

Primenjena bihevioralna analiza



BROŠURA ZA PODRŠKU OSOBAMA SA AUTIZMOM



AUTISM SPEAKS™
It's time to listen.

Ova brošura predstavlja informativni vodič za Primenjenu bihevioralnu analizu (ABA). Kreirana je kako bi vam pomogla **da bolje razumete ABA program** i **način na koji vaše dete od toga može imati koristi**, kao i **gde i kako možete doći do ABA tretmana**.

ŠTA JE ABA?

„ABA“ (Applied Bihevioral Analysis) se odnosi na primenjenu bihevioralnu analizu. ABA je skup principa koji formiraju osnovu mnogih bihevioralnih tretmana. ABA je zasnovana na nauci o učenju i ponašanju. Ova nauka uključuje uopštene zakone o tome kako funkcioniše ponašanje i kako se odvija učenje. ABA terapija primenjuje ove zakone na bihevioralne tretmane tako što podstiče korisna ili željena ponašanja. ABA ove zakone primenjuje i kako bi smanjila ponašanja koja otežavaju učenje, kao i ponašanja koja mogu biti štetna. ABA terapija koristi se radi poboljšanja veština komunikacije i govora. Služi i za podsticanje pažnje, koncentracije, društvenih veština, pamćenja i učenja. ABA može da se koristi i kao pomoć u smanjenju problematičnih ponašanja. ABA se smatra najboljim dokazanim tretmanom od strane Američke psihijatrijske asocijacije. „Dokazan“ znači da je ABA prošla naučne testove koji se odnose na korisnost, kvalitet i delotvornost.

ABA terapija uključuje mnogo različitih tehnika. Sve ove tehnike usredsređuju se na ono što se dešava pre nego što nastupi određeno ponašanje i na posledice (ono što nastupa nakon ponašanja). Jedna od tehnika jeste i „pozitivan podsticaj“. Kada je ponašanje ispraćeno nečim vrednim (nagrada), veće su verovatnoće da će se to ponašanje ponoviti. ABA koristi pozitivan podsticaj radi unošenja pozitivne promene u ponašanje.

Nekoliko tipova terapija zasnovanih na ABA principima su podučavanje putem diskretnih pokušaja, incidentalno - slučajno učenje (ili obuka u prirodnom okruženju), verbalno ponašanje, tretman ključnih odgovora i paradigma prirodnog jezika (detaljnije na narednim stranama). Sve ove terapije zasnovane na ABA principima su:

- ▶ strukturirane
- ▶ sakupljaju podatke za ciljane veštine ili ponašanja
- ▶ obezbeđuju pozitivne strategije za promene reakcija i ponašanja.



ABA se usredsređuje na pozitivne podsticajne strategije. To može pomoći deci koja imaju teškoće sa učenjem ili sa primenom novih veština. Takođe, kroz proces koji se zove „funkcionalna bihevioralna procena“, ona može da adresira i problematična ponašanja koja se sukobljavaju sa funkcionisanjem.

Principi i metode bihevioralnih analiza uspešno se primenjuju u mnogim prilikama u cilju razvoja nekih veština, bez obzira na to da li je poremećaj prisutan ili nije.

ABA u kratkim crtama

Osnova za ABA terapiju jeste razumevanje (i modifikovanje) ponašanja u kontekstu okruženja.

- ▶ **PONAŠANJE** se odnosi na sve vrste postupaka (ne samo loših) i veština.
- ▶ **OKRUŽENJE** uključuje sve vrste fizičkih i društvenih događaja koji mogu promeniti ponašanje ili biti promenjeni ponašanjem individue.

Podučavanje putem diskretnih pokušaja zasnovano je na shvatanju da vežba pomaže da dete ovlada veštinama. To je strukturirana terapija koja koristi jedan-na-jedan metod učenja i uključuje intenzivno učenje specifičnih ponašanja. Ovo intenzivno učenje specifičnih ponašanja naziva se „dril“. Drilovi pomažu učenju jer uključuju ponavljanje. Dete izvršava zadatak mnogo puta u istom maniru (uglavnom 5 ili više puta). Ponavljanje je naročito korisno deci kojoj je možda potrebno više vežbe za savladavanje veština. Ponavljanje takođe osnažuje dugotrajno pamćenje. Specifična ponašanja (kontakt očima, usredsređenost i izrazi lica) razložena su na svoje najjednostavnije oblike, a zatim se sistematično zahteva njihovo izvođenje. Za izvođenje tih oblika ponašanja, deca dobijaju pozitivan podsticaj (npr. verbalnu pohvalu, igračke). Na primer, terapeut i dete sede za stolom i terapeut od deteta zahteva da obrati pažnju tako što mu kaže „pogledaj me“. Kada ga dete pogleda, terapeut mu daje verbalnu pohvalu (*Bravo!*).

Incidentalno – slučajno učenje (ili obuka u prirodnom okruženju) zasnovano je na razumevanju da je važno dati životno značenje veštinama koje dete uči. To uključuje usredsređivanje na učenje veština u okolnostima u kojima će ih vaše dete prirodno koristiti. Upotreba svakodnevne detetove prirodne sredine u terapiji može pomoći uvećanju prenošenja veština u svakodnevne situacije i uopštavanju. U incidentalnom učenju, nastavnik ili terapeut koristi prilike koje se prirodno javljaju kako bi pomogao detetu da nauči da govori. Dete samo bira aktivnost ili situaciju, a nastavnik ili terapeut sledi detetovo interesovanje. Ove strategije podučavanja razvijene su kako bi olakšale uopštavanje i podstakle napredak. Nakon što se prepozna prirodna situacija u kojoj dete pokazuje interesovanje, osoba koja radi sa detetom počinje da koristi postupne zahteve kako bi ohrabrila detetove reakcije. Na primer, dete se ljulja na ljuljašci i, da bi se zaljuljalo više, potrebno je da ga terapeut pogura. Terapeut čeka da ga dete pita da ga pogura. Tek nakon što dete pita, terapeut će zaljuljati ljuljašku. Pre nego što ga opet zaljulja, terapeut će svaki put sačekati da ga dete pita.

Verbalno ponašanje slično je podučavanju putem diskretnih pokušaja po tome što predstavlja strukturiranu, jedan na jedan terapiju. Od njega se razlikuje po tome što je kreirano tako da motiviše dete da nauči govor razvijanjem veze između reči i njenog značenja. Za neku decu, potrebno je da učenje reči ili oznake uključuje posvećen fokus na učenje kako da svoje reči koriste funkcionalno (primer: Šta je ovo? Čaša. Za šta koristiš čašu? Za pijenje. Iz čega piješ? Iz čaše.)

Tretman ključnih odgovora je prirodna, slobodna intervencija koja se zasniva na prilikama i posledicama koje se prirodno javljaju. Cilj ovog treninga jeste pojačavanje motivacije uvođenjem komponenti poput smenjivanja u aktivnostima, ohrabrivanja pokušaja, detetovog izbora i mešanja rasporeda prethodno naučenih i novih zadataka. Ona skreće pažnju sa deficitarnih oblasti i preusmerava pažnju ka određenim najvažnijim oblastima koje se smatraju važnim za opšte funkcionisanje deteta. Četiri najvažnije oblasti prepoznate su kao: a) motivacija, b) detetova samoinicijativa, c) upravljanje sobom i d) reagovanje na različite zadatke. Veruje se da unapređivanje ovih oblasti utiče na poboljšanja i u mnogim ponašanjima koja nisu ciljana.

Paradigma prirodnog jezika (Natural Language Paradigm – NLP) zasniva se na shvatanju da učenje može biti potpomognuto namernim podešavanjem okruženja u cilju uvećanja prilika za upotrebu jezika. NLP stavlja naglasak na detetovu inicijativu, koristeći prirodne podsticaje čije su posledice direktno povezane sa ponašanjem, što podstiče veštinu uopštavanja. Primera radi, dete kojem je dozvoljeno da ode nakon što je od njega zatraženo da kaže *Doviđenja!*, verovatnije će koristiti i uopštavati ovu reč u raznim situacijama nego dete koje dobije opipljiv sadržaj kao nagradu za ponavljanje date reči. NLP pomera uputstva iz prostora za terapiju u detetovo svakodnevno okruženje, gde interes deteta služi kao početna tačka za intervenciju.

ABA METODE ZA PODRŠKU OSOBAMA SA AUTIZMOM:

- ✓ **Podučavajte dete veštinama koje će zameniti problematično ponašanje.** Tako će dete moći da nauči šta je to što „treba da radi“ umesto da samo uči šta je to što „ne treba da radi“.
- ✓ **Podstičite pozitivno ponašanje i redukujte negativno.** Na primer, procedure podsticaja podstiču izvršavanje zadataka i društvene interakcije, a smanjuju ponašanja kao što su samopovređivanje ili stereotipije.
- ✓ **Upravlajte ponašanjima.** – Na primer, učenje samokontrole radi razvoja društvenih veština.
- ✓ **Promenite sopstvene reakcije na ponašanje svog deteta.** – Neke reakcije mogu nenamerno nagrađivati neželjena ponašanja.
- ✓ **Osnažite akademske i društvene veštine svog deteta, kao i veštine samopomoći.**
- ✓ Poboljšajte sposobnost **usredsređivanja** na zadatke, **prilagođavanja** zadacima i povećajte **motivaciju** za njihovo izvođenje.
- ✓ Težite ka **poboljšanju kognitivnih veština.** Pomozite svom detetu da bude sposobnije za učenje.
- ✓ Radite na **prenošenju ponašanja i reagovanja iz jedne situacije u drugu** (na primer, od izvršavanja zadataka u specijalnoj prostoriji ka izvođenju zadataka i u glavnoj učionici).

Hoće li ABA koristiti mom detetu?

Da li vaše dete...

- ✓ Ima teškoće sa učenjem?
- ✓ Teško prihvata nove veštine?
- ✓ Ima teškoće u komunikaciji?
- ✓ Pokazuje problematična ponašanja* koja ometaju njegovo funkcionisanje?

Ukoliko vaše dete pokazuje ovakva ili druga zabrinjavajuća ponašanja, ABA pristup može mu pomoći.

** problematična ponašanja uključuju napade besa, agresivnost i samopovređivanje*

KOLIKO DUGO SE PRIMENJUJE ABA?

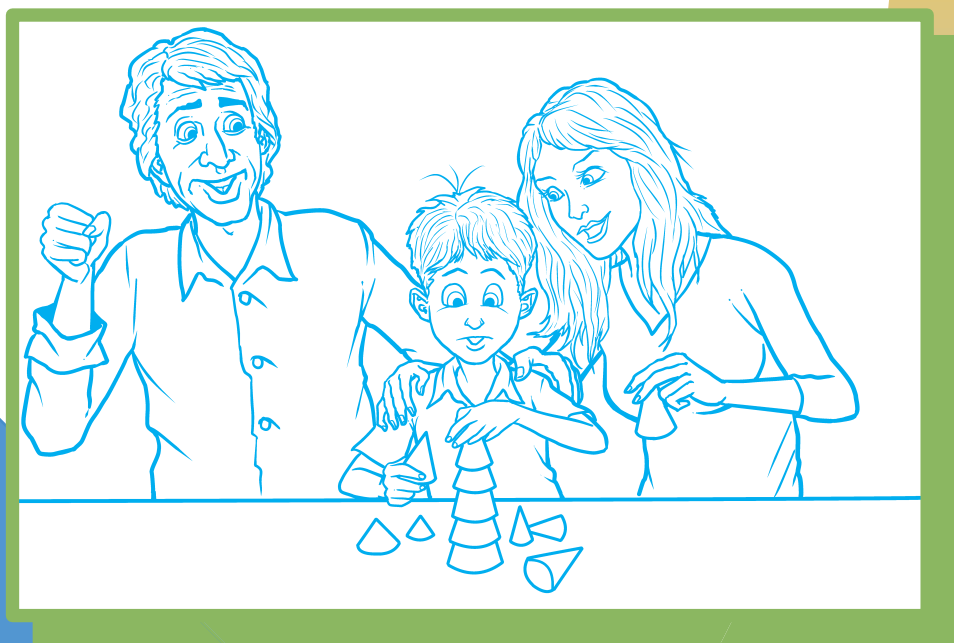
ABA je veoma širok pristup te je teško definisati kako izgleda tipičan program. Količina terapije i nivo roditeljskog učešća razlikuju se uglavnom zbog specifičnih potreba deteta. Za ABA trening programe (poput incidentalnog treninga i podučavanja putem diskretnih pokušaja) može biti potrebno po nekoliko sati svakog dana. Dok programe treninga veština uglavnom sprovode terapeuti ili nastavnici, roditelji su uglavnom ti koji uopštavaju ta naučena znanja kako bi pomogli svojoj deci da ono što su naučila u terapiji primene u svakodnevnom životu.

ABA trening programi veština za mlađu decu uglavnom se sprovode u kući i zahtevaju posebne materijale i posebnu prostoriju za rad. ABA terapija promene ponašanja može podrazumevati 1–2 sata treninga roditelja nedeljno, pri čemu roditelji između poseta primenjuju naučeno na treningu. ABA terapeut može se konsultovati sa nastavnicima u školi, kako bi pomogao podsticanje pozitivnog ponašanja u školskoj sredini.

Prvi korak u treningu veština tokom ABA sesije uglavnom podrazumeva detaljan razgovor sa roditeljima i procenu koja se označava kao Procena osnovnih jezičkih veština i veština učenja (ABBLS-R) ili verbalno bihejvioralnu procenu i utvrđivanje programa (VB MAT).

KOMPONENTE ABA PROGRAMA

- **Nadzor** – Program bi trebalo da bude nadgledan od strane stručnjaka. Supervizor bi trebalo da bude neko ko ima dugo iskustvo u radu sa decom koja imaju autizam.
- **Trening** – Svi učesnici trebalo bi da budu potpuno obučeni, uz supervizore koji obezbeđuju podršku, praćenje i odvijanje treninga tokom trajanja programa.
- **Kreiranje programa** – Program bi trebalo da bude kreiran nakon detaljne procene, i prilagođen specifičnim detetovim nedostacima i potrebama. Prvi zadatak porodice i osobe koja podučava trebalo bi da bude određivanje ciljeva tretmana. U program bi trebalo da budu svrstani zadaci uopštavanja, kako bi se omogućilo izvođenje veština u različitim okruženjima.
- **Funkcionalno kreiranje programa** – Utvrđeni ciljevi trebalo bi da budu korisni i funkcionalni za pojedinca, i da poboljšaju kvalitet njegovog života. Splet bihevioralno-analitičkih terapija trebalo bi da se koristi kako bi dete imalo priliku da uči na različite načine.
- **Sakupljanje podataka** – Potrebno je redovno beležiti i analizirati podatke koji se tiču usvajanja veština i redukcije problematičnog ponašanja. Supervizor treba da pregleda ove zadatke i da ih koristi za merenje napretka pojedinca i planiranje programa.
- **Porodični trening** – Članovi porodice trebalo bi da idu na obuku podučavanja i podsticanja veština. Trebalo bi da budu uključeni i u planiranje i u pregledanje procesa.
- **Timski sastanci** – Uključuju terapeute, supervizore i članove porodice koji su uključeni u sprovođenje tretmana, i neophodni su za održavanje doslednosti i razmatranje napretka.



KO PRUŽA ABA USLUGE?

ABA pružaoci usluga mogu imati različite obuke, iskustva i sertifikate.

- **ABA sertifikati:** Terapeuti mogu dobiti sertifikate putem *Behavior Analyst Certification Board*. Ukoliko imaju taj sertifikat i najmanje master diplomu, nakon njihovog imena pišaće BCBA. BCBA-D znači da imaju doktorsku diplomu. Terapeuti mogu imati BCABA akreditacije, što označava edukaciju na bečelor nivou.
- **ABA iskustvo:** Neki ABA terapeuti imaju godine iskustva u pružanju ABA usluga, ali nisu zvanično „sertifikovani“. Oni mogu obezbediti individualne instrukcije ABA veština, ali trebalo bi ih da ih nadgleda neko ko je akreditovan.

Pri traženju ABA usluga, važno je da tražite i dobijete informacije o terapeutovom iskustvu. **Zatražite** od nje ili njega **preporuke** od drugih roditelja ili negovatelja.

GDE SE PRIMENJUJE ABA?

U zavisnosti od potreba deteta i usluga koje su dostupne u određenoj oblasti, ABA može da se izvodi u školi, kod kuće ili u lokalnoj zajednici. Neki školski programi koriste ABA strategije u učionici. One se mogu koristiti i kao deo detetovog obrazovnog plana (Individualni obrazovni plan, „IOP“). Kao dodatak tome, terapeuti mogu da sprovode ABA usluge u kući deteta sa autizmom. U Srbiji, za sada, ima samo dva do tri sertifikovana ABA terapeuta, i to u Beogradu, dok ih u ostalim gradovima još uvek nema. Zbog toga, važno je da budete upućeni u iskustvo koje pružalac usluga poseduje.

Primenjena bihevioralna analiza

Izdavač

Magona

Novi Sad

www.magona.rs

info@magona.rs

Za izdavača

Goran Sipić

Urednik

Goran Sipić

Prevod sa engleskog jezika

Staša Vukadinović

Lektor

Svetlana Velimirović

Ilustracije

Mladen Oljača

Priprema za štampu

Arpad Terek

Štampa

Offset print, Novi Sad

Tiraž

1.000

ISBN 978-86-87659-06-3

Veliku pomoć pri izradi ove brošure pružili su nam:

Dr Milica Pejović – Milovančević, dr sci

Dečji psihijatar, docent Medicinskog fakulteta Univerziteta u Beogradu

Nataša Srećković

Diplomirani logoped, reedukator

U Srbiji možete kontaktirati Republičko udruženje Srbije za pomoć osobama sa autizmom. Pri Udruženju radi stručni tim (psihijatri, psiholozi, specijalni pedagozi, socijalni radnici, lekari, učitelji, vaspitači, medicinske sestre) koji pruža pomoć roditeljima i stručnjacima svakoga dana od 9 do 15 časova. Udruženje obezbeđuje sastanke za podršku i savetodavni rad i razne programe kao što su: asistent u porodici, savetodavni rad sa roditeljima, vikend program, rekreativno-terapeutske boravci u prirodi, kao i tematski seminari za stručnjake i roditelje iz cele Srbije.

Više informacija o udruženju može se pronaći na Internet stranici: www.autizam.org.rs.

Udruženje se nalazi na adresi Gundulićev venac 38, Beograd, a telefon je 011/339 26 83 ili 060/0820 555.

U izradi ove brošure korišćeni su originalni materijali organizacije Autism Speaks. Autism Speaks najveća je naučna i zastupnička organizacija za autizam; posvećena je istraživanju uzroka, prevencija, tretmana za autizam, kao i uvećanju svesti o autističnom spektru poremećaja i zastupanju osoba sa autizmom i njihovih porodica. Materijal su kreirali članovi *Autism Speaks Autism Treatment Network / Autism Intervention Research Network on Physical Health-Behavioral Health Sciences Committee*. Posebnu zahvalnost Autism Speaks iskazuje dr Nikol Bing, dr Eriki Kovacs, dr Lauri Silverman, dr Johani Lanc, dr Bendžaminu Handenu, Rebeki Riger, dr Sonji Mičel i dr Lauri Sivorakiat.

Projekat izdavanja kompleta brošura za podršku osobama sa autizmom podržali su



United Nations in Serbia



Fondacija Nj. K. V. Princeze Katarine

Finansijsku podršku pružila je **DELTA** Fondacija

CIP – Каталогизација у публикацији
Библиотека Матице српске, Нови Сад
159.9.019.4:159.922.76-056.34/.36(035)

PRIMENJENA bihevioralna analiza / [urednik
Goran Sipić ; prevod sa engleskog jezika Staša
Vukadinović ; ilustracije Mladen Oljača]. - Novi Sad
: Magona, 2013 (Novi Sad : Offset print). - [8] str. :
ilustr. ; 21 cm

Tiraž 1.000.

ISBN 978-86-87659-06-3

COBISS.SR-ID 279849735



9 788687 659063