

Применение АВА в домашних условиях

Ольга Стасюлайтис, специалист по
Прикладному анализу поведения

АВА(Прикладной анализ поведения)



- АВА(Прикладной анализ поведения)- это наука, которая изучает влияние факторов в окружающей среде на поведение, и манипулирует этими факторами, чтобы изменить поведение.
- **Д-р Ивар Ловаас** считается основоположником АВА-терапии



АВА для детей с аутизмом



- Сфера применения АВА достаточно широкая и применение АВА для реабилитации детей с аутизмом это всего лишь одно из направлений, которое носит название АВА-терапия.
- АВА –терапия является единственным методом, чья эффективность доказана в научной литературе.
- Более тридцать лет исследований продемонстрировали эффективность прикладного анализа поведения для развития коммуникации, формирования навыков, умения учиться и для коррекции поведения.
- По своей сути АВА терапия - это интенсивная обучающая программа, которая основывается на поведенческих технологиях и методах обучения.



Терапевтические модели в АВА

терапии



- В АВА-терапии существуют несколько терапевтических моделей, которые отличаются друг от друга по некоторым характеристикам.

По предназначению:

- для детей раннего возраста (1, 5- 4 лет)
- для детей дошкольного возраста (от 4 до 6-7 лет)
- для детей школьного возраста
- для подростков
- для взрослых



Терапевтические модели в АВА терапии

По характеристикам обучающей среды:

- обучение на дому
- обучение в коррекционных учреждениях
- инклюзия

По объему программы:

- обширная обучающая программа
- частичная программа
- коррекция нежелательного поведения
- сосредоточение на одном виде навыков.



Применение АВА терапии

- Применять АВА терапию можно независимо от диагноза и возраста ребенка, независимо от того какие методы реабилитации применялись ранее, независимо от того находится ли ребенок на медикаментозном лечении или нет.
- Также АВА терапия может применяться либо самостоятельно либо в комплексе с другими реабилитационными методами и успешно их дополнять.
- Противопоказаний для применения АВА терапии нет .
- АВА терапия всегда направлена на улучшение качества жизни ребенка и его семьи, программа реабилитации каждого ребенка выстраивается только на индивидуальной основе, выбор целей осуществляется исходя из их функциональности. Нельзя взять программу одного ребенка и применить ее к другому ребенку, даже если эти дети кажутся очень похожими.

Организация процесса обучения

- Не менее 10 терапевтических часов в неделю
- Упражнения и материалы для обучения подбираются на индивидуальной основе
- Правильное использование поведенческих методов: поощрений, подсказок, «случайного обучения», обучение отдельными блоками», «безошибочное обучение» и т.д.
- Ведение записей о поведении ребенка
- Методы коррекции поведения только на основе функционального анализа поведения
- Не менее 1 раза в месяц пересмотр программы и внесение изменений
- Уважительное отношение к ребенку
- Применение обучающей программы под руководством опытного специалиста по АВА



Раннее вмешательство(1,5 до 4 лет)

- Домашние условия прекрасно подходят для детей с аутизмом или задержкой развития с подозрением на аутизм в раннем возрасте от **1,5 до 4 лет**.
- Обучение в этом возрасте происходит **1:1**. Обучающие программы состояются таким образом, чтобы задания были короткими, и в более игровой форме. Постепенно ребенок приучается сидеть за столом, и обучаться в более структурированной среде.

Навыки в обучающей программе раннего вмешательства



- коммуникативные (жесты и просьбы)
- речевые (понимание инструкций, различение предметов и понятий)
- имитация (моторная и словесная)
- моторика (мелкая и крупная)
- навыки самостоятельности и самопомощи (отучение от подгузников, использование столовых приборов, одевание и раздевание, чистка зубов, самостоятельное засыпание и отучение от соски и бутылочки, и т.д.)
- игра
- коррекция нежелательного поведения (агрессия, ауто-агрессия, ауто-стимуляция)
- В данном возрасте коррекция нежелательного поведения наиболее эффективна, т.к. это поведение еще не успело закрепиться, а также взрослому проще справиться с ребенком, в случае направленной агрессии, или самоагрессии.
- Очень часто дети с аутизмом развиваются непоследовательно и может в одной области иметь высокий уровень навыков а в другой низкий, поэтому важно определить слабые стороны, которые мешают приобретать новые навыки, и в первую очередь обучить именно им.



Реализация программы раннего вмешательства



- В литературе описано несколько вариантов того, как может быть реализована программа раннего вмешательства. Чем интенсивнее учебная программа, тем больше существует вероятности, что ребенок сможет преодолеть отставание в развитии.
- Существует ряд исследований, которые подтверждают, что применение интенсивного поведенческого вмешательства (более 20-ти терапевтических часов в неделю) в раннем возрасте (до 4-х лет) приводит к значимым результатам и уменьшает потребность коррекционного вмешательства в будущем (Smith, T. (1999). Outcome of early intervention for children with autism. Clinical Psychology: Science and Practice, 6, 33-49.)





Дошкольный возраст

Обучение в данном возрасте является началом дороги, по которой ребенок будет продвигаться по жизненному пути, и обучение на дому может быть ограниченной средой, в которой ребенок не сможет выучить такие важные навыки, как нахождение в группе сверстников, обучение в группе, общение с различными людьми, понимание социальных правил.



АВА-терапия в дошкольном и школьном возрасте



- В дошкольном и школьном возрасте АВА терапия можно проводить уже совмещая домашнюю программу с программой либо инклюзивной, либо с программой коррекционного учреждения, в зависимости от потребностей и уровня навыков ребенка.
- Детям, которым лишь недавно поставили диагноз, которые не владеют достаточными навыками обучения, не умеют сотрудничать на начальном этапе следует использовать индивидуальное обучение 1:1 и постепенно готовить ребенка к коллективу.
- Дети, за плечами которых двухлетняя программа раннего вмешательства, которые уже давно прошли все базисные программы обучения, и готовы к более натуральному обучению и обучению социальных навыков, следует подобрать обучение в среде сверстников.
- Детям, которые несмотря на попытки реабилитации различными видами терапий и интенсивное вмешательство, по-прежнему обладают лишь начальными навыками понимания речи, и имеют затруднения практически во всех областях навыков рекомендуется обучение в системе коррекционного образования.



АВА для подростков

- **АВА для подростков направлено на формирование адаптивных и бытовых навыков, а также взаимодействия с окружающей социальной средой.** В подростковом возрасте обучение чаще происходит в формате группы, однако для некоторых учеников требуется применение индивидуального формата обучения.



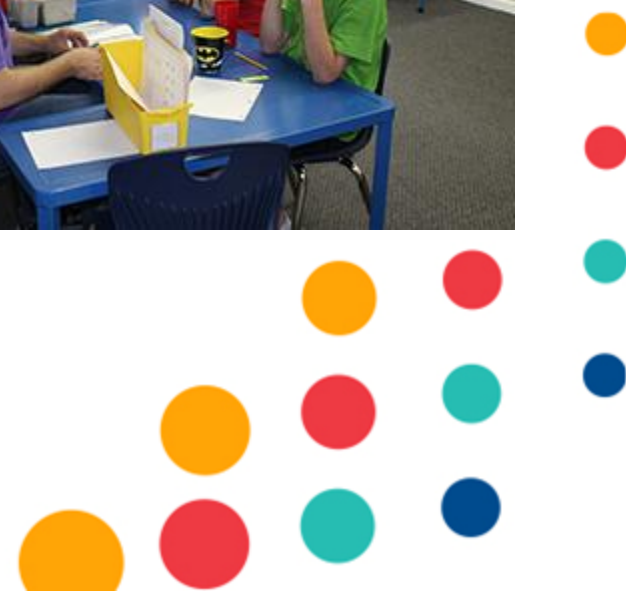
АВА для подростков

- В этом возрасте для оценки навыков используются такие инструменты, как "[Essential for Living](#)" и [AFLS](#). Эти инструменты предназначены для оценки таких навыков, как умение оказать самому себе первую помощь (например, наклеить пластырь на рану), умение разогреть или приготовить еду, уровня навыков личной гигиены, соблюдения правил поведения в публичных местах и умения занимать себя функциональной деятельностью в свободное время. При использовании этих инструментов специалист может определить, какие навыки у подростка уже сформированы, а какие еще нет, и выбрать цели для обучения.



АВА для взрослых с аутизмом

- Коммуникация
- Коррекция проблем в поведении
- Формирование навыков трудовой занятости
- Формирование бытовых навыков и навыков самообслуживания
- Формирование навыков социального взаимодействия
- Образование в сфере секса



Выбор обучающей среды

Определяющим фактором для выбора обучающей среды для ребенка является:

- возраст ребенка
- уровень сформированных навыков



Преимущества работы в домашних условиях



- Домашняя среда идеальна для обучения навыкам самообслуживания.
- Охватывает все сферы жизни ребенка
- Возможность обобщать навыки ,в обычной жизни(на улице, в магазине, детской площадке, поездки в транспорте, посещение незнакомых мест)
- Ребенок находится в своей привычной среде
- Возможность контроля сенсорных перегрузок(громкий шум, различные звуки, яркий свет или большое количество людей вокруг), которые влияют на ребенка и на его обучение.



Зачем нужно тестировать ребенка

- Определение навыков, на которых строиться обучающая программа.
- Определение начального уровня каждого их навыков.
- Преграды и сложности, затрудняющие процесс обучения.
- Подбор способа и системы коммуникации для ребенка.
- Выбор методов обучения.
- Выбор обучающей среды.



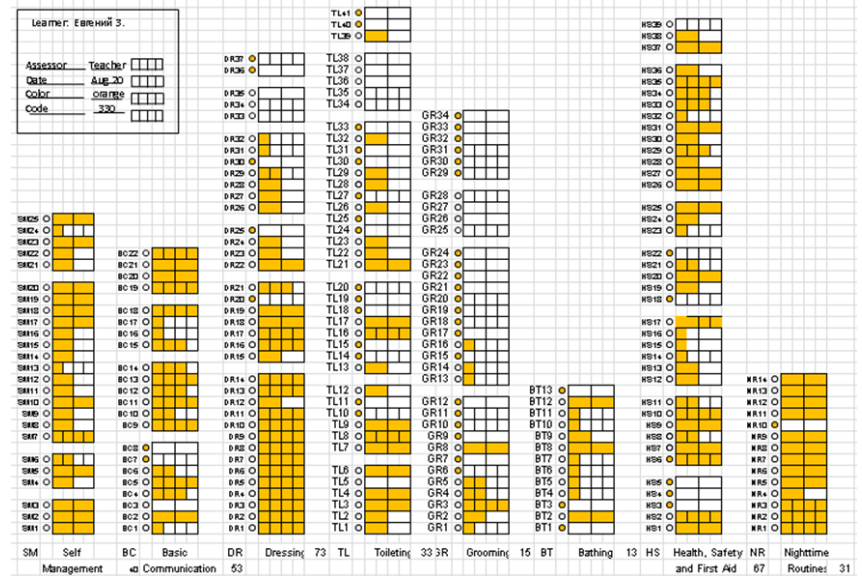
Методы оценки навыков



VB-MAPP



AFLS

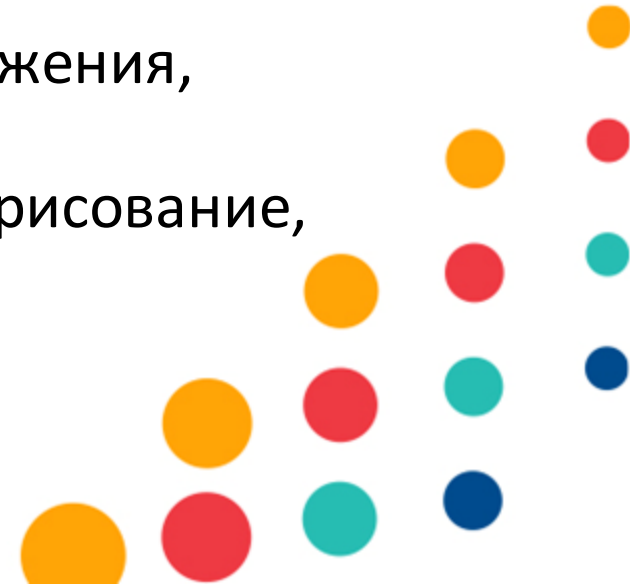


АВА в домашних условиях. С чего начать?

- Главное условие эффективной программы вмешательства это участие всех членов семьи как единой команды.
- Четкое понимание принципов АВА которые применяются последовательно
- Четко сформулированные цели и задачи. Опора на развитие функциональных навыков
- Поиск и тестирование поощрений на постоянной основе(предметы или виды деятельности, которые ребенок хочет получить в данный момент времени и готов приложить к этому определенные усилия)

Что может быть поощрением?

- Любая еда или напиток
- Игры на планшете, телефоне, компьютере
- Игрушки
- Пальчиковые игры
- Прослушивание песен, мультфильмов, роликов
- Тактильные и проприоцептивные ощущения (массаж, щекотки, закутывание в одеяло)
- Вестибулярные ощущения (качели, кружения, раскачивание в одеяле)
- Различные виды деятельности (лепка, рисование, плавание)
- Активные игры (догонялки, хороводы)



Формирование сотрудничества и установление руководящего контроля

Контроль над поощрениями:

- Не давать ребенку возможность самостоятельно брать предметы или иметь доступ к поощрениям.
- Если ребенок может легко без усилий взять то, что ему нужно, у него совершенно нет необходимости ни подходить к вам с просьбой, ни тем более прикладывать усилия и просить вас словестно об этом, т.е. отсутствие мотивации.




Формирование сотрудничества и установление руководящего контроля

- Отождествление взрослого с предоставлением поощрений и интересной совместной деятельности
- Общение со взрослым должно быть ребенку настолько радостным, чтобы он сам хотел проводить как можно больше времени с ним.



Формирование сотрудничества и установление руководящего контроля



- Предоставление ребенку небольших требований или инструкций перед тем как дать поощрение
- На начальном этапе отдавать предпочтение требованиям связанных с мотивационными или приятными видами деятельности для ребенка
- Предоставление подсказок при необходимости для создания успешности ребенка
- Покажите ребенку, что игнорирование вашей инструкции или выбор неприемлимого поведения не приведет к получению поощрения

Структурированность и регулярность режима в домашней среде



- Необходимо создать РЕГУЛЯРНУЮ ПРОЦЕДУРУ для повседневной жизни семьи и придерживаться ее.
- Следует создавать расписание, основываясь на тех видах деятельности, которые происходят на ежедневной основе, чтобы дать ребенку возможность выучить распорядок своего дня и почувствовать, что он может контролировать окружающую среду.



Визуальное расписание.



Реализация данной стратегии будет невозможна без структурированности ежедневного распорядка дня.

Визуальное расписание имеет огромное значение, если вы хотите обучить ребенка самостоятельности. Визуальное расписание помогает детям понимать, что им необходимо сделать, и что за этим последует.



Визуальное расписание




Позволяет ребенку:

- быть **более самостоятельным**, и не зависеть от подсказок и инструкций окружающих.
- **Уменьшить нежелательное поведение** и улучшить сотрудничество
- **Организовать досуг** и направить ребенка на более функциональную и эффективную деятельность.



Обучение коммуникационным навыкам



- Если ребенок не вербален, он не умеет говорить, нужно дать ему способ сообщать о своих желаниях и потребностях, научить его этому. Ребенок может общаться при помощи языка жестов, iPad, PECS и т.п. Важно, чтобы ВСЕ члены семьи ребенка принимали данную систему коммуникации и соглашались поощрять ее использование.
- Если же ребенок вербален, тогда они должны поощрять его к использованию слов. Специалисты часто сталкиваются с ситуацией, когда ребенок применяет целый ряд неэффективных и слабых способов общения, и эта проблема решается довольно легко.
- Необходимо, чтобы все близкие ребенка начали поощрять использование единой коммуникационной системы и действовали последовательно и сообща.

Применение проактивных стратегий.



Предотвращение уходов из дома:

- Расписание
- Визуальная подсказка «Спроси маму прежде, чем выйти на улицу».
- «остановись и спроси»
- просить разрешения «выйти на улицу».



Лента или доска для выбора.

- Осуществление выбора представляет собой важнейшее право, которым обладает человек, и о котором часто забывают, когда речь заходит о детях с различными нарушениями развития. Многие проблемы поведения можно уменьшить или полностью исключить, если предоставлять ребенку больше возможностей для выбора (места для сидения, мультфильма для просмотра, воды или сока, и т.п.)



Предварительные навыки использования туалета.



- Снимать подгузник ребенка только в туалете
- Поощрять в помощи одевании-раздевании
- Поощрять в помощи выбросить грязный подгузник или пеленку
- Привыкнуть к пребыванию в туалетной комнате и ассоциировать ее с приятным времяпрепровождением



Работа с нежелательным поведением

Применение методов коррекции поведения должно производиться только под руководством опытного специалиста АВА или супервизора

Функции поведения:

- Доступ к желаемому
- Избегание
- Привлечение внимания
- Получение сенсорной стимуляции



Важные навыки

- Инструкция «Жди»
- Просить «перемену»
- Сначала-потом



Мультимодальные сенсорные предметы



- Это имеет непосредственное отношение к уменьшению повторяющегося аутостимулирующего поведения и к снижению гиперактивности.
- Родители детей, которые проводят буквально все свое свободное время, участвуя в аутостимуляции, часто спрашивают терапевтов о том, как можно уменьшить или прекратить это поведение. Однако некоторые специалисты придерживаются мнения о том, что его нужно перенаправлять, а не прекращать.
- Можно разместить в квартире предметы, которыми ребенок сможет манипулировать, чтобы получить сенсорную стимуляцию, таким образом, ему не придется ходить кругами и гудеть, размахивать руками или вращаться вокруг своей оси весь день.
- Такими предметами могут быть фитнес-мячи, батуты, сенсорные коробки, гирлянды, музыкальные машинки, краски для рисования на теле и т.п.



Мультимодальные сенсорные предметы



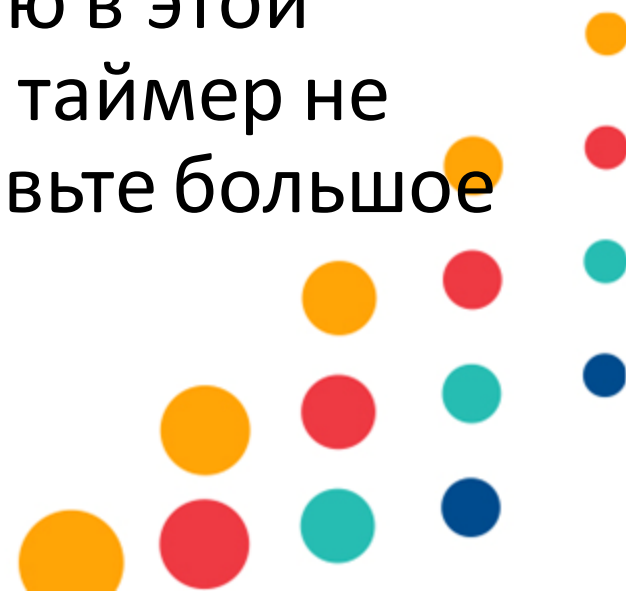
Мультимодальные сенсорные предметы



Самостоятельная деятельность



- Ребенка необходимо обучить навыкам самостоятельной деятельности. Обустройте небольшую игровую зону, разместите в ней предметы для нескольких видов деятельности и включите таймер. Направляйте ребенка к участию в этой деятельности до тех пор, пока таймер не выключится, а затем предоставьте большое поощрение за гибкость.



Место для релаксации и успокоения.



- Дети с аутизмом зачастую подвержены излишнему возбуждению или перестимуляции в течение дня, что приводит к истерикам, плачу, разочарованию или аутоагрессии.
- Еще в раннем возрасте важно научить ребенка тому, что он должен контролировать свои эмоции. Выберите тихое место в доме и разместите в нем успокаивающие и релаксирующие предметы (подушки, мохнатые шарики, стресс-мячики и т.п.). Когда ребенок огорчается или перевозбуждается, ему необходимо объяснить, что он должен успокоиться. Затем следует направить ребенка в место для релаксации и помочь ему в реализации расслабляющих стратегий.



Место для релаксации и успокоения



Примеры реализации программы раннего вмешательства



- **1-й вариант реализации программы в домашних условиях:**
Супервизор / поведенческий аналитик(куратор) оценивает начальные навыки ребенка и строит обучающую программу. Эту программу выполняют [терапевты](#), то есть именно терапевты непосредственно работают с ребенком и обучают его.
- Чаще всего в таких интенсивных программах работают несколько терапевтов (2-3) посменно, т.к. один человек не сможет находиться все часы в максимальной концентрации внимания и эффективно обучать ребенка. Чаще всего занятия происходят в утренние часы (3-4 часа) и после обеда (3-4 часа) ежедневно, и каждый из терапевтов работает по несколько смен в неделю. Также программа поддерживается родителями ребенка, которые являются основными посредниками обучения, и благодаря действиям которых ребенок не только быстрее приобретает навыки, но и более успешно обобщает данные навыки в естественной среде.
- Супервизор(куратор) курирует действия терапевтов, проводит тренинги раз в неделю, в течение 2-3 часов, а также, параллельно стренингом терапевтов и коррекцией программы, делает тренинг родителям. Сбор данных по продвижению ребенка ведется всеми членами команды, включая родителей, родственников, находящихся с ребенком в соответствии с требованиями программы.



Примеры реализации программы раннего вмешательства



2-й вариант реализации домашней программы:

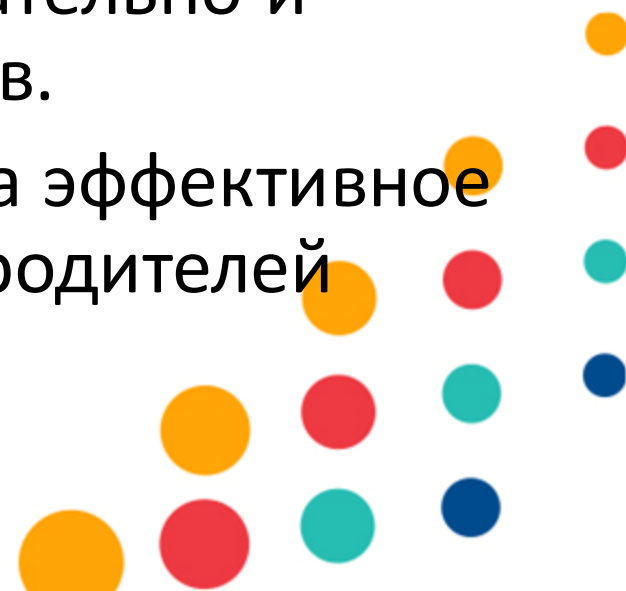
Супервизор / поведенческий аналитик (куратор) оценивает начальные навыки ребенка и строит обучающую программу, но выполняют программу родители. Куратор обучает родителей и отслеживает правильность применения всех процедур, делает мониторинг продвижения ребенка. Родители собирают данные по обучению ребенка навыкам и согласовывают с куратором все действия. В этом случае родителям желательно иметь базовые знания по применению Прикладного анализа поведения.

- В таком варианте на родителей ложится огромная нагрузка, чаще всего на маму, поэтому в этом варианте важно привлечь к работе всех членов семьи, старших братьев и сестер, бабушек и дедушек, няню, предварительно подробно обозначив все их цели и задачи.
- Нет человека, имеющего более сильную мотивацию помочь своему ребенку, чем родители. Именно родители и близкие люди - это и есть та окружающая среда, которая влияет на поведение ребенка. Поэтому поведение родителей и близких, их привычки, способ реагирования на происходящее, манера общения с ребенком, способность контролировать свое поведение определяет успешность работы с ребенком.
- Родители – самые первые и самые важные учителя для своих детей.



АВА в домашних условиях

- АВА терапия в домашних условиях может применяться в любом возрасте и всегда направлена на повышение уровня жизни человека.
- АВА терапия охватывает все сферы жизни человека и позволяет последовательно и предсказуемо добиваться успехов.
- У каждого ребенка есть право на эффективное обучение и задача педагогов и родителей помочь это право реализовать.



Рекомендуемая литература

- Роберт Шрамм "Детский аутизм и АВА"
- Мери Линч Барбера "Детский аутизм и вербально-поведенческий подход"
- Ольга Мелешкевич, Юлия Эрц "Особые дети. Введение в прикладной анализ поведения".



Полезные ресурсы:

Сайты

- uaba-association.com - сайт Украинской Ассоциации Поведенческих Аналитиков
- www.facebook.com/uaba.association - страница Украинской Ассоциации Поведенческих Аналитиков в фейсбуке
- autism-aba.blogspot.com – сайт Юлии Эрц, консультанта по Прикладному Анализу Поведения (ВСВА), содержит информацию о современных методах коррекции поведения и обучения детей с аутизмом.
- autism-inclusion.com – сайт Юлии Эрц, консультанта по Прикладному Анализу Поведения (ВСВА), содержит информацию об организации обучения детей с аутизмом в условиях общеобразовательного учреждения.
- aba-kurs.com - сайт содержит информацию об обучающих проектах Прикладному анализу поведения.
- autism-info.ru – большой информационный ресурс об аутизме.
- outfund.ru – сайт фонда содействие решению проблем аутизма в России, содержит много полезной информации для родителей.
- facebook.com/groups/aba.ru - группа для специалистов и родителей в фейсбуке
- vk.com/aba_therapy - группа для специалистов и родителей в контакте
- cwf.com.ua - сайт украинского фонда помощи детям с аутизмом «Дитина з майбутнім», г. Киев
- osoboedetstvo.dp.ua/wp2 - сайт общественной организации инвалидов «Особое детство», г. Днепропетровск
- www.abarussia.ru - сайт поведенческого аналитика (ВСВА) Ольги Мелешкевич "ABA в России"



Спасибо за внимание

Ольга Стасюлайтис
info.uaba@gmail.com

