, состоит не из твердой породы — она рыхлая, что является при обучении ребенка и проблемой и благословением. Проблема может заключаться в том, что через трещины в стене ребенок может добраться до подкреплений, не прилагая усилий для использования навыков, которым вы обучаете. Если оставить трещины незаполненными, произойдет «утечка мотивации», и у ребенка не будет достаточного стимула стремиться к успеху. К счастью, песок

засыпает трещины, делая их незаметными, и позволяет мотивированному ребенку «перемахнуть» через стену к ожидаемому подкреплению, по пути разрушая верхнюю часть стены. Стена становится ниже и проще для преодоления, и в следующий раз продемонстрировать проявленный навык будет немного легче.

Программы АВА/ВВ используют принципы мотивации и подкрепления, чтобы побудить вашего ребенка к выполнению новых и все более трудных навыков, с целью увеличить в будущем желание повторить использование навыка и сделать его менее трудным. Каждый раз, когда ребенок преодолевает какую-то часть стены, ему становится легче перепрыгнуть ее в будущем. Песок же, осыпаясь сверху, заполняет трещины в нижней части стены — и это еще один плюс использования подкреплений: мотивация не утекает, и ребенка легче мотивировать на освоение новых навыков.

Возможно, все описанное выше создает у вас впечатление, будто речь идет только о детях с аутизмом. На самом деле я описал, как учится каждый из нас. Мы с рождения окружены разными по высоте стенами-барьерами — ограничениями, которые нам предают стоит преодолеть благодаря освоению все новых и более сложных навыков. Только так мы можем стать полноценными членами общества. И только таким образом нам удастся разрушить стены, сколь бы высокими они ни оказались. Кому-то это удастся сделать лучше и быстрее, в том числе и потому, что их стены оказались ниже. У кого-то стена будет настолько высокой, что шансов перебраться через нее не останется. Однако чаще всего окружающие нас стены неравномерны: где-то выше, а где-то ниже. Ребенок с аутизмом ничем не отличается от других детей. Просто ему надо помочь преодолеть более трудные участки стены с помощью навыков, которые общество считает обязательными. Неспособность самостоятельно преодолеть стену, напрямую связана с недостаточным уровнем развития навыков в тех областях, которые были перечислены в начале главы: социальное взаимодействие, коммуникация и поведение (ребенок имеет повторяющиеся и стереотипные модели поведения, и ограниченные специфические интересы).

Именно отсутствие или недостаточное развитие навыков в этих областях жизни и являются признаками аутизма.

Аутизм — это расстройство широкого спектра, которое наблюдается у большего числа людей. Аутизм влияет на

способности ребенка к общению и взаимодействию в разных жизненных, в том числе учебных, ситуациях. Если не обучать детей, они будут оставаться во власти аутизма до тех пор, пока окончательно не потеряют контакт с окружающими. Если не обучать родителей и учителей, то они будут невольно мотивировать и подкреплять проблемное поведение ребенка. Однако если вы научитесь понимать мотивы поведения вашего ребенка и освоите принципы и техники АВА/ВВ, вы сможете ему уменьшить проявления нежелательного поведения и добиться больших успехов в жизни

### *Глава 3. АВА — язык аутизма*

Программы АВА, или прикладного анализа поведения, разработанные индивидуально, могут рассматриваться как определенный план. Дело в том, что определенным типам поведения соответствуют определенные последствия, и если ваши реакции на поведение ребенка (последствия) предсказуемы и последовательны, то они понятны ребенку. Соответственно ребенок начинает понимать вас лучше. Ваше присутствие начинает оказывать на ребенка успокаивающее воздействие, он реже расстраивается и становится более открытым для взаимодействия.

Большинство детей и взрослых с аутизмом любят компьютеры за их понятный «язык». АВА можно сравнить с компьютером по степени упорядоченности действий и реакций. Чтобы успешно работать или играть на компьютере, ребенку необходимо выбрать необходимую команду. Нажав определенную кнопку, он получает предсказуемый результат, будет ли это прослушивание музыки или просто желание включить либо выключить компьютер. Главное здесь — постоянство, простота в использовании и отсутствие неопределенности. Использование компьютерной мыши дает ребенку чувство контроля над ситуацией. Компьютер не начнет проигрывать музыку, если не получит специальную команду, не станет говорить ребенку, когда он должен выключить компьютер. Он не командует, он отвечает на команды, причем делает это с завидным постоянством.

Если вы хотите быть понятным вашим ребенком, ваш язык должен быть предельно ясным, кратким и последовательным как в словах, так и в действиях. Да, таким же, как язык компьютера. И



если вы предложите ребенку определенные варианты поведения с конкретными и понятными последствиями для каждого варианта, ваше поведение будет понятно вашему ребенку. А если вы окажетесь способны давать ребенку ясные и конкретные указания, что и как делать, с ясными, конкретными и постоянными последствиями его действий, у ребенка появится ощущение порядка и контроля над ситуацией при взаимодействии с вами. Как результат, уменьшится вероятность того, что ребенок будет добиваться контроля над ситуацией другими, менее желательными способами. Надо отметить, что родитель, способный быстро проанализировать ситуацию и дать ребенку указания, необходимые для получения желательной ответной реакции, может оказывать более значительное влияние на поведение ребенка, чем запрограммированная машина.

Если вы как родитель ребенка с особыми потребностями изучите принципы и стратегии АВА/ВВ, вы почувствуете в себе способность обучать. Вы можете начать с небольших изменений в жизни вашего ребенка, которые помогут ему осмысленно выбирать более разнообразные типы поведения. Однако без четкого понимания принципов АВА ваше взаимодействие с ребенком не будет достаточно систематичным, что вызовет недопонимание ваших требований со стороны ребенка. Если же ваше поведение будет запутанным и непоследовательным, ваш ребенок, скорее всего, предпочтет проводить время не с вами, а в своем придуманном мире, находя в нем тот порядок и контроль которые ему так необходимы. Как следствие, он будет погружаться все глубже в мир аутизма.

Когда вы и ваша семья освоите принципы АВА, ребенок обнаружит, что вы его понимаете, и будет открыт общению с вами. Ребенок сможет чувствовать себя комфортно в кругу родных людей, поведение которых было раньше таким раздражающим. Теперь он начнет стремиться к общению, и чем больше будет стараться, тем легче ему окажется найти себя в обществе. Итак, общение с ребенком, основанное на принципах АВА или, иначе, происходящее на языке аутизма, комфортно для ребенка, потому что он понимает вас — ваш язык взаимодействия с ним и ваше поведение. А значит, он не будет искать способы избегать вас. Жизнь станет удивительной и радостной.

Я никогда не встречал ребенка с аутизмом, который бы не был способен использовать принципы поведения в самых неожиданных и сложных ситуациях для достижения своих целей. Но я знаю немало родителей, которые вели себя неожиданным образом, подчиняясь языку АВА, проявлявшемуся в поведении их ребенка.

Например, у одной матери ребенка с аутизмом был ритуал укладывания на ночь, который продолжался каждый вечер в течение получаса. Процедура всегда была одинаковой и выглядела приблизительно так: мама на собственных плечах относила ребенка в спальню. Он соглашался спать только в одной пижаме: штаны голубого цвета и ярко-оранжевая майка. Затем она поправляла одеяло и пела колыбельную. Перед окончанием песни ребенок просил маму принести воды, и она приносила стакан воды из ванной комнаты. Это всегда был один и тот же стакан, наполненный до краев; ребенок, отпив ровно половину, просил маму снова наполнить его. Потом она должна была поставить стакан на тумбочку и прочитать последнюю главу книги «Маленький паровоз, который мог...». Ребенок помогал маме держать книгу и переворачивать страницы. Когда переворачивалась последняя страница, мама должна была сказать: «Ко-о-не-ец!» Затем она целовала его, желала спокойной ночи, выходила из комнаты, закрывала дверь и ждала, стоя за дверью, когда ребенок позовет ее. Тогда она открывала дверь, заглядывала в спальню, и ребенок желал ей спокойной ночи. И только после этого он засыпал.

И что же здесь не так? Почему родители попадают под подобный контроль? Многие скажут, что у них нет выбора. Они поверили, что другого пути нет. Независимо от того, кажется ли вам такой пример странным или нет, это весьма типичная ситуация, когда родители, не понимая языка АВА, находятся под влиянием ребенка. Если вы знакомы с такой ситуацией не понаслышке, то ваш ребенок определенно подчинял вас себе. Разрешаете ли вы вашему сыну или дочери выбирать одежду самостоятельно, даже если он носит одну и ту же футболку три дня подряд? Решает ли ребенок в вашей семье, будет ли он спать между родителями каждую ночь, даже если ему уже двенадцать лет? Вас в самом деле натренировали так, что вы наверняка знаете, когда и как вам разрешается кормить вашего ребенка? Знает ли ваш ребенок, как сделать так, чтобы вы следовали за ним повсюду и поднимали все, что он уронит на пол? Убедил ли вас сын, что есть только один

путь домой из школы или только один правильный путь в парк? Убедились ли вы, что вы можете разговаривать по телефону и работать за компьютером только тогда, когда он спит?

Каждый из этих примеров показывает, что ребенок применяет по отношению к вам принципы АВА, используя свои врожденные, природные способности. АВА — это понимание того, как предпосылки и последствия могут влиять на поведение. Так, одев ребенка в «неправильную» пижаму, вы столкнетесь с последствиями этого поступка. Если ребенок кричит и наносит себе удары по голове, — это значит, что вам только что ясно дали понять: вы сделали «неправильный» выбор. Если вы игнорируете это сообщение и продолжаете надевать на него «неправильную» пижаму, вы можете получить очередное последствие — ребенок будет биться головой о стену. Естественно, вы не хотите, чтобы ваш ребенок страдал, и поэтому для того, чтобы защитить его от него самого, вы можете изменить свое поведение и надеть на него ту самую старую голубую пижаму. Ваше поведение будет вознаграждено: ребенок станет вновь спокойным, улыбающимся и послушным. Стоит этой процедуре повториться несколько раз, как вы вдруг заметите, что каждый раз выбираете для ребенка «правильную» пижаму.

Вы заметили, как ребенок смог изменить ваше поведение, используя принципы АВА? Если вы не можете отвечать тем же, понятным ему, языком, у вас будет хороший шанс выработать свой ритуал, напоминающий ситуацию с мамой, укладывающей сына спать. И наоборот, если вы понимаете и принимаете принципы АВА, вы сможете ответить ребенку на том же языке, и тогда (если, конечно, вы последовательны и предсказуемы), он поймет, о чем вы говорите. Лаконичность, ясность и последовательность ваших инструкций позволят ребенку предсказывать ваши действия. Ему будет комфортно, ведь он сможет контролировать свое окружение. А значит, ему не нужно будет стараться получить комфорт и контроль нежелательными для вас способами.

Ваш ребенок понимает и применяет принципы АВА. Когда вы ответите ему на языке АВА, вам обоим станет намного удобнее общаться друг с другом. И комфорт будет усиливаться по мере того, как ребенок будет чувствовать себя все более уверенным в окружающем его обществе. Дети, растущие в спокойной и предсказуемой обстановке, которую они могут контролировать,

более счастливы и охотнее общаются с другими. Только тогда, когда ребенок захочет постоянно общаться с вами, вы можете начинать полноценное обучение.

Данная глава не призвана подтверждать научно доказанные принципы АВА/VB. Есть сотни различных исследований, доказывающих эффективность техники АВА. Эти исследования можно найти в научных журналах, ссылки на которые вы найдете в конце книги. Целью этой главы не является доказать эффективность принципов АВА. Это описание моего собственного опыта, объясняющего, почему АВА является столь сильным средством помощи ребенку с аутизмом. Созвучны ли приведенные выше примеры тому, что вы уже знаете о своем ребенке? Вы обратили внимание на то, как ваш ребенок использует принципы АВА для манипулирования вами и другими людьми в своем окружении? Вы заметили, как аутизм контролирует именно вас? Если да, продолжайте читать, и я покажу вам, как вы можете использовать АВА/VB, чтобы обратить поведение вашего ребенка в свою пользу.

## *Глава 4.*

### *Как распознать цели поведения ребенка*

Я часто спрашиваю родителей, которые едва начали знакомиться с теорией АВА/VB, что они считают наиболее трудным в обучении их ребенка новым навыкам. Первое место в списке занимает проблемное поведение. Независимо от того, какое влияние оказывает аутизм на жизнь ребенка, всегда найдется тип поведения, которое родитель, учитель или терапевт считает нужным изменить. Родителям важно понять, что оказывает положительное влияние на процесс выбора ребенком того или иного типа поведения прежде, чем они предпримут какую-либо попытку обучения. Думаю, большинство из вас согласится с тем, что каждый из основных учебных навыков представляет собой комплекс определенных действий. Если вы не знаете, как позитивно влиять на выбор конкретного действия вашим ребенком, вы не сможете оказать положительное влияние на весь процесс овладения навыками. Чтобы лучше узнать, как помочь вашему ребенку избежать неэффективного или проблематичного

поведения, вам необходимо понять цели, которые стоят за каждым типом такого поведения.

Единственный способ позитивно влиять на выбор типа поведения вашего ребенка — это определить цель, стоящую за этим выбором. Если вы не можете этого сделать, вы не узнаете, как воздействовать на поведение. Многие родители говорят, что их дети зачастую совершают поступки без видимых на то причин. Но после пристального изучения за каждым действием ребенка можно обнаружить *намерение*. Если вы не понимаете, что это за намерение, значит, у вас нет необходимых навыков. Специалисты выделяют четыре возможных цели поведения: получить что-либо от кого-либо (социально опосредованное позитивное поведение), избежать того, что инициировано кем-то другим, - к примеру, занятия или общения (социально опосредованное негативное поведение), получить что-либо желаемое (автоматическое позитивное поведение), убрать что-либо нежелательное или избежать чего-либо нежелательного (автоматическое негативное поведение). Последние две цели не связали с участием других людей.

Чтобы понять, в чем заключается намерение (цель), надо быстро ответить на три вопроса:

1. Что именно в этом поведении мне не понравилось?
2. Что произошло до проявления поведения?
3. Что произошло сразу после проявления поведения?

Первый вопрос составлен так, чтобы вы сосредоточились именно на том поведении/действии, которое хотели бы изменить, а не на самом ребенке. Заметить изменение в поведении «плохого» ребенка, к тому же «создающего проблемы», «не пытающегося стараться», «аутиста», трудно. Я намеренно заключил в кавычки все эти общие фразы, не отражающие реального поступка. Намного легче работать над конкретным поступком, таким как «убежал от мамы», «не отзывается на собственное имя» или «бросает тарелку на пол во время обеда».

Второй вопрос составлен так, чтобы вы могли увидеть, имеет ли место *предшествующий стимул*, то есть нечто, предшествующее проявлению поведения/поступка, что может рассматриваться как его причина. Например, каждый раз когда вы надеваете определенный свитер на ребенка, он кусает себя.

Понимая предшествующий стимул (на ребенка надели свитер), вы легко сможете изменить проявление поведения (кусает себя).

Кроме того, отвечая на этот вопрос, вы без труда догадаетесь и о цели подобного поведения. К примеру, в ситуации, когда ребенок бросает тарелку на пол сразу после того, как отец отвечает на телефонный звонок, вы сможете понять, что целью этого поведения является попытка привлечь внимание отца. Или если ребенок постоянно хлопает в ладоши, отказываясь отозваться на звук своего имени, это может означать, что целью поведения является самостимуляция. Ситуация, когда ребенок выходит из комнаты, как только мама берет его зубную щетку, может привести вас к мысли, что поведение было использовано для того, чтобы избежать неприятной процедуры чистки зубов.

Третий вопрос — самый трудный, но и самый важный, а потому требует правильного ответа. Каково последствие, которое подкрепляет рассматриваемое поведение? Как только вы определите, что изменилось в окружающей ребенка среде после проявления поведения (поступка), вы сможете вычислить и подкрепляющий фактор, который увеличивает шанс проявления подобного поведения в будущем.

Вот некоторые примеры того, что вы могли бы предпринять для изменения проблемного поведения ребенка, учитывая знания об основных целях такого поведения.

- *Внимание* (первая цель). Если брошенная на пол тарелка была использована для того, чтобы привлечь внимание отца, отец не должен проявлять внимание в следующий раз, когда тарелка упадет на пол. Однако он должен уделить ребенку максимум внимания тогда, когда тот ведет себя во время приема пищи должным образом.

- *Уклонение* (вторая цель). Если тарелка была брошена на пол для того, чтобы избежать выполнения инструкции (например: «Скажи хлеб»). Тогда целью поведения является уклонение. В этом случае отец не должен подкреплять это поведение, продолжая настаивать на выполнении той же или подобной ей инструкции. Если ребенок выполнил инструкцию, отец может подкрепить послушание, уменьшив требования на определенное время.

- *Самостимуляция* (третья цель). Самостимуляция — это поведение, целью которого является самовозбуждение.

Самостимуляция не зависит от того, находится ли ребенок в комнате один или в компании с другими. Воздействовать на такое поведение нелегко, так как оно подкрепляется естественным возбуждением, и вы не можете его искусственно стимулировать.

Если причина бросания тарелки на пол в том, что ребенку нравится появляющийся при этом звук, вам необходимо найти способ уменьшить звуковой эффект, который является автоматическим (без участия другого человека) подкреплением поведения. Вот некоторые действия, которые вы можете предпринять: купить половик или коврик, заменить тарелку на пластиковую или бумажную. Обсудите любые возможные варианты, которые помогут вам уменьшить звуковой эффект, подкрепляющий бросание тарелки на пол. Кроме того, предоставляя ребенку возможность экспериментировать со специфическими или похожими звуками в подобающее время, можно значительно уменьшить желание ребенка делать это за обеденным столом.

Итак, когда вы зададите себе эти три вопроса и определите цель поведения ребенка, вы поймете, что можно сделать, чтобы в поведении произошли позитивные изменения. Однако единственный путь узнать наверняка, что ваш план надежен, это применять его на практике и записывать результаты наблюдений. Только так можно будет понять, насколько уменьшились проявления нежелательного поведения с течением времени. Не стоит ожидать, что ваш ребенок сразу же изменит свое поведение. Впрочем, даже если его поведение изменяется к лучшему, это еще не является настоящим положительным результатом и не означает, что план окажется в итоге успешным. Временное улучшение поведения — это, конечно, здорово, однако не стоит считать подобные изменения показателем того, что нежелательное поведение ушло в прошлое и что вы не столкнетесь с проявлением такого поведения в будущем.

Итак, единственный способ определить, действительно ли проявление проблемного поведения сократилось, — это вести постоянные наблюдения и записывать их результаты. После некоторого периода наблюдений вы сможете на основании объективно собранных данных сделать вывод о том, уменьшилась частота проявления нежелательного поведения или нет. Только так вы сможете разобраться в том, имеет ли ваше вмешательство желательный эффект. Обычно одной-двух недель достаточно,

чтобы определить, работает ли план. Если проявление поведения продолжается или случается чаще после недели-другой, вы должны остановиться, заново продумать возможные цели и перейти к другой тактике.

Если вы наблюдаете определенное неприемлемое поведение, на которое вам не удастся воздействовать, или если вам приходится иметь дело с агрессивным поведением, которое подвергает опасности жизнь и здоровье ребенка или других людей, вы должны немедленно обратиться за помощью к профессионалам. Лучше всего найти сертифицированного специалиста по АВА (имеющего квалификацию ВСВА). Который может сделать полный и детальный функциональный анализ поведения, экспериментально определить его цель и разработать безопасный и эффективный план коррекции.

## *Глава 5. Как увеличить проявления положительного поведения?*

Обязательной частью стандартного тестирования является наблюдение за поведением ребенка. Экзаменатор может попросить его выполнить какое-либо действие, например попрыгать, или похлопать в ладоши, или повторить какой-либо звук.

Как правило, даже те дети с аутизмом, которые не ранее не занимались по программе АВА, владеют этими навыками и проявляют их спонтанно, по собственной инициативе. Однако чаще всего не прошедшие подготовку дети не понимают просьбы или не желают выполнять инструкции. Если ребенок не выполняет требования взрослого и не демонстрирует навыки в процессе тестирования, экзаменатор ставит знак минус напротив соответствующего пункта, что означает невыполнение задания. В результате ребенку ставится не только диагноз «аутизм», но и диагнозы «отставание в развитии» или «умственная отсталость».

Большинство детей с аутизмом не теряют умственных способностей и не утрачивают личностные качества (доброта, сообразительность и др.), но эти качества и способности как будто не состыковываются. Дети не проявляют эти качества постоянно и в ситуациях, когда от них этого ожидают. С другой стороны, если ребенок не прыгает, когда его просят попрыгать, это вовсе не



означает, что он вообще не может прыгать. Или что он не может научиться прыгать тогда, когда его просят. Точно так же ребенок может воспроизводить звуки, когда он находится один в своей комнате, но отказывается сделать это по просьбе взрослого. Это не означает, что он не способен научиться говорить, а скорее свидетельствует о том, что у него нет стимула, следовать вашим указаниям или ему неприятно напряжение, которое неизбежно в ситуации, когда приходится формировать эти навыки.

Научные исследования в области анализа поведения показали, что причины, побуждающие ребенка работать над приобретением навыков, могут быть как внешними (подкрепление желательного поведения), так и внутренними (наличие соответствующей мотивации). Умение педагога, терапевта или родителя управлять поведением ребенка путем осознанного и целенаправленного подкрепления желательного поведения и формирования мотивации принято называть *учебным контролем*. Наличие учебного контроля повышает вероятность того, что ваши инструкции побудят ребенка дать правильный ответ; если вы не владеете учебным контролем, скорее всего, охарактеризуете поведение вашего ребенка как «упрямое и неуправляемое».

Для получения учебного контроля вы должны, во-первых, вызывать у ребенка устойчивую ассоциацию с какими-либо приятными вещами и занятиями (которые могут служить подкреплением желательного поведения ребенка) и, во-вторых, наработать такой опыт взаимодействия с ребенком, при котором он будет следовать вашим инструкциям при наличии соответствующего подкрепления.

Если вы хотите, чтобы эффективность процесса обучения была устойчивой, контролировать процесс взаимоотношений всегда должны вы (учитель, обучающий), а не ребенок (ученик, обучаемый). Овладеть техникой учебного контроля — значит в том числе получить согласие ребенка позволить вам принимать решения по поводу того, на каких условиях вы будете с ним общаться. Такое согласие станет возможным, когда благодаря вашим усилиям у ребенка появится мотивация участвовать в занятии, где вам принадлежит ведущая роль. Лучший способ мотивировать ребенка — дать ему понять, что он сможет быстро и легко получить то, что хочет, если будет следовать инструкции, используя речевые и поведенческие навыки.

Достижение этой цели — ваш первый шаг в создании у ребенка мотивации и наиболее важный аспект отношений учитель-ученик и вообще любого терапевтического вмешательства. Лишь при достижении этой цели можно говорить о том, что вы овладели учебным контролем и управление обучением ребенка полностью в ваших руках. Пока этого не произошло, ребенок, игнорируя ваше руководство процессом обучения, приобретает навыки исходя из собственных интересов, и полностью контролирует ситуацию. Если он не сможет преодолеть сконцентрированность на собственных желаниях, и не будет участвовать в учебной деятельности по вашему выбору, у вас не получится оказать ребенку полноценную помощь.

Методы анализа вербального поведения (VB) используются вместе с традиционной программой АВА не случайно. Дело в том, что цель применения методики анализа вербального поведения — увеличить ценность обучения благодаря использованию подкрепления. Чем выше ценность обучения, тем реже ребенок предпринимает попытки избежать выполнения заданий. Важно отметить, что из-за непоследовательности использования учебного контроля даже квалифицированные и опытные консультанты не всегда могут достичь постоянного выполнения детьми инструкций и полного прекращения попыток уклониться от занятий. Работая с наиболее трудными детьми, консультанты часто приходят к выводу: если не придерживаться последовательно принципов VB, в итоге теряется много времени на то, чтобы привлечь и удержать внимание ребенка в процессе обучения. Хотя в подобных ситуациях допускается применять такой метод VB, как процедура *гашения избегающего поведения*, он должен быть использован только в крайнем случае и постепенно применяться все реже и реже.

Я знаю, что если я действительно хочу помочь ребенку, я должен сделать так, чтобы он хотел заниматься со мной и видеть меня в роли учителя. Для того чтобы это произошло, я должен оставить попытки обучать, если ребенок хочет прекратить занятие (то есть избежать выполнения требований). Однако ценность последствий прекращения занятия должна быть значительно ниже, чем ценность подкрепляющих последствий запланированного мной обучения. Мотивация к обучению должна поддерживаться на таком уровне, чтобы в дальнейшем ребенок хотел заниматься по

собственному желанию. Когда это станет возможным, учебный контроль не будет ощущаться ребенком как принуждение. Именно такую мотивацию ребенка к участию в процессе обучения я должен заработать и заслужить.

Результатом моих исследований и опыта работы с детьми с аутизмом стала разработка серии комплексных мер, которые могли бы позволить родителям овладеть учебным контролем без применения процедуры гашения избегающего поведения. Эта система, включающая семь ступеней (этапов, мостов), основана на методах анализа вербального поведения. Эти семь ступеней позволят вам управлять обстановкой, окружающей вашего ребенка, и помогут быстро и легко сформировать учебный контроль. Вне зависимости от того, называете ли вы это учебным контролем, тренировкой уступчивости, отношениями учитель-ученик или взаимным уважением, эти семь ступеней позволят вам сделать окружающую обстановку своим союзником в вашей борьбе с аутизмом.

Когда вы начнете систематически применять знания о семи ступенях, вам не придется активно контролировать ребенка, используя процедуру гашения избегающего поведения.

В результате освоения и применения вами семи ступеней у ребенка появится желание (мотивация) проводить время в вашей компании, следовать вашим инструкциям и разделять ответственность за установление и поддержание отношений между вами. Он начнет активно участвовать в выполнении все более сложных задач, потому что вы заслужили его желание поддерживать процесс общения с вами. И только тогда, когда это произойдет и ребенок по своей инициативе примет решение поддерживать процесс общения, вы сможете начать обучать его тому, чему он вначале не хотел учиться.

Если вы хотите успешно обучать ребенка и строить с ним взаимоотношения, освоение семи ступеней должно быть последовательным. Неудача в освоении даже одной-единственной ступени приведет к общему провалу, и ваш ребенок будет постоянно искать пути, чтобы избежать обучения. Добавлю, что использование семи ступеней в вашей повседневной жизни позволит вам поддерживать позитивное отношение ребенка к обучению. Чем больше родители, учителя и терапевты будут следовать этим

семи ступеням, тем чаще их дети начнут выбирать желательное поведение.

Понимание и применение методов АВА/VB похоже на работу строителя, возводящего уникальное здание. Процесс овладения учебным контролем сродни хорошему и прочному фундаменту будущих взаимоотношений с ребенком. Качество всего, что вы в дальнейшем построите, будет зависеть от прочности этого фундамента. Некоторые родители говорят: «Ребенок не признает моего авторитета». Лучший путь завоевать авторитет в глазах вашего ребенка — это овладеть учебным контролем, семь ступеней которого станут фундаментом процесса эффективного обучения.

## *Семь ступеней формирования учебного контроля*

- *Ступень 1.* ваш ребенок должен знать, что вы полностью контролируете все предметы, которые он хотел бы получить или с которыми он хотел бы поиграть, и только вы решаете, когда и как долго они будут в его распоряжении.

Любая вещь, с которой ваш ребенок любит играть, способна служить для ребенка потенциальным *подкреплением* при проявлении желательного поведения. Ваш контроль над этими предметами имеет очень важное значение на раннем этапе формирования учебного контроля. Это не значит, что ребенок будет полностью лишен этих привлекательных объектов. Наоборот, у него должна быть возможность получить их, если он станет следовать простым инструкциям и вести себя хорошо.

Именно вы создаете обстановку, окружающую вашего ребенка. Вы выбираете, что ему купить, что надеть, на чем спать и что есть. Как родитель, вы ответственны за решение приобрести что-либо, когда он нуждается в этом, и удалить то, в чем у него нет необходимости. Это происходит независимо от того, используете ли вы это обстоятельство при обучении ребенка.

Первая ступень формирования учебного контроля — это принятие решения о том, какие из окружающих предметов ваш ребенок может использовать и что он должен сделать для того, чтобы вы предоставили ему эту возможность или лишили его этой возможности. Чтобы ограничить доступ к подкреплению (вещи или

игрушке), положите привлекательные для ребенка предметы в такое место, откуда они будут ему видны, но в то же время окажутся недоступны для него. Убедитесь, что ребенок знает, где теперь находятся эти предметы. Для маленьких детей можно использовать прозрачный контейнер, для детей постарше подойдет шкафчик или ящик с замочком. Постарайтесь не убирать предмет, когда ребенок с ним играет, даже если это означает, что вам надо дождаться, пока ребенок уснет или покинет комнату.

Контроль над подкреплениями очень важен уже в самом начале работы с ребенком. Как только вы видите, что ребенок теряет интерес к подкреплению, вы должны его сразу убрать. Если вы заметите, что ребенок пытается получить какой-либо предмет, играет с ним, держит в руке или рассматривает что-то, что вы не считали привлекательным для ребенка и к чему не планировали ограничить доступ, *запишите* это и, как только он закончит играть, уберите предмет в недоступное для ребенка место. В этом случае вы сможете использовать этот предмет позже как возможное подкрепление.

Если у вашего ребенка есть любимые занятия, подумайте, как вы могли бы контролировать их. Батуты можно повесить на стену, шторы могут быть задернуты, качели могут быть подвешены и не доступны, когда не используются. Как только вы получили полный контроль над доступом ребенка к излюбленным предметам и занятиям, вы можете начать использовать эти предметы по собственному усмотрению, основывая свое решение на инструкциях следующих ступеней.

- *Ступень 2.* Докажите ребенку, что с вами интересно. Каждый эпизод общения должен приносить новый опыт в жизнь ребенка и быть ему в радость, чтобы в дальнейшем ребенок следовал вашим указаниям по своему желанию и хотел проводить с вами как можно больше времени.

Лучшие программы АВА/ВВ отводят процессу отождествления/ассоциации обучающего с удовольствием от занятий и подкреплением приблизительно 75% времени, предназначенного для общения с ребенком. Этот процесс должен основываться на мотивации ребенка и включать язык невербального общения и повествовательную речь.

Повествовательная речь сообщает ребенку о ваших мыслях и чувствах, не требуя от него никакой реакции. Называйте предметы, с которыми играет ребенок, его действия, свои и его чувства: «Это мяч. Он большой и красный. Мы играем в мяч. Мне нравится играть с тобой!» Вам необходимо учить ребенка повествовательной речи, моделируя ее в процессе вашего общения. Вы должны уметь делиться мыслями, и идеями, используя смешные ситуации, не боясь оказаться глупым и не требуя ничего взамен.

Чтобы сформировать в сознании ребенка связь между вами и подкреплением, следуйте интересам вашего ребенка и дайте ему возможность играть с любым предметом, игрушкой так долго, как только вы можете находиться с ним. Сделайте игровое время ребенка привлекательным для него потому, что вы часть этого времени. Если ребенок хочет слушать музыку, вы должны быть тем, кто даст возможность ее послушать. В процессе прослушивания вы можете держать его на руках, прыгать и танцевать с ним. Если ребенок захочет уйти, начнет играть с другой игрушкой или перестанет слушаться, вы можете выключить музыку. Но как только он вернется в комнату или перестанет капризничать, сразу же снова включите музыку.

Помните, на начальной стадии обучения и установления учебного контроля важно продемонстрировать ребенку, что вы включите музыку, как только он вернется в комнату или прекратит вести себя плохо. Другая прекрасная возможность для отождествления себя с подкреплением — когда ребенок раскачивается на качелях. Вы можете сделать это занятие более интересным, играя с ребенком, пытаясь поймать его или пощекотать во время раскачивания. Попробуйте раскачать его сильнее или закрутить на качелях. Притворитесь, что уклоняетесь от качелей в последнюю секунду. Понаблюдайте, что заставляет его улыбаться, и это поможет вам сделать простое занятие в вашей компании более привлекательным, чем без вас.

Связывайте свое присутствие с наиболее сильными подкреплениями. Записывайте все предметы и занятия, которые интересны ребенку, и подумайте, как сделать их более привлекательными. Постарайтесь, чтобы он получал все больше удовольствия от занятий с вами — такого удовольствия, которое он не мог бы получить, играя в одиночестве. Постарайтесь, чтобы эти занятия ему не надоедали. Это иногда намного труднее, чем

кажется. Если вы не умеете играть с ребенком, вы должны учиться этому. Это просто необходимо, чтобы стать хорошим учителем.

- *Ступень 3.* Покажите ребенку, что вам можно доверять. Всегда говорите то, что думаете, и имейте в виду то, что говорите. Если вы даете ребенку инструкцию сделать что-либо, не давайте ему подкрепления, пока он ее не выполнит. Эта ступень разрешает вам помогать ребенку в достижении успеха, если в этом есть необходимость.

Общаясь с ребенком, вы должны использовать *командный язык* только в течение 25 % от всего времени общения и только когда вы не вовлечены в процесс увлекательных занятий с ребенком. Командный язык — это форма обращения к ребенку, когда вы ожидаете от него какой-то реакции (слова, жеста, действия). Прежде чем что-либо потребовать, вы должны понять, что именно хотите услышать в ответ, чего именно вы ждете от ребенка.

Поощрять следует только приемлемый, с вашей точки зрения, отклик на ваши инструкции. Во время учебного процесса не подкрепляйте ребенка за попытки уклониться от обучения. Когда вы впредь, являете распоряжение или инструкцию (их называют также дискриминативными стимулами), вы должны ожидать от ребенка выполнение этих распоряжений или инструкций. *Дискриминативный (определенный) стимул* - это сигнал означающий, что подкрепление доступно. Когда вы используете подкрепление в образовательных целях, ваши инструкции являются указателями, которые дают сигнал ребенку, что определенный тип поведения приведет к положительному результату, другие же — нет. Вы не должны предоставлять ребенку подкрепление, пока он не ответит на ваш сигнал правильно.

Если вы не поощряете моменты, когда ребенок игнорирует ваши инструкции, рано или поздно он выберет обучение (последует инструкциям), так как вы подкрепляете такой выбор. И чем последовательнее вы будете, тем чаще ребенок станет выбирать, обучение.

Выраженные командным языком требования ребенок должен слышать от вас в течение всего дня в разных ситуациях. Иногда вы можете обучать ребенка в тот момент, когда он хочет посмотреть телевизор — в этом случае вы включите телевизор, только если ребенок выполнит инструкцию, и через некоторое время незаметно выключите, чтобы дать следующую инструкцию. А когда он хочет

прыгать на батуте, вы можете учить его на полу, используя доступ к батуту как подкрепление. Если ребенок хочет есть чипсы, вы можете обучать его чему-либо на кухне, подкрепляя его хорошее поведение любимыми чипсами. Место, где будет проходить обучение, не имеет значения. Собственно, вы должны намеренно стремиться обучать ребенка в любой ситуации и в разное время дня. Самое важное, чтобы он участвовал в процессе обучения по собственному желанию и чтобы у вас было много возможностей обучать его разным навыкам в течение дня.

Вид подкрепления, который вы используете в работе над навыком, должен зависеть от текущей мотивации ребенка — от того, что он хочет получить или чем он хотел бы заняться в данный момент.

Помните, дать подкрепление — это не значит просто дать что-то, что ребенок любит, после того как он выполнит ваше указание. Скорее, это создание обстоятельств, которые повысят вероятность выбора ребенком подобного поведения в будущем. Внимательно контролируя окружающую ребенка обстановку (ступень 1) и создавая приятную игровую атмосферу, вы станете самым сильным постоянным подкреплением (ступень 2) для вашего ребенка. При этом вы будете продолжать использовать другие любимые предметы в качестве подкрепления, открывая доступ к ним только тогда, когда работа хорошо выполнена.

Имейте в виду: предметы и занятия, которые влияют на текущее поведение вашего ребенка, часто будут не теми, которые вы планировали использовать. Подкрепление работает только тогда, когда напрямую влияет на повышение вероятности повторения поведения в будущем. Не заикливайтесь на предлагаемых примерах или еде, чтобы подкреплять поведение своего ребенка в определенных учебных ситуациях.

Выбор подкрепления должен быть сделан на основе наблюдения за тем, что ваш ребенок предпочитает в данный момент. Попробуйте не рассматривать подкрепление как конкретный предмет. Представьте его как свободные потоки привлекательных предметов и позитивного опыта, движущиеся навстречу друг другу между вами и ребенком. Чтобы говорить то, что вы подразумеваете, и подразумевать то, что вы говорите, вы должны очень тщательно подбирать слова. Если вы задаете ребенку вопрос, он должен иметь возможность на него ответить. Помните, вы должны уважать



решение ребенка, даже если это идет вразрез с идеями вашего преподавания. Это означает, что вам надо продумать возможные ответы до того, как вы зададите вопрос. Например, вы спросили ребенка, хотел бы он работать с вами или нет, и получили отрицательный ответ. Ответ ребенка не является неправильным. На самом деле вы дали ему возможность выбора: работать или не работать. Он выбрал не работать. Вы должны понять, что это было ваше решение — поставить вопрос таким образом вместо того, чтобы дать четкую инструкцию, и что именно это и создало проблему. Вы можете избежать излишней запутанности, используя более точные инструкции.

Говорите то, что имеете в виду, и имейте в виду то, что говорите. Если вы хотите, чтобы ребенок сделал точно то, что вы просите, используйте прямые инструкции. Когда вы говорите: «Сядь», «Иди ко мне» или «Сделай так», вы должны всегда дожидаться соответствующей реакции от вашего ребенка. Если у вас в руках мяч, с которым ребенок хочет играть, и вы даете ему конкретную инструкцию «Сядь», вы не должны давать ему мяч, пока он не выполнит инструкцию. Если он не садится, придержите мяч и другие формы подкрепления до тех пор, пока он не выполнит инструкцию. И наоборот, если вы спросите, хочет ли ребенок подойти и присесть, вы должны уважать его решение не подходить, и тогда мяч и другие предметы подкрепления должны оставаться доступными для него.

Помните, что первая ступень требует комплексного ограничения подкреплений. Если у вас в руках мяч, которым хочет поиграть ваш ребенок, и рядом больше нет ничего из того, что ему хотелось бы иметь, он в конце концов самостоятельно решит сесть только ради того, чтобы получить доступ к мячу.

Постарайтесь найти пути, чтобы предложить больше подкреплений, когда ребенок показывает навык без вашей помощи, и меньше, когда вы помогаете ему дать правильный ответ. Например, в ситуации, когда вы попросили ребенка сесть и ему требуется какое-то время на то, чтобы подойти к вам и выполнить инструкцию с вашей помощью, вы можете попросить его выполнить еще что-то быстро до того, как дадите ему мяч. Однако если он немедленно подходит к вам и садится без вашей помощи, вы можете поднять его на руки, пощекотать, поиграть и, конечно же, дать мяч.

Необходимость подсказки или повторения инструкции могут указывать либо на то, что ценность общения с вами недостаточно велика, либо на то, что вы каким-то образом провоцируете его попытку уклониться от выполнения задания. Возможно также, что ребенок никогда и не был заинтересован в таком подкреплении (например, в мяче). Может случиться, что причиной игнорирования ребенком ваших слов стал факт быстрого повторения вами инструкций. Чтобы избежать необходимости чрезмерных подсказок, вам надо постараться определить и закрепить мотивацию ребенка (его желание делать что-либо) до того, как озвучите инструкцию. Если же вы получите отрицательный ответ, придется пересмотреть свои слова и действия. Эту тему мы обсудим в главе 6.

- *Ступень 4.* Покажите ребенку, что только следуя вашим инструкциям, он сумеет получить то, что хочет. Давайте ребенку легкие задания так часто, как только возможно, и поощряйте его стремление участвовать в их выполнении, приобретая позитивный опыт.

Когда вы установите контроль над предметами, или событиями, которые подкрепляют поведение, вы можете начать использовать их в процессе обучения и поддержания приемлемого поведения. Эффективно следовать этому поможет принцип Премака<sup>1</sup>. В нашем случае ЭТОТ принцип означает, что ребенок должен следовать указанию или вести себя хорошо до того, как вы разрешите ему получить то, что он хочет. Принцип Премака еще известен как

«правило бабушки»: «Прежде чем получить десерт, ты должен съесть свой ужин».

Чтобы ребенок научился следовать этому правилу, вы должны каждый раз инструктировать ребенка до того, как дадите ему что-либо, что он очень хочет от вас получить. Ваши распоряжения должны звучать так: «Сначала выброси это в мусор» или «Садись, и я тебе это достану». Чем больше возможностей вы используете для подкрепления поведения ребенка чем-то, что ему нравится, и в случае, когда он выполнил ваши указания или продемонстрировал

---

<sup>1</sup> Согласно принципу Премака, ребенку разрешается делать то, что ему нравится (часто повторяющееся поведение — например, смотреть ТВ), только после того, как он выполнит нелюбимое дело (редко повторяющееся поведение — например, убирать игрушки), как следствие, частота повторения последнего увеличится.

хорошее поведение, тем быстрее он научится понимать, что следовать правилам — это лучший способ получить желаемое.

Не поддавайтесь искушению спрашивать ребенка, что он хочет, до того, как вы объясните ему требования, необходимые для выполнения задания. Даже если вы считаете приемлемым для себя попросить ребенка сделать что-то прежде, чем выполнить его просьбы, старайтесь избегать шаблона «если... то...». Такой прием — быстрый путь к тому, чтобы получить от ребенка то, что вам надо, но впоследствии он может привести к проблемам и ограничениям.

Всегда лучше сделать ребенку сюрприз, давая ему предмет или предлагая занятие, которое, по вашему мнению, он хотел бы получить, уже после того, как предпочтет приемлемое поведение нежелательному. Использование заявления «если... то...» не помогает ребенку сделать правильный выбор. Наоборот, оно провоцирует его начать пререкания с вами. Он может решить участвовать в общении с вами только после того, как оценит, стоит ли награда того, чтобы следовать вашим указаниям. Заявления «если... то...» ослабляют ваш контроль над процессом общения и передают его ребенку.

Меньше всего вы хотели бы, чтобы ваш ребенок начал оценивать, сколько усилий он должен приложить для того, чтобы получить обещанную вами награду. На практике разница может выглядеть неуловимой, однако она чрезвычайно важна. Вы хотите, чтобы ваш ребенок выбирал приемлемые типы поведения потому, что они всегда в его собственных интересах. Это относится ко всем людям и работает в том случае, когда подкрепление проявленного поведения разнообразно и непредсказуемо.

Чтобы быстро пройти первые ступени раннего этапа овладения учебным контролем, предоставьте ребенку в течение дня сотни возможностей выбирать приемлемые типы поведения, основанные на ваших инструкциях, немедленно подкрепляя каждый правильный выбор поведения. Как только вы получите контроль над видами подкрепления поведения вашего ребенка, вам будет легче предоставить ему возможность следовать вашим инструкциям. Поскольку у вас есть контроль над его любимыми предметами и занятиями, ребенок должен прийти к вам, чтобы получить то, что он хочет. И когда он придет, вам останется лишь попросить его вначале что-либо сделать. Это может быть просто просьба

возвратить игрушку, с которой он только что играл, дотронуться до собственного носа, выключить телевизор или повторить просьбу, используя более приемлемые слова.

Начните с простых задач. Будьте осторожны, давая указания, для выполнения которых у вас нет подсказки. Невербальным способом, таким как *моторная имитация* (воспроизведение с помощью жестов), можно сопроводить инструкции, которые требуют вербального ответа. Используйте подсказки с учетом уровня развития навыков вашего ребенка и его желания участвовать в общении с вами. Если ваш ребенок отказывается участвовать или не может говорить, вы не можете помочь ему захотеть сделать это. Вам остается только ждать или уступить.

Напомню, что выполнение инструкций должно быть в радость ребенку. Чтобы добиться этого, инструкции учебного контроля должны заканчиваться игрой и общением: можно пощекотать ребенка, похвалить, «ударить по рукам». Способы подкрепления поведения, включая похвалу, описаны в главе 7.

- *Ступень 5.* Используйте метод подкрепления. На ранних этапах овладения учебным контролем используйте подкрепление каждый раз, как только получаете положительную реакцию на ваши инструкции. Постепенно перейдите к *возрастающему переменному соотношению*

Постоянное подкрепление для усиления поведения важно потому, что ваш ребенок должен понять, что в результате определенного поведения он получит то, что хочет. Поведение людей предсказуемо, когда речь идет о вознаграждении. Другими словами, мы все выбираем те типы поведения, которые в итоге приведут нас к возможности получить желаемое подкрепление. Даже если это всего лишь чувство гордости за наши достижения, такая награда будет лежать в основе того, что мы делаем.

Понимание того, что правильный выбор поведения ведет к хорошему вознаграждению, появится только в том случае, если каждый правильный выбор завершится положительным результатом. Поскольку большинство этих решений основаны на выполнении инструкций, которые вы даете ребенку, он увидит, что следование инструкциям есть необходимое условие получения награды. Связь между четкой инструкцией и правильным выбором типа поведения, ведущим к эффективному вознаграждению, не

останется незамеченной для ребенка, который знает, как получить то, что он хочет.

Ребенок учится понимать, что это в его интересах — слушать ваши распоряжения и правильно, на них реагировать, и поэтому он будет стараться сделать то, что вы хотите от него получить. В конечном счете, он начнет сам приходить к вам за возможностью учиться, потому что он знает — это первый шаг к его любимым вещам.

Осознание важности присутствия других людей — первый шаг к выходу из рамок аутизма. Но такое осознание придет только в том случае, если вы постоянно делаете все для того, чтобы ваш ребенок, следуя вашими указаниям, сумел быстро получить награду. Это означает, что вы должны постараться не оставить ни единого случая более-менее хорошего ответа вашего ребенка без подкрепления. Всегда можно как-то поощрить ребенка: пощекотать, покрутить в воздухе или просто крепко обнять. Подкрепляя желательное поведение всякий раз, вы заявляете, что в подобных ситуациях вы хотите снова видеть именно такое поведение. Как только ваш ребенок поймет это, он также осознает, что отсутствие подкрепления означает, что вы не хотите видеть это поведение впредь.

Если вы овладели учебным контролем, вы можете медленно начать процесс уменьшения количества подкреплений за определенное количество правильных ответов. Соотношение «ответ-подкрепление» — это количество приемлемых ответов ребенка, необходимое для получения им одного подкрепления. Чтобы увеличить соотношение ответ-подкрепление (то есть создать режим более редкого подкрепления), вам надо перейти от подкрепления каждого отдельного ответа (1:1) к подкреплению каждого второго, третьего и даже четвертого ответа (2:1, 3:1, 4:1) в ситуациях, когда ребенок следует инструкции. В конечном счете, вы можете ждать дольше. Когда ребенок проявляет желание принимать участие в учебном процессе, переходите от соотношения один к одному (одно подкрепление на каждый ответ) к переменному соотношению - два к одному или три к одному. Это означает, что в среднем вы будете поощрять два или три положительных ответа ребенка каким-либо материальным предметом. Дальше вы можете перейти к подкреплению в среднем

каждых пяти положительных ответов. И наконец, перейдете к соотношению десять к одному или больше.

Причина, по которой мы используем переменное соотношение подкреплений, в том, что, по данным научных исследований, использование переменного (непредсказуемого) соотношения подкреплений более эффективно для побуждения к постоянным и правильным ответам, чем использование постоянного и предсказуемого графика предоставления подкрепления.

- *Ступень 6.* Покажите, что вы знаете приоритеты вашего ребенка так же хорошо, как и свои собственные.

Определите и запишите каждый предмет или занятие, которые могут быть использованы как подкрепление для вашего ребенка. Затем наблюдайте, что именно он предпочитает в разных ситуациях. Эти предпочтения могут постоянно меняться, так что вам надо постараться подмечать, что ему действительно хотелось бы получить больше всего в то время, когда вы с ним занимаетесь. Составьте список предпочитаемых предметов-подкреплений и поделитесь им со всеми взрослыми, кто так или иначе взаимодействует с вашим ребенком. Выделите в этом списке первичные (еда), вторичные материальные (несъедобные) и вторичные социальные (общение и занятия) подкрепления. Приложите максимум усилий, чтобы найти как можно больше разнообразных подкреплений и заполнить этот список. Ваш ребенок должен иметь возможность работать за широкий спектр подкреплений. Каждый день вы должны пытаться найти и добавить одно или два новых подкрепления.

Лучший путь найти новое подкрепление (предмет или занятие) для ребенка — это выяснить, что в настоящее время работает как подкрепление, и разобраться, какие именно свойства этих подкреплений привлекают вашего ребенка больше всего. Выясняйте, какие новые предметы или занятия со сходными качествами позволят вам пополнить список подкреплений вашего ребенка. Привычки, ритуалы и самостимулирующее поведение — хорошая почва для расширения спектра подкреплений. Например, ребенку, который любит кружиться, может понравиться раскачиваться на качелях, подталкиваемых родителями, вращаться в рабочем кресле, подпрыгивать на большом гимнастическом мяче или сидеть на одеяле, на котором вы протащите его по комнате.

Дети, которые любят открывать и закрывать двери или выстраивать предметы в ряд, могут просто играть игрушками, которые позволяют совершать эти действия. Дети, которые любят уличные фонари, могут играть с фонарями и мигающими игрушками, фонариками и зеркалами.

Не существует единственного правильного способа найти подкрепления для вашего ребенка. Лучший подход — постоянно пробовать новые игрушки, предметы, занятия до тех пор, пока нужные способы подкрепления не будут найдены.

Чередуйте использование определенных поощрений, чтобы предотвратить потерю интереса к любому из них. Очень хорошо, если вы оставите наиболее привлекательные предметы и занятия для использования в работе над более трудными или важными навыками, такими как развитие речи или приучение к туалету. Постарайтесь использовать социальные подкрепления вместе с материальными. Понимание как управлять тем, что хочет ваш ребенок,— одна из важнейших составляющих для развития способностей ребенка в принятии самостоятельных решений.

*Дифференциальное подкрепление* - это процесс использования разного количества подкреплений для различных типов и уровней проявления поведения.

Зная, что ваш ребенок предпочитает, вы будете в состоянии решать, что именно дать ему за удовлетворительный ответ, какое из подкреплений использовать как награду за хороший ответ и какой тип подкрепления он заслуживает за замечательный ответ. Использование разнообразных подкреплений для разных типов ответа вашего ребенка поможет вам сформировать тот тип ответа, который вы хотите получить от него в будущем.

Вы не должны забывать и о своих приоритетах. Чему вы хотите научить вашего ребенка? Обычно при работе с ребенком в голове приходится удерживать сразу несколько целей. И тогда, возможно, разовое проявление поведения или выбора поведения окажется подходящим в одном случае, но неприемлемым в другом. Вам придется определиться с приоритетами. Если ваша цель — играть вместе с вашим ребенком, вы можете ответить на его поведение иначе, чем если вы планируете поработать над приобретением какого-то навыка. Поэтому важно знать, какую цель вы преследуете в данный момент времени и правильно сделать выбор подкрепления, основанный на этих приоритетах.

Овладение учебным контролем при работе с вашим ребенком — задача очень важная. Это то, что поможет вам переключить его внимание с внутреннего мира на окружающий мир.

Эта глава познакомила вас с шестью из семи важных ступеней, необходимых для установления и поддержания учебного контроля (без использования процедуры гашения нежелательного поведения). Эти шесть ступеней позволят вам начать формирование желания ребенка выбирать приемлемое для вас поведение. Следующая глава рассматривает седьмую ступень учебного контроля — уменьшение проявления проблемного поведения.

## *Глава 6.*

### *Как сократить проявления проблемного поведения*

В главе 5 были изложены первые шесть ступеней овладения учебным контролем. Эти ступени в совокупности образуют серию принципов, которые подробно объясняют, как взаимодействовать с вашим ребенком, чтобы он начал делать успехи в обучении. Однако для многих родителей желание ребенка сотрудничать и его позитивное отношение к процессу, обучения — это только полдела. Есть еще кое-что, о чем важно знать. Седьмая и последняя ступень в приобретении учебного контроля объясняет, как лучше реагировать, когда ваш ребенок решает уклониться от сотрудничества с вами.

Пустые угрозы быстро становятся бессмысленными. Ваши слова имеют смысл только при условии, если они подтверждаются действиями, которые соответствуют предполагаемому значению слов. Слово «нет» на ребенка не действует, если ребенок все равно может делать, что ему хочется, так или иначе получая удовольствие. Присущая каждому ребенку способность принимать участие в занятиях (играх) и следовать инструкциям в конечном счете проявится лишь в 1 случае, если инструкции будут обладать значимыми для него последствиями. Разница в последствиях должна быть настолько заметной, чтобы ребенок понял: делать выбор, предложенный вами, в его интересах, а выбор неприемлемого



поведения не доставит никакого удовольствия. Как только ребенок это поймет, он начнет чаще делать выбор в пользу положительных решений, тогда как частота выбора нежелательного поведения будет уменьшаться.

Получение внимания, уклонение, самостимуляция - все это результаты поведения, которые ребенок воспринимает как подкрепляющие. Если для того, чтобы добиться этих результатов, ребенку надо будет нарушить правила или проигнорировать инструкцию, он непременно это сделает. Взрослые, как правило, становятся более требовательными, когда ребенок игнорирует их просьбы. В результате, чем более требовательным становится взрослый, тем более решительно ребенок отказывается повиноваться. Круг замкнулся. Чтобы разорвать этот круг, вам необходимо сделать две вещи. Во-первых, давать ребенку такие инструкции, которым он захочет следовать. Для этого необходимо комплексно использовать учебный контроль с первой по шестую ступени (см. главу 5). Во-вторых, следует убедиться, что ребенок не получает никакой выгоды от игнорирования или отказа от выполнения ваших правил или инструкций. Как этого добиться, объясняет седьмая ступень системы учебного контроля.

- *Ступень 7.* Покажите ребенку, что игнорирование вашей инструкции или выбор неприемлемого поведения не приведет к получению подкрепления.

Вы можете стать главным источником подкрепления, если ребенок отождествляет вас с любимыми предметами и занятиями в течение 75% от всего времени взаимодействия с ним. Полное ограничение вами доступа к подкреплениям, с одной стороны, и отождествление себя с подкреплением — с другой, позволит вам удерживать работоспособность вашего ребенка на высоком уровне в течение 25 % времени, которое вы отводите учебному процессу. Не давайте вашему ребенку подкрепление, когда он намеренно решает не следовать прямому указанию или сознательно ведет себя нежелательным образом.

Нежелательное (неприемлемое) поведение — это поведение, повторение которого вы не хотели бы видеть снова при аналогичных обстоятельствах. Такие типы поведения, как визг, выхватывание игрушек, попытка тянуть родителей за руки, пинки, демонстрация разочарования, в том числе нанесение себе ударов, отталкивание других и игнорирование просьб родителей - все это

примеры неприемлемого поведения. Вы должны различать, когда ваш ребенок ведет себя нежелательным образом, и сознательно делать так, чтобы это поведение не получало положительного подкрепления. Для этого достаточно просто не подкреплять такое поведение.

Любой тип поведения вашего ребенка, которое он использует в настоящее время, был каким-то образом подкреплен в прошлом. Если это не так, то у ребенка нет никаких причин для его использования и в этот раз.

В свое время наша команда очень много работала с мальчиком по имени Энтони, чтобы установить учебный контроль над его поведением. Всякий раз, когда Энтони был недоволен, он начинал кричать «Ой, ой, ой!». Так как словарный запас Энтони был небольшим, его родители спрашивали: «Когда он говорит „Ой!“, испытывает ли он эмоциональную боль?» Выдвигались теории о том, что он испугался, запутан, имеет сенсорные проблемы, чувство внутреннего дискомфорта, а также что он просто не знает, что именно означает «Ой!». Все эти теории были возможными причинами такого поведения, однако изучение причин и последствий показало, что Энтони использовал такой тип поведения как способ привлечь внимание других людей или уклониться от ситуаций, в которых он не хотел бы участвовать.

Энтони, вероятно, слышал, что другие говорили «Ой!», когда получали травмы. Кроме того, он обнаружил, что когда он, ударившись, говорит «Ой!», все немедленно оставляют свои дела и спешат прийти к нему на помощь. Он не только получал внимание, но также имел прекрасную возможность уклониться от требований. С течением времени Энтони начал говорить «Ой!», когда был недоволен своим положением и хотел это изменить. Чем больше это поведение подкреплялось (то есть он получал то, что хотел), тем больше он использовал его. В конце концов он кричал «Ой!» даже тогда, когда ему был нужен карандаш другого цвета, а не тот, который ему дали.

Лучшим способом повлиять на ненадлежащее использование мальчиком междометия «ой» было прекращение его дальнейшего подкрепления. Наша команда решила эту проблему путем применения последствия, называемого «гашение». *Гашение* - это прекращение подкрепления поведения, которое в прошлом подкреплялось. Всякий раз, когда вы имеете дело с поведением,

имеющим длительную историю подкреплений, вы можете использовать технику гашения, не подкрепляя нежелательное поведение впредь. При использовании этого метода любое поведение сократится в течение какого-то времени.

Энтони получал подкрепление, когда произносил «Ой!», потому что за этим часто следовало внимание, возможность уклониться от требований и получение возможности усилить контроль над окружающей обстановкой. Для гашения такого поведения мы должны были удалить подкрепления, которые ранее за ним следовали. Не позволяя Энтони получить подкрепление, когда он произносил «Ой!» (за исключением тех случаев, когда Энтони было действительно больно), мы уменьшили для него ценность этого звукосочетания. Без подкрепления «Ой!» стало исчезать. За очень короткое время Энтони отказался от ненадлежащего использования «Ой!», которое препятствовало его дальнейшему обучению. По сути, мы поддержали использование им звука «Ой!», когда это было уместно, но пресекли попытки его использования в неподходящее время. Этот пример использования гашения можно применять в неограниченном числе случаев менее желательного или проблемного поведения.

В зависимости от ребенка и ситуации гашение может выглядеть по-разному. Существуют два основных метода гашения.

*Первый метод гашения* применяется, когда ваш ребенок хочет получить что-то от вас. Например, вы говорите по телефону, и ваш ребенок требует вашего внимания. Если ребенок получал ваше внимание в прошлом с помощью плача, он, скорее всего, будет плакать каждый раз, когда захочет, чтобы вы положили трубку. Использование техники гашения поможет уменьшить проявления этого поведения. Откажитесь повесить трубку, когда ребенок плачет. Но поступайте иначе, когда ваш ребенок перестает плакать, даже на короткое время. Кто-то может подсказать ему, как получить то, что он хочет, более подходящим способом: может быть, позвать вас по имени, или коснуться вашего плеча, или просто помочь ему найти интересное занятие, пока вы говорите по телефону.

Как только ваш ребенок продемонстрирует один из этих конкурирующих типов поведения, можно быстро повесить трубку и оказать ему внимание, подкрепив новое, более приемлемое поведение. Ситуацию, когда вы говорите по телефону, можно

создавать много раз в течение дня. Это позволит добиться желаемого результата быстрее, даже если вам придется притворяться, что вы отвечаете на звонок.

Часто ребенок ведет себя неприемлемо даже тогда, когда полностью владеет вашим вниманием. Например, ваш ребенок хочет от вас чего-то, что он не может получить либо потому, что так решили родители, либо потому, что он отказался от выполнения ваших инструкций. Поведение ребенка выражается в его нежелании попросить вас надлежащим образом о чем-либо или подождать, когда вы предоставите ему предмет по вашему усмотрению. Если в ситуации, когда ребенок завладел вашим вниманием, он ведет себя хуже, чем вы ожидаете, вы должны применить технику гашения. Способ применения гашения в этом случае — немедленно четко продемонстрировать, что выбор ребенка является неприемлемым для вас. К примеру, вы можете оборвать себя на полуслове и отвернуться от ребенка. Если ребенок теряет внимание своих родителей в то время, когда он хочет что-то от них получить, это воспринимается им как то, что он встал на неверный путь.

Вот как выглядела процедура гашения с 16-летним мальчиком по имени Макс, который мог использовать отдельные слова, чтобы попросить вещи, но предпочитал обходиться без слов. Вместо этого он указывал на предмет или тянул маму к желаемому объекту, то есть он хотел получить и объект, и помощь мамы. Нашей целью было научить Макса пользоваться словами для того, чтобы попросить то, что он хотел.

При разработке учебного контроля мы показали Максиму, что он всегда может получить то, что хочет, если выполнит наши инструкции. Кроме того, мы также должны были уменьшить ценность попыток тянуть маму к интересующим его предметам. Использование седьмой ступени учебного контроля в данном случае означало не давать Максиму то, что он хочет, когда он пытается притянуть маму за руку. Каждый раз, когда он пытался взять маму за руку, она должна была сложить руки так, чтобы он не мог их схватить. Ей же было поручено произнести название предмета, который Макс хотел получить, и ждать, чтобы он его повторил. При попытке сына потянуть ее за руку, а не повторять название предмета, мама должна была отвернуться от него. Как только он прекращал попытки тащить ее за руку, мама должна была повернуться к нему и повторить название предмета.

Эта процедура повторялась так часто, как было необходимо. Когда Макс повторял название предмета надлежащим образом или хотя бы произносил слово, близкое по звучанию, мама должна была взять его за руку и идти с ним, чтобы дать ему то, что он просил. Если она не знала, что он хотел, она должна была попросить его повторить: «Пойдем...» Как только он повторял, мама шла с Максом, пока он не показывал ей, что хотел получить. Потом, когда она могла убедиться, что он был мотивирован, она произносила название этого предмета, ожидая его повторения. Как только Макс понял, что использование слов будет поощрено (подкреплено), а попытки хватания за руку нет, он начал использовать слова и больше не пытался тянуть маму за руку.

Эта процедура работает также и для «неговорящих» детей. Однако вместо просьбы повторить слова «иди сюда» мы просили таких детей сделать соответствующий жест для выражения «иди сюда», а затем жест, означающий предмет, который их интересовал.

Техника гашения нежелательного поведения относительно легка, когда ваш ребенок использует неприемлемое поведение, желая получить что-либо.

Вы контролируете то, что ваш ребенок хочет заполучить, и именно вы принимаете решение, когда удовлетворить желание ребенка. Напоминание себе о том, в чьих руках находится контроль за ситуацией, должно помочь вам оставаться спокойным и реагировать надлежащим образом на любые проявления поведения ребенка.

Один из простейших методов, который вы можете использовать, когда ребенок что-то хочет от вас и игнорирует инструкции или пытается использовать нежелательное поведение, чтобы получить это,— отвернуться от него. Прежде чем что-либо получить, он постарается привлечь ваше внимание и заручиться вашим добровольным участием. Отвернувшись от него, вы определенно заявляете, что его поведение привело к потере вашего внимания. Как только он стал вести себя должным образом, вы можете повернуться к нему и еще раз произнести инструкцию. Вы должны быть готовы повторять эту процедуру до тех пор, пока ребенок не перестанет выбирать неприемлемый, с вашей точки зрения, тип поведения.

Овладев в достаточной степени учебным контролем, вы можете начать оценивать, насколько приемлемым является поведение ребенка после того, как вы произнесли инструкцию. Был ли его ответ достаточно громким? Был ли довольно ясным? Пытался ли ребенок попросить без нытья? Смотрел ли вам в глаза? Не стоит задаваться этими вопросами на начальных стадиях освоения учебного контроля, так как пока еще вы только учитесь и набираетесь опыта. Однако по мере овладения учебным контролем вы можете начать сосредотачиваться на других важных моментах, таких как объем ответа, ясность, наличие глазного контакта. Подобные задачи соотносятся с шестой ступенью учебного контроля, то есть будут зависеть от ваших текущих приоритетов в обучении. Например, вам придется выбрать, что в настоящее время является для вас большим приоритетом: сотрудничество без принуждения или качество ответа ребенка.

Даже если ваш ребенок следует указаниям, вы все равно должны иметь возможность подкреплять поведение в том порядке, который вы считаете правильным. Если после следования указаниям ребенок захочет схватить подкрепление прежде, чем вы сможете его предоставить, остановитесь и попросите его продемонстрировать конкурирующее поведение. *Конкурирующим поведением* - называется любое поведение, которое не может происходить одновременно с рассматриваемым (в данном случае нежелательным) поведением. Например, вы можете попросить ребенка подождать или положить руки на колени (вместо того, чтобы схватить подкрепление). И вот тогда вы можете предоставить подкрепление, так как именно вы этого хотите.

Иногда ребенок захочет получить от вас что-то, что, по вашему мнению, он иметь не должен. Если он не принимает ответ «нет» и продолжает просить, жалуется или ведет себя нежелательным образом, вы должны рассмотреть эту ситуацию как требующую процедуры гашения. Жалобы или неприемлемые попытки убедить вас изменить свое решение вы можете прекратить аналогично тому, как это было описано выше. Основным отличием будет являться то, что после того, как вы отвернулись от вашего ребенка, вы должны подождать, пока он прекратит свои попытки изменить ваше решение. Как только он замолчит, вы можете подойти к нему с предложением поиграть с другим предметом или заняться чем-

нибудь другим. Если он начинает просить нежелательный объект снова или вести себя неприемлемо, вы должны немедленно отвернуться или уйти. Повторяйте эту процедуру до тех пор, пока ребенок не примет ваш ответ. Как только он это сделает, подкрепите позитивное решение ребенка чем-то важным для него. В самом начале использования этой процедуры вы можете ожидать от ребенка лишь несколько секунд молчания, прежде чем попытаетесь вовлечь его в другую деятельность. Однако по мере того, как понимание ребенком данной процедуры будет все больше, время его спокойного поведения, прежде чем вы снова обратите на него внимание, должно увеличиться.

*Второй метод гашения* используется тогда, когда вам нужно, чтобы ребенок что-то сделал по вашей просьбе, но он отказывается или пытается уклониться от выполнения вашего требования. Например, вы хотите, чтобы ваш ребенок оделся как положено, прежде чем отправится в школу, а он отказывается надеть обувь. Следовать седьмой ступени в этой ситуации сложнее, потому что вы не можете контролировать данное желание вашего ребенка, то есть использовать это желание как мотивацию или подкрепление. В этом случае вам остается то, что мы называем *процедурой гашения избегающего поведения*. Это процесс, при котором ребенок не может уклониться от учебной задачи или ситуации и вынужден подчиниться требованиям.

При использовании процедуры гашения избегающего поведения вы не можете отвернуться или уйти от вашего ребенка после предъявления требования и получения неприемлемого ответа. Вам необходимо сделать прямо противоположное. Если вы что-либо потребовали от вашего ребенка и он не выполнил это требование, вам нужно продолжать повторять это требование до тех пор, пока он не выполнит его.

Процедура гашения избегающего поведения включает в себя повторение вашей инструкции при одновременном блокировании попытки ребенка уклониться от выполнения требования. Это чрезвычайно трудно сделать, не заставляя ребенка подчиниться физически. Кроме того, это может привести к разрушению тех дружеских отношений, над которыми вы столь тщательно работали. Кроме того, использование процедуры гашения избегающего поведения не позволит вашему ребенку уклониться и таким образом лишит его возможности сделать сознательный

выбор, чтобы остановиться. Однако важно отметить: если вы проявите слабость и ваши инструкции окажутся невыполненными в подобной ситуации, вы, по сути, подкрепите нежелательное поведение ребенка и, как следствие, он не будет следовать вашим указаниям в будущем. Поэтому старайтесь избегать появления ситуаций, в которых потребуется применить процедуру гашения избегающего поведения.

Использование всех семи ступеней учебного контроля, как правило, приводит к тому, что техника гашения попыток уклонения оказывается ненужной. Однако если когда-либо вы решите ее использовать, постарайтесь довести процедуру до конца, то есть до выполнения ребенком вашего требования. Лучший способ убедиться, что ваш ребенок выполняет ваши указания надлежащим образом, — это своевременно помочь ему прийти к правильному ответу.

Если вам нужно использовать процедуру гашения избегающего поведения, необходимо сначала проанализировать, почему ребенок не следует вашим инструкциям. Была ли ваша инструкция достаточно ясной? Достаточно ли вы подкрепляли этот вид деятельности в прошлом? Пытались ли раньше исправить подобную ситуацию при сильной мотивации и слабом подкреплении? Мог ли ребенок выполнить вашу инструкцию? Может быть, вы не используете, надлежащим образом дифференциальное подкрепление?

Использование дифференциальных подкреплений в данном случае означает, что вы можете начать подкреплять ребенка по-разному в зависимости от того, как выполнена задача. Дайте ему менее существенное подкрепление, если вы помогаете ему выполнить задание, более существенное, если он выполняет задание самостоятельно, и самое лучшее подкрепление, если он делает это быстро и без подсказок. Это самое лучшее подкрепление станет стимулом для вашего ребенка выполнить подобное задание в будущем наилучшим образом. Именно повторение ситуаций, которых лучший ответ будет связан в сознании ребенка с лучшим подкреплением, и станет мотивировать его продолжать выбирать приемлемый тип поведения за пределами учебной комнаты.

В большинстве случаев вы сможете избежать трудных и нежелательных ситуаций, если поймете, как контролировать процесс взаимодействия с ребенком, и выделите себе достаточно



времени, чтобы продумать свои действия. Вам следует знать, что как только в общении появляется командный язык, гармония нарушается, тогда как взаимодействия с использованием повествовательного языка всегда более-менее гармоничны. До тех пор, пока выражение требования не воспринимается как угрожающее, ни одна из сторон не ожидает подвоха в процессе общения. Именно такое взаимодействие способствует развитию социальных навыков.

В программе АВА, мы настоятельно рекомендуем, чтобы общение между вами и вашим ребенком на 75 % состояло из повествовательных предложений и таким образом способствовало развитию социальных навыков ребенка. Другими словами, в каждой минуте времени, проведенной с вашим ребенком, только 15 секунд должны включать выражения требования и инструкций, а остальные 45 секунд следует отвести общению и использованию подкреплений.

Каждый раз, когда кто-либо императивным тоном адресует другому человеку какое-либо требование, он добровольно передает этому человеку контроль над ситуацией. Человек, которому адресована просьба, получает контроль над ситуацией, потому что может выбрать, хочет он отвечать или нет.

Причина, по которой процесс гашения оказывается настолько действенным, заключается в желании ребенка получить что-то от вас. Он привык, что его поощряют за определенное поведение, а теперь вы блокируете желаемый предмет, пока он не выберет другой тип поведения. Когда ребенок хочет чего-либо от вас — ситуацию контролируете вы. Вы решаете, когда, как долго и в какой степени он может иметь то, что хочет. И наоборот, попытка заставить ребенка делать что-то, когда вы не имеете контроля над его мотивацией, дает ему преимущество. Это означает, что теперь он решает, когда, как долго и в какой степени вы можете иметь то, что просите.

Без глубокого понимания АВА/ВБ большинство родителей, учителей и терапевтов часто дают детям такие инструкции, которые не могут обеспечить послушание, потому что у взрослых нет контроля над мотивацией ребенка. Это позволяет ребенку иметь постоянный контроль над ситуацией при взаимодействии со взрослыми. Независимо от того, чего вы ожидаете от ребенка, ваше лучшее решение при использовании учебного контроля — это

ждать, когда он попросит что-либо у вас до того, как вы попросите его о чем-либо. Если он отказывается выполнить вашу просьбу, значит, вы имеете дело с ситуацией гашения, которую вы можете контролировать.

Вот хороший пример того, как почти бесконтрольную ситуацию преобразовать в благоприятную учебную. Например, если вы хотите, чтобы ребенок надел ботинки, вы можете попросить его слушаться, а затем имеет смысл подождать и подумать, достаточно ли вы сделали для того, чтобы он выполнил вашу просьбу в надежде получить подкрепление. Если он не отвечает на вашу просьбу, вам придется использовать технику гашения избегающего поведения, повторяя свои просьбы или применяя физическую силу в случае, если он не согласится слушаться. Есть и другой вариант - уступить. Конечно, это не самый лучший выход. Повторю, лучший выход в этой ситуации - подождать, пока ребенок попросит что-то, с чем он действительно хочет играть, или пока он выразит желание перекусить.

Благодаря вашему полному контролю над поощрениями ребенок будет обращаться к вам с просьбами регулярно, и как только он продемонстрирует мотивацию к чему-то, что находится под вашим контролем, в вашей власти будет использовать эту мотивацию, чтобы заставить ребенка следовать вашей инструкции. В ситуации, когда ребенок уже играет с поощрением, вы можете временно прекратить доступ к нему и попросить, например, надеть обувь. Если ребенок слушается и выполняет просьбу, вы можете поощрить его игрушкой, печеньем или любым другим материальным подкреплением из вашего списка либо придумать что-то новое. Добавив социальное подкрепление — похвалу («молодец», «спасибо», «отличная работа»), вы побудите ребенка отождествить ее с материальным подкреплением и усилите положительное подкрепление желательного поведения. Включите в ваш список как можно больше социальных подкреплений и используйте их в будущем. Даже в том случае, если ребенок не отвечает на вашу просьбу, вы имеете преимущество, потому что дадите ему понять: он не получит подкрепление, в котором заинтересован, пока не выберет лучший тип поведения. Процедура гашения избегающего поведения необходима для уменьшения количества случаев неприемлемого поведения, однако важно отметить, что существуют проблемы, которые сопутствуют этому процессу. Процедура

гашения избегающего поведения — это процесс «неразрешения» ребенку избежать учебного занятия или выполнения требования. Приведу пример. Мама не остановила Барри, когда он попытался уклониться от ее требований. Она разрешила ему уйти, но сделала так, что его выбор не принес ему удовлетворения. Другими словами, избегайте давать ребенку подкрепление в форме внимания или манипулирования вами, когда он использует поведение, ведущее к уклонению от учебного занятия.

Не стоит физически останавливать ребенка, если он уходит или отказывается выполнять ваши требования. Вместо этого сделайте вид, что его уход не производит на вас особого впечатления. Этого можно добиться, сказав, например: «Я вижу мы закончили играть», или «Ну, пока», или «Ну ладно, я вижу, ты не хочешь смотреть видео». Бессловесная реакция тоже может быть эффективной. Соберите ваш учебный материал и подкрепления и идите в другую комнату. Не смотрите на ребенка или отвернитесь от него. Продолжайте манипулировать с предметами сами или вместе с другими детьми. Смотрите, чтобы ребенок не имел доступа к подкреплениям, пока он не вернется, чтобы закончить работу, которую оставил. Это побудит ребенка принять сознательное решение следовать вашим инструкциям, вернуться к учебному процессу и участвовать в нем.

Отпустить ребенка и ждать, когда он сам придет, намного эффективнее, чем пытаться заставить его продолжать занятие с вами против его воли. Каждое действие имеет противодействие. Насильно принудив ребенка к выполнению работы, вы только увеличите его сопротивление и усилите мотивацию избежать работы. Если вы хотите, чтобы ваше обучение было максимально продуктивным, ваш ребенок должен решить сам, что это в его интересах — учиться с вами. Не настаивайте на этом решении. Наоборот, организуйте среду ребенка, используя семь ступеней учебного контроля, чтобы обучение с вами стало для ребенка наиболее предпочтительным времяпрепровождением. Затем дайте ему возможность осознать это. Не используйте технику гашения без крайней необходимости: дети, которые решают вернуться к учебному процессу, скорее всего, уже не уйдут и, вероятно, проявят больше усердия.

Хотя техника гашения нежелательного поведения требует значительно меньше времени, чем техники предыдущих шести

ступеней, использовать ее следует как можно реже. И уж точно недопустимы любые разговоры о применении силы, когда речь идет о детях. Нет никакого смысла в том, чтобы удерживать позицию власти при взаимодействии с ребенком. Дети с аутизмом очень умны и в целом интуитивно понимают принципы поведения. В этой книге уже говорилось о разных способах использования АВА с целью изменить поведение ребенка в обыденной жизни. Главное, помнить: передавая контроль над ситуацией ребенку, вы позволяете его проблемному поведению закрепляться, и это будет продолжаться до тех пор, пока, наконец, вы не сможете более заботиться о нем или помогать ему стать счастливым и независимым молодым человеком.

Стратегия использования гашения зачастую трудна в практическом применении, и тем не менее это одна из наиболее полезных стратегий, способных помочь ребенку уменьшить использование неприемлемого поведения и согласиться с принципами учебного контроля. Первые шесть ступеней призваны помочь увеличить частоту и качество проявлений позитивных типов поведения. Системное применение всех семи ступеней значительно облегчит вашу жизнь и жизнь вашего ребенка. Так, если ребенок следует инструкциям и участвует в общении с вами, вы, в свою очередь, играете с ним и даете ему все его любимые игрушки - это та часть учебного контроля, которая позволяет провести вместе с ребенком как можно больше времени, наполненного радостью и смехом. Наоборот, эффект от использования техники гашения не бывает быстрым. Результаты появятся лишь спустя какое-то время. Напомню, седьмая ступень формирования учебного контроля должна использоваться тогда, когда ваш ребенок выбирает типы поведения, которые вы не хотели бы видеть впредь.

Типы нежелательного поведения, которые сопровождаются подкреплением, будут проявляться все чаще. Это связано с тем, что нечто в окружении ребенка постоянно подкрепляет аспекты его проблемного поведения. Техника гашения меняет направление этого процесса в обратную сторону, удаляя доступ к подкреплению. Если техника гашения используется последовательно, то благодаря блокированию доступа к подкреплению проблемное поведение становится неактуальным, и таким образом вам удастся обойтись без использования процедуры наказания. Но скорее всего, взамен

проблемного поведения вы получите взрывную реакцию, или истерику.

*Взрывная реакция* - это период времени от момента, когда искореняемое поведение становится более интенсивным, до момента, когда оно сходит на нет. Реакция взрыва, или взрывная реакция, обладает значительно большей силой, чем то поведение, которое вы хотите изменить. Периоды взрывных реакций часто длинны и трудны для преодоления. Как бы то ни было, ребенок нуждается в вашей помощи, чтобы преодолеть этот трудный этап.

Каждая взрывная реакция требует внимания и детальной проработки, и это единственный способ, с помощью которого вы можете получить полный контроль над ситуацией и продолжить развитие налаженных отношений с ребенком. Как только вы попросите ребенка сделать что-то, что он делать не хочет (то есть откажется сотрудничать), начинайте использовать процедуру гашения этого поведения и постарайтесь переждать истерику ребенка независимо от того, насколько она сильна. Если ребенок подвергает себя опасности во время истерики, вы должны защитить его. Если он угрожает вам, вы можете выйти из комнаты. Однако если вы решили использовать метод гашения, вы ни в коем случае не должны давать ребенку право выбора тактики поведения. Если вы дадите ребенку то, что он хочет, вы покажете ему, что он может использовать это поведение всегда, когда не желает делать то, о чем вы его просите.

Наша команда по терапии АВА имеет большой опыт работы с детьми с аутизмом, которые испытывают проблемы с поведением. Не так давно наш новый консультант обратилась ко мне за советом по телефону. Она третий час работала с маленьким мальчиком, который был решительно настроен, переждать ее желание не дать ему подкрепление. Я попросил ее описать ситуацию и процедуры, которые были использованы. Выяснив, что процесс был проведен правильно, я посоветовал ей сфокусироваться на подкреплении родителей. Это был их первый опыт, и потому было очень важно, чтобы они прошли через взрывную реакцию ребенка и увидели положительный результат в конце. Я знал, что если они не захотят переждать истерику и все-таки дадут подкрепление ребенку спустя три часа, они подведут самих себя и впредь будут получать три часа истерик каждый раз, когда они откажутся соглашаться с требованиями своего ребенка.

Я попросил наших консультантов напомнить семье, что техника гашения — это не эксперимент, а способ уменьшить проблемное поведение, который имеет научное обоснование и широко применяется.

Мой опыт работы убедил меня в том, что если я последователен в применении техники гашения, я в итоге получу положительный результат. Получив заряд энергии благодаря моей непоколебимой уверенности, наши консультанты и родители вернулись к седьмой ступени учебного контроля. В итоге процедура от начала и до конца заняла 5 часов 15 минут (новый рекорд для нашей команды по терапии АВА). Когда это было сделано, ребенок осознал, что мать, отец и консультанты не собираются сдаваться просто так. У него не осталось другого выбора, как перебороть свои желания и изменить тактику поведения. Он был ошеломлен, когда вся команда осыпала его поздравлениями, играми и сладостями. Мальчик вернулся к позитивному течению жизни, и сейчас ему требуется не более часа, чтобы выбрать желательный тип поведения.

При использовании техники гашения важно следить за тем, чтобы ненароком не поощрить неприемлемое поведение. В процессе использования гашения многие родители говорят «нет» или делают попытки объяснить ребенку, почему он не должен делать то или это. Однако слова — это не действия, и они не всегда имеют для ребенка то же значение, что и для взрослых. Вы можете сказать «нет» ребенку, но в то же время, обращаясь к нему, вы оказываете ему внимание, которое он как раз и хочет получить! Если вы используете слово «нет» или любое другое слово во время взрывной реакции, вы рискуете значительно увеличить количество проявлений подобного поведения в будущем — поведения, которое вы пытаетесь прекратить.

Помните, что взрывные реакции могут спровоцировать новые типы поведения, которые ребенок раньше не использовал: он может бросаться на пол или угрожать или что-нибудь сломать. Не говорящий ребенок может ударить или покусать себя. Говорящий может сказать, что ненавидит вас или что вы злой или безумный. Это новое поведение отражает всего лишь более высокий уровень требований, который он использует, чтобы получить то, что хочет. И если вы никаким образом не покажете, что это новое поведение

может увенчаться успехом, у вашего ребенка не будет причин использовать его снова.

Независимо от того, насколько интенсивны первые проявления взрывного поведения, принцип техники гашения гласит: если вы сможете их перетерпеть, проблемное поведение пойдет на убыль. Еще важнее то, что если техника гашения используется постоянно и последовательно, нежелательное поведение исчезнет из репертуара вашего ребенка навсегда.

Взрывная реакция станет менее длительной и интенсивной, когда ваш ребенок поймет, что в результате проявления неприемлемого поведения он не получает никакой выгоды. Именно поэтому АВА/ВВ предлагает технику гашения. Преодолеть трудные этапы за короткое время, используя гашение, значительно лучше, чем использовать технику наказания, которая включает в себя намеренное использование последствий, которые, как вы полагаете, должны привести к уменьшению поведения в будущем. Часто эти последствия неприятны и приводят к возникновению враждебности по отношению к человеку, их применяющему. Техника гашения лучше потому, что не содержит негативного оттенка и проявляется лишь отказом дать ребенку незаслуженную награду.

Почувствуйте эту разницу, чтобы суметь построить ваши отношения с ребенком без разрушения его доверия или желания быть с вами. Использование техники гашения для уменьшения интенсивности проявления проблемного поведения может быть сильным инструментом, однако если она используется непоследовательно, это может привести к разрушающим итогам. Применяемая правильно, техника гашения позволит получить положительные результаты всего за несколько дней или недель и заметно уменьшить количество проявлений проблемного поведения. Однако если вы недостаточно подготовлены к тому, чтобы переждать все проявления взрывной реакции, вы только увеличите ее частоту и мощность.

Техника гашения — сильное оружие для уменьшения неприемлемого поведения, но помогает только тогда, когда вы владеете учебным контролем и используете последовательно все семь ступеней. Технику гашения практически невозможно применять без ограничения доступа к подкреплениям (без ограничения подкреплений), а ее использование без доверительных

отношений между вами и ребенком очень утомительно. Если же эту технику применяют родители, которые не имеют в виду того, что говорят, и говорят то, что не имеют в виду, она становится непоследовательной. Если родители не знают, что может служить подкреплением для их ребенка, они не смогут предложить альтернативу взрывной реакции. Гашение без использования всех ступеней учебного контроля почти всегда оказывается бесполезным.

Многие дети с аутизмом любят смотреть видео, если это верно и для вашего ребенка, обучать его, используя в качестве подкрепления видео, один из лучших способов начать овладевать учебным контролем.

*1. Начните с одной из самых любимых видеопрограмм. Убедитесь, что у вас есть пульт дистанционного управления и вы можете решать, когда и почему видео включено или остановлено (ступень 1).*

*2. Включите видео и покачивайте ребенка на коленях или массируйте его спину во время просмотра, чтобы факт просмотра вместе с вами доставлял ему больше удовольствия, чем в одиночестве, без вас (ступень 2).*

*3. Приостановите видео и дайте ребенку простую инструкцию, например: «Похлопай в ладоши» (ступень 4).*

*4. Если ребенок следует инструкции, немедленно включите видео опять (ступень 5).*

*5. Если ребенок решает не следовать инструкции, немедленно выключите видео или встаньте перед телевизором, чтобы показать, что вы имеете в виду то, что говорите (ступень 3).*

*6. Если ребенок пробует подняться со стула, начинает плакать, бить себя или вас либо проявлять другое неприемлемое поведение, вы не должны включать видео снова (ступень 7).*

*7. Однако как только ребенок замолкает и следует инструкциям с вашей помощью или без нее (ступень 4), вы можете снова включить видео (ступень 5). Затем начните покачивать и поглаживать его (ступень 2). И т.д.*

Если ваш ребенок не разговаривает, научите его просить включить телевизор, используя язык жестов,— это будет замечательным навыком применения учебного контроля. Если он разговаривает, то прежде чем включить телевизор, вы можете



попросить его повторить за вами простые действия (выполнить моторную имитацию). Например, сказать: «Сделай так», дотрагиваясь до головы, топя ногами или хлопая в ладоши.

Благодаря использованию семи ступеней учебного контроля вы приобретете опыт взаимодействия с ребенком, который сможете использовать ежедневно.

Применяемая правильно, техника гашения поможет быстро уменьшить проявления даже весьма проблемного поведения. Седьмая ступень учебного контроля используется для уменьшения проявлений тех типов поведения, которые вы бы не хотели видеть впредь при данных обстоятельствах. Однако эта техника сама по себе не поможет обучению новым навыкам и не может быть применена тогда, когда ребенок не в состоянии продемонстрировать навык, которому вы его обучаете.

Перечитайте первые шесть ступеней учебного контроля, обращая внимание на те места, где упоминается метод подсказки. Правильное использование подсказки очень важно в АВА/ВВ и будет подробнее рассмотрено в других главах. Рекомендуются использовать подсказки, когда необходимо помочь ребенку следовать вашим инструкциям. Например, использование физической поддержки при выполнении задания поможет ребенку выполнить его без ошибок. Использование подсказки в процессе обучения помогает ребенку продемонстрировать новый приемлемый тип поведения без ошибки. Однако если ребенок отказывается позволить вам помогать ему, он демонстрирует нежелание передавать вам контроль и выбирает вариант «отказа от сотрудничества». Когда это становится проблемой, вы должны использовать технику гашения, иначе вам не удастся добиться добровольного участия ребенка в процессе обучения.

Процедура гашения уменьшает вероятность проявления проблемного поведения, но некоторые дети в ответ на применение вами этой техники реагируют истерикой (взрывная реакция), которую родители не могут контролировать. И если до семи-восьмилетнего возраста ребенка легко научить различать приемлемое и неприемлемое поведение, используя только технику гашения, дети постарше иногда обладают достаточной силой для того, чтобы испортить вещи или навредить себе или другим во время применения этой процедуры.

Очень трудно избежать подкрепления поведения ребенка в процессе применения техники гашения, когда вы знаете, что он может разбить окно, перевернуть мебель или сильно ударить брата или сестру. В случае с детьми, у которых взрывная реакция на процедуру гашения проходит в тяжелой форме, вы можете использовать некоторые виды *наказания*. Нет ничего неэтичного в использовании процедуры наказания.

В ситуациях, когда ребенок подвергает себя или других опасности, наказание может быть единственно возможным и этичным решением. Седьмая ступень учебного контроля не препятствует использованию процедур наказания. Она утверждает: «Покажите ребенку, что, игнорируя ваши инструкции и делая выбор в пользу нежелательного поведения, он не сможет получить подкрепление». И хотя гашение — основная техника уменьшения нежелательных проявлений поведения, наказание как метод тоже отвечает критериям седьмой ступени.

Использование наказания включает намеренное привнесение или удаление чего-либо из окружения вашего ребенка после того, как поведение произошло, что уменьшает проявление такого поведения в будущем. Если вы чувствуете, что процедура наказания необходима, я настоятельно рекомендую обратиться за помощью к специалистам. Трудно найти замену опытному взгляду со стороны, когда речь идет о комплексном понимании поведения. Если вы решили использовать семь ступеней учебного контроля или любые другие процедуры рекомендованные в этой книге, сначала попробуйте найти сертифицированного специалиста по анализу и модификации поведения, который мог бы анализировать и координировать вашу программу.

## *Глава 7. Инструменты обучения*

*Обучение отдельными блоками* является основным методом, используемым в АВА/ВВ. Обучающий процесс состоит из нескольких серий независимых блоков, каждый из которых всегда имеет фиксированные начало и конец: каждый блок начинается с представления стимула и включает в себя какие-то последствия. Последствиями, которые наиболее часто используются в *Обучение*

*отдельными блоками*, являются подкрепления. Но хорошее преподавание нуждается в большем, чем просто дать подкрепление ребенку. Вы должны знать о том, какие способы подкрепления являются самими лучшими, и о том, что именно вы хотите закрепить и с какой целью.

Существуют четыре основных фактора, влияющих на эффективность подкрепления. Для успешного подкрепления поведения вы должны понять и адекватно учесть каждый из них, а именно:

- незамедлительность
- объем
- зависимость
- пресыщение

Первый фактор *незамедлительность*, означает - подкрепление, чтобы быть эффективным, должно следовать сразу за тем, как было проявлено поведение — то есть, как правило, в течение 3 секунд после его завершения. С течением времени, по мере развития коммуникативных навыков ребенка, вы сможете начать нарочно задерживать подкрепление без ущерба для его эффективности. Однако на ранних этапах обучения промежуток времени между ответом и получением подкрепления должен быть как можно короче. Это позволит ребенку обнаружить связь между навыком, которому вы его обучаете, и подкреплением, использованным для работы над этим навыком, и осознать, насколько эта связь значима для него.

Второй фактор, влияющий на эффективность подкрепления, *объем*, имеет отношение к последствиям проявленного поведения. Подкрепления должны быть достаточно большими, чтобы преодолеть любые конкурирующие желания. Попытки дать вашему ребенку мяч для игры могут быть успешны в качестве подкрепления простых навыков. Однако эффективность этого подкрепления может быть снижена, если включен телевизор или если навыки, которые вы просите продемонстрировать, слишком трудны для освоения ребенком.

Третий фактор, определяющий влияние подкрепления на поведение, это прямая *зависимость*. Подкрепление должно напрямую зависеть от навыка, которому вы хотите научить ребенка. Получает ли ребенок подкрепление только тогда, когда он выполняет навык? или же он время от времени получает

подкрепление даже в том случае, если избегает демонстрации этого навыка?

И последний важный фактор, от которого зависит ценность подкрепления, — это *пресыщение*. Если ребенок не голоден или ему надоело подкрепление, он, вероятно, пресытился этим подкреплением. Объем работы, который ваш босс может заставить вас делать в субботу днем за \$ 10 в час, может быть существенно иным, если у вас нет денег, чем было бы том в случае, если ваш банковский счет переполнен. Люди редко едят, когда их желудки полны, и вы не должны ожидать, что какое-то подкрепление — предмет или деятельность — окажется эффективным, если ребенок устал или пресыщен этим предметом (деятельностью).

Понимание того, как незамедлительность, объем, зависимость и пресыщение влияют на ценность и успешное использование подкрепления, необходимо, чтобы вы могли обучать ребенка. Дело в том, что подкрепление как инструмент, позволяющий увеличить частоту выборов типов поведения, действительно работает. Если же этого в конкретной ситуации не происходит, вполне вероятно, что вы не учли какой-либо из факторов, определяющих действие подкрепления: незамедлительность, объем, зависимость или пресыщение.

Помимо знания о наиболее эффективных способах подкрепления индивидуальных навыков вашего ребенка, вы должны постоянно работать над совершенствованием способов подкрепления. Подкрепление — это то, что следует за проявлением поведения ребенка и увеличивает вероятность того, что такое поведение повторится снова. Так как использование подкрепления поддерживает процесс обучения, вам не приходится особо выбирать, что будет подкреплением, особенно если у ребенка вызывают интерес лишь несколько предметов. Вначале ваше обучение, возможно, будет основано на использовании любимых продуктов, включая конфеты, чипсы, сладкие напитки и соки. Вы можете использовать прыжки на батуте или раскачивание в одеяле, либо, может быть, вы будете вынуждены бесконечно сидеть перед телевизором, просматривая любимые эпизоды ребенка из мультфильмов про «Машу и медведя» или «свинку Пеппу». Суть в том, что у вас есть только два пути: учить, используя то, что подкрепляет желательное поведение ребенка, или не учить совсем.

Если применять все основные приемы комплексно, ваш ребенок будет двигаться вперед достаточно быстро и ваше обучение будет постепенно, по мере обретения ребенком новых навыков, изменяться к лучшему. Процесс отождествления подкрепления с вами играет важную роль в развитии сотрудничества с ребенком и в эффективности процесса обучения. Напомню, что согласно второй ступени учебного контроля (глава 5) крайне важно, чтобы в сознании вашего ребенка вы отождествлялись с подкреплением, и он хотел бы проводить время с вами, а не играть в одиночестве.

Принцип отождествления имеет место и при работе с подкреплениями. Если у вас есть только три или четыре предмета, которые могут использоваться в качестве подкрепления для вашего ребенка, вы должны добавить к ним пару других нейтральных предметов или занятий, которые пока не имеют для ребенка такой же ценности, как подкрепления. Согласно принципу отождествления, при одновременном использовании предметов и занятий имеющих ценность подкрепления, и тех, которые являются нейтральными, ценность первых передается нейтральным. Если вы хотите расширить список предметов, которые подкрепляют поведение вашего ребенка, вы должны начать использовать нейтральные стимулы, наряду с предметами и занятиями, которые уже являются подкреплениями: еда, музыка или любимые видео.

Если ваш ребенок мотивирован только едой и напитками, у вас нет иного выбора, кроме как приступить к использованию любимых лакомств и напитков в качестве подкрепления для выбора ребенком приемлемого поведения. Однако используя в качестве подкрепления еду, вы должны отождествлять с ней себя и другие нейтральные предметы и занятия, такие как щекотка, раскачивание и игрушки. Это со временем приведет к тому, что нейтральные предметы станут в достаточной степени привлекательными для ребенка (подкрепляющими), чтобы их использовать в дальнейшем при обучении. После того как вы начнете обучать, поощряя ребенка уже не только едой, но также игрушками и качелями, вам следует добавить к ним такие нейтральные нематериальные подкрепления, как похвалу и поощряющие фразы для отождествления вторых с первыми. С течением времени похвала сама по себе станет достаточным подкреплением, и необходимость материального подкрепления снизится. Таким образом, использование похвалы при выполненном задании становится подкреплением.

Наша конечная цель заключается в том, чтобы наградой для ребенка, который старательно занимается, стал успех. Вряд ли мы когда-нибудь сможем полностью отказаться от использования материальных (еда, игрушки) или социальных (похвала) подкреплений, однако чем больше вы отождествляете текущее подкрепление с более сложными предметами или занятиями, тем больше ваш ребенок будет стараться работать за эти новые, более приемлемые формы подкрепления.

Помимо знания наиболее эффективных способов подкрепления, вы должны также знать, как работает взаимодействие с ребенком. Термины «предшествующий стимул», «поведение» и «последствие» уже были упомянуты на страницах этой книги. Каждый случай взаимодействия с ребенком, или *интеракция* состоит из трех составляющих, которые в совокупности создают парадигму АВС. Буквы «А», «В» и «С» в АВС - парадигме означают соответственно *предшествующий стимул* (Antecedent), *поведение* (Behavior) и *последствие* (Consequent)

*Предшествующий стимул* — это то, что присутствует в окружающей ребенка среде до проявления поведения. Предшествующие стимулы есть в нашей жизни всегда, в любое время. Например, за завтраком я окружен предшествующими стимулами возможных вариантов поведения. Так, кофейник на столе может стать стимулом решения налить кофе в чашку.

Наличие радио может стать стимулом того, что я его включу, а человек, входящий в комнату, может стать причиной того, что я скажу «Доброе утро». Как видите, число стимулов в нашем окружении не поддается исчислению и постоянно меняется.

*Поведение* - следующая часть АВС - парадигмы. Поведение - это любые измеримые и доступные наблюдению изменения в нашей деятельности. Налить кофе, включить радио, пожелать кому-то доброго утра — все это примеры поведения за завтраком. В данный момент ваше поведение — чтение. Вы, вероятно, держите эту книгу. Вы, может быть, опираетесь на что-то, поддерживая вес тела, сидите в кресле или лежите в кровати. Довольно скоро вы перевернете страницу. Помните, что любые измеримые изменения, которые делает человек, относятся к категории поведения.

*Последствие* - третий компонент АВС - парадигмы, Последствие - это все, что происходит в окружающей среде после

проявления поведения. Например, чашка кофе, готовая к употреблению, является следствием того, что я налил кофе в чашку. Прослушивание музыки может быть следствием включения радио. Чья-то улыбка в ответ — следствием пожелания доброго утра.

Предшествующие стимулы, поведение и последствия — основные факторы, участвующие в каждой интеракции. Знать, что АВС существует, важно, однако не менее важно понимать этические и систематические способы манипулирования компонентами АВС, прежде чем мы начнем использовать их для обучения.

Многие дети с аутизмом в состоянии приобретать только те навыки, в которых они заинтересованы. Систематическое управление предшествующими стимулами и последствиями может способствовать тому, что ребенок захочет приобрести навыки, которым он мог бы научиться с вашей помощью. Управление предшествующими стимулами и последствиями для выбора ребенком желаемого поведения и есть то, на чем основана наука АВА/ВВ. Специфическая система, используемая для манипуляций этими факторами, называется «обучение дискретными блоками».

*Обучение дискретными блоками* — это система обучения, в которой, как было сказано в начале главы, каждый обучающий блок имеет определенное начало и конец. Началом служит предоставление целевого предшествующего стимула, называемого *дискриминативными (определенным) стимулом*, а заканчивается предоставлением целенаправленного последствия, называемого *подкрепляющим стимулом*. Единственное, что отличает определенный стимул от любого другого стимула, — это история использования. Чтобы стать определенным стимулом, предшествующий стимул должен иметь историю пробуждения конкретного поведения. Единственное, что отличает любое последствие от подкрепляющего стимула, это также история. Последствие, создавшее историю подкрепления определенного поведения, становится подкрепляющим стимулом для этого поведения.

Если вы хотите научить ребенка навыкам, которых ему не хватает, вам необходимо разработать систему управления определенными и подкрепляющими стимулами и использовать ее в каждом случае взаимодействия с ребенком (в каждой интеракции). То, что может показаться сложным в теории, на практике

оказывается простой последовательностью действий, которую может осуществить каждый, кто захочет. Упрощенно обучение отдельными блоками можно представить в виде трех последовательных этапов:

- вы представляете ребенку определенный (Дискриминативный) стимул;
- вы наблюдаете ответ ребенка на этот стимул;
- вы предъявляете ребенку в той или иной форме то, что называется подкрепляющим стимулом.

Любой процесс обучения АВА будет состоять из таких трех частей: наличия определенного стимула, наблюдения за реакцией ребенка и предоставления подкрепляющего стимула.

Определенный стимул сообщает ребенку, что подкрепляющий стимул доступен, а подкрепляющий стимул побуждает ребенка проявлять подобное поведение в будущем.

Если вы считаете необходимым, вы можете добавить к этому процессу подсказку, чтобы помочь ребенку прийти к правильному ответу. В некоторых случаях вы можете вести дневник записи результатов в конце обучающего процесса. Пример обучения отдельными блоками может выглядеть следующим образом:

*1.Предъявите определенный стимул ребенку, когда он внимателен и слушает вас.*

*2.При необходимости дайте вашему ребенку подсказку, которая усилит определенный стимул и побудит ребенка дать правильный ответ.*

*3.Наблюдайте за поведением вашего ребенка.*

*4.Подкрепите правильный ответ ребенка.*

*5.Внесите в дневник запись, отражающую качество и правильность ответа.*

Метод анализа вербального поведения рекомендует фиксировать пробные данные. К таким данным относятся результаты тестирования каждого навыка один раз в начале учебной сессии и сведения об эффективности работы ребенка в целом. Затем, когда вы закончите тестирование каждого навыка, ваше обучение может быть полностью сосредоточено на продвижении ребенка от одного блока к другому. Пробные данные вы можете проанализировать после окончания обучения.

Следующий пример поможет ответить на вопросы относительно обучения отдельными блоками, если они у вас еще остались:



1. *Определенный стимул*: просьба мамы «Дотронься до носа».
2. *Подсказка*: мама помогает ребенку выбрать правильный ответ, указывая на свой собственный нос (при необходимости).
3. *Ответ*: ребенок демонстрирует навык, касаясь своего носа.
4. *Подкрепляющий стимул*: мама подкрепляет поведение — щекочет ребенка.
5. *В данные*: мама ставит галочку в строке «дотрагивается до носа» дневника наблюдений.

## *Глава 8. Типы вербального поведения*

Я достаточно много писал о методах АВА и всегда был предельно осторожен, давая какие-либо рекомендации по поводу применения метода анализа вербального поведения. В последующих главах я попробую показать, что использование принципов АВА без применения методических рекомендаций анализа вербального поведения будет недостаточным для работы с вашим ребенком.

Под вербальным (речевым) поведением в бихевиоризме принято понимать любое поведение, которое возникает и поддерживается при взаимодействии с другим человеком. Термин «вербальное поведение» был введен Б. Ф. Скиннером, отцом современного бихевиоризма. Скиннер развивал понятие об основных принципах поведения, используя данные исследований начала XX века. Выход первой книги Скиннера «Поведение организмов» 1938 положил начало экспериментальному анализу поведения как научному направлению. Этот научный подход впервые был применен к расстройствам аутистического спектра доктором О. Иваром Ловаасом. Однако только после того, как доктор Джек Майкл из Университета Западного Мичигана, я и его коллеги начали изучение другой книги Скиннера «Вербальное поведение» 1957 и стали применять описанные в ней подходы в программах АВА, результаты оказались впечатляющими. В этой книге была впервые сделана попытка рассмотреть процесс усвоения языка через призму поведения ребенка.

АВА -программы, которые не основаны на применении метода анализа вербального поведения, разделяют речь на пассивную (восприятие и понимание речи) и экспрессивную (собственно

активная речь)<sup>2</sup>. На ранних этапах развития АВА большинство процедур предусматривало использование интенсивных методов обучения пониманию речи; при этом предполагалось, что экспрессивная речь язык разовьется самостоятельно. В результате многие дети с аутизмом, обучавшиеся по этим программам, развивали широкий спектр рецептивных навыков, но не всегда умели говорить. Если эти дети и приобретали навыки экспрессивной речи, уровень функциональной речи у них часто оставался намного ниже нормы.

Результаты продолжающихся исследований стимулируют специалистов, использующих традиционные подходы АВА, уделять все большее внимание экспрессивной стороне речи. В то же время анализ речевого поведения учит нас, что язык есть нечто большее, чем просто пассивная или экспрессивная речь. В анализе вербального поведения принято разделять все виды речи на девять категорий, причем определяющим фактором при разделении на категории оказывается не форма речи, а ее функция.

Б. Ф. Скиннер проделал серьезную работу по раз. витию метода анализа вербального поведения и прикладного анализа поведения (АВА) в целом. Одним из наиболее важных результатов его работы является классификация типов вербального поведения. Согласно этой классификации, существует девять типов вербального поведения. Для того чтобы ваш ребенок мог эффективно общаться, ему предстоит научиться использовать каждое слово, которое он узнает, в рамках большинства, если не всех, типов вербального поведения.

Для людей, страдающих аутизмом, обобщение информации, как правило, не является легкой или автоматически выполняемой задачей. Навык обобщения можно развить и улучшить, как и любой другой навык, но чаще всего именно этот навык — то слабое звено, которое мы отождествляем с аутизмом. Тот факт, что ваш ребенок понимает слово в одном контексте, не означает, что он сможет использовать его в других.

На начальной стадии обучения ребенка словам и их значениям вам, вероятно, придется в определенном смысле заново учить многие слова, раскрывая их различное функциональное значение в зависимости от ситуации употребления, чтобы дать вашему ребенку полную концепцию слова. Например, может ли ребенок

---

<sup>2</sup> В России данный подход применяется в логопедии и дефектологии.— *Примеч. науч. ред.*

попросить чашку? Может ли он указать на чашку по вашей просьбе? Может ли ребенок сказать «чашка», когда вы показываете чашку или когда спрашиваете «Что это?»? Может ли он сказать «чашка», когда вы попросите его назвать что-либо, из чего он может пить? Умение обозначить предмет словом «чашка» лишь в нескольких из вышеназванных ситуаций еще не означает, что работа над более широким пониманием понятия «чашка» окончена.

Первый и самый простой из девяти типов вербального поведения — это *выражение просьбы*. Выражение просьбы — это запрос с целью получить предмет, участвовать в игровом занятии или узнать о чем-либо. Примером выражения просьбы будет ситуация, когда ребенок говорит «баранка», если он хочет, чтобы вы дали ему баранку. Существуют различные уровни выражения просьбы. Например, ребенок выражает просьбу, используя жест, соответствующий слову «баранка», или указывает на баранки в надежде, что вы дадите ему одну. Основным фактором, который превращает «просто общение» в выражение просьбы, является не то, что ребенок делает или говорит, а его намерение. Мы наблюдаем выражение просьбы, когда желание ребенка получить баранку проявляется одновременно с выражением просьбы.

Второй тип вербального поведения - *моторная имитация*. Моторная имитация — это повторение движений. Любое движение, выполняемое ребенком с целью воспроизвести действия другого человека, которые он видит, является моторной имитацией. Моторная имитация является важным навыком. Если ребенок не может имитировать ваши движения, он не научится использовать язык жестов в качестве способа общения и не сможет копировать движения губ и языка, которые помогут ему произносить звуки и слова. Примером навыка моторной имитации будет ситуация, в которой вы говорите: «Сделай так!», одновременно прикасаясь рукой к своей голове. Если ребенок может коснуться своей головы после того, как услышит слова «Сделай так!» и увидит, что вы коснулись вашей головы, то он продемонстрировал навык моторной имитации. Более сложные навыки моторной имитации могут включать копирование последовательных действий или спонтанное копирование действий других людей Третий тип вербального поведения - *вербальная {звуковая, словесная} имитация*. Вербальная имитация — это способность точно

повторить то, что вы слышите. Если вы сказали «мама» и ваш ребенок смог повторить «мама», он продемонстрировал навык вербальной имитации. Вербальная имитация известна также как звукоподражание. Может ли ваш ребенок подражать звукам и словам, которые он слышит? Ваш ребенок должен научиться подражать, чтобы научиться говорить. Кроме того, именно эта способность к звукоподражанию играет большую роль в последующем усвоении других частей речи.

*Понимание речи, или рецептивная речь* - четвертый тип вербального поведения — проявляется в способности следовать инструкциям или выполнять просьбы. Сюда относится способность соотносить предметы с их названиями. Например, если вас попросят передать кому-либо салфетку, ваша способность услышать и правильно выполнить просьбу — это навык понимания речи. Понимание речи имеет много различных уровней, одним из которых является способность распознавать и реагировать на свое имя. Другие уровни включают в себя идентификацию названий обычных предметов, выполнение инструкций в повседневных ситуациях и идентификацию людей в окружающей обстановке.

Пятый тип вербального поведения - *называние предметов*, то есть умение идентифицировать объекты, действия и события в окружающей среде с их названиями. Этот тип поведения может быть также обозначен общим термином «маркировка». Если вы указываете на автомобиль, просите ребенка назвать объект и ребенок отвечает «автомобиль», то это будет примером навыка называния. Если ваш ребенок не говорит, но может использовать для идентификации объекта «автомобиль» язык жестов, это поведение также является навыком называния предметов. Другие примеры называния включают маркировку предметов с использованием опорной фразы: «Это ... (автобус)»; или маркировку с использованием прилагательных: «Смотри, желтый ... (автобус)»; или маркировку с использованием предлогов: «Кошка на ... (дереве)».

Шестой тип вербального поведения - *различение предметов по описанию признака, функции и класса объектов*, то есть различение предметов и явлений по их характеристикам. Как уже отмечалось, понимание речи — это способность следовать инструкциям или выполнять просьбы. Здесь же речь идет о способности определять конкретные предметы по описанию

некоторых их признаков, функций или вида. Например, мяч можно охарактеризовать по-разному. Он может быть идентифицирован как нечто круглое, красное или резиновое (умение различать по признаку); то, с чем вы можете играть, катать по полу (умение различать по функции); то, что может быть спортивным оборудованием или игрушкой (умение различать по категории).

К седьмому типу вербального поведения относят *навык интравербальных действий*. Интравербальные действия - это умение отвечать на вопросы и вести беседы; это поведение, при котором стимулом для произнесения слов или совершения действия являются слова, произнесенные другими людьми. Например, кто-то спрашивает: «Где вы были вчера?» Вы отвечаете: «Я был на работе». Некоторые из первых навыков интравербальных действий в программах, основанных на методах анализа вербального поведения, ребенок усваивает через песни. Если, исполняя песню, вы останавливаетесь на определенном месте, и ваш ребенок может сказать (или тем более спеть) следующее слово, то он только что продемонстрировал навык интравербального действия. Другим примером интравербального действия будет ситуация, когда вы, соревнуясь с ребенком в беге, говорите: «Внимание!», что является определенным стимулом для вашего ребенка, чтобы произнести «Марш!». Более комплексная интравербализация включает ответы на вопросы «что?», «где?» и «почему?», суждения о будущем или прошлом, умение рассказывать истории.

С двумя последними типами вербального поведения большинство людей сталкивается почти ежедневно.

Итак, восьмой тип вербального поведения — это *текстуальное действие*. Прямо сейчас, в эту минуту, вы демонстрируете именно этот навык. Этот тип вербального поведения включает в себя чтение письменных слов.

Девятый тип вербального поведения - *письмо*, включает навык владения письмом, а также умение печатать (писать) слова, произнесенные другим человеком.

Существует еще одно важное соображение, которое надо учитывать, обучая детей с аутизмом многообразию функций слова. Это тот факт, что наименование объекта часто не только называет отдельный объект, но и содержит информацию о нем. Когда ребенок называет объект, например «автомобиль», он должен быть

в состоянии продемонстрировать, что он знает, что и другие машины — автомобили. Может ли ваш ребенок показать автомобиль на картинке? Может ли он идентифицировать как автомобиль вашу реальную машину и игрушечную машинку? Знает ли он, что автобус — не автомобиль? Это вопросы, на которые вы должны обратить внимание, обучая вашего ребенка речи. Часто только по окончании работы над новым для ребенка словом вы можете вдруг обнаружить, что он недостаточно понимает, как это слово использовать. Ваше понимание вербального поведения и его типов позволит вам системно подойти к процессу обучения речи и поможет вашему ребенку более эффективно усвоить навыки общения

## *Глава 9. Как повысить мотивацию ребенка*

Анализ вербального поведения не только помогает нам лучше понять функции языка и овладеть методологией обучения ребенка речи. Одно из существенных преимуществ метода анализа вербального поведения заключается в возможности научиться выявлять и использовать естественную мотивацию ребенка, чтобы него было желание освоить те навыки, которым вы хотите его научить. Естественная мотивация образуется вследствие *побуждающих условий*. Побуждающие условия — это все факторы внешней среды и состояния организма, которые могут временно усиливать ценность подкрепления. Если есть что-то, что делает подкрепление более ценным для вас, то это усиливает вашу мотивацию использовать определенное поведение или показывать определенный навык, которые помогут вам получить подкрепление.

Фундаментальное положение АВА - эффективное использование подкреплений. Подкрепление - это последствие, которое увеличивает вероятность проявления специфического поведения. За пятьдесят с лишним лет развития АВА был достигнут значительный прогресс в создании методов, способствующих формированию у ребенка навыков или типов поведения, которые скорее приведут к получению какого-либо подкрепления. Однако именно метод анализа вербального поведения позволяет

научиться тому, как использовать мотивацию, чтобы у ребенка возникло стремление освоить навык с самого начала.

И хотя термины «побуждающие условия» и «мотивация» не являются синонимами, мы можем использовать слово «мотивация», когда нам нужно объяснить, как использовать побуждающие условия, чтобы помочь вашему ребенку учиться. Некоторые специалисты предпочитают концентрироваться только на мотивирующей силе побуждающих условий и потому используют термин «мотивация действия». Какой бы термин вы ни выбрали, вы будете иметь дело с мотивацией. Я буду использовать более традиционный термин «побуждающие условия», говоря о том, что мотивирует ребенка проявлять активное поведение.

Использование подкрепляющего стимула без мотивации оставляет вам единственный выбор: заставить ребенка признать ценность участия в занятии. Например, если вы хотите показать ребенку, что попытка попросить печенья закончится получением печенья, а ваш ребенок не хочет печенья на данный момент, то ваш единственный путь — это заставить ребенка просить вас о печенье. Однако если он хочет печенье во время обучения, у него будет мотивация попросить. Это позволит вам не заставлять его. Если ваша цель — научить ребенка спокойно сидеть на месте во время выполнения задания, вы не должны применять физическую силу, чтобы заставлять его сидеть. Заставлять ребенка сидеть до тех пор, пока он не выполнит задание и не получит награду, было типичной практикой в традиционных программах на ранних этапах развития АВА. Однако когда ребенок испытывает давление, его естественная реакция — сопротивление. Попытка заставлять вашего ребенка сидеть на стуле во время занятия только увеличит ценность желания уклониться от требования. Насильно, или принужденное, взаимодействие не сочетается с отношениями, основанными на взаимном уважении и доверии.

Доверие и уважение — это основа для развития навыков социального общения у вашего ребенка. Вместо того чтобы заставлять ребенка оставаться на месте, вы должны применять семь ступеней учебного контроля (главы 5 и 6), и тогда проявление навыка спокойно сидеть за столом станет выгодным для ребенка. Чтобы достичь этого, ограничьте все формы подкреплений; убедите ребенка, что его общение с вами будет увлекательным; предлагайте разнообразные положительные подкрепления за проявление

навыков; не давайте подкрепления в том случае, если ребенок решит встать и уйти. Если вы все сделали правильно и последовательно, ваш ребенок со временем будет оставаться на рабочем месте все дольше и дольше. И, наконец, начнет проявлять инициативу, предлагая вам приступить к занятиям с ним к всеобщему удовольствию.

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок продемонстрировал навык или принял участие в занятии, вы должны предоставить ему возможность обнаружить стимул сделать это. Согласно методу анализа вербального поведения, ребенок проявит необходимый навык или примет участие в занятии с вами, если будет убежден, что такой способ времяпрепровождения будет самым интересным и увлекательным в данный момент. Подкрепление и мотивация могут рассматриваться как побуждающие условия такого решения. Если вас спросят: «Почему ваш ребенок должен захотеть участвовать в этом занятии?», вы расскажете об использовании некоторых форм подкрепления или мотивации. Помните, подкрепляющий стимул — это то, что побудит ребенка проявлять определенный тип поведения снова и снова в будущем. Мотивация — это то, почему ваш ребенок захочет проявить определенный навык в конкретной ситуации.

*Мотивация* — это все то, что временно увеличивает ценность подкрепления и приводит к увеличению частоты проявления поведения, которое имеет отношение к этому подкреплению. Если есть что-то, что делает подкрепление более ценным, мотивация получить его, продемонстрировав определенное поведение (или какой-либо навык), увеличивается. Так, холодная комната делает тепло (подкрепление) более ценным для вас и потому побуждает предпринять действия, которые в прошлом позволили вам согреться (мотивация). Отсутствие денег в кармане увеличит ценность медного пяка, найденного на улице (подкрепление), и, вероятно, побудит вас поднять монету (мотивация). Чувство нездоровья увеличит ценность здоровья (подкрепление) и побудит принять горькое лекарство (мотивация). Использование мотивации в процессе обучения новым навыкам — одна из главных причин того, что АВА очень эффективен в обучении детей с аутизмом, однако применение АВА и VB вместе окажется еще более эффективным.



Мотивация проявляется по-разному. Продемонстрирую это на примере такого состояния, как жажда. Заодно попробую объяснить разницу между традиционной АВА -программой и программой АВА/VB на примере ситуации, когда вы хотите научить ребенка слову «вода».

В традиционной программе обучение проводит терапевт. Терапевт показывает ребенку стакан с водой или картинку стакана с водой и просит ребенка: «Покажи мне воду». Повторяющаяся практика этого навыка, по идее, должна привести к тому, что ребенок поймет, что означает слово «вода» (пассивная речь). Для развития экспрессивной речи терапевт будет показывать на воду или картинку воды и говорить ребенку: «Скажи "вода"». Факт того, что ребенок будет постоянно показывать воду, когда его просят показать воду, и произносить слово «вода», когда его просят ответить на вопрос «что это?», будет означать, что ребенок усвоил значение слова «вода» — навык освоен. Чаще всего наградой служат конфета или печенье.

Обучение по методике АВА/VB, будет выглядеть иначе. Не стоит с самого начала обучать ребенка пассивной или экспрессивной речи. Целесообразнее использовать девять типов поведения, описанных в главе 8. И пока слово «вода» не будет отработано по всем этим девяти категориям, вы не сможете утверждать, что ребенок освоил значение слова «вода». Также не имеет смысла прибегать к искусственному подкреплению. Вместо этого следует начать с создания ситуации, в которой ребенок естественным образом попросит воды. Напомню, что просьба — это запрос с целью получить предмет, заняться чем-либо или что-то узнать. Использование мотивации делает процесс обучения более естественным. Вы используете жажду как мотивацию для работы над навыком попросить дать воды. Ребенок не может научиться просить о чем бы то ни было, если не хочет этого в действительности в тот момент, когда он это просит. Если он не хочет получить предмет, вы не научите его называть этот предмет.

Таким образом, вместо того, чтобы сидеть за столом, лучше пойти с ребенком на улицу, поиграть и побегать, наслаждаясь совместным времяпрепровождением. Отождествление вас с подкреплением — вторая ступень учебного контроля. Сопутствующим явлением в этой ситуации станет создание вами мотивации утолить жажду. Как только у ребенка возникнет

мотивация утолить жажду, вам останется только приготовить стакан с водой и подождать, пока ребенок попытается его получить. Если попытка сделана, вы получили оптимальную ситуацию, которую можно использовать для того, чтобы начать обучение.

То, чему вы будете учить вашего ребенка, зависит от уровня его навыков в выражении просьб. Он может произнести слово «вода», использовать жест, означающий воду, или произнести целую фразу с просьбой дать выпить воды. Независимо от выбранного ребенком способа выражения просьбы вы будете использовать воду в качестве естественного подкрепления в процессе успешного завершения работы над этим навыком. В процессе физической активности обучение навыку просить воду, скорее всего, приведет к желаемому результату. Использование естественно возникающих последствий в качестве подкрепления обучения заметно продвинет ребенка в освоении и самостоятельном использовании этого навыка.

Сравнив результаты двух подходов обучения слову «вода», вы убедитесь в том, что программа АВА/VB имеет явное преимущество. В традиционном АВА ребенок научится отвечать «вода» на вопрос «что это?», когда он видит реальную воду или картинку стакана с водой. Наоборот, используя естественную мотивацию утолить жажду, ребенок научится просить воду в любое время, когда действительно захочет пить. Как только ребенок может попросить воды, настало время начать обучение другой функции языка с использованием этого слова. Вы можете начать обучение пониманию речи, попросив ребенка: «Покажи мне воду»; можете попросить обозначить ее с помощью вопроса: «Что это?»; охарактеризовать: «Назови мне то, что ты пьешь». Понимание значений слова заключается в понимании его функций. У воды много функций, и прежде всего функция утоления жажды. Поэтому обучение будет иметь смысл, если у ребенка появится мотивация утолить жажду.

Использование в качестве основы для мотивации жаркой погоды, чувства жажды или голода — это всего лишь один из множества способов повысить эффективность учебного процесса. Ниже приведен список разных мотиваций, которые вы можете использовать для того, чтобы подтолкнуть вашего ребенка к приобретению навыков, которым вы хотите его научить.

## *Как использовать мотивацию при обучении ребенка*

- **Ограничьте подкрепления.** Первая ступень учебного контроля объясняет, как контролировать подкрепления, и отмечает, что такой контроль очень важен в процессе обучения. Контроль над подкреплениями важен также и при создании мотивации ребенка. Не позволяя ребенку иметь свободный и легкий доступ к подкреплениям, вы делаете их более ценными и желанными при использовании в процессе обучения.

- **Обучайте без ошибок.** Система обучения, нацеленная на успех, позволит вам обучать без принуждения, что исключит попытки ребенка уклониться от обучения. Независимо от того, какое подкрепление вы используете, оно будет представлять большую ценность для вашего ребенка, если ребенок, наряду с поощрением, получит от вас достаточно поддержки и помощи при работе над навыком, а значит, будет более успешен в процессе обучения. Обучение без ошибок мы обсудим в главе 10.

- **Чередуйте типы заданий.** Чередование разных типов задач в процессе обучения поможет ребенку избежать скуки от постоянного повторения инструкций и позволит сфокусироваться на инструкциях, которые вы ему даете, что приведет к повышению значимости занятий. Постоянно варьируя учебные задания, вы избежите стереотипов в обучении. Если ребенок заметит стереотипный подход, например, при повторении вами однообразных инструкций, он тоже начнет отвечать стереотипно, а не осознанно — то есть на собственно вопросы. Видоизменение инструкций позволит ребенку сосредоточиться на содержательной стороне обучения, а не на формальной.

- **Чередуйте задания по степени сложности.** Переход от обучения легким навыкам к обучению более трудным снижает мотивацию ребенка. Когда задание трудновыполнимо, ценность подкрепления, которое вы предлагаете, падает. Однако чередование легких и трудных заданий увеличивает ценность подкрепления, которое в этом случае становится более доступным.

- **Уменьшайте интервалы между заданиями.** Чтобы удержать внимание ребенка на подкреплении, которое вы предлагаете, и сократить время, в течение которого он мог бы переключиться на другие предметы, способные уменьшить интерес к подкреплению,

вам надо постараться сделать интервалы между предложенными заданиями как можно более короткими.

- Поощряйте быстрый темп ответа. Разнообразные способы подкрепления быстрого и правильного ответа поощряют ребенка в последующем давать быстрый и полный ответ. Это также побуждает его работать серьезнее, быть внимательнее к вашим инструкциям и отвечать вам в том темпе, который позволит ему получить больше ценных, с его точки зрения, поощрений. Обучение навыку реагировать быстро является частью нормального процесса обучения.

- Давайте ребенку незаработанные подкрепления. Предоставление ребенку время от времени незаработанных им подкреплений может способствовать формированию заинтересованности в получении большего количества таких подкреплений. Индустрия кино утверждает, что вероятность того, что люди пойдут на просмотр фильма, увеличится, если отрывки фильма покажут по телевизору. Мерцание зеркального шара в темной комнате значительно увеличит желание ребенка получить этот шар и погасить свет внутри него. Попробовав чипсы, ребенок может захотеть получить больше чипсов. Соленые чипсы могут помочь в создании мотивации попросить воды.

- Поощряйте прилагаемые усилия. Насколько просто получить подкрепление? Когда предмет, который вы хотите получить, выглядит недоступным, вы не будете прилагать усилий, чтобы его получить, или затратите на это не очень много времени. Однако если вы считаете, что у вас неплохие шансы добраться до предмета, вы приложите значительно больше усилий. Человек может прогуляться до ближайшего магазина, чтобы купить шоколадку, но ценность покупки шоколада значительно упадет, если для этого ему придется ехать в центр города в час пик.

- Управляйте «перевесом на поле боя». Оказание давления на ребенка может обернуться тем, что он начнет еще больше упираться. Если вы хотите, чтобы ребенок охотно следовал за вами, иногда можно позволить ему контролировать процесс общения между вами и выбирать направление деятельности согласно его желаниям. Использование процесса перевеса в вашу пользу на «поле боя» против аутизма — целая концепция, которая будет рассмотрена в главе 15.

Мотивировать желание учиться можно, используя способы, которые предлагает метод анализа вербального поведения. Использование естественной мотивации исключит необходимость принуждения ребенка к участию в процессе обучения. Понимание того, как использовать список, представленный выше, а также другие формы мотивации, очень важно для успешного обучения. Комбинация мотивации и подкрепления станет условием, которое побудит вашего ребенка захотеть освоить навыки, которым вы хотите его обучить.

Понимание мотивации — это ключ к развитию вашей способности обучать, используя методы анализа вербального поведения. Используя мотивацию и подкрепления в каждом случае общения с вашим ребенком, вы можете обучать, преодолевая проблемы, вызванные аутизмом. Многие традиционные программы АВА проигрывают, если не используют силу мотивации при обучении навыкам формирования социальных отношений. Опыт, полученным при использовании мотивации в процессе обучения социальным навыкам, вы можете воспользоваться в период, когда будете обучать ребенка установлению социальных контактов, общению и взаимодействию с другими людьми. Изучение метода АВА/VB поможет вам узнать, почему ребенок захочет использовать эти навыки, и позволит разработать программу систематического обучения.

## *Глава 10. Обучение без ошибок*

В главе 7 мы говорили об обучении отдельными блоками. Вот пример того, как такое обучение выглядит на практике:

Учитель: Что это? *{Инструкция.}*

Учитель: Щенок (вариант: «Ще...»). *{Подсказка.}*

Ребенок: Щенок. *{Ответ.}*

Учитель: Отличная работа! *{Щекочет ребенка.}*  
(Подкрепление.)

Учитель: ставит галочку в графе. *{Данные.}*

Цель этой главы — обсудить подсказку, вторую часть процесса обучения отдельными блоками.

*Подсказки*— это все то, что можно добавить к инструкции, чтобы помочь ребенку дать правильный ответ. Существуют разные формы подсказок и разные ситуации, в которых они ежедневно используются людьми. Когда кто-то просит вас помочь найти туалет в здании, вы можете сказать, что он находится справа от входа. Однако одновременный жест рукой в том же направлении сделает ваш ответ более понятным для собеседника. Указание в сторону туалета — это подсказка, которая помогает лучше понять вашу инструкцию («Справа от входа») и делает процесс следования вашей инструкции более легким. В действительности все подсказки — это побуждающие условия. Они являются частью предшествующего стимула и временно повышают ценность подкрепления, потому что его становится легче получить.

Выделяют девять разных видов подсказки в двух категориях. Чтобы быть хорошим учителем для вашего ребенка, вы должны знать, как и когда их использовать.

Основная цель подсказки — обеспечить успех в обучении. Каждый тип подсказки предлагает определенный уровень помощи. Некоторые из подсказок более сильные и поддерживающие, чем другие.

По категориям подсказки делятся на вербальные и физические.

- Среди физических подсказок наиболее существенной для обучения является полная физическая подсказка, которая может быть определена как полная физическая манипуляция телом другого человека для выполнения задания. Например, полная физическая подсказка имеет место в ситуации, когда вы учите ребенка писать: вы вкладываете карандаш в его руку, удерживаете карандаш в руке и направляете руку, когда ребенок пишет.

- Частичная физическая подсказка дает ребенку меньше поддержки. Например, вы можете расположить карандаш в руке ребенка и держать, пока он не попытается сделать движение независимо. Частичная физическая подсказка определяется как частичная манипуляция телом другого человека для завершения задания. Другим примером частичной физической подсказки может быть нежное подталкивание под локоть, чтобы помочь ребенку дотронуться до головы. Чтобы это назвать частичной физической подсказкой, вам надо помочь ребенку поднять руку до определенного уровня, а затем позволить ему завершить действие самостоятельно.

•Еще меньше поддержки, чем частичная физическая подсказка, дает имитация, или моделирование. Имитация — визуальная демонстрация действия для копирования ребенком. Например, вы машете рукой во время произнесения инструкции, адресованной ребенку, что означает «Помаши рукой». Использование имитации предполагает, что ребенок в состоянии использовать навык, который вы просите показать, независимо от ситуации обучения.

•Жестовая подсказка, еще в меньшей степени поддерживающая, заключается в использовании жеста, направляющего к ответу. Взмах рукой в сторону туалета, расположенного справа от входа,— это пример жестовой подсказки. Постукивание по предмету, который вы хотели бы, чтобы ваш ребенок выбрал, или взгляд в сторону правильного ответа — это тоже примеры жестовой подсказки, поскольку подсказывают ребенку, где находится ответ.

•Позиционная подсказка — наименее поддерживающая из физических подсказок. Когда вы наклоняете тело или объект в сторону вашего ребенка, вы используете позицию, способствующую выбору ребенком правильного ответа. Например, вы держите ручку в одной руке, чашку в другой и говорите ребенку: «Дотронься до чашки». Затем вы придвигаете чашку ближе к ребенку, чтобы показать, что это правильный ответ.

Принцип систематического уменьшения подсказки называется *Федингом*. *Фединг* - это процесс предоставления определенного количества поддержки и следующее за этим систематическое уменьшение этой поддержки в темпе, позволяющем вашему ребенку оставаться успешным в процессе приобретения большей самостоятельности. В любое время, когда вы используете физическую подсказку, вы должны начать с наиболее поддерживающей подсказки, чтобы помочь ребенку добиться успеха. Например, вам надо начать с полной физической подсказки и уменьшить ее до частичной физической подсказки. Когда ваш ребенок справляется с заданием только с помощью частичной физической подсказки, вы можете начать использовать жестовую подсказку или, возможно, позиционную. Вы будете уменьшать интенсивность подсказки до тех пор, пока ваш ребенок не окажется способным использовать новый навык без помощи. Уменьшение подсказки позволяет ребенку становиться все более независимым в использовании навыка или поведения.

Иногда вам придется использовать вербальные подсказки. Существуют два основных вида вербальных подсказок: подсказка-эхо и подсказка-инструкция.

- Подсказка-эхо обычно используется, когда необходимо помочь ребенку найти вербальный ответ, например, на вопрос «Что это?». Так же как и в случае с физической подсказкой, вербальная должна со временем уменьшаться. Начните с полной подсказки. Например, произнесите то слово, которое вы хотите услышать от ребенка: «Что это? Мяч!», и ваш ребенок повторит: «Мяч». Полная подсказка включает в себе правильный ответ, однако, несмотря на такую помощь, ответ ребенка должен рассматриваться как успех. Как только ваш ребенок ответил на вопрос с полной подсказкой, начните спрашивать: «Что это? Мя...» Это называется частичной «подсказкой – эхо». Вы можете внести изменения в частичную подсказку, например, вместо «Мя...» произнести «М-м...».

- Подсказка-инструкция обычно используется, когда вы хотите, чтобы ваш ребенок самостоятельно выполнил что-то. Например, вы хотите, чтобы он помыл руки и убрал игрушки, перед тем как пойти спать. В этих ситуациях вы можете использовать прямую и непрямую вербальные подсказки. (Надо заметить, что все подсказки могут быть использованы в разных ситуациях и скомбинированы в зависимости от навыка, которому вы обучаете.) Прямая вербальная подсказка — это подсказка-инструкция. «Помой руки» или «Собери свои игрушки» — примеры прямой вербальной подсказки, которые соответствуют выражению инструкции «Что ты должен бы делать сейчас?». Интенсивность вербальной подсказки, как и всех других подсказок, должна быть со временем уменьшена. Например, вместо того, чтобы отправить вашего ребенка мыть руки, вы можете сказать: «Это то, что мы делаем в ванной комнате» или «Это делает твои руки чище перед обедом». Такая вербальная подсказка будет не прямой (косвенной).

Искусство применения подсказки является важным для эффективного обучения. Это гибкий процесс, который может видоизменяться от одной программы к другой. Подсказка и границы ее применения зависят от целей, которые вы ставите. Некоторые навыки могут быть более трудными для усвоения ребенком и, как следствие, будут в большей степени требовать подсказки. К освоению других навыков ребенок может быть больше мотивирован, и в этом случае подсказка ему будет



требоваться в меньшей степени. Знание того, как подсказывать и когда уменьшать подсказки, определяется вашим опытом обучения ребенка и наблюдения за ним.

Постепенное снижение уровня подсказки называется *правилом «от большего к меньшему»*. Метод анализа вербального поведения рекомендует использовать правило «от большего к меньшему», причем важнее вовлечь ребенка в процесс обучения, чем добиться от него самостоятельного проявления навыка. Поэтому ценность участия ребенка в занятии определяется тем, будет ли он принимать участие в учебном процессе по собственному желанию в будущем.

Понимание метода анализа вербального поведения требует понимания мотивации. Что сможет поддержать мотивацию ребенка к участию в учебном процессе? Если вы используете систему подсказок «от меньшего к большему», ваш ребенок может четыре раза ошибиться до того, как ваша подсказка окажется достаточной и ребенок наконец ответит правильно. Но это будет лишь один правильный ответ из пяти! Как долго захочет ребенок участвовать в таком процессе достижения успеха? Если же вы используете правило «от большего к меньшему», он получит подсказки четыре раза и столько же раз ответит правильно, вероятно, получая за каждый ответ (пусть и с подсказкой) подкрепление. Подсказки должны будут систематически уменьшаться до того момента, когда он сможет проявлять навык самостоятельно. Ваш ребенок быстро освоит навык, и в то же время учебный процесс будет успешным и захватывающим.

Люди обычно имеют тенденцию предпочитать те вещи в жизни, которые приносят успех и подкрепление. Это верно и по отношению к важным учебным и поведенческим навыкам. Если что-то дается легко и за этим следует награда, ваш ребенок захочет быть частью этого процесса снова и снова. Если это тяжело и безуспешно, он будет искать пути уклониться от изнуряющего процесса.

АВА/ВВ рекомендует отталкиваться от идеи безошибочного обучения. Безошибочное обучение — это процесс постоянного пополнения вашего списка подсказок к инструкциям, чтобы ребенок достиг успеха, и систематического уменьшения количества используемых подсказок, чтобы помочь ребенку стать более самостоятельным через определенное время. Обучение без ошибок

осуществляется при использовании правила «от большего к меньшему», следование которому является наиболее естественным подходом обучения детей новым навыкам.

Система подсказок «от большего к меньшему» — это то, как все мы обычно учимся. Предлагали ли вам учиться на собственных ошибках, посадив в машину и вручив ключи? Позволил ли вам кто-то выйти первый раз на бейсбольное поле с мячом, летящим на вас со скоростью 90 миль в час? Никого из вас в детстве не просили взять велосипед и попробовать проехаться какое-то время до того, как предложат помощь. Процесс обучения езде на велосипеде начинается с трехколесного велосипеда. Потом вы переходите к двухколесному велосипеду с тренировочными колесами. После этого ваши родители снимают тренировочные колеса, но бегут рядом с вами до того, как позволят вам ехать без помощи. И наконец, вы едете на велосипеде самостоятельно.

Подсказки — это эффективный способ поддержать инструкцию. Важно знать, как и когда использовать подсказку, но также важно знать, как ее уменьшить. Если вы слишком медленно снижаете интенсивность использования подсказки, это может создать зависимость от подсказок. Наоборот, поспешный переход с одного уровня подсказки на другой может привести к неправильным ответам и снижению мотивации к обучению. Чтобы быть хорошим учителем вашего ребенка, вам необходимо стать мастером обучения без ошибок, в котором применяется правило уменьшения количества подсказок «от большего к меньшему».

## *Глава 11.*

### *Вдохните жизнь в процесс обучения*

Хотя самые значительные изменения в традиционную теорию учения АВА внес метод анализа вербального поведения, тем не менее следует отметить еще два крупных достижения, описанных выше: выявление значимости мотивации и побуждающих условий в процессе обучения, а также создание классификации типов вербального поведения. Другое усовершенствование, столь же революционное, — признание значения трех типов обучения.

Методы обучения, основанные на принципах анализа вербального поведения, можно разделить на три основные

категории. В зависимости от того, на каком уровне обучения находится ребенок, только одна из этих категорий будет для него основной. Однако по мере приобретения новых навыков и изменения целей обучения ребенка будет изменяться и категория обучения.

Три типа обучения, в которых вы должны хорошо разбираться:

1) *обучение в естественной среде*

2) *метод интенсивного обучения*

3) *спонтанное обучение*

Эти три типа обучения основаны на тех же принципах, что и метод обучения отдельными блоками, который обсуждался в главе 7. Самое большое заблуждение в отношении этих трех типов обучения — полагать, что разница между ними определяется средой, в которой происходит обучение. Однако не обстановка делает один тип обучения интенсивнее, а другой естественнее. Скорее, этому способствуют цели, которым вы следуете в обучении, и их соответствие возможностям ребенка, — именно это и отличает методы друг от друга.

• *Метод интенсивного обучения* заключается в обучении ребенка определенному поведению или навыку и не зависит от места применения. Для обучения навыку вы искусственно создаете ситуацию, в которой навык будет показан и применен. Например, это может быть обучение по карточкам PECS, обучение работе с ножницами или выполнение ребенком вашей просьбы «дотронься рукой до головы». Мы говорим об использовании метода интенсивного обучения, когда речь идет об обучении навыку или поведению на основе вашего решения независимо от того, заинтересован ли ребенок в данный момент в его выполнении. Данный метод является одним из наиболее важных при обучении прежде всего потому, что помогает ребенку в дальнейшем позитивно реагировать на требования, предъявляемые в школе. Большинство школьных программ построены на обучении детей без предварительного определения мотиваций учеников. Однако, как скажут вам приверженцы традиционного АВА, это далеко не единственный метод обучения.

- *Обучение в естественной среде* может проводиться где угодно: на кухне, в ванной комнате, игровой комнате, в машине или за столом. Особенностью обучения данным методом является то, что ребенок естественным образом заинтересован приобрести навыки, над которыми вы работаете. Например, напевание песни или просьба подать печенье будут рассматриваться как обучение в естественной среде, даже если обучение данным навыкам происходит, когда ребенок надевает носки.

Разница между этими двумя видами обучения в том, что один из них основан на естественно возникающих мотивациях ребенка, а другой подразумевает обучение навыкам без учета интересов ребенка, с использованием искусственно созданных мотиваций. Поскольку метод интенсивного обучения означает, что у ребенка нет естественной мотивации, необходимо и очень важно, чтобы участие ребенка в процессе обучения было поддержано эффективным использованием подсказок и побуждающих условий.

- *Спонтанное обучение* основано на экспромте и может быть использовано в любой ситуации, когда бы и где бы вы ни были с вашим ребенком. Этот вид обучения может быть использован по пути в магазин, в машине или даже за обеденным столом. Как только ребенок показывает заинтересованность в чем-либо, вы используете этот момент для обучения. Если обучение включает цели, которые не были запланированы вами заранее, но возникли на основе естественных мотиваций ребенка, вы используете данный метод. Например, ребенок останавливается, чтобы рассмотреть бабочку. Вы говорите: «Это бабочка. Можешь повторить: бабочка?» Это и есть спонтанное обучение.

Этот метод весьма схож с методом обучения в естественной среде, поскольку оба метода основаны на использовании объектов, в которых ребенок неподдельно заинтересован. Основное различие заключается в том, что, применяя метод обучения в естественной среде, вы заранее определяете цель (даже если используете естественные мотивации ребенка), продумываете и планируете задачи обучения. Например, если вы обучаете ребенка новому слову «печенье», вы можете положить пачку печенья на полку так, чтобы ребенок не мог дотянуться. Тогда в ситуации, когда ребенок пожелает дотянуться до печенья, вы получите шанс научить его правильно выражать просьбу. При спонтанном обучении вы используете незапланированный, случайный момент для обучения

ребенка определенному навыку. Если вы заметили, что ребенок проявляет интерес к чему-либо в ситуации, ранее вами не запланированной, вы смело можете использовать эту ситуацию для обучения, основываясь на интересе ребенка. Это также будет спонтанное обучение.

Знание того, что существует более чем один метод обучения, позволяет вам не чувствовать себя привязанным к основам традиционных методов АВА.

Теперь, помимо использования побуждающих условий и мотивации, способных сделать метод интенсивного обучения более привлекательным, вы можете применять методы спонтанного обучения и обучения в естественной среде.

Хотя метод интенсивного обучения является одним из традиционных методов АВА, использование двух других методов способствуют более легкому вовлечению ребенка в процесс обучения, так как эти методы основаны на интересах и мотивации вашего ребенка.

Если ребенок мотивирован, вы можете применить метод обучения отдельными блоками для получения положительного результата. Однако в методе интенсивного обучения нет естественно возникающей мотивации, поэтому процесс обучения здесь поддерживать несколько сложнее. Поэтому понимание и использование мотиваций в дополнение к методу интенсивного обучения становится действительно важным.

Все три метода обучения убеждают нас в том, что ребенок, так же как и все мы, обучается постоянно и способен приобретать навыки в самых различных ситуациях и самыми различными способами. То, что обучение не привязано к какому-то определенному месту или времени, очень важно, так как ребенок начинает следовать инструкциям и стараться независимо от того, где он находится и что делает. Разнообразие методов также уменьшает возникновение у ребенка желания уклониться от обучающих ситуаций. Когда обучающий процесс становится частью ежедневного распорядка, а не уроком в классной комнате в течение определенного времени, ребенок начинает воспринимать обучение как часть своей жизни. Обучение должно стать частью каждого вашего взаимодействия с ребенком, если вы хотите выиграть в борьбе против аутизма, имеющего железную хватку. Поскольку обучение может происходить где и когда угодно, вы

помогаете ребенку не только совершенствовать умения и навыки, но также понять огромный мир через переживания и опыт, формирующие его непосредственные и разнообразные интересы.

Мотивация очень важна для ребенка с аутизмом: знать, как обучать ребенка в естественной среде и методом спонтанного обучения — означает знать, как обучать его на основе естественно возникающих мотиваций.

Эти два типа обучения вместе с более гибким взглядом на метод интенсивного обучения дают вам необходимые инструменты, чтобы вы смогли помочь ребенку сформировать прочные навыки обучения.

## *Глава 12.*

### *Обучение ребенка функциональной речи*

Метод анализа вербального поведения как составляющая АВА предлагает много удивительных техник и стратегий, чтобы помочь детям приобрести разные виды навыков. Однако особо надо отметить философию, которая стоит за этим методом — методом обучения детей речи.

Навык общения не является врожденным, он формируется у каждого человека под влиянием поощрения действиями других людей. Плач — это первое проявление языка общения ребенка. Младенцы быстро усваивают, что их крик приводит к той или иной форме ответа. В зависимости от продолжительности или интенсивности эти крики могут быть использованы как сигналы взрослому взять ребенка на руки, покачать или подбросить на руках. Когда определенные типы плача позволяют ребенку получить желаемые результаты, их частота и продолжительность увеличиваются в тот период времени, когда ребенок хочет получить именно этот результат еще раз. Не случайно большинство матерей умеют различать у своих детей плач от голода, усталости, мокрых пеленок, боли.

Когда ребенок издает звуки (гукает, лепечет и др.), мама и папа радуются, повторяют эти звуки и делают смешные лица. Звуки, которые произносит ребенок, вызывают улыбки и другие формы внимания со стороны родителей, увеличивая вероятность, что ребенок повторит их снова. В конце концов, из этих звуков

формируются звукосочетания, пригодные для использования в качестве слов. Например, мама использует слово «бутылочка», давая ребенку его бутылочку. В какой-то момент ребенок начинает использовать слово «ба», которое является звуком, приближенным к звучанию слова «бутылочка». «Ба» переходит в «баба», превращаясь затем в «бутылочку», которое означает «Я хочу бутылочку». Ребенку стало известно, что если он продолжает производить конкретный звук, он сможет получить конкретный объект. Ребенок также узнает, что, повторяя определенные сочетания звуков, такие как «мама» и «папа», он получает внимание своих родителей.

Однако многие дети с аутизмом постепенно перестают реагировать так, как делали это раньше в процессе ежедневного социального взаимодействия. Это не означает, что родители не сумели построить общение со своим ребенком надлежащим образом. Это также не означает, что родители не уделяли внимание своему ребенку. Большинство родителей детей с аутизмом — любящие и внимательные. В самом деле, эти родители настоящие подвижники в том, что касается помощи своему ребенку и его развитию.

Но поскольку их дети предрасположены к проявлениям поведения, продиктованного расстройствами аутистического спектра, эти родители должны понимать, как учить своих детей непосредственно навыку общения.

Большинство из нас, в том числе дети с другими нарушениями в развитии, учатся говорить без специального обучения. За последнюю сотню лет мы практически не имеем исследований на тему «как научить говорить»<sup>3</sup>. Существующие исследования сосредоточены в основном на изучении процесса обучения детей правильной артикуляции слов, а не коммуникативным навыкам. Следовательно, родители детей с аутизмом испытывают вину и разочарование из-за своей неспособности научить ребенка этому базовому навыку. Однако за последние двадцать-тридцать лет в этой области было проведено немало исследований, особенно в том, что касается развития метода VB.

Самый простой уровень языка предполагает понимание следующей концепции: «Если я что-то сделаю, я получаю что-то

---

<sup>3</sup> В российской педагогике и дефектологии немало исследований, посвященных обучению речи, в том числе глухих и слепоглухих детей.— *Примеч. науч. ред.*

взамен; если я сделаю что-то другое, то получу иной результат». Данная концепция лежит в основе всех коммуникаций, и именно эту концепцию наша команда по терапии АВА представляет детям, которым мы помогаем.

Помните, мы говорили о том, что каждая форма общения имеет свою функцию? Если вы обратитесь к классификации типов вербального поведения Скиннера, вы увидите, что концепция «Делать что-то для того, чтобы получить что-то» будет классифицирована как навык выражения просьбы. Выражение просьбы — это способность запрашивать предмет, занятие или информацию, которые вы хотите получить. Концепция «Если я что-то сделаю, я что-то получу» попадает в эту категорию. Например, если я говорю: «Дайте, пожалуйста, мне воды», я наверняка получу воду. Если я указываю на жевательную резинку на столе и говорю: «Резинка», я, скорее всего, ее получу. Это очень простая идея, к пониманию которой, однако, многие дети с аутизмом не могут прийти самостоятельно. Важно не только разделить навык общения или выражения просьбы на этапы, чтобы научить ребенка просить, важно также разбить этот процесс на уровни и осваивать каждый из них поочередно.

Можно выделить несколько подходов к выделению уровней приобретения навыка выражения просьбы (требования). Подход, с которым мы работали в терапии АВА, включал следующие уровни требований:

- 1. Плач, чтобы получить желаемый объект.*
- 2. Плач вблизи желаемого объекта.*
- 3. Притягивание кого-либо за руку к желаемому объекту.*
- 4. Указание на желаемый объект.*
- 5. Использование альтернативной коммуникации (язык жестов), чтобы получить желаемый объект.*
- 6. Использование неточно произнесенного слова или звука для получения объекта.*
- 7. Использование в качестве просьбы правильно произнесенного слова.*
- 8. Произнесение простого предложения.*
- 9. Просьба в форме развернутого предложения, содержащего описание предмета.*
- 10. Упоминание о желаемом предмете как способ уговорить кого-либо его предоставить.*



Независимо от того, сколько лет вашему ребенку и насколько развита его речь, он будет находиться на одном из этих десяти уровней выражения своих потребностей. Многие дети способны только плакать или устраивать истерику, когда они хотят что-то получить. Другие сумели преодолеть часть уровней и способны указать на предмет или привести родителей к предмету, который они хотят получить. Независимо от того, какому уровню соответствуют навыки вашего ребенка, вы можете использовать доступные сегодня стратегии, позволяющие вам помочь вашему ребенку перейти с одного уровня на следующий.

Обучение детей говорить начинается с самого первого шага — с представления простой концепции: «Если я что-то сделаю, я получу что-то; если я сделаю что-то другое, я получу что-нибудь другое». Если ваш ребенок способен копировать вашу речь, вы можете помочь ему произносить слова, а затем подкреплять использование этих слов различными предметами, которые он хотел бы получить. Это станет началом введения в концепцию «Сделать — значит получить». Однако если ваш ребенок не может повторять слова, вам следует предпринять подготовительный шаг и использовать его в качестве перехода к устной речи. Такой переход является своеобразным мостом и включает использование некоторых элементов *вспомогательной системы коммуникаций*. В большинстве случаев при работе с не говорящим ребенком лучшим мостом оказывается язык жестов.

Язык жестов способствует общению благодаря обмену обоюдно понимаемыми движениями тела. Трудно, практически невозможно использовать полную физическую подсказку, чтобы заставить человека говорить. Таким образом, подкрепить речь не говорящего ребенка кажется невозможным. Здесь мы заходим в тупик, так как только-то поведение, которое подкрепляется, имеет тенденцию учащаться в будущем. Но метод анализа вербального поведения использует мотивации и подкрепление таким образом, что помогает нам решить эту проблему. Если ребенок не говорит, необходимо создать сильную мотивацию для общения. Единственный способ создать сильную мотивацию заключается в использовании подкреплений. Язык жестов и знаков может быть хорошим переходным этапом к разговорной речи, так как реализуется в такой форме общения, которую легко подсказать и, следовательно, легко подкрепить.

Поскольку вы можете физически помочь ребенку выполнить жест, а затем подкрепить его, пока ребенок не способен копировать ваши слова, то язык жестов оказывается лучшим способом показать ребенку важность общения. Начните с управления окружающей обстановкой, насыщая ее предметами, которые ваш ребенок, вероятно, хотел бы получить и для обладания которыми он, может быть, постарается выразить просьбу. Храните эти предметы вне пределов его досягаемости. Подождите, пока мотивация ребенка получить какой-то из предметов возрастет до такой степени, что он попытается достать этот предмет. В этот момент привлечите внимание ребенка и покажите какой-нибудь простой жест по вашему выбору, который он мог бы имитировать (повторить). Затем помогите ему воспроизвести нужный жест самостоятельно, используя полную физическую подсказку. Сразу же подкрепите успешное выполнение этого жеста, дав ребенку предмет, который он стремился получить. Если он потянется к другому предмету, снова покажите жест, а затем попросите ребенка повторить этот жест. По завершении подкрепите выполнение инструкции предметом, который он попросил.

При достаточном количестве повторений эта процедура становится эффективной для каждого ребенка. Поскольку вы предполагаете использовать язык жестов только в качестве временного этапа на пути освоения разговорной речи, убедитесь, что выбранные вами жесты ассоциируются со звуковым обозначением предмета по крайней мере три раза в течение каждого обучающего блока: произносите то слово, которому вы хотите научить ребенка,

*первый раз, когда вы показываете ребенку жест;*

*второй раз, когда вы физически помогаете ему сделать жест;*

*и третий раз, когда вы даете ему подкрепление.*

Как только процедура станет привычной для ребенка, желание получить подкрепление будет мотивировать его помочь вам ускорить процесс использования жеста. Первый шаг со стороны ребенка к независимому использованию жестов — это его желание предложить вам свои руки, чтобы вы могли подсказать и помочь ему. В конце концов, вы сможете почувствовать, как он помогает вам сделать жест. Когда это произойдет, наступит время, чтобы начать использовать частичную физическую подсказку, чтобы ребенок учился работать самостоятельно. Помните, что

использование частичной физической подсказки требуется для помощи в начале и середине процесса, однако вам следует позволить ребенку завершить работу над навыком самостоятельно.

Некоторые дети начинают имитировать подсказку самостоятельно, то есть без помощи взрослых, уже после нескольких уроков. У других это может занять несколько месяцев. Независимо от того, сколько времени требуется ребенку, чтобы начать имитировать ваш жест самостоятельно, вам необходимо начать процесс обучения спонтанному (по собственной инициативе) использованию языка жестов.

Спонтанное использование языка у детей с аутизмом часто задерживается. Путь от навыка выражения просьбы, показанного с вашей помощью, до навыка, показанного спонтанно, может быть очень долгим. Один из способов ускорить этот процесс — не задавать вопрос «Что ты хочешь?». Этот вопрос на самом деле является косвенной вербальной подсказкой; весьма вероятное возникновение у ребенка зависимости от этой подсказки может существенно задержать переход к спонтанному языку. Стоит воздержаться от вопроса и подождать, пока ваш ребенок с помощью взгляда, звука или попытки дотянуться до предмета продемонстрирует желание получить что-либо.

И тогда сразу же начните обучение жесту, повторяя название предмета три раза.

Приведем пример обучения языку не говорящего ребенка, который изучает язык жестов для формирования просьбы получить печенье.

-Ребенок: тянется к печенью.

-Мама: пресекает действия ребенка и показывает жест «печенье», внятно произнося: «Печенье».

-Мама: использует полную физическую подсказку, чтобы помочь ребенку сделать жест «печенье», затем еще раз четко произносит: «Печенье».

-Мама: подкрепляет ребенка печеньем, произнося слово «печенье» в третий раз.

Помните, что задавать вопрос «Что ты хочешь?» нужно тогда, когда вы не знаете, что ребенок просит в данный момент. Если вам

известно, что ребенок хочет, начните обучать выражению просьбы, произнося только название этого предмета.

Когда ребенок готов перейти от проявления навыка с вашей подсказкой к спонтанному проявлению навыка, вы должны увеличить время между инструкцией и подсказкой. Ожидание увеличит мотивацию ребенка попытаться найти способы, чтобы скорее получить желанный предмет. Это, в свою очередь, приведет к тому, что он попытается «перескочить» к той части процесса, где будет в состоянии показать жест самостоятельно, без подсказки. Когда это произойдет, подкрепление должно быть очень интенсивным и радующим ребенка.

Есть много способов сделать процесс обучения жестам легким для вашего ребенка, в то же время существует много способов его усложнения. Не пытайтесь пробовать применять эти способы самостоятельно без предварительного изучения или консультации квалифицированного специалиста.

Первое правило при обучении языку жестов — обучать, следуя мотивации вашего ребенка. Выучите жесты для любимой еды и напитков, а также для игрушек или занятий, которые он любит, таких как батут, качели или видео. При обучении используйте предельно конкретные обозначения: «сок», «молоко», «вода», а не общие понятия, такие как «пить» и «не пить». Избегайте обучения жестам, обозначающим конкретных людей, остерегайтесь обучить ребенка таким жестам, как «больше», «хочу», «да», «нет», «еще», «пожалуйста», пока репертуар вашего ребенка не станет достаточно большим.

Такие просьбы, как «больше» или «пить», не имеют определенного значения и мешают вашему намерению облегчить процесс общения. И уж точно ничего хорошего не будет в том, если ваш ребенок начнет ходить по дому, повторяя жест «больше, больше, больше», а вы не будете понимать, чего же он хочет. Если ребенок сначала выучит слова «да» и «нет», вам придется целый день предлагать ему предметы, выслушивая его согласие или отказ, к тому же у него не будет мотивации научиться правильно просить то, что он хочет получить. Другой жест, изучение которого мы предлагаем отложить на некоторое время, — это «туалет». Обучать этому жесту очень нелегко, разве только если ребенок очень мотивирован в использовании туалета, и вы согласны ждать, пока он сделает жест, прежде чем вы разрешите ему им воспользоваться.

Всегда учите ребенка больше чем одному жесту, особенно в начале обучения. Иначе может случиться, что первый выученный жест станет универсальным знаком для понятия «я хочу». В терапии АВА мы всегда пытаемся обучать детей пяти разным жестам параллельно. Однако в зависимости от ребенка мы можем начать с трех или даже с десяти. Наконец, остерегайтесь «прокрутки». *Прокрутка* — это процесс изображения, или прокручивания, ребенком всех жестов одного за другим в попытке быстрее получить подкрепление. Это распространенная проблема, но ее легко устранить. Будьте тверды, когда останавливаете ребенка, как только он начинает прокрутку, и помогите ему начать складывать нужный жест с самого начала. Дополнительное время, которое будет затрачено на повтор и отдалит получение подкрепления, мотивирует ребенка постараться сделать жест правильно с первого раза. Подкрепление должно предоставляться только за правильно выполненный жест без попыток «прокрутки».

При обучении ребенка общению с помощью языка жестов важно помнить, что его жесты предназначены только для перехода к разговорной речи. Не позволяйте вашему желанию обучать стать случайной причиной ослабления естественных попыток ребенка использовать звуки. Как только вашему ребенку станет понятна концепция выражения просьбы, он может начать использовать звуки вместе с жестами или вместо них. Независимо от аккуратности выполнения жеста важно поощрять звуковые попытки сразу, как только они случаются, и делать это интенсивно. Это приведет к новым попыткам использовать звуки в будущем. Однако если вы не наблюдаете прогресса в использовании ребенком разных звуков в сочетании с разными жестами, необходимо продолжать обучение, как было показано выше.

Обучение словесному подражанию тех детей, которые не пытаются повторять слова за взрослыми по естественному побуждению, становится отдельной важной частью обучения. В то самое время, когда вы учите ребенка выражать просьбу с помощью языка жестов, необходимо начать работу и над словесной имитацией. Научить ребенка подражать звукам вначале бывает очень трудно. Однако очень многие дети быстро достигают успеха в этой области, как только они понимают, чего вы от них хотите.

Процедура обучения ребенка звуковой имитации (подражанию разговорной речи) предполагает его вовлечение в очень

интересную и захватывающую игру. И в тот момент, когда ваш ребенок очень заинтересован в игре, прекратите общение и произнесите звук, который вы хотели бы от него услышать. На первых порах вы должны подкреплять любую попытку вокальной имитации. Для этого просто сразу же продолжите занимательную игру. После того как ребенок станет регулярно использовать этот первый звук, старайтесь подкреплять только звуки, близкие по звучанию к первоначальному образцу. Когда ребенок сможет издавать звук, похожий на ваш, начните использовать его в качестве инструкции и подкрепляйте теперь только правильную имитацию как ответ на вашу инструкцию.

Вопрос, с каких именно звуков начинать обучение, до сих пор является предметом споров. Хороший логопед может подсказать вам, какие звуки ребенку будет легче воспроизводить в начале обучения. Не забывайте о главной цели любого учения АВА/VB — ребенок должен чувствовать, что в большинстве случаев он достигает успеха. Если вы считаете, что вербальная имитация слишком сложна для него, начните со звуков, которые ребенок знает и часто повторяет. Ваша первоначальная цель заключается в том, чтобы ребенок повторял звук в ответ на вашу просьбу.

Хотя в ваши занятия должны быть включены и вербальная имитация, и умение выражать просьбу, обучать им надо отдельно. Обучая имитации, вы можете использовать любые комбинации звуков, тогда как при обучении навыку просить о чем-либо вы должны использовать только названия предметов, которые ребенок должен знать, чтобы выразить просьбу. Другими словами, обучайте умению выражать просьбу в естественной обстановке, когда ребенок действительно хочет получить предмет, который просит. Имитации же можно обучать с помощью метода интенсивного обучения на основе других мотиваций для побуждения ответа.

После того как ребенок будет в состоянии произнести достаточное количество различных звуков, и может использовать язык жестов спонтанно и последовательно с целью попросить 15 или более различных предметов или видов деятельности. Вы можете начать работу над навыком выражения просьбы с частичным использованием слов или звуков (уровень 6 в методике обучения выражению просьбы).

Обучение ребенка стихийно просить о чем-либо предполагает, что вы должны сделать паузу, перед тем как дадите подсказку. И

наоборот, обучение ребенка использованию звуков, чтобы попросить что-либо, предполагает, что вы выдержите паузу, прежде чем дадите ребенку подкрепление. Как только вы чувствуете, что ребенок ожидает от вас подкрепления, после того как он стихийным жестом попросит о чем-то, вы можете сделать паузу, давая ему возможность добавить к жесту некоторый звук, и потом подкрепить поведение

Это легко можно сделать, удерживая подкрепление на виду у ребенка, произнося его название и помогая ребенку повторить.

Поскольку вы работаете над вербальной имитацией отдельно, вашему ребенку потребуется время, чтобы понять, чего вы добиваетесь, и попытаться повторить звук. В начале обучения вы можете выбрать любой звук и подкреплять его воспроизведение ребенком. Со временем вы будете моделировать звуки, более четкие по звучанию и более сложные для произнесения. Звук будет даваться ребенку все лучше, если вы продолжите осторожно отдалять подкрепление, пока ребенок не произнесет близкий по звучанию звук.

Как только ваш ребенок сможет приблизительно повторить единичное слово, чтобы попросить свою любимую вещь, необходимость использовать язык жестов отпадет, и ваш ребенок должен будет отказаться от использования жестов. Однако эти жесты-знаки часто выступают в качестве помощников для ребенка, когда он не может вовремя вспомнить нужные слова. Как только ребенок попросит вещь, используя слова и вербальную имитацию, эти ново обретенные навыки можно применять для обучения другим функциям языка, таким как обозначение предметов, умение отвечать на вопросы, распознавать предметы по признакам, функциям и виду, то есть интравербальной функции языка. Обучение вербальной имитации, которая обычно используется с методом перехода, будет рассмотрено в главе 13.

Эффективность АВА/ВВ заключается в том, что программа использует естественно возникающую мотивацию ребенка сначала для того, чтобы побудить его что-либо получить или что-либо сделать, а затем для того, чтобы обучить все более сложным способам выражения потребностей в предметах или видах деятельности.

## Глава 13. Основные техники анализа вербального поведения

Любая хорошая программа обучения обязательно должна включать процесс переноса реакции с одной инструкции на следующую. Процесс переноса реакции может быть использован по-разному и для работы над различными навыками. Идея этой техники проста, однако бывает сложно помнить о необходимости постоянно применять ее в ходе обучения.

*Процесс переноса реакции с одной инструкции на другую* заключается в том, что ребенок использует реакцию (ответ) на одну инструкцию в качестве реакции (ответа) на новую инструкцию. Предположим, вы научили ребенка прикасаться рукой к голове после вашей инструкции, которая заключалась в прикосновении к голове и произнесении слов «Сделай так». Реакция вашего ребенка (прикосновение к голове) теперь ассоциируется с вашей инструкцией (контролируется ею). Если в восприятии ребенка ответ на эту инструкцию начнет ассоциироваться с новой инструкцией, которая предполагает тот же ответ, реакция ребенка закрепится за новой инструкцией. Чтобы этого достичь, используют подсказки.

Ниже показан пример применения процесса переноса реакции с инструкции «Сделай так» (имитация действия) на новую инструкцию «Дотронься до головы» (понимание речи).

Терапевт: Сделай так. (*Подсказка: дотрагивается до головы.*)

Ребенок: дотрагивается до головы. Терапевт: Молодец!

Терапевт: Дотронься до головы. (*Подсказка: дотрагивается до головы.*)

Ребенок: дотрагивается до головы. Терапевт: Отлично!

Терапевт: Дотронься до головы. (Не показывает, как.) Ребенок: дотрагивается до головы. Терапевт: Отличная работа, молодец!

Ваш ребенок начинает с простой имитации движения, следуя инструкции «Сделай так». Далее мы работаем над рецептивной речью, и следующей будет инструкция «Дотронься до головы». Это всего лишь один из многих примеров, как можно использовать



процесс переноса реакции для обучения новым навыкам. Зачем начинать обучение каждому новому навыку с нуля, когда вы можете использовать отработанный навык для обучения новому навыку с помощью процесса переноса реакции?

Процесс переноса реакции позволяет ребенку давать тот же ответ на новую инструкцию, что само собой увеличит количество навыков, которые ребенок может выполнять правильно. Процесс переноса реакции является чрезвычайно практичным, и его следует по возможности применять для обучения новым навыкам. Кроме того, процесс переноса реакции позволяет обучать без ошибок, потому что ребенок уже знает ответ и способен применить его, отвечая на другие вопросы. Сочетая ответ с другой инструкцией и давая соответствующие подсказки, вы можете расширить спектр использования ответа.

Следующий пример — использование процесса переноса с одной инструкции на другую для перехода от навыка «обозначение предмета» (понимание речи) к навыку «обозначение функции предмета» (различение предметов по описанию признака, функции и класса объектов).

Терапевт: Покажи мне чашку. Ребенок: прикасается к чашке.

Терапевт: Молодец!

Терапевт: Покажи мне то, что имеет ручку. (Признак предмета.)

Ребенок: не знает ответа на вопрос.

Терапевт: подсказывает, показывая на чашку.

Ребенок: дотрагивается до чашки.

Терапевт: Правильно, у чашки есть ручка!

Терапевт: Что имеет ручку? (Не подсказывая.)

Ребенок: прикасается к чашке.

Терапевт: Прекрасно! Теперь покажи мне, как мы держим чашку. (Функция.)

Ребенок: показывает на чашку.

Терапевт: Да, покажи мне, из чего мы можем пить кофе?

Ребенок: показывает на кофейную чашку. Терапевт: Молодец!

Другая техника, процедура коррекции, должна использоваться каждый раз, когда ваш ребенок ошибается.

*Процедура коррекции* — один из основных методов анализа вербального поведения. Чтобы процесс обучения доставлял

ребенку радость, необходимо, чтобы правильных ответов было как можно больше. Однако когда ребенок отвечает неправильно, вы не должны его поощрять, потому что это увеличивает вероятность того, что ребенок ответит неправильно и в следующий раз. Старайтесь избегать использования слова «нет» или других отрицательных форм наказания, когда ребенок отвечает неправильно, потому что их применение делает процесс обучения малопривлекательным, ребенок расстраивается и старается от него уклониться.

Лучший способ избежать этих ловушек в ситуации, когда ваш ребенок ответил неправильно, заключается в использовании процедуры коррекции. Этот метод исходит из того, что ошибки вашего ребенка являются результатом отсутствия у него опыта и, вероятно, результатом вашей педагогической ошибки. Если вы правильно используете метод обучения без ошибок, вы сумеете привести вашего ребенка к успеху и своевременно уменьшить интенсивность подсказки, когда он будет готов к большей самостоятельности (глава 10). Если ваш ребенок ошибается при использовании метода обучения без ошибок, вполне вероятно, что вы уменьшили подсказки слишком рано, до того, как ваш ребенок оказался готов ответить без них. В этом случае именно вы ответственны за сложившуюся ситуацию и именно ваши действия требуют коррекции.

Каждый раз, когда ребенок ошибается, повторите инструкцию, сопровождая ее необходимой подсказкой, чтобы стимулировать правильный ответ. Затем повторите инструкцию в третий раз, без подсказки. Это поможет вашему ребенку ответить на первоначальную инструкцию без подсказки.

Чтобы убедиться, что ваш ребенок действительно знает правильный ответ, а не копирует звучание последнего ответа, вы должны применить *отвлекающий прием*. Это может быть любой легкий вопрос (ребенок должен знать на него ответ); цель этого вопроса заключается в том, чтобы на секунду или две отвлечь ребенка от последнего ответа. Затем вы еще раз произносите первоначальную инструкцию, чтобы убедиться, действительно ли ребенок может ответить правильно, несмотря на переключение внимания. Если это так, подкрепите правильный ответ более значимым подкреплением, чем предыдущий ответ с вашей подсказкой, так как это является важным положительным

моментом обучения. Иными словами, подкрепление за самостоятельную работу должно быть более значимым для ребенка.

Если ваш ребенок ответил неправильно еще раз, следует начать урок с применением процедуры коррекции с самого начала. Цель заключается в том, чтобы показать ребенку, что ответ был неправильный, без применения наказания. В свою очередь, используйте метод коррекции с подкреплением и постепенным федингом, чтобы побудить ребенка к самостоятельности. Дополнительное преимущество процедуры коррекции в том, что результатом всегда является подкрепление, которое позволяет поддерживать интерес ребенка к обучению как к чему-то увлекательному и интересному.

Вот хороший пример использования метода коррекции для начинающего ученика.

(1) Мама: Дотронься до головы.

Ребенок: дотрагивается до носа.

(2) Мама: повторяет инструкцию «Дотронься до головы»; показывает, как (*подсказка*).

Ребенок: касается головы (*используя подсказку*).

(3) Мама: повторяет инструкцию «Дотронься до головы» (*без подсказки или с минимальной подсказкой*).

Ребенок: дотрагивается до головы.

(4) Мама: применяет отвлекающий прием, предлагая другую хорошо знакомую инструкцию, на которую ребенок отвечает без ошибки.

(5) Мама: повторяет прежнюю инструкцию.

Если ребенок прикасается к голове, поощрите его и продолжайте занятие. Если ребенок дает неправильный ответ, вернитесь к шагу 2 и начните все сначала. Заканчивайте всегда подкреплением самого лучшего ответа, которого вы сможете добиться.

Применение процедуры коррекции неправильных ответов — лучший способ заканчивать работу над каждым новым навыком, подкрепляя его, не поощряя ошибки и не разочаровывая ребенка, если он ответил неправильно. Метод коррекции помогает сделать процесс обучения предпочтительным занятием для ребенка.

Процесс переноса реакции и процедура коррекции — это техники анализа вербального поведения, которые достаточно изучены и имеют историю успешного применения. Я лично разработал и регулярно использую в своей практике еще две процедуры: метод арки и мини-последствия. Наши консультанты используют эти методы на благо сотен детей во всем мире. Однако на данный момент существует необходимость в дополнительных исследованиях и сборе данных для поддержки использования этих техник другими лицами. Учтите этот факт, прежде чем использовать данные техники в обучении.

*Метод арки* основан на методе учебного контроля. Мы уже отмечали, что для овладения учебным контролем вы должны достичь того, чтобы ваше присутствие ассоциировалось у ребенка с увлекательным времяпрепровождением, а затем вы можете постепенно добавлять простые инструкции - такие, которым ребенку будет очень легко следовать. Ребенок поймет, что следовать вашим инструкциям несложно и что их выполнение доставляет массу удовольствия. К тому времени, как ваши инструкции станут сложнее, у ребенка уже сформируется представление о том, что следовать вашим инструкциям легко и это действительно стоит того, чтобы стараться.

Никто не любит выполнять трудную работу. Однако когда я играл в регби, я понял, что боль, пот и усилия с лихвой компенсируются положительным результатом. Правильная организация рабочего дня может оказать значительное влияние на то, как вы отнесетесь к выполнению большого объема работы. Если вы постоянно оставляете самые нелюбимые и трудные задания на конец рабочего дня, вы, вероятно, проведете ночь в размышлениях о том, как же вам не хочется утром опять идти на работу. Однако попробуйте организовать свой рабочий день так, чтобы он всегда начинался с выполнения несложной и приятной работы. Затем, где-то к середине дня, планируйте выполнение наиболее трудных задач. Наконец, проведите последние несколько часов над выполнением самых приятных обязанностей. В итоге вы вернетесь домой в приподнятом настроении. Вы будете позитивно настроены на то, чтобы вернуться утром на работу, зная, что вас ожидает приятное и необременительное начало рабочего дня.

В терапии АВА мы учим родителей организовывать каждый урок, использующий интенсивное обучение по этому принципу. Я

называю этот принцип методом арки. Он разработан для того, чтобы сделать обучение настолько увлекательным и легким для ребенка, насколько это только возможно. Начало и конец обучения по методу арки должны всегда ассоциироваться у ребенка с радостью и удовольствием.

1. Начните занятие с игры. Игра должна быть захватывающей и интересной для ребенка. Старайтесь в начале занятия избегать выражения каких-либо требований к ребенку. Ваша цель — приподнятое настроение ребенка и радость от того, что он может провести время с вами.

2. Введите несколько легких инструкций в процесс игры. Попросите ребенка показать простые навыки, те, которые он уже хорошо знает, и которые не предполагают долгого мыслительного процесса. Вы можете подкрепить правильные ответы ребенка на ваши инструкции смехом и продолжением игры.

3. Незаметно введите в игру новые обучающие задания, не забывая чередовать легкие и трудные инструкции и продолжая подкреплять их выполнение продолжением увлекательной игры.

4. Начните упрощать инструкции до того, как ребенку станет скучно или он почувствует усталость. Начните подкреплять каждый правильный ответ на легкие инструкции и больше играйте.

5. Заканчивайте урок только игрой, без выражения каких-либо требований.

6. Будьте инициатором окончания занятия и завершите урок в тот момент, когда ребенок очень хочет продолжения игры.

Используйте метод арки в процессе занятий с ребенком. Он сделает процесс усвоения новых навыков легким и интересным и позволит ребенку воспринимать обучение как нечто увлекательное, что он хотел бы повторять снова и снова. Если данный метод применяется надлежащим образом, занятия, построенные по принципу арки, могут стать сильной мотивацией для обучения в целом. Если вы начинаете и заканчиваете обучение увлекательной игрой, ребенок полюбит ваши уроки, снова захочет принимать в них участие независимо от того, насколько трудные задания вы приготовили для него в середине урока.

Одна из главных целей нашей работы — помочь родителям создать большой резерв занятий, подкрепляющих желание ребенка

принимать в них участие. К этому списку можно отнести просмотр видео, раскачивание на качелях, прыжки на батуте, игры с мыльными пузырями, танцы под музыку и другое. Когда родитель или терапевт начинает работать с ребенком, он должен дать ему возможность выбирать вид деятельности из этого списка. После реализации шестого пункта метода арки («Будьте инициатором окончания занятия и завершите урок в тот момент, когда ребенок очень хочет продолжения игры»), родители или терапевт должны сказать ребенку, что настало время заняться чем-то другим, и позволить ему выбрать новый вид деятельности. Как только родитель или терапевт начинает новое занятие, проводится новый урок с использованием метода арки. Когда этот процесс станет стабильным, вы увидите, что ваш ребенок легко переходит от одного вида мотивированного обучения к другому.

*Метод мини-последствий* в терапии АВА выработано экспериментальным путем. Он особенно эффективен в процессе поддержки приемлемых типов поведения и состоит в том, что ребенку в ответ на его неприемлемое поведение предлагается набор поэтапно возрастающих негативных последствий. Мини-последствия действительно работают, поскольку они помогают ребенку быстро оценить ситуацию и понять: правильный или неправильный тип поведения он выбрал, стараясь получить подкрепление. После того, как вы дали вашему ребенку инструкцию, каждое движение, которое ребенок демонстрирует, оценивается вами как «горячо - холодно» относительно того поведения, которое вы рассматриваете как желаемое.

Незначительное движение или жест с вашей стороны будут подсказкой для вашего ребенка, приближается он к цели или удаляется от нее, выбирая те или иные типы поведения для получения того, что он очень хочет. Этого можно достичь, визуально приближая или удаляя подкрепление в зависимости от каждого движения (поведения) ребенка.

Например, вы дали ребенку инструкцию «Дотронься до чашки». Есть много вариантов поведения, которые можно рассматривать как движение в нужном направлении: ребенок смотрит на объекты на столе, придвигается ближе, тянется к одному из объектов, указывает пальцем на один из них — все это указывает на то, что ребенок находится на пути к правильному ответу на вашу инструкцию. Наоборот, удары по собственной голове, попытки

схватить подкрепление, полная неподвижность, смех, попытки перекричать вас являются показателем того, что он движется в обратном направлении относительно вашей инструкции. Если ребенок выбирает эти неправильные, или ненадлежащие, типы поведения, он должен сразу же получить сигнал о том, что он все дальше отдалается от желаемой цели. Таким сигналом, в зависимости от условий обучения и вида подкрепления, которое вы используете, может оказаться одно из многих мини-последствий.

Если в нашем примере с инструкцией «Дотронься до чашки» подкреплением является блюдо с виноградом, то первое, что вы можете продемонстрировать как мини-последствие,— это положить руку на виноград, чтобы заблокировать ребенку доступ. Если он заметит это и сделает лучший выбор, то вы должны убрать вашу руку. Если он продолжает выбирать неприемлемые для вас типы поведения, вы можете переставить блюдо на другую сторону стола. Если он заметит это и выберет приемлемое поведение, блюдо можно придвинуть обратно. Иногда вам придется ставить блюдо у себя за спиной, а может, даже поднять его вверх и в сторону от ребенка. Если он продолжает выбирать неподобающее поведение, вы можете унести виноград на кухню или в конечном итоге убрать в шкаф.

Преимуществом использования мини-последствий является то, что они позволяют продемонстрировать ваше недовольство поведением ребенка, не уделяя ему какого-либо внимания или не давая такому поведению положительного подкрепления. Другое преимущество метода в том, что вам не надо полностью прекращать занятие, ставя точку одним быстрым негативным последствием. Опытным путем я пришел к тому, что разумное использование мини-последствий является одним из наиболее эффективных инструментов для быстрой реакции на проблемное поведение или на выбор неправильного типа поведения.

С помощью мини-последствий каждый урок становится все более эффективным в плане мотивации правильных ответов. Это происходит потому, что последствием каждого неприемлемого движения ребенка является все большее удаление желанного подкрепления. При последовательном применении мини-последствий вы обнаружите, что сможете предупреждать ребенка о предстоящем ухудшении положения выражением лица или звуком. Часто все, что требуется, чтобы предупредить ребенка о наступле-

нии мини-последствий, если он не изменит своего поведения, — это особый взгляд родителей или учителей.

Такое явление в анализе вербального поведения получило название *рефлексивной мотивации*. Если вы ассоциируетесь у ребенка с применением мини-последствий, ваш вид или выражение вашего лица могут вызвать у ребенка мотивацию использовать любое поведение, только чтобы изменить ваше состояние и не допустить предстоящих последствий. Другими словами, если конкретное выражение лица будет всегда приводить к процедуре мини-последствий, это выражение автоматически станет для вашего ребенка мотивацией к тому, чтобы прекратить неподобающее поведение. Кроме того, использование выражения лица в качестве сигнала к изменениям в условиях окружающей среды показывает ребенку важность понимания сигналов невербального общения.

Методы коррекции и мини-последствий схожи тем, что они используются в ситуациях, когда ребенок затрудняется продемонстрировать навык, которому вы его обучаете. Определить, какая из процедур подходит вам больше в той или иной ситуации, можно в зависимости от понимания вами причин отсутствия успеха у вашего ребенка. Выбирайте процедуры коррекции, когда вы чувствуете, что ваш ребенок прилагает соответствующее количество усилий, но безуспешно, поскольку ему не хватает опыта или способностей. Мини-последствия — лучший вариант в ситуациях, когда вы считаете, что ваш ребенок имеет достаточно опыта, но не старается или неправильно выбирает тип поведения, пытаетесь уклониться от занятий или перехватить контроль за ситуацией.

Мы показали только несколько из многих стратегий и методов, которые вам нужно знать, чтобы стать хорошим учителем. Однако правильная реализация этих четырех процедур значительно улучшит качество вашего обучения. Последовательное использование процесса переноса реакции с одной инструкции на другую и метода коррекции, а также методов арки и мини-последствий сделает ваше обучение эффективнее и, в свою очередь, сократит количество попыток, которые предпринимает ваш ребенок, чтобы усвоить новые



## *Глава 14. Как понять, чему учить*

Я создавал эту книгу как руководство по обучению родителей, учителей и терапевтов, чтобы они могли использовать технику АВА/ВВ в процессе обучения детей с аутизмом или другими аналогичными расстройствами. Исходя из этого, я не уделяю много внимания вопросу, чему учить. Когда мы говорим о детях с аутизмом, диапазон навыков, которые либо развиваются слишком медленно, либо отсутствуют, настолько ошеломляющий, что никакая книга не может полностью раскрыть эту тему. Кроме того, я мало что могу добавить к тому, что уже создано в этой области в процессе кропотливой работы и представлено в разных формах на различных ресурсах. Некоторые из этих источников я детально опишу ниже.

Цель этой главы — предупредить вас о том, что есть и программы, и методы, чтобы научить вашего ребенка всем тем специфическим навыкам, которых ему недостает. Вам важно знать, что это за программы, и какую пользу вы можете из них извлечь. Когда вы начнете процесс обучения вашего ребенка и познакомитесь с лучшими техниками, разработанными для обучения детей с аутизмом, вы, скорее всего, будете формировать свой особенный стиль обучения и комбинировать программы с учетом потребностей ребенка. Однако независимо от того, насколько хороший из вас получится учитель, вы всегда будете в поиске новых идей. Понимая это, я включил в данную главу три формальных источника, которые считал наиболее подходящими и полезными, когда определял, чему необходимо научить ребенка.

Первые две книги были написаны в 1990-х годах и знакомят с основой программ АВА, а также предлагают способ, как использовать эти программы для учеников на разных этапах обучения. Одна, под редакцией Катрин Морис, называется «Вмешательство в процесс поведения детей с аутизмом в раннем возрасте». Другая, под редакцией Рона Лифа и Джона Макичина, называется «Прогресс в работе». Оба источника указаны в списке литературы в конце этой книги и рекомендуются для прочтения учителями, терапевтами и семьями, стремящимися найти наилучшие способы обучения детей. Обе книги особенно помогут тем, кто не может найти поддержку специалистов по прикладному

анализу поведения и планируют использовать АВА -программу самостоятельно.

Хороший и полный учебный план для обучения людей с расстройствами аутистического спектра может быть разработан на основе работ Джеймса Партингтона и Марка Сандберга, написанной в 1990-х годах; новое, переработанное издание вышло в 2006 году. Он содержит 25 разных категорий речи и основан на разработанной Скиннером классификации типов речевого поведения. *Протокол* — это документ, который предлагает самый полный список навыков, представленных в последовательности, связанной с развитием детей с аутизмом в раннем возрасте. Он помогает точно определить, какие навыки отсутствуют у вашего ребенка, и каким навыкам его предстоит обучить в будущем. Протокол не содержит программы обучения этим индивидуальным навыкам. Такую программу может составить специалист (сертифицированный аналитик поведения, ВСВА), который прошел специальную подготовку и имеет соответствующий опыт обучения.

Использование любой из учебных программ, предложенных в этой главе, без полного понимания принципов анализа вербального поведения поможет вам увидеть только малую часть общей картины. Каждая из этих учебных программ — своеобразный ящик с определенным набором инструментов, который может быть применен для обучения лишь одной группе навыков, необходимых вашему ребенку.

Вы должны хорошо знать особенности своего ребенка, чтобы научить его тому, что ему действительно необходимо, используя методы АВА/ВВ, и выбирая самые подходящие из всех вариантов доступных программ и учебных планов. Чтобы стать мастером, способным построить уникальную и независимую программу обучения, вам надо верно выбрать необходимый инструмент из нужного набора в определенное время и, используя принципы мотивации и поощрения, заставить этот инструмент работать на вас.

## *Глава 15. Как победить аутизм*

Знание того, как использовать программы АВА/VB, позволит вам добиться превосходства над аутизмом. Это знание поможет вам обратить «врагов» вашего ребенка в его лучших друзей. Все, что вы сейчас относите к наиболее трудному или нежелательному в общении с вашим ребенком, может стать достаточно сильным орудием в его дальнейшем обучении, однако это произойдет только в том случае, если вы начнете постоянно использовать принципы АВА/VB в ежедневном общении с ним. Вы можете использовать техники подкрепления АВА и мотивационные стратегии VB, чтобы удалить все препятствия и открыть дорогу для вашего ребенка.

Многие годы привычка детей с аутизмом повторять, как эхо, считалась негативной. Когда я был моложе, я знал многих детей и молодых людей, которые были способны только повторять все, что они слышали. Одним из них был Тони.

Тони — мальчик, с которым я работал, — практически не разговаривал. Если я спрашивал: «Ты хочешь играть в баскетбол?», он повторял, как эхо: «Баскибол, баскибол, баскибол». И хотя Тони мог воспроизвести слово близко к оригиналу, он не мог ответить согласием или отказом — он просто повторял слово, независимо от того, хотел играть или нет. Однако достижения в области АВА/VB позволили сделать вывод, что дети, которые способны повторять слова других людей, больше не считаются не способными говорить. К тому же способность к повторению слов других людей — это ранний и очень важный шаг в обучении каждого человека. Звуковая (вербальная) имитация — один из девяти функциональных типов речи, которой пользуются все люди.

В процессе работы над навыком функциональной речи дети, которые способны повторять эхом, имеют преимущество. Правильный процесс перехода от функции повторения к другим функциям речи, таким как просьба или обозначение предмета, не столь сложен, как это кажется вначале. Методы, которые вы найдете в моей книге, помогут вам научить ребенка этим навыкам. Вам надо хорошо овладеть учебным контролем в процессе общения с вашим ребенком (главы 5 и 6). Вы должны знать, как использовать обучение отдельными блоками (глава 7). Вам важно

понять, как и когда эффективно использовать подкрепление и мотивацию (глава 9). Вам надо уметь использовать технику обучения без ошибок с подсказкой и федингом (глава 10) и прибегать к процессу переноса реакции с одной инструкции на следующую (глава 13). Наконец, вам надо знать о существовании нескольких типов речи, выполняющих различные функции в человеческом общении, таких как вербальная имитация, выражение просьбы и обозначение предметов, которые детально описаны в (главе 8).

Когда вы работаете над переходом от навыка звуковой имитации к навыку обозначения предметов, важно, чтобы ребенок был способен имитировать ваши слова, следуя вашей просьбе. Цель этого процесса — побудить ребенка правильно назвать предмет при ответе на вопрос «Что это?» (при наличии стимула в окружающей среде и без повторения самого вопроса).

Начните процесс с предъявления ребенку инструкции и полной подсказки - эхо. Например: «Что это? Мяч!» Если ваш ребенок говорит и может повторить все предложение, вы можете услышать, как он произносит: «Что это мяч». Это, естественно, не то, к чему мы стремимся. В этом случае вам нужно четко разделить вашу инструкцию и вашу подсказку. Вы можете негромко спросить: «Что это?» — и громким голосом подсказать: «Мяч!» Другой способ — это спросить: «Что это?» — и ждать, пока ребенок почти повторит ваш вопрос. Не давая ему повторить, прервите его, сказав: «Мяч». Это обычно обрывает первое эхо и заставляет ребенка повторить только последнее слово — «мяч».

Цель этого этапа процесса перехода заключается в том, чтобы ребенок мог различить инструкцию («Что это?») и подсказку-эхо («Мяч»). После некоторого времени работы с ребенком вы сможете легко определить, как представить инструкцию и подсказку так, чтобы побудить ребенка к правильному ответу.

После того, как вы получите ответ-эхо, которого вы добивались, подкрепите его, это увеличит вероятность успеха во время последующих повторений. После нескольких опытов подкрепления ребенок будет говорить «Мяч» в ответ на вашу инструкцию «Что это?» в паре с полной подсказкой - эхо «мяч».

Следующий шаг—фединг (постепенное уменьшение подсказки). Вам необходимо полную подсказку-эхо привести к частичной подсказке - эхо и помочь ребенку перейти от ответа «мяч» при

вашей полной подсказке к ответу с меньшей подсказкой. Это можно сделать следующим образом. Вы даете ребенку инструкцию и полную подсказку: «Что это? Мяч». Как только ваш ребенок отвечает правильно, быстро повторите инструкцию, только уже с уменьшенной подсказкой: «М-м-м...» Когда вы повторите это много раз и убедитесь, что ребенок может хорошо сказать слово с частичной подсказкой, начинайте переход к полному отсутствию подсказки. Теперь ребенок должен будет ответить «Мяч», когда вы зададите вопрос «Что это?», если он видит мяч или картинку с изображением мяча. Вы не получите правильный ответ с первой попытки. Однако после достаточных повторений ребенок начнет отвечать правильно без вашей подсказки.

Мотивация и подкрепление — это ключи для обучения любым навыкам. Относительно навыка ребенка отвечать «Мяч» на вопрос «Что это?» вы должны понимать, что это только начало. Вам предстоит перейти от навыка -эхо к навыку обозначения предметов, а затем продолжать работу над последним навыком до тех пор, пока ребенок не начнет понимать совокупность значений предмета и не сможет начать использовать новые примеры обозначения этого предмета самостоятельно.

Подобная стратегия применяется для перехода от навыка -эхо к навыку выражения просьбы, только в этом случае вместо инструкции «Что это?» используют фразу «Что ты хочешь?». Навыку выражения просьбы рекомендуется учить, только когда ребенок действительно хочет предмет, который просит.

Ценность и эффективность применения вербальной имитации (эхо) — это только один из многих путей в АВА/ВВ, который поможет превратить проблемы вашего ребенка в преимущества. Поведение, при котором ребенок использует самостимуляции, или ритуальное поведение - одна из наиболее узнаваемых характеристик аутизма с тех времен, как появилась его диагностика. Хлопанье в ладоши, постоянный взгляд на свет или движущиеся объекты, персеверации, раскачивание, прыжки и вокализации — все это примеры стереотипного (самостимулирующего) поведения.

Многие родители считают, что чем быстрее ребенок избавится от подобного рода поведения, тем меньше он будет отличаться от сверстников. Даже если это будет правдой, процесс подавления самостимуляции вряд ли окажется успешным. Во многих случаях

ваши попытки избавиться от самостимуляции будут скорее поощрять и подкреплять это поведение. Если вам повезет и вы сумеете погасить определенный тип стереотипного поведения, его место займет другой, доставляя ребенку те ощущения удовольствия или самоуспокоения, к которым он стремится.

Благодаря достижениям АВА/ВВ самостимуляция не рассматривается сегодня как что-то, что необходимо погасить. Наоборот, она рассматривается как желание ребенка и средство, которое может быть использовано в обучении.

Например, ребенку нравится смотреть на блестящие предметы или сквозь них. Вы можете решить прекратить это занятие. Это приведет к тому, что такие предметы станут еще более притягательными для ребенка. Правильнее было бы собрать как можно больше таких предметов, положить их в мешочек и использовать их для мотивирования и подкрепления важных навыков поведения ребенка. Вы можете научить своего не говорящего ребенка жесту «открой», чтобы получить желаемое. Вы можете отработать с начинающим учеником звуки «и», «а», «о» или «у», поощряя его блестящей игрушкой. Если ребенок готов начать учиться читать, можно давать ему желаемый предмет каждый раз, когда он прочитает новое слово.

Использование самостимуляции имеет два больших преимущества. Во-первых, ваш ребенок внутренне мотивирован использовать такое поведение, и наше всестороннее использование его мотиваций — лучшее оружие против проявлений аутизма. Второе преимущество заключается в возможности применить принцип отождествления, или ассоциации. Суть этого принципа в том, что, когда два объекта или занятия соединены попарно, ценность одного из них начинает «стираться» при очевидной значимости другого.

С одной стороны, подкрепляющее значение самостимуляции идет на убыль в процессе обучения, тогда как такие факторы, как внимание, фокусирование, глазной контакт и последовательное выполнение ваших инструкций становятся более желанными для ребенка, потому что предполагают сильное подкрепление. С другой стороны, трудности, связанные с проводимой работой, также начнут разрушать подкрепляющее значение самостимуляции. Со временем самостимуляция становится все менее подкрепляющей вследствие постоянного отождествления с работой.

Дети используют самостимуляции, потому что они удовлетворяют желание, которое не было удовлетворено другим способом. Как только вы начнете учить своего ребенка другим, более интересным способам наслаждаться миром, стремление к самостимуляции начнет исчезать. Однако если вы сосредоточены только на сокращении стимуляции, вы обнаружите, что в большинстве случаев она становится активнее. Если вы успешно ликвидируете «стим» в результате наказывающих процедур, но не замените его другим поведением, удовлетворяющим соответствующее желание ребенка, то его место займет другой, более разрушительный «стим».

Не пытайтесь скрыть или «не замечать» самостимулирующее поведение. Вместо этого уменьшайте его ценность, используя его в обучении. Постепенно вы увидите, как новые подкрепленные навыки, которым вы учите ребенка, будут занимать все больше места в его повседневной деятельности. Последовательное отождествление стереотипного поведения с менее подкрепляющим предметом или занятием может увеличить значение этого предмета (занятия) при снижении значения самостимуляции. Так, используя самостимуляции для того, чтобы научить вашего ребенка складывать пазлы, рассматривать книги, играть в догонялки или задавать вопросы, вы заметите, что эти новые виды деятельности все больше заполняют день вашего ребенка, в то время как частота, интенсивность и продолжительность самостимуляции становятся все меньше.

Один из наиболее эффективных способов «превратить» врага в друга — это использовать в случае взрывной реакции (истерики) технику гашения. Реакция взрыва — следствие намеренного не подкрепления вами поведения ребенка, которое было подкреплено в прошлом (глава 6). Использование техники гашения является чрезвычайно полезным в сокращении проявлений нежелательного поведения, но имеет и свои неприятные последствия. Одно из них — согласие родителей сдаться и дать подкрепление во время взрывной реакции.

В период «взрыва» ваш ребенок будет использовать всевозможные ухищрения в попытке получить то, что он хочет, прежде чем выберет новый, более приемлемый тип поведения, которому вы пытаетесь его научить. Всякий раз, когда родители

используют технику гашения, они должны быть готовы выдержать истерический взрыв, где бы и когда бы он их ни застал.

Когда родители приступают к процессу осуществления АВА/VB программ, взрывная реакция — первая проблема, с которой они сталкиваются. Никто не любит смотреть, как ребенок кричит, плачет, наносит удары себе или другим. Так ведут себя дети, неприемлемое поведение которых подкреплялось в прошлом. Многие родители не могут поверить, насколько далеко готов пойти их ребенок в стремлении получить то, что хочет, прежде чем выберет приемлемый тип поведения. Но независимо от вашего отношения к истерикам именно реакция взрыва может стать помощником в вашей работе, если только вы владеете учебным контролем.

Например, как только ваш ребенок начинает постоянно и спонтанно делать жест «музыка», начните применять технику гашения для этого жеста. Да, вы провели часы, дни, недели, а иногда даже месяцы, обучая ребенка этому жесту. Но теперь, когда этот жест является сильным в репертуаре вашего ребенка, его использование уже не улучшает навыки ребенка, и вам необходимо перестать подкреплять его. Вместо подкрепления жеста используйте его как сигнал: когда вы кладете руку на переключатель, посмотрите на вашего ребенка и очень четко два-три раза произнесите слово «музыка». Не получая подкрепления за выполнение жеста, как раньше, ваш ребенок, скорее всего, взорвется подобно тому, как делал это в прошлом. Он начнет усиленно требовать то, что хочет получить.

Может быть, он попытается сделать жест еще несколько раз. Может быть, он будет пытаться взять ваши руки, чтобы вы сделали жест вместе с ним. Поскольку вы представляете для него понятие «музыка» так же, как вербальную имитацию «музыка», он может даже попытаться сказать слово «музыка» и произнесет звук. Когда он это сделает, подкрепите этот звук, немедленно включив музыку — независимо от того, верный ли звук произнес ребенок. После того, как вы убедились, что ребенок может издать звук вместе с жестом, когда он хочет услышать музыку, вернитесь к технике гашения этого жеста и подкрепляйте ребенка только тогда, когда он попробует произнести звук «м» в паре с жестом. Когда вы начнете получать звук «м» постоянно, снова примените технику гашения уже по отношению к этому звуку и посмотрите, сможет ли ребенок



начать произносить звук «му». В конце концов, необходимость использования жестов исчезнет совсем, когда вы начнете слышать слово «музыка», а затем слова «слушать музыку», «можно слушать музыку», выражение «Можно мне послушать музыку?» и, наконец, финальное и желаемое: «Можно ли мне послушать мою любимую музыку, которую поет маленький мальчик? Пожалуйста!»

Взрывная реакция на начальном этапе процесса формирования учебного контроля очень сильна, однако чем она сильнее, тем легче ее использовать в будущем для обучения ребенка важным языковым и учебным навыкам. Именно ваша способность понять и использовать в своих целях реакцию ребенка позволит ему добиться прогресса на пути, конечной целью которого является полное восстановление навыков. До того, как вы полностью овладеете учебным контролем, вам будет трудно использовать реакцию взрыва в процессе обучения. Однако как только вы почувствуете власть над силами аутизма, вы сумеете использовать взрывную реакцию как эффективное орудие в борьбе за успешность и благополучие своего ребенка.

В процессе «перетягиванию каната», освоив весь потенциал АВА/ВВ, вы увидите, насколько мощным инструментом могут быть эти программы. Окончательный поворот в вашу пользу может случиться, только если вы поймете: чтобы ваш ребенок научился всему, чему он может научиться, его желание учиться у вас должно быть больше, чем ваше желание научить его.

Чтобы достичь этого, каждое взаимодействие должно приводить к подкреплению решения вашего ребенка следовать вашим инструкциям. Сейчас вы, вероятно, делаете более чем 95 % работы, чтобы поддерживать в тоне взаимодействие между вами и ребенком. Пока вы готовы поддерживать это соотношение, ваш ребенок не научится навыкам, необходимым для развития позитивных отношений. С какой стати он должен прилагать усилия, четко произносить слова, поддерживать зрительный контакт, участвовать в играх и других формах позитивного социального взаимодействия, если вы готовы сделать за него всю работу, связанную с поддержанием взаимодействия?

Если в какой-то момент ваш ребенок отказался принять участие в занятии или во взаимодействии с вами, вам лучше повернуться и уйти. Используйте технику гашения относительно его нежелания принять надлежащее участие в процессе общения. Затем позвольте

ему расстроиться и «закатить истерику», что непременно поможет ему найти новые и более сложные способы вернуть ваше внимание и получить подкрепления, которые ассоциируются с вашим присутствием. Ваше решение: «Я ухажу, и я имею в виду именно это» — мотивирует ребенка на поиск путей установления взаимоотношений и на проявление все более сложных навыков для развития отношений между ним и вами.

Часто родители и терапевты так сильно беспокоятся о способах удержать ребенка за рабочим столом, что непреднамеренно передают ребенку полный контроль над ситуацией. В итоге эта ситуация мало чем напоминает обучение. Ребенок играет в игры с терапевтом, игнорируя трудные инструкции, намеренно совершая ошибки, смеясь и прилагая столько усилий в выполнении заданий, сколько считает нужным. Поскольку ребенок постоянно угрожает уклониться от обучения, родитель, учитель или врач осваивает только один навык: как удержать горе-ученика. Подумайте, чему вы можете научить ребенка, если он полностью контролирует ситуацию? А теперь сравните это с объемом навыков, которым вы могли бы научить вашего ребенка, если бы он действительно был заинтересован в обучении.

Вместо того чтобы пытаться удержать своего ребенка в «плену» обучения, лучше использовать семь ступеней учебного контроля и другие процедуры, описанные в этой книге. Затем, когда ребенок попытается контролировать процесс обучения, отказываясь участвовать в спланированном вами занятии, вы всегда можете позволить ему уйти. Если уровень понимания речи у ребенка высок, скажите ему, что занятие закончено и что мама играть больше не будет.

Если ребенок — начинающий ученик, можно взять его на руки и повернуть в другую сторону, а затем аккуратно подтолкнуть, чтобы показать, что он потерял право на участие в учебной деятельности. Конечно, потеря доступа к учебной деятельности означает также, что он теряет все свои подкрепления в виде игрушек или игр, которые ей сопутствовали.

Если вы все сделали правильно и остаетесь уверены в себе, вы увидите, что ребенок делает попытки перехватить у вас контроль над ситуацией, стараясь своим поведением заставить вас позволить ему вернуться к рабочему столу. По мере того как вы будете показывать, что готовы подчиниться ему, он действительно начнет

верить, что это он хочет узнать от вас больше, а не вы хотите его обучать. И когда он продемонстрирует хорошее поведение, позвольте ему вернуться и возобновите урок с самого интересного. Однако если ребенок перестает слушаться и начинает баловаться, используйте мини-последствия (глава 13), чтобы показать ему, что вам ничего не стоит еще раз прекратить занятие.

Не стоит недооценивать детей с аутизмом. Поверьте, у них есть желание узнать то, чему вы хотите их научить, но сначала они должны преодолеть чрезвычайно высокую стену, которая стоит между ними и их будущим. Благодаря сочетанию стратегий УВ с принципами АВА мы можем сегодня помогать семьям обучать их детей.

Чтобы действительно взять верх над аутизмом, вы должны убедить ребенка, что вас несколько не волнует тот факт, участвует ли он в процессе обучения. Это единственный путь, способный подвигнуть ребенка позаботиться о том, чтобы склонить вас к совместным занятиям снова.

Кратко напомним семь ступеней формирования учебного контроля:

- 1. Ограничьте доступ ребенка ко всем формам подкреплений в окружающей среде.*
- 2. Сделайте так, чтобы ребенок отождествлял вас с подкреплением, тогда времяпрепровождение с вами станет для него увлекательнее, чем без вас.*
- 3. Показывайте, что вы всегда делаете то, что говорите, и говорите то, что действительно имеете в виду.*
- 4. Покажите ребенку, что вы предоставите ему доступ к подкреплению, как только он последует вашим инструкциям.*
- 5. Вы должны знать, какое подкрепление является самым сильным для вашего ребенка.*
- 6. Подкрепляйте каждое положительное взаимодействие с ребенком, работая над усилением соотношения «инструкция — подкрепление».*
- 7. Покажите ребенку, что когда он не следует вашим инструкциям, вы не дадите ему доступа к подкреплению.*

Если вы последовательно используете эти ступени, ваш ребенок будет выполнять ваши инструкции, потому что поймет: это самый быстрый и легкий способ получить то, что он хочет (ступень 4).

Вы всегда можете дать ему то, что он хочет, когда он заработает это право (ступень 5).

Если он решает не участвовать в процессе обучения именно так, как вы этого хотите, он не получит от вас никакого подкрепления (ступень 7).

И если он просто выйдет из комнаты, то он не найдет ничего интересного, чем мог бы заняться (ступень 1).

Если вы скажете: «Я уйду в другую комнату, если ты не сядешь за стол», он будет знать, что вы имеете в виду то, что говорите (ступень 3).

Поскольку вы отождествляете себя с подкреплением большую часть времени, ваш ребенок скорее согласится слушаться вас, чем позволит вам уйти (ступень 2).

Когда вы последовательно выполните все семь ступеней, вы заполните все трещины внизу песчаной стены, о которой мы говорили в самом начале книги. Ребенок не сможет получить подкрепление, не предприняв попытку начать штурм этой стены вместе с вами. Затем, используя мотивации ребенка, вы сможете подняться ему на воображаемой волне мотиваций к самой вершине этой стены. Вы можете предложить ваши инструкции и подсказки, и ребенок вновь попытается получить подкрепление, «карабкаясь» через воображаемую стену — и таким образом проложит себе путь, который с каждым разом будет все легче преодолеть в будущем.

Теперь вспомним несколько техник. Если вы используете метод обучения без ошибок, ваш ребенок будет отвечать правильно, при этом уровень получения им подкреплений будет высок. Если вы используете метод арки, вы будете начинать урок с игры и заканчивать урок, оставляя ребенка в тот момент, когда ему все еще очень хочется продолжить общение с вами. Если вы варьируете инструкции, вашему ребенку никогда не наскучат задания, которые вы ему предлагаете. Если вы чередуете трудные и легкие задания, средний уровень сложности работы никогда не будет слишком высоким. Если вы используете метод мини-последствий, ваш ребенок всегда сумеет понять, когда он сбился с пути в поиске правильного ответа, и его мотивации в работе над навыком будут расти.

Если вы владеете учебным контролем, используете принципы АВА и техники VB, у вас есть все инструменты, которые нужны вам для того, чтобы обучить вашего ребенка всему, что он способен освоить — настолько быстро, насколько это возможно. Вы сами будете устанавливать, какое количество усилий должен приложить ребенок для выполнения того или иного задания. Вы сможете решать, как быстро, как громко, насколько ясно, насколько приемлемо должен ваш ребенок демонстрировать определенный навык. Вы можете помогать ему добиться успеха в постоянном процессе «дотягивания» до ваших все возрастающих требований и подкреплять каждую успешную попытку на этом пути. Если ваш ребенок не оправдывает ваших ожиданий, потому что задание трудное, вы можете использовать процедуру коррекции, чтобы научить правильному ответу без разрушения ваших отношений учитель-ученик. Если он не отвечает вашим требованиям, потому что не хочет, вы можете использовать систему мини-последствий или, если необходимо, собрать все свои материалы и выйти из комнаты.

Помните, он хочет быть с вами, потому что с вами интересно (ступень 2).

Он хочет иметь быстрый и легкий путь к получению подкреплений (ступень 4).

Он хочет иметь доступ к своим любимым игрушкам (ступень 1).

Полное представление об этих желаниях ребенка позволит вам сохранить контроль на процессом обучения и создать хорошие, основанные на доверии рабочие отношения учитель-ученик.

Если вы будете следовать этим ступеням, вы увидите, что ребенок хочет учиться и позволяет вам решать, когда сделать перерыв. Если вы используете эти техники систематически и всесторонне, основываясь на индивидуальных потребностях ребенка, он будет желать, чтобы именно вы обучали его, больше, чем вы будете желать этого. Вам надо будет найти помощника, потому что всегда не хватает времени на то, чтобы научить ребенка всему тому, чему он хочет научиться.

Перед началом использования любых процедур, представленных в этой книге, вы должны найти надежного специалиста в области АВА/VB. Если вы не можете найти никого,

кто бы имел соответствующую квалификацию (ВСВА), вы не должны пробовать применять эти техники дома без дальнейшего изучения или специального тренинга (обучения). АВА — это единственная дисциплина в мире, которая учит людей тому, как модифицировать (изменять) поведение в работе над навыками и в выборе правильных моделей поведения.

АВА опирается только на научные данные, подтверждающие эффективность применения его принципов. Специалисты не теряют время и энергию, пытаясь определить, что является причиной того или иного поведения. Вместо этого они определяют, что в данный момент приводит к проявлению этого типа поведения и как увеличить или уменьшить такое проявление в будущем.

В настоящее время использование принципов АВА — самое эффективное направление для обучения детей с аутизмом. Причина, по которой вы должны искать сертифицированного специалиста в этой области, в том, что эта независимая сертификация (ВСВА) служит гарантией высокой квалификации и серьезного опыта профессионала. Сертификация требует как минимум наличия диплома бакалавра в области, имеющей отношение к психологии или образованию, чтобы стать (ВСАВА), или степени магистра, чтобы стать (ВСВА). В дополнение к образованию и опыту специалист должен сдать экзамен, включающий знание этических норм, определений, понимание методов, процессов, навыки первоначального тестирования поведения и переоценки процесса интервенции (вмешательства). Владеть методами измерения изменений в поведении, знать способы сбора и оценки данных, уметь выбирать цели и стратегии вмешательства, понимать процедуры модификации поведения и системы поддержки.

Сертификат специалиста ВСАВА, ВСВА не является пожизненным. Его ежегодное подтверждение требует постоянного обновления знаний в области теоретических исследований и прикладных методов АВА (не менее 12 учебных часов в год). Любой член ВСВА, которому не будет хватать профессионализма, может быть лишен членства. В настоящее время мы имеем приблизительно 5000 членов ВСВА в 20 странах мира.

Значительная часть того, что вы прочли на этих страницах, основана на моем личном опыте помощи детям стать более успешными в жизни. АВА/ВВ — это научное направление, которое

рецензируется коллегами — представителями научного сообщества, с целью определить ценность применяемых принципов и методов. Пытаясь сделать эту книгу понятной для родителей, учителей или терапевтов, я специально решил не углубляться в какие-либо виды исследований.

Старайтесь помочь своему ребенку, основываясь не на том, что я написал, а на том, что, по вашему мнению, будет лучше для него в будущем. Понимание этого может прийти только после детального анализа техник, подходов и исследований, доступных вашему вниманию. За исключением тех нововведений, которые мы предлагаем в терапии АВА (методы арки и мини-последствий, описанных в главе 13), есть доказанное подтверждение эффективности большинства техник и стратегий, которые я описал.

Присоединяйтесь к сообществу АВА/ВВ в Интернете. Посещайте семинары, проводимые специалистами ВСВА. Эти семинары призваны показать вам, как пользоваться принципами АВА/ВВ, чтобы помочь вам взять верх над аутизмом.

## *Заключение*

Спасибо вам за чтение моей книги о методе анализа вербального поведения. Эта книга является краткой версией более полного моего издания «Дорога к восстановлению. Взять верх над аутизмом». В ней я глубже и детальнее рассматриваю каждую тему, описанную в этом руководстве, а также другие темы, важные для родителей детей с аутизмом и похожими расстройствами, такие как обучение навыкам гигиены, управление поведением ребенка, способы развития взаимоотношений, использование программ АВА/ВВ в школе, этика АВА, различие между обучением отдельным навыкам и настоящим обучением, ведущим к восстановлению. Если вы нашли полезной данную книгу, я настоятельно рекомендую приобрести также и полную версию.

## *Адаптированный словарь понятий АВА*

*Вербальное поведение* — любое поведение, которое возникает и поддерживается при взаимодействии с другим человеком.

*Взрывная реакция* — период от момента, когда нежелательное поведение становится более интенсивным, чем обычно, до момента, когда оно начинает уменьшаться.

*Вспомогательная коммуникация* — общение с использованием каких-либо вспомогательных средств.

*Гашение избегающего/уклоняющегося поведения* — процесс, при котором ребенок не может уклониться от учебной задачи или ситуации и вынужден подчиниться требованиям.

*Дискриминативный (определенный) стимул* — любой элемент окружающей среды, который вызывает проявление определенного поведения.

*Дифференциальное подкрепление* — процесс предоставления разного (дифференциального) количества подкрепления для разных типов поведения или разных уровней поведения.

*Звуковая (вербальная) имитация* — имитация звуков и слов.

*Интравербальное действие* — речь, жест или действие в ответ на слова или жесты других людей.

*Командный язык* — язык общения, используя который, вы предполагаете получить ответ (реакцию).

*Конкурирующее поведение* — любое поведение, которое человек не может продемонстрировать одновременно с проявлением проблемного поведения.

*Метод интенсивного обучения* — обучение в соответствии с запланированными ранее целями при отсутствии естественной мотивации.

*Метод обучения отдельными блоками* — процесс обучения для формирования целевого поведения, составными частями которого являются Дискриминативный стимул и подкрепляющий стимул, или подкрепление

*Моторная имитация* — копирование (имитация) жестов, движений и мимики.



*Называние* — умение обозначать предметы: процесс узнавания и обозначения предметов и явлений с помощью слов или средств вспомогательной коммуникации.

*Наказание* — все, что выступает в роли наказания. То, что происходит после проявления поведения и ведет к уменьшению вероятности того, что поведение повторится при подобных обстоятельствах. Это также удаление чего-либо из окружающей среды после проявления поведения, что ведет к уменьшению вероятности проявления подобного поведения в будущем.

*Обучающий блок* — разовая попытка (проба) обучения. Один из блоков обучения.

*Обучение без ошибок* — процесс, при котором новые требования отождествляются с минимальной подсказкой, необходимой для пробуждения правильного ответа. Целью этого процесса является создание образца подкрепления для определенного желаемого поведения.

*Обучение в естественной среде* — обучение в соответствии с ранее запланированными целями в естественной окружающей обстановке. Стимулирует проявление у ребенка инициативы при наличии естественной мотивации.

*Ответ* — реакция, проявляющаяся после предъявления дискриминативного стимула (8<sup>е</sup>).

*Отрицательный подкрепляющий стимул* — удаление чего-либо из окружающей среды после проявления поведения, что ведет к увеличению вероятности того, что это поведения повторится в будущем при подобных обстоятельствах.

*Персеверация* — необычайно сильное влечение к предмету или виду деятельности.

*Письмо* — навык правописания прописью или печатными буквами.

*Побуждающее условие* — условие, при котором временно изменяется ценность следующего за поступком последствия и увеличивается (уменьшается) частота проявления целевого поведения в будущих ситуациях, связанных с данным последствием.

*Поведение* — любые измеряемые перемены в человеке, оказывающие влияние на окружающую среду.

*Повествовательная речь* — описание событий, не требующее ответной реакции другого человека.

*Подкрепление* — все то (предметы, занятия, похвала), что происходит непосредственно после проявления поведения и увеличивает вероятность проявления данного поведения в будущем.

*Подкрепляющий стимул* — любое последствие, которое создает историю подкрепления определенного поведения.

*Подсказка* — все то, что можно добавить к инструкции дискриминативного стимула, чтобы помочь ребенку дать правильный ответ.

*Положительный ослабляющий стимул* — привнесение чего-либо в окружающую среду после проявления поведения, что ведет к уменьшению вероятности того, что поведение повторится при подобных обстоятельствах.

*Положительный подкрепляющий стимул* — привнесение чего-либо в окружающую среду после проявления поведения, что ведет к увеличению вероятности того, что поведение повторится при подобных обстоятельствах.

*Понимание речи, или рецептивная речь* — способность следовать инструкциям, не связанным с необходимостью вербального ответа на них.

*Последствия* — то, что происходит сразу после проявления поведения и позволяет осуществлять контроль над рассматриваемым поведением.

*Предшествующий стимул* — событие или явление, имеющее место непосредственно перед проявлением поведения.

*Прикладной анализ поведения АВА* — научно обоснованный подход к обучению.

*Просьба* — акт выражения просьбы (словами или средствами альтернативной коммуникации) с целью получить что-либо.

*Различение предметов по описанию признака, функции и класса объектов* — умение идентифицировать объекты по категориям.

*Самостимуляция* — стереотипное поведение, повторяющиеся действия, движения, выполняющие роль самостимуляторов.

*Спонтанная речь* — любое вербальное поведение, инициатором которого является ребенок.

*Спонтанное обучение* — незапланированное обучение в момент проявления естественной мотивации (экспромтом).

*Текстуальное действие* — навык чтения.

*Требование, указание, инструкция, Дискриминативный стимул* — требования, предъявленные ребенку.

*Фединг* — постепенное систематическое уменьшение подсказки после предъявления инструкции или указания.

*Целевой ответ/реакция* — поведение, которое вы намереваетесь вызвать.

*Эхо* — повторение звука или слова.

*Язык жестов* — вспомогательная система общения, основанная на использовании жестов.

Роберт Шрамм

# ДЕТСКИЙ АУТИЗМ И АВА

АВА (Applied Behavior Analysis)  
терапия, основанная на методах  
прикладного анализа поведения



**рама**  
ПАБЛИЦИСТ

*Специально для родителей из Казахстана от сами знаете кого =>*