

Поведенческая терапия

Автор-составитель Зеленина Н.Ю.

Разработано на основе материалов

Морозова С.А. и Морозовой С.С.

Поведенческая терапия
(привычное упрощенное название);

Прикладной бихевиоризм

АВА – прикладной анализ поведения
(«Applied Behavior Analysis»)

С.С. Морозова



АУТИЗМ: коррекционная работа при тяжелых и осложненных формах

ПОСОБИЕ
ДЛЯ УЧИТЕЛЯ-
ДЕФЕКТОЛОГА

ООО «ВЛАДОС»
ПАО «ВЛАДОС»
ВЛАДОС

- Цель - создание внешних условий, формирующих **желаемое (социально приемлемое) поведение** в тех случаях, когда оно отсутствует или имеются его нарушения
- Основное преимущество поведенческой терапии заключается в том, что она **позволяет сформировать внешний контроль над поведением ребенка**, хотя недостаточно искусственными средствами

- Ориентируется на формирование поведения ;
- Описывается в терминах поведения (не использует привычную психолого-педагогическую терминологию;
- Построена как процесс обучения (директивное направление психотерапии);
- Строится как естественнонаучный эксперимент (рациональная организация процесса; бланки для фиксации результатов; количественный анализ);

директивное направление психотерапии

- терапевт обучает «правильному» поведению или корректирует социально нежелательные виды поведения,
 - клиент — тот, кто обучается (его свобода ограничена рамками терапевтического процесса);
- !!! ряд этических вопросов, порой трудно разрешимых (на начальных этапах работы фактически неизбежны реакции протеста и проявления негативных эмоций со стороны ребенка)

Методологические основы

- Бихевиоризм

решающую роль в развитии человека отводится
внешним факторам

Основная идея!!!!

поведение детерминируется прежде всего
средой;

если коррекционный процесс не изменяет
поведения, то он построен неправильно

Методологические основы

- Бихевиоризм

основной недостаток

- завышенная оценка возможностей коррекции поведенческих нарушений извне;
- недоучет внутренних психологических и биологических факторов, влияющих на поведение

Выбор поведенческого подхода **представляется обоснованным**, если:

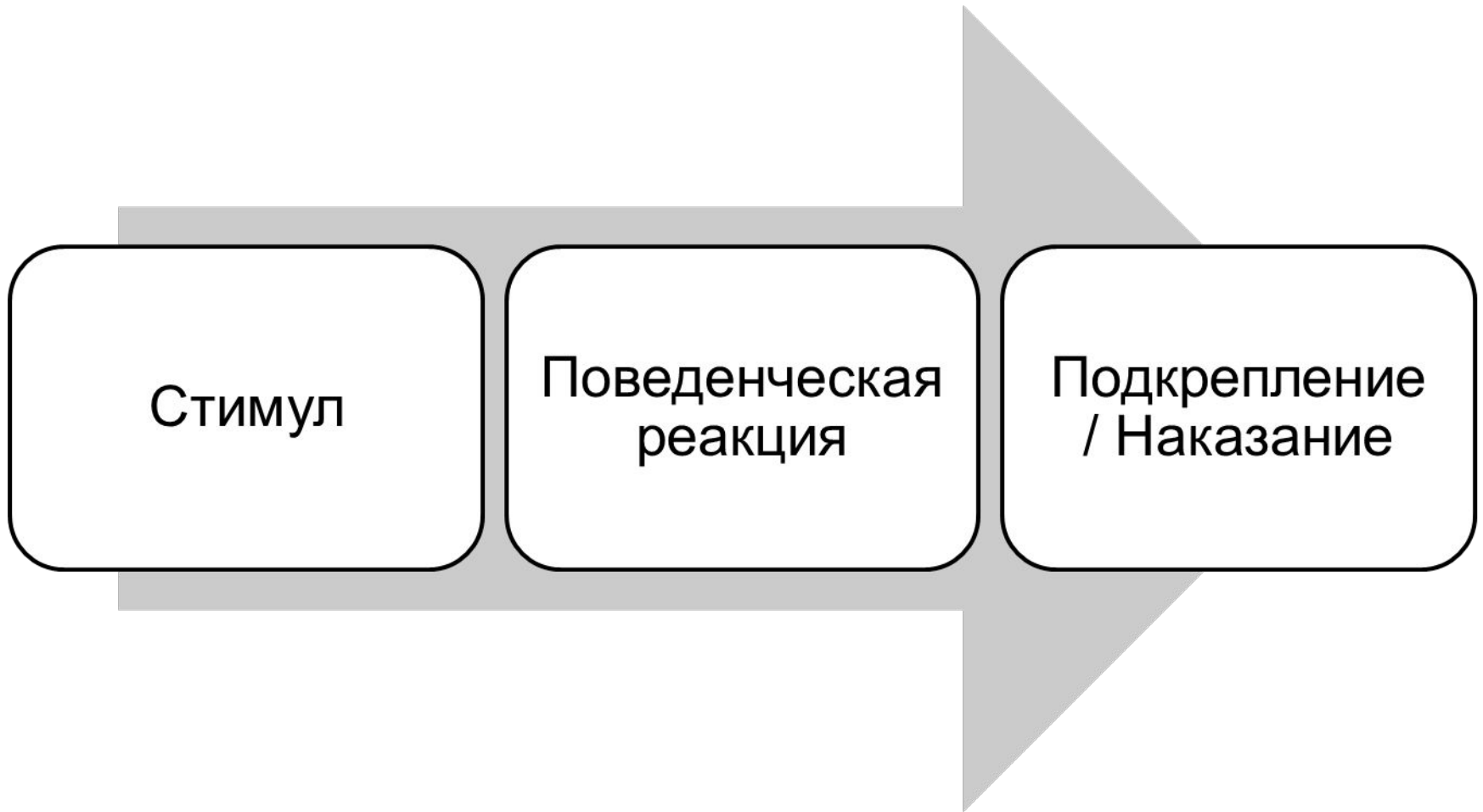
- поведение ребенка не поддается контролю со стороны близких: он не реагирует на просьбы и запреты, не отзывается на имя, не вступает в контакт;
- ребенок не может выразить свои желания и потребности, или выражает их преимущественно деструктивными способами — криком, агрессией;
- родители пробовали вступить в контакт со своим ребенком в ситуациях, комфортных и приятных для него, но либо наладить взаимодействие не удалось, либо оно ограничилось только описанными ситуациями;
- у ребенка отмечаются препятствующие развитию социально неадекватные формы поведения (например, он часто кричит, бьет себя по голове и т.п.);
- ребенок не испытывает явного страха перед другими взрослыми людьми;
- родители информированы об основных принципах поведенческой терапии, о возможных сложностях первого этапа работы;
- родители доверяют выбранному специалисту (или команде специалистов).

Выбор поведенческой терапии в качестве основного подхода

представляется сомнительным, если:

- поведение ребенка, в основном, поддается контролю, он может выполнить просьбы, реагирует на запреты;
- контакт с ребенком возможен, он может выразить свои желания;
- ребенок ценит внимание и одобрение со стороны взрослых; может взаимодействовать с взрослыми или другими детьми в игре или в других видах деятельности;
- у ребенка нет выраженных проявлений социально неадекватного поведения;
- ребенок испытывает сверхсильную привязанность к матери (или другому взрослому), испытывает страх перед другими людьми;
- нет специалистов, имеющих опыт работы поведенческой терапии;
- родители испытывают серьезные сомнения по отношению к методам, используемым в рамках поведенческого подхода.

Компоненты обучающей ситуации



Суть подхода

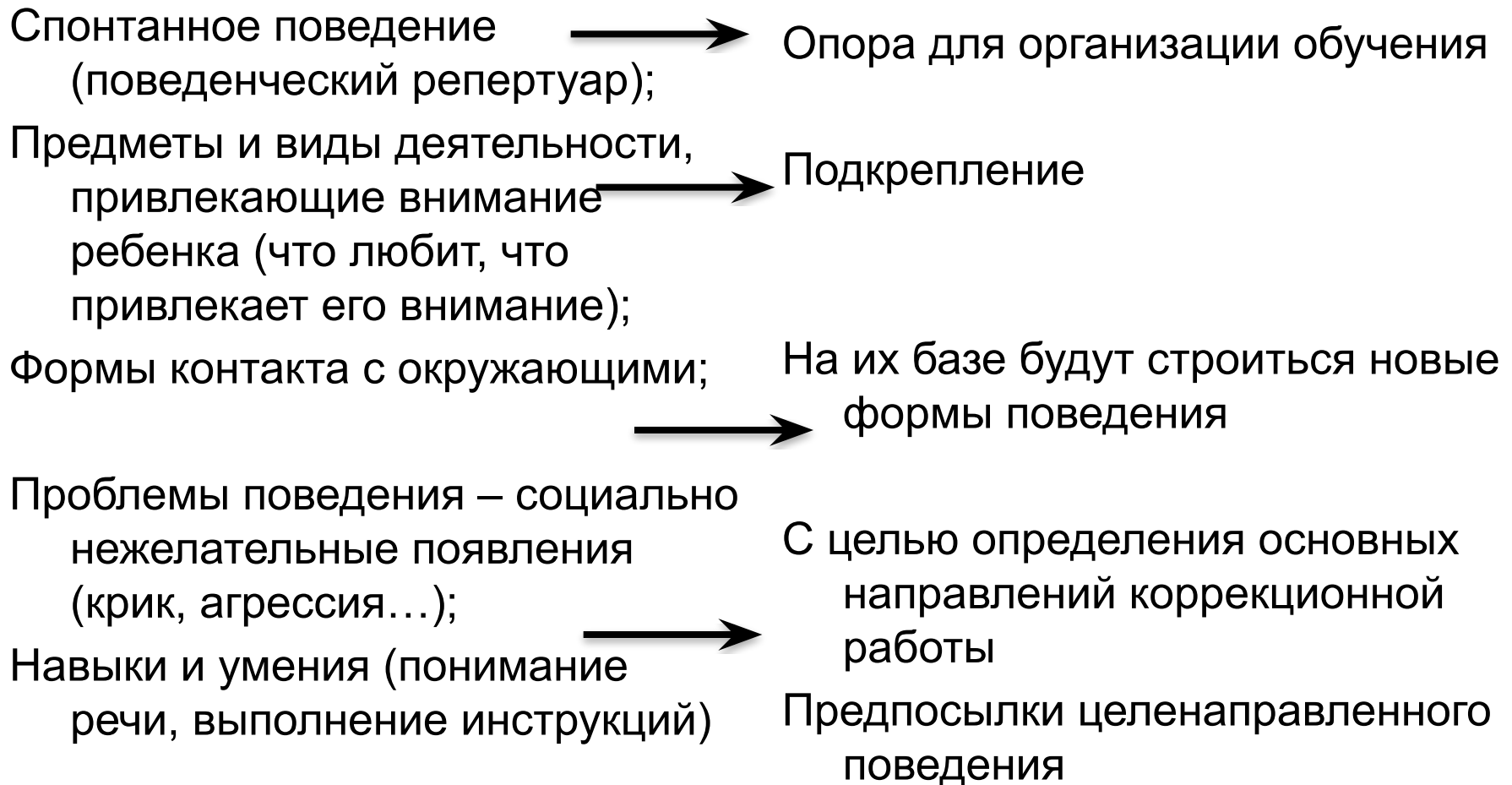
СОЦИАЛЬНО АДЕКВАТНЫЕ СТИМУЛЫ



СОЦИАЛЬНО ПРИЕМЛЕМАЯ РЕАКЦИЯ

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ С РЕБЕНКОМ В РАМКАХ ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ

Подготовительный этап 1 шаг. Беседа с родителями и первичное обследование ребенка (как правило – наблюдение).



- Важной частью подготовительного этапа коррекции является *подбор подкрепляющих стимулов*

Схема 1

Формируемое поведение

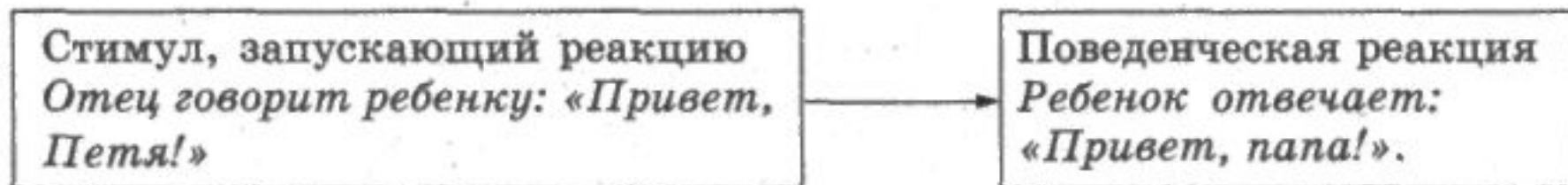
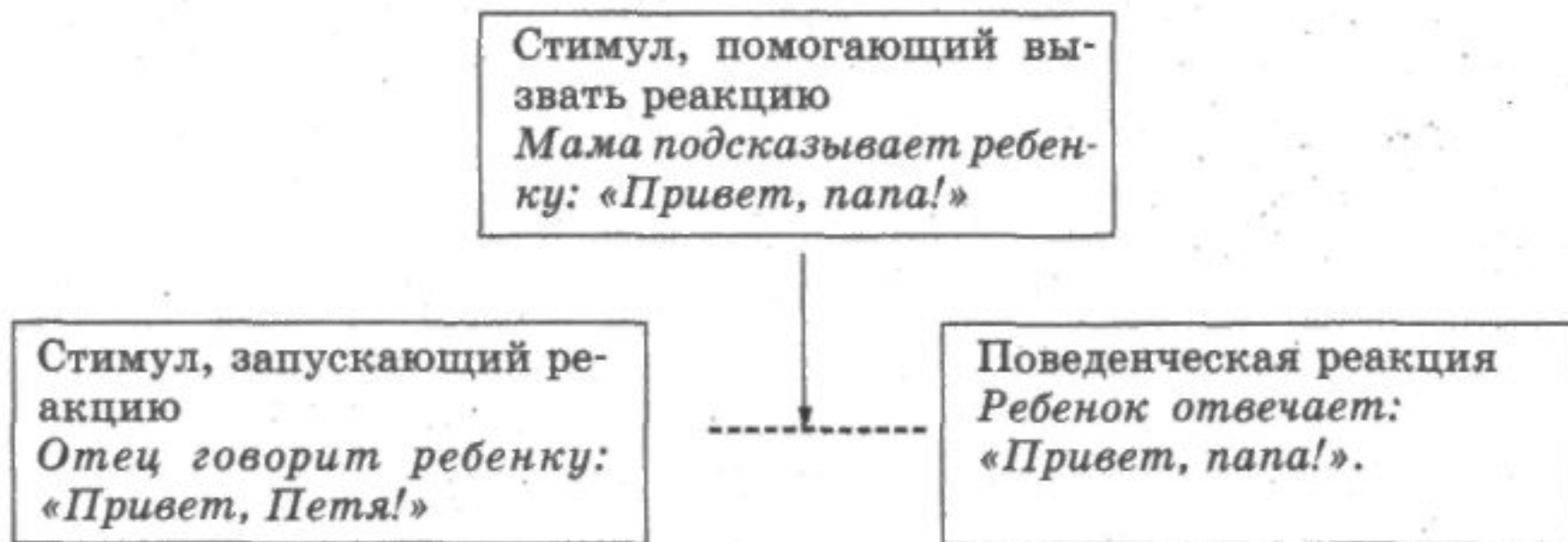


Схема 2

Использование помощи



СТИМУЛЫ

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ СТИМУЛОВ, ПОМОГАЮЩИХ ВЫЗЫВАТЬ различные поведенческие реакции:

- физическая помощь;
- вербальная, помощь;
- моделирование поведения;
- жестовая помощь;
- помощь в виде наглядных стимулов (картинок, фотографий, схем, письменного текста).

Подкрепляющие стимулы можно разбить
на три основные группы:

Материальные;

Социальные;

Занятия, виды деятельности;

Правила применения стимулов

- ***Использование стимулов, помогающих запустить реакцию, должно действительно приводить к появлению соответствующей реакции.***
- ***Помощь должна быть такой, чтобы ее степень можно было уменьшить, а затем и исключить совсем.***

- 1. Нельзя судить о том, является ли данный стимул подкрепляющим, пока мы не увидели его влияние на поведение.
- 2. Подбор подкрепляющих стимулов должен быть индивидуальным
- 3. Чтобы подкрепление было эффективным, подкрепляющий стимул должен предоставляться во время или сразу после той поведенческой реакции, которую пытаются сформировать.
- 4. Подкрепление должно соотноситься с поведением.
- 5. При обучении новым навыкам поведения подкрепление должно производиться часто.

- На начальных этапах работы используется *прямое* подкрепление:
- ребенку показывают желаемый стимул, который недоступен ему без обращения к взрослому (чаще всего используют пищевые подкрепления — картофельные чипсы, сладости; также можно использовать любимые игрушки, магнитофон — все, что ребенок любит);
- затем предъявляется требование, относящееся к его поведению (например, инструкция «Иди сюда»);
- если ребенок самостоятельно и правильно выполняет это требование (инструкцию), то он немедленно получает ранее предъявленный приятный объект (например, конфету или любимую пирамидку).

2 шаг. Выбор навыков для обучения и составление индивидуальных программ.

Ориентируются на следующие факторы:

- а) возрастную норму — есть ли этот навык у сверстников ребенка;
- б) запросы родителей — чему хотят научить ребенка родители, какие виды поведения представляются им нежелательными;
- в) социальную значимость навыков — насколько те или иные навыки важны для социальной адаптации ребенка, для его будущей жизни в обществе;
- г) интересы и предпочтения ребенка.

Затем **для каждого навыка создается индивидуальная учебная программа:**

- название программы;
- определение формируемого навыка;
- способ фиксации количественных данных;
- описание процедуры обучения;
- описание переноса навыка.

Логика коррекционного процесса

- правильно описать формируемое поведение (что ребенок должен делать в соответствующей ситуации);
- продумать как вызвать желаемое поведение, как сделать так, чтобы данная поведенческая реакция имела место;
- определить какой стимул (или какие стимулы) должны запускать это поведение;
- описать результат (когда обучение будет закончено)

3 шаг. Подбор материалов, организация среды и построение индивидуальных занятий.

- Комната для занятий средних размеров (около 10 – 15 квадратных метров);
- в комнате должно быть только то, что понадобится в работе;
- подобрать удобные стол и стулья, открытые стеллажи для заданий, коврик для игры на полу;
- подобрать подкрепляющие стимулы;
- составить список заданий так, чтобы каждое следующее задание было чуть сложнее предыдущего;
- найти предметы, картинки и задания, которые привлекут внимание ребенка;
- учебный материал должен быть близким к повседневной жизни ребенка;
- материал используемый на занятиях должен быть разнообразным;
- на начальных этапах занятия краткие, затем их продолжительность постепенно увеличивается;
- необходимо распределить задания и функции между людьми, которые будут работать с ребенком;

ОСНОВНАЯ ЗАДАЧА

ФОРМИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПОВЕДЕНИЯ

СУТЬ - ребенок адекватно реагирует на предъявляемые ему требования

- выполняет предъявляемые инструкции или отвечает на реплики и вопросы;
- смотрит в сторону говорящего; или на предметы, которые используются для игры или обучения;
- демонстрирует понимание обращенной к нему речи;
- использует предлагаемые игрушки и пособия социально приемлемым образом;

БАЗОВАЙ НАВЫК

- ПОДРАЖАНИЕ
- умение подражать позволяет обучать через моделирование

- Подготовительная работа:
- выяснить, что ребенок может сделать по просьбе взрослого;
- анализ причин, по которым ребенок не выполняет инструкции и просьбы взрослых

Основное условие - подбор правильных инструкций

- 1. Взрослый сидит перед ребенком лицом к лицу на расстоянии вытянутой руки.

! ребенок смотрит на взрослого либо спонтанно, либо по инструкции.

- 2. Взрослый произносит инструкцию: «Делай так» и показывает ребенку простое действие (поднять руки вверх, встать, хлопнуть в ладоши или по столу).

! действие не называется

- 3. Ребенку оказывается физическая помощь - ребенку помогают повторить показанное действие;

- 4. Ребенка поощряют со словами: «Молодец, ты сделал как я!»

! желательно участие второго взрослого,

! между демонстрируемым действием и предоставляемой помощью короткая пауза - так ребенку легче связать инструкцию – показ - действие

! в дальнейшем помощь уменьшается, и подкрепляются попытки ребенка выполнить действие самостоятельно.

**ОБУЧЕНИЯ *ВЫПОЛНЕНИЮ*
*ИНСТРУКЦИЙ***

Обучение

1. Взрослый дает простую одношаговую инструкцию:

Обращаясь имени;

Называет действие: «Миша, сядь»;

Инструкция дается громко и четко.

2. Если ребенок не выполняет инструкцию в течение 3—5 секунд, взрослый помогает ему, оказывая физическую помощь:

крепко (но не больно) берет ребенка за плечи, усаживает на стул

3. Взрослый хвалит и словесно обозначает результат («молодец, ты сел»).

В первый раз одновременно с такой похвалой ребенок может получить и более ощутимую награду (например, кусочек печенья), даже если он выполнил инструкцию с полной помощью взрослого.

4. При повторении инструкции в следующий раз взрослый ждет 1—2 секунды и, если ребенок не реагирует, опять выполняет необходимое действие вместе с учеником, обозначая словесно результат, но уже не подкрепляя.

Постепенно помощь ослабляется, предъявляется не сразу, ребенку дается возможность выполнить инструкцию самостоятельно и малейшее приближение к цели подкрепляется.

Например, взрослый просит ребенка дать предмет («Миша, дай»), ждет несколько секунд (не более 5 — в зависимости от индивидуальных различий),

затем подталкивает его руку по направлению к предмету, и ждет 1—2 секунды, возьмет ли он его сам;

помогает ребенку быстро закончить действие и поощряет выполнение.

затем взрослый уменьшает свою помощь на заключительном этапе, лишь слегка подталкивая руку ребенка в направлении своей руки, в которую тот сможет вложить предмет уже сам.

5. При обучении выполнению простых инструкций необходимо (особенно на начальном этапе) четко организовать учебную ситуацию:
- Произнося инструкцию, взрослый должен находиться рядом с ребенком, развернув его лицом к себе;
 - стул, на который его просят сесть, нужно поставить у него за спиной;
 - предмет, который просят взять, должен лежать перед ребенком.
 - ситуация должна быть максимально понятной для ребенка, и когда он станет выполнять наиболее простые просьбы, можно начинать усложнять условия его обучения (увеличивать дистанцию между собой и ребенком в момент просьбы, отодвигать стул подальше от него, располагать предметы в отдалении и т.д.).

ОТРАБОТКА ПРАВИЛЬНОЙ ПОЗЫ ЗА СТОЛОМ

ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ПРОИЗВОЛЬНОГО ВНИМАНИЯ

- *Задача - сконцентрировать внимание ребенка на основных компонентах учебной ситуации, научить его контролировать свою позу во время занятия*
- «Сядь хорошо», «Руки на колени», «Посмотри на меня»

ФОРМИРОВАНИЕ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА ЗАНЯТИЯ

УСЛОЖНЕНИЕ СИСТЕМЫ ПОДКРЕПЛЕНИЯ

1 этап. Обучение речевым навыкам и навыкам общения.

1 шаг. Первичное обследование речи:

- Обследование понимания речи (в 1ю очередь в спонтанной ситуации. Понимает ли ребенок высказывания с аффективно значимыми для него словами. Выполняет ли словесные инструкции: в контексте происходящего и вне контекста происходящего).
- Обследование собственной речи (экспрессивная речь). Вокализации и звуки внегортанного происхождения, спонтанное подражание, эхолалии, требования, собственные спонтанные высказывания, логопедическое обследование.

2 шаг. Начальный этап обучению пониманию речи.

3 шаг. Начальный этап обучению экспрессивной речи.

4 шаг. Дальнейшее развитие речи (функциональное значение предметов, ответы на вопросы о себе, понимание признаков предметов, работа над увеличением числа спонтанных высказываний).

2 этап. Обучение навыкам самостоятельной деятельности.

1 шаг. Понять причину проблемы самостоятельности:

- Эмоциональная зависимость от другого человека.
- Трудности планирования, организации и контроля деятельности.
- Недостаточность мотивации.

2 шаг. Коррекционная работа. Ведется исходя из основной причины.

3 этап. Обучение невербальным предпосылкам развития интеллектуальной деятельности.

1 шаг. Обучение навыкам соотнесения и различия.

2 шаг. Обучение навыкам следования элементарной программе деятельности.

4 этап. Обучение навыкам самообслуживания и бытовым навыкам.

1 шаг. Обучение ребенка есть самостоятельно.

Основные препятствия: нарушение моторики; наличие стереотипа поведения; отсутствие практики пользования столовыми приборами.

Ребенок должен быть голоден.

2 шаг. Обучение ребенка самостоятельно одеваться и раздеваться.

3 шаг. Обучение навыкам личной гигиены.

4 шаг. Обучение навыкам опрятности.

5 шаг. Обучение бытовым навыкам

ПРОБЛЕМЫ ПОВЕДЕНИЯ

- агрессия, аутоагрессия;
- неадекватные крик, плач, смех;
- негативизм;
- аффективные вспышки;
- стереотипии.

В рамках поведенческой терапии этот термин («inappropriate» — дословно, «неподходящий», «неуместный») используется для поведения, которые:

- 1) не соответствуют социальной ситуации;
- 2) не соответствуют возрасту и социальному положению субъекта.

1 шаг

определение проблемного поведения должно:

- содержать точное описание поведения в терминах внешне наблюдаемых реакций;
- быть индивидуальным;
- включать в себя описание ситуаций;
- соотноситься с будущей коррекционной работой.

2 шаг

- ***фиксация проблемного поведения***

Во время наблюдения фиксируют следующие моменты:

- Что предшествовало появлению проблемного поведения?
- Эпизод проблемного поведения.
- Что последовало за проблемным поведением?

3 шаг

Обобщение информации
выявление **функции поведения**

Основными функциями проблемного поведения являются:

1. Избегание неприятного.
2. Получение желаемого.

1. Избегание неприятного.

- нарушение привычного стереотипа;
- непонимание происходящего;
- общение в форме, некомфортной для ребенка;
- непривлекательные для него занятия;
- сверхсильные сенсорные стимулы;
- внутренний дискомфорт.

2. Получение желаемого.

- ребенок требует какой-либо конкретный, привлекательный для него предмет;
- ребенок стремится к выполнению какого-то действия;
- ребенок ищет внимания со стороны другого человека.

Нарушение привычного стереотипа

Основная задача - развитие гибкости поведения.

Способы:

Применение расписаний.

Расширение жизненного опыта.

Обучение фразам, выражающим протест и нежелание: «Я не хочу», «Нет».

Подкрепление поведения,
несовместимого с проблемным.

Непонимание происходящего

- !!! не создавать для ребенка с аутизмом непредсказуемых ситуаций, которые были бы ему не понятны
- попытаться переключить внимание ребенка на что-то, что может его заинтересовать;

Общение в форме, некомфортной для ребенка; непривлекательные занятия

- не завышать предъявляемые к ребенку требования,
- вводить его в трудные для него условия дозировано и постепенно;
- Подкреплять поведение, несовместимое с проблемным

Сверхсильные сенсорные СТИМУЛЫ

- формирование постепенного привыкания ;
- подкрепление поведения, несовместимого с проблемным;
- учить выражать свое негативное отношение к ситуации словами и жестами

Внутренний дискомфорт

- прервать проблемное поведение, вовлекая ребенка в интересную для него деятельность

- Общим для всех ситуаций является следующий подход:
- 1. Необходимо предотвращать ситуации, в которых может возникнуть проблемное поведение.
- 2. Надо учить ребенка другим, адекватным способам выражения своего желания изменить ситуацию.
- 3. Если по каким-то причинам данная ситуация неизбежна, не следует поощрять проявления данного поведения, позволяя ребенку избежать неприятной ситуации посредством, например, агрессии или крика.

Получение желаемого

- Оптимальный способ коррекции: обучение ребенка адекватным способам получения желаемого
- ребенка учат выражать свое желание
- Используется прием - подкрепление адекватного поведения ребенка с одновременным игнорированием проявлений проблемного поведения

Прикладные материалы

зайти в комнату «Будем раздеваться»

подвести к стулу «Ваня, сядь»

! последовательность одевания – раздевания четко выстроить и придерживаться:

снимем ботиночки ? (сначала одна нога, потом вторая нога)

«Ваня, встань»

«Расстегнем куртку»

«Снимем куртку. Сначала одна рука (потянуть за правый рукав, потянув остановиться, подождать проявления самостоятельной активности ребенка), потом вторая рука (левый рукав)»

«Расстегнем штаны»

«Снимем штаны (потянуть руками вниз – до середины бедер)»

«Ваня, сядь»

«Достанем ножки (сначала одна нога, потом вторая нога)»

«Ваня, встань»

взять за ручку «Ваня пойдем»

попробовать сразу подвести к столу

«Ваня, сядь»

Выполнение от начала до конца 5 невербальных заданий

Преодоление негативизма к учебному занятию:

- выборочное поощрение поведения, не совместимого с негативизмом
- игнорирование реакций негативизма (кричит, плачет), стремиться завершать задание
- поощрение всех усилий ребенка по освоению новых навыков
- предъявление заданий доступного уровня сложности
- частая смена заданий и чередование заданий разного плана

Результат

вся программа (5 заданий) выполняется

сокращается количество и продолжительность реакций негативизма