

KAPITOLA 1

CO ZNAMENÁ ABA?

V posledních několika letech se zdá, že slyšíme pojem ABA, kdykoli se někdo jen zmíní o dětech s poruchou autistického spektra (PAS). Především pokud jsme rodiče, učitelé nebo máme jinou roli ve škole, může se nám zdát, že ABA je jediná věc, která může tyto děti zachránit, a my bychom se do ní měli okamžitě pustit, nebo z toho bude hrozný průšvih. A to zní docela děsivě, že?

Možná vás zajímá, co to ABA vlastně je. Odkud se vzala? A jak mám „provádět“ ABA, když o ní v podstatě nic nevím? Kde dostanu odpovědi?

No tak to jste tu správně, minimálně je to dobrý start. Projdeme si abecedu ABA, takže získáte trochu lepší ponětí o tom, co behaviorální psychologové, behaviorologové, speciální pedagogové a behaviorální analytici provádějí s vašimi dětmi a žáky, a pokud máte takové dítě doma nebo je integrované ve vaší třídě, budete s ním také schopní lépe pracovat. Ale nejprve stručný přehled ABA, protože možná o ABA víte víc, než jste si mysleli.

ABA, aplikovaná behaviorální analýza

ABA je zkratka pro *aplikovanou behaviorální analýzu*.

Jak jsem již zmínil v úvodu, ABA je přístup využívající vědecky prověřené principy učení, kterými můžeme nastolit změnu například z nežádoucího na sociálně přijatelné chování. Na první letmý pohled se může zdát, že ABA je prostě jen praxe využívající incentivy (vnější zdroje posílení) pro odměňování „dobrého“ chování, přičemž „špatné“ chování se ignoruje. ABA je ale víc a vy se také o ABA víc dozvíte v průběhu čtení této knihy. Ale už od začátku byste si měli být vědomi toho, že ABA má tři zásadní charakteristiky, které také vysvětlují, co ABA „je“.

Za prvé, cílové chování, kterého chceme intervencí dosáhnout, by mělo mít smysluplné uplatnění v reálném životě člověka, se kterým pracujeme. To je ta aplikovaná část. Za druhé, pracujeme se skutečným, měřitelným a pozorovatelným chováním, nikoli s nějakou abstraktní diagnózou, a jak brzy uvidíme, postupy využívané v ABA se zakládají na vědecky prověřených principech učení. Třetí zásadní charakteristika ABA je taková, že rozhodnutí, která při intervencích činíme, jsou založena na objektivních datech shromažďovaných právě proto, abychom pochopili, jaký vliv, pokud

vůbec nějaký, použité intervence na chování skutečně mají. V mnoha ohledech je ABA neustále trvajícím experimentem, při němž pozorně sledujeme, co se děje v důsledku našich intervencí, a rychle se přizpůsobujeme podle potřeby. To je ta analytická část.

Při aplikaci behaviorálních přístupů je samozřejmě nesmírně důležité, abychom si pozorně všimli chování, které chceme změnit. Je ale stejně důležité, abychom pozorovali i další faktory, obzvláště pak to, co určitému chování bezprostředně předchází nebo po něm následuje, čemuž se říká *antecedenty* (*antecedents*), a události, které nastávají po *chování* (*behaviour*), se zase nazývají konsekvence neboli *následky* (*consequences*). Tyto tři faktory – A, B a C a to, co mají do činění s ABA, – jsou hlavním tématem první části knihy.

Posloupnost při posilování

A, B a C jsou vzájemně tak pevně spjaty, že v souvislosti s nimi B. F. Skinner používal zvláštní pojem, *Posloupnost při posilování* (*Contingency of reinforcement*), což je koncept sestávající ze tří částí: „(1) příležitost, při níž se chování objeví, (2) chování samotné, a (3) následek chování“ (Skinner 1968, str. 4).

Navzdory všeobecně rozšířenému názoru není ABA ničím novým. Mezinárodní asociace behaviorální analýzy (ABAI)¹, která začínala ve Spojených státech jako Asociace pro behaviorální analýzu Středozápadu (Midwest Association for Behavior Analysis), funguje už od roku 1974. Vědecký časopis *Journal of Applied Behavior Analysis* poprvé vyšel v roce 1968, takže ABA je evidentně v povědomí ještě o něco déle. Často se diskutuje o tom, kdo první použil to či ono slovo. Ačkoli se hodně dohadujeme o tom, kdo přišel s výrazem *behaviorální terapie*, nezaznamenal jsem takové dohady ohledně autorství pojmu *aplikovaná behaviorální analýza*. Stejně se zdá, že to nikdo neví úplně jistě. Někdo má za to, že ABA použili jako první Ullman a Krasner ve své knize *Case Studies in Behavior Modification* (*Případové studie modifikace chování*) z roku 1965. Jiní se domnívají, že pojem ABA poprvé vyslovil Monroe Wolf, jeden ze zakladatelů a první šéfredaktor JABA (*Journal of Applied Behavior Analysis*). Wolf nejvíc proslul díky využívání principů ABA při léčebně-vzdělávacích programech pro děti, známých jako Dětský projekt Jalovcová zahrada (Juniper Gardens Children Project), který se nachází v Kansas City v Kansasu.

ABA je založena na práci vynikajícího amerického psychologa B. F. Skinnera. Hodně Skinnerových vědeckých přínosů se týkalo studia chování a procesu učení v psychologických laboratořích. Skinner a jeho studenti často studovali zvířata, například krysy a holuby, a analyzovali jejich chování za přísně monitorovaných podmínek. Skinnerova práce, někdy nazývaná *behaviorální analýza* nebo

¹ ABAI – *Association for Behavior Analysis International* (Mezinárodní asociace behaviorální analýzy).

experimentální analýza chování, byla také nespočetněkrát úspěšně aplikována při práci s lidmi. ABA přebírá zjištění Skinnera a jeho následovníků a aplikuje je na lidské bytosti v nejrůznějších prostředích, jako je škola, nemocnice, pracoviště, kasino, sportoviště i domov. ABAI sdružuje v současné době více než 35 specializovaných oblastí, které využívají principů ABA a uplatňují je v oblastech, jako je autismus, behaviorální gerontologie, sociální služby, oblast organizace práce a managementu a klinická behaviorální analýza. K tomu se podrobněji dostaneme později, avšak přístup ABA kombinuje intervence obvykle založené na konkrétním typu učení běžně spojovaným se Skinnerem (například operantní podmiňování) s metodami neustálého objektivního monitorování chování.

Kdo je kdo v ABA?

Lidé pracující v oblasti ABA používají pro popis své pozice různé názvy a tituly. Zde uvádíme několik z nejběžnějších, kdyby vás náhodou zajímalo, kdo ti lidé vůbec jsou.

Behaviorální analytik²

Behaviorální analytik je člověk, který se zabývá aplikovanou behaviorální analýzou a který je, doufejme, k jejímu provádění řádně vyškolen. Třebaže dříve ve 20. století byli behaviorálními analytiky většinou psychologové nebo pedagogové, kteří prošli specializovaným školením a praxí v ABA, v poslední době se zvyšuje počet bakalářských i magisterských programů zaměřených konkrétně na ABA. Takže dnes může mít člověk označující se jako behaviorální analytik vzdělání v různých oblastech psychologie nebo dalších příbuzných oborech, ale také tomu tak být nemusí.

BCBA

BCBA je certifikovaný behaviorální analytik. Jde o behaviorálního analytika, který splnil obtížné požadavky na vzdělání a zdárně absolvoval mezinárodní zkoušku (test) prokazující jeho znalosti v oblasti ABA. A ještě jednou, i když se někteří certifikovaní BCBA mohou zaměřovat pouze na oblast ABA, mnoho z nich má za sebou předchozí studium psychologie, speciální pedagogiky nebo jsou odborníky v jiných oborech.

Kromě BCBA existují tři další licence, které nabízí Mezinárodní výbor pro certifikaci behaviorálních analytiků (BACB), což je organizace, která uděluje certifikace behaviorálním analytikům. BCBA-D znamená, že BCBA získal doktorát v oboru

² Pozn. redakce: V České republice patří behaviorální analytik, asistent behaviorálního analytika a behaviorální technik mezi tzv. nelékařská zdravotnická povolání. Podmínky, za kterých lze získat způsobilost k těmto povoláním, upravuje zákon 96/2004 Sb. v platném znění.

behaviorální analýzy. BCaBA označuje certifikovaného asistenta behaviorálního analytika a RBT je registrovaný behaviorální technik. BCaBA a RBT poskytují různé druhy asistence pro BCBA, kteří jsou jejich supervizory. BCaBA může pomáhat shromažďovat různé užitečné informace a vytvářet některé behaviorální plány. RBT jsou vyškolení jako pracovníci přímé péče nebo asistenti. Poskytují přímé ABA služby lidem v domácím prostředí nebo ve školních třídách.

Behaviorální terapie, behaviorální terapeut

Behaviorální terapeut je člověk, který provádí behaviorální terapii, a podobně jako behaviorální analytik by měl být v oboru vzdělán. *Behaviorální terapie* je obecně považována za jeden z psychoterapeutických přístupů, který se spoléhá na využití terapeutických technik založených na principech učení, především pak na operantním a klasickém podmiňování. Behaviorální terapie zahrnuje terapeutická sezení s behaviorálním terapeutem, což je obvykle vystudovaný psycholog, někdy ale také psychiatr, sociální pracovník, zdravotní sestra, poradce apod. Velká část léčby při behaviorální terapii zahrnuje řízený rozhovor se spolupracujícími klienty, což mohou být děti i dospělí, o jejich problémech a řízené využití technik behaviorální terapie, z nichž mnoho se zakládá na ABA.

Snad nejznámější behavioristická terapeutická technika je systematická desenzitizace, původně vyvinutá Josephem Wolpem (1958), která se ukázala být obzvláště účinnou při léčbě fobií.

Radikálně behaviorální terapie, radikálně behaviorální terapeut

Existuje velký počet intervenčních postupů, které se využívají v tradiční behaviorální terapii a které odpovídají radikálnímu behaviorismu; někdy bývají nazývány *radikálně behaviorální terapie*. Mezi takovéto postupy například patří řízená imaginace, systematická desenzitizace a skryté podmiňování.

Kognitivně behaviorální terapie (KBT), kognitivně behaviorální terapeut

Kognitivně behaviorální terapie (KBT) odkazuje k mnoha typům psychoterapie, které kladou důraz na snahu pomoci klientům, aby se lépe vyrovnávali se svými problémy, a to tak, že mění způsob, jakým přemýšlejí nebo k sobě hovoří o různých věcech. Existuje spousta různých přístupů ke kognitivně behaviorální terapii, které se liší tím, nakolik využívají principů učení. Jedna z oblastí, kde podle všeho kognitivně behaviorální terapie skutečně pomáhá, je léčba deprese. Ačkoli kognitivně behaviorální terapie není obecně považována za součást ABA, hodně kognitivně behaviorálních terapeutů využívá principy ABA při své práci.