作何期望：應用行為

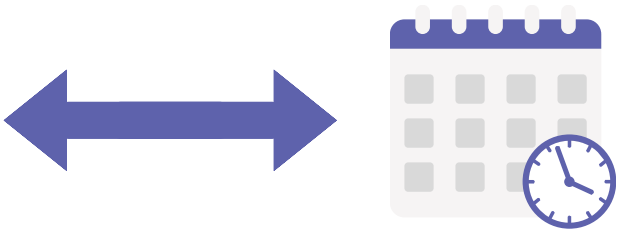


應用行為分析（ABA）是一種支持有意義的行為改變的科學方法。數十年來，ABA 已被證明是一種有效的教學方法，可以支持自閉症譜係人士實現目標和學習技能。ABA 透過關注自閉症人士針對周圍發生的事情如何行為對其提供支持。透過分析和改變行為前後發生的事情來實現這一目的。行為是指我們可以觀察和測量的行動，例如某人所說或所做的事情，以及私密行為，例如一個人的想法。



ABA 與 IBI 強化行為介入 (IBI)的比較

IBI 強化行為介入 **(IBI)**
強化行為介入 **(IBI)** 或綜合 **ABA** 是一項每週 **30 - 40** 小時、包括廣泛的目標的全日制強化 **ABA** 計畫。



聚焦 **ABA**
當提供的小時數較少且注重的內容較窄（即只有幾個目標）時，該計畫稱為「聚焦 **ABA**」。個人的需求在其一生中可能會發生變化，滿足其需求所需的每週小時數也可能會發生變化

ABA 如何幫助教導技能?

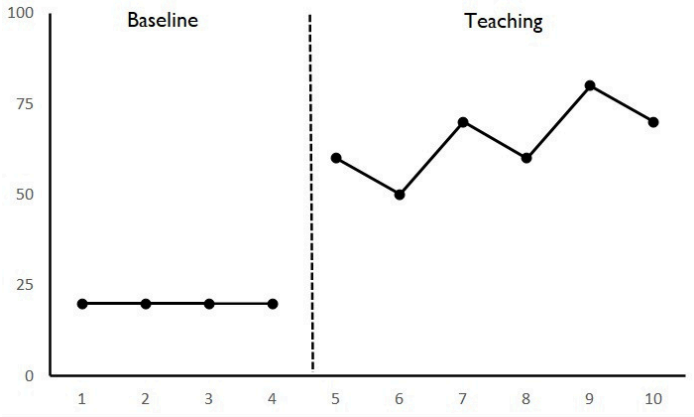
首先，會進行評估，以確定對該個人有意義的目標或技能。目標技能的一些例子包括：學習與同伴一起玩耍、寫下自己的名字或刷牙。透過一個名為「任務分析」的過程，技能可以分解為更小、更易於管理的步驟。然後將練習清單中的每個步驟，直到掌握該技能。為幫助該個人完成目標技能，可以添加額外的幫助或提示（稱為「提示」）。一些例子可能包括口頭、視覺或身體提示（視個人的需求和偏好而定）。使用獎勵（即正向增強）來認可個人的努力，並讓他們知道自己正在取得進步！這涉及到當個人表現出技能時提供正向的強化，以增加該技能再次發生的可能性。

Autism ONTARIO

針對具有挑戰性的行為使用 **ABA**

在支持自閉症人士減少干擾或有害行為時，從業者（稱為行為分析師）會與該個人及其家人合作，評估這些行為的根本原因。這一目標是透過功能行為評估來完成的。例如，該人士可能試圖避開或接近某物。接下來，制定一個計畫來幫助個人以更簡單、更安全的方式滿足他們的需求和願望。





我們如何知道 **ABA** 是否有效?

首先，從業者會收集目標技能的資料以確定個人的起點（稱為「基線數據」）。數據會被繪製成圖表，以便更好地視覺化該個人的進步。教學開始後，從業者會持續收集目標技能的數據，以確定計畫是否進展順利、或是否需要修改[6]。可對計畫進行調整，以保留有效的內容、並修改或變更無效的內容。

選擇適合您的 **ABA** 服務提供者

在選擇 ABA 服務提供者時，應了解，每個 ABA 服務提供者團隊組成都有所不同。所有團隊的相同之處在於，他們都由具有碩士學位或更高學歷並接受過 ABA 培訓的人員監督。在安大略省，行為分析師即將成為受監管的醫療保健專業人員[3]。委員會認證的行為分析師 (BCBAs®) 或委員會認證的博士級行為分析師 (BCBA-Ds®) 以及一些接受過 ABA 培訓的臨床心理學家或心理助理可以監督 ABA 計畫。

Autism Ontario 有一份經過驗證的服務提供者名單，稱為 OAP 提供者列表，可協助您找到能為您和家人提供支持的行為分析師。

Autism ONTARIO

接下來會發生什麼?

找到了服務提供者之後，您應該與他們會面，以確定他們是否適合您和您的家人。然後，您將被要求簽署一份服務協議。該書面合約概述了將會提供的服務。請花時間閱讀該文件並提出問題。



對您不明白的內容，請要求澄清。接下來會發生什麼？下一步是行為分析評估；行為分析師將使用各種不同的測驗來評估各個領域或技能領域的技能，以確定個人的優勢和需求。評估完成後，個人、其家人和行為分析師將確定目標。這些目標應該反映該個人的需求、價值觀和文化。將製定一個或一組個人化計畫，供您在開始之前進行審查和批准。教授的內容和教學方法對自閉症譜系上每個人來說都是獨一無二的。

計畫開始時會發生什麼?

計畫開始時，團隊將在實現目標之前透過做當事人喜歡的事情來開始與該個人建立關係。建立了關係之後，團隊就會開始與個人就設定的目標技能合作。這個學習過程包括大量的練習和重複。團隊透過查看圖表數據定期與家人一起回顧進度。團隊將讓您的家人參與整個學習過程。這是了解如何在家中和社區為您所愛的人提供最佳支持的關鍵一步。一旦個人實現了目標，行為分析師就會與個人及其家人會面，以確定接下來的步驟，例如結束計畫和過渡計畫。

須知:

ABA 領域一直在不斷發展。行為分析師認證委員會®不斷更新認證要求，包括道德準則，以最好地滿足使用 ABA 服務的個人的需求。這將與未來的省級法規一起將幫助個人及其家庭獲得優質的 ABA 服務提供者。



由自閉症人士及其家庭提出問題、自我倡導和參與，對充分利用 ABA 計畫是至關重要的，以確保獲得最有益的學習體驗。