

někdy popisujeme jako veřejné nebo otevřené, protože je alespoň potenciálně přímo pozorovatelné veřejností. Ve světě behaviorismu odkazuje termín *skryté chování* k chování, jako je myšlení, představy a pocity, které lidé vně nemohou přímo pozorovat. Ostatní činnosti v našem těle, jako je tlukot srdce nebo mozkové vlny, se také považují za skryté chování, protože tyto akce může přímo pozorovat jedinec, který je prožívá, nebo nepřímo další osoba s pomocí lékařských přístrojů.

Souběžné chování

Souběžné chování je takové, které se stabilně objevuje společně s jiným chováním, například úsměv a smích u dětí, když jedí sladkosti nebo zmrzlinu. Velmi pravděpodobně uslyšíme o souběžném chování ve vztahu k verbálnímu chování, které popisuje nějaké skryté, soukromé či vnitřní události. Například když Ríša ucítí, že ho bolí zub, může říct: „Bolí mě zub.“ Jana řekne: „Jsem hrozně šťastná!“, když dostane k narozeninám štěňátko. Ačkoli se mnoho dětí naučí odpovídajícímu souběžnému verbálnímu chování během svého vývoje, některé děti s poruchami komunikace mohou mít značné problémy s vyjadřováním pocitů a jiných vnitřních stavů prostřednictvím řeči.

Souběžné verbální chování se běžně získává nebo učí, když dospělí vyslovují předpoklady o tom, co podle nich dítě musí cítit na základě určitých okolností. Pak v podstatě pojmenují nebo napovědí dítěti, jak se asi cítí. Když Janička zakopne, spadne a přistane na kolenou, maminka jí řekne: „Ale Janičko, to musí bolet!“ U některých dětí s PAS se někdy využívají přímější metody, které je mají naučit odpovídajícímu souběžnému chování.

KAPITOLA 3

CO JSOU ANTECEDENTY?

Stimul

Jedním z termínů, které v ABA často uslyšíte, je slovo *stimul*. Obecně vzato je stimul něco, co vyvolává reakci něčeho nebo někoho jiného. Stimul často bývá něco, co můžeme zpozorovat nebo detekovat prostřednictvím smyslu. Někjaký předmět, vůně, zvuk, událost, kterou pozorujeme. Stimulem může být v podstatě cokoli.

Stimuly, které chování neovlivňují, se nazývají neutrální stimuly. Existuje ale mnoho různých druhů stimulů, které naše chování ovlivňují různými způsoby. Stimuly, které chování posilují, se nazývají posilující stimuly a o těch si hodně povíme v Kapitole 4.

Antecedenty

Antecedenty neboli antecedentní stimuly jsou věci, které se dějí nebo jsou přítomny dříve, než se objeví cílové chování. Jak jsme si právě řekli, mnoho stimulů nemá vliv na cílové chování, ve své podstatě jsou tedy neutrální (přinejmenším v kontextu cílového chování). Jiné antecedenty ale mohou signalizovat pravděpodobnost posílení nebo trestu, které budou po konkrétním chování následovat. Klasickým příkladem je mámino zavolání, že je večeře hotová – což signalizuje dostupnost posílení: Když dojdete do jídelny, vaše chování bude velmi pravděpodobně *posíleno* (odměněno) dobrým jídlem. Když půjdete do jídelny v jinou dobu – nenajdete žádné jídlo, žádné posílení. Stimul v podobě mámina zavolání nám pomáhá rozpoznat nebo rozlišit dobu, kdy dostaneme jídlo, pokud jdeme do jídelny, a kdy jídlo nedostaneme. Mámino zavolání v takovéto situaci funguje jako signál dostupnosti, podnět zvaný *diskriminační stimul*.

Diskriminační stimul

Sulzer a Mayer (1972) popsali *diskriminační stimul* jako „stimul, na nějž navazuje reakce, která je následně posílena“ (str. 290). V některých knihách můžete vidět symboly S^p nebo S^d, které označují diskriminační stimul (D/d bývá často uvedeno jako horní index). Někdy můžete slyšet označení „esdé“. Mluvčí pouze vyslovuje počáteční písmena, S a D, což se skutečně říká snáz. Další termíny jako *podnět*, *znamení* nebo *signál* jsou méně formální, ale označují totéž co S^p.

S^D nám v případě mámina zavolání k večeři pomáhá rozlišit nebo rozpoznat, kdy bude určité chování posíleno, ale může také signalizovat, že bude chování potrestáno. (V případě zavolání k večeři si třeba představte, že se podávají játra, a vy játra nesnášíte. Někteří lidé by talíř s játry považovali za trest.) Červená na semaforu je S^D, který signalizuje, že průjezd křižovatkou v tu chvíli bude pravděpodobně potrestán, možná nehodou nebo pokutou, pokud to uvidí policie.

Antecedenty, které ovlivňují chování, se mohou vyskytovat v celé škále podob. Antecedentem cílového chování může být třeba chování druhé osoby, například když učitelka řekne Janičce, ať si otevře učebnici matematiky. Může jít o směrovku ve škole, která návštěvníkům ukazuje, kudy se dostanou do kanceláře ředitele. Písmena v knize jsou S^D pro čtení. Často může tentýž stimul vyvolat nebo zapříčinit různé typy chování u různých jedinců. Například značka na dálnici, kde se píše „Nákupní centrum, exit 9“, ovlivní různé řidiče různě. Ti, kteří chtějí jet do nákupního centra, sjedou exitem 9, zatímco ti, kteří chtějí pokračovat do centra města, zůstanou na dálnici.

Pracovní list z matematiky, který student dostane, je antecedentem ovlivňujícím studentovo chování. Učitel chce, aby přítomnost pracovního listu (s instrukcemi) studenta ovlivnila způsobem, který povede k vyřešení úloh z matematiky. Pokud se to stane, pak je pracovní list z matematiky spolu s instrukcemi S^D pro žádoucí chování – vyřešit matematické úlohy. To by mělo být nejspíše výsledkem našeho snažení při předkládání pracovních listů. Než se ale takové nové (žádoucí) chování vytvoří, přirozené S^D ve formě pracovního listu a instrukcí nemusí být dostatečně silné, aby vyvolalo cílové chování (pouhé předložení úkolu nemusí vést k jeho vyřešení). Student může místo cílového chování dělat něco úplně jiného, třeba si stěžovat, vyrušovat, mít záchvat vzteku. Někdy jsou k tomu, aby se daly věci do pohybu, zapotřebí kromě S^D ještě další pobídky neboli *prompty* (*dopomoci*). Když Janička hraje ve školní hře a zapomene text, režisér jí může pošeptat prvních pár slov, a tím ji znovu navede, nebo když Ríša zapomene hlavní města států, jeho učitel mu napoví, že hlavní město Francie začíná na „P“. Tyto *prompty* můžeme považovat za umělé S^D, něco navíc, co musíme postupně oslabovat, redukovat a nakonec úplně odstranit. Je to něco jako dávat nápovědy a dopomoc při řešení hádanek.

Prompt

V anglické konverzaci je jedním z významů slova *prompt* pomoci někomu odpovědět správně na otázku nebo dopomoci jedinci, aby se v určité situaci choval vhodným způsobem. A to je vlastně velmi podobné významu, který má slovo *prompt* v terminologii ABA. Pro nás je *prompt* antecedentem, který napomáhá tomu, aby se nějaké chování započalo. Prompt je nápověda, pobídka, rada nebo cokoli jiného, co věci uvede do chodu. Promptem může být vyřčený pokyn, předvedení (modelování) cílového chování, dokonce i fyzické vedení, gesta rukou, poskytnutí první slabiky odpovědi na otázku.

Jsou chvíle, kdy možná musíme Ríšovi pomoci, aby se u něj nějaké chování rozbehlo. Když se blíží čas jít spát, můžu Ríšu popostrčit k tomu, aby si šel lehnout, tím, že řeknu: „Ríšo, chystej se do postele.“ Funguje to dobře. Můžu být ještě konkrétnější a dát mu podrobnější nápovědu: „Ríšo, vyčisti si zuby, převlékni se do pyžama, skoč si na záchod a umyj si ruce a obličej.“

Kromě S^D jsou tu i diskriminační stimuly zvané S-delta („es delta“, zastoupené symbolem S^Δ), které napovídají, že dané chování *nebude* posíleno. Když je na dveřích obchodu cedulka, „Otevíráme ve 14.00“ a vy se snažíte dostat dovnitř v 11.30, je tu velká šance, že najdete dveře zamčené a váš pokus vstoupit do obchodu nebude posílen úspěchem. Za pokus o otevření dveří nejste potrestáni, ale nejste za něj ani posíleni.

Jana má před sebou minutový test z matematiky na počítači. Ukáže se jí série příkladů z odčítání, u všech jde o čísla pod 100. Když se na obrazovce objeví nové zadání, musí rychle napsat řešení a automaticky se objeví další zadání. Za každou správnou odpověď dostane jeden bod. Po minutě se barvy na obrazovce změní ze zelené na červenou. Ačkoli Jana může dál psát řešení úloh i poté, co se barva změnila, nedostává za to už body, i kdyby měla správných odpovědí sebevíc, a to do té doby, dokud jsou čísla červená. V tomto případě jsou zelená čísla S^D, že budou správné odpovědi posíleny, a červená čísla jsou S^Δ (S-delta), že správné odpovědi posíleny nebudou.

Kontrola stimulem

Když je chování jasně ovlivňováno (pravidelně se objevuje) za přítomnosti určitého S^D, ale neobjevuje se (nebo přinejmenším ne ve stejné podobě) bez přítomnosti S^D, říkáme, že je chování pod *kontrolou daného stimulu*. Maminka se snaží Ríšu vychovávat tak, aby říkal „prosím“ a „děkuji“. Když je maminka s ním, Ríša si vzpomene a jedná podle toho. Když ale maminka není poblíž, zapomene na „děkuji“. Ríšovo zdvořilé „děkuji“ je pod kontrolou stimulu – přítomnosti jeho maminky.

Ustavující událost/situace⁴

Třebaže mnoho antecedentů, o nichž jsme už mluvili, sestávalo z chování ostatních lidí, termín *ustavující událost/situace* odkazuje k jinému druhu antecedentů, jakými jsou například náš fyzický stav a přítomnost různých neživých předmětů, které rovněž ovlivňují naše chování. Například když má někdo velký hlad nebo je hrozně unavený, oproti někomu, kdo právě spořádal velkou porci nebo se výborně vyspal. To vše jsou stavy, které mohou mnoha způsoby ovlivnit naše chování. Když máte hlad už v 7.00, jde o ustavující situaci, při níž je pravděpodobné, že si nandáte na

⁴ anglicky *setting event*

talíř velkou hromadu jídla při servírování snídaně v 7.30. Rozdíl v ustavujících situacích nám pomáhají pochopit, proč Jana reaguje úplně jinak na zdánlivě stejné stimuly, ale v různých časech. Jiné termíny, které ale popisují vlastně totéž, jsou například *motivující operace (MO)* nebo *operace ustavující hodnotu posílení (EO, ustavující operace)*.

Motivující operace (MO) / Operace ustavující hodnotu posílení (EO⁵, ustavující operace)

Pokud se stane něco, co způsobí, že něco jiného začne být více či méně posilující, nazýváme tu událost *motivující* nebo *ustavující operací*. Jak vyplývá z označení, motivující operace souvisí s motivací. Motivace a posílení jdou ruku v ruce. Pokud jsme motivováni, chováme se způsobem, který zvyšuje efektivitu posílení nebo oslabuje odpor k činnosti. Dá se říct, že čím více nás něco motivuje, tím více nás to i posiluje (nebo alespoň čekáme, že nás to posílí). Když jsou věci více či méně posilující, stávají se pro nás také více či méně motivující.

MO nebo EO mohou nastat přirozeně, nebo je lze záměrně navodit. Může jít o něco, co zvýší sílu stimulů, které chceme používat jako posílení, aby tak skutečně fungovaly, nebo o něco, co oslabí ta posílení, která udržují maladaptivní chování. EO je starší termín, ale oba se stále běžně používají. Podobně jako u mnoha dalších slov se přesný význam těchto slovních spojení v průběhu času mění. Pojmy EO a MO se ne vždy používají důsledně, takže pokud na ně někde narazíte, můžou vám se ne vždy používat důsledně, takže pokud na ně někde narazíte, můžou vám se vysvětlení připadat poněkud zmatečná. Já se pokusím podat vysvětlení, které je obecně přijímané. Dnes se MO používá spíše jako obecný termín, který označuje provedení buď zesilující, nebo oslabující změny v posílení. Na druhé straně EO je často omezena na pouhý popis událostí, které zesilují účinnost určitého posílení nebo které vůbec zavádějí danou věc či činnost jako posílení.

Aboliční operace (Operace snižující hodnotu posílení)

Teď tu máme i novější termín – Aboliční operace (operace snižující hodnotu posílení – AO). AO odstraňuje nebo oslabuje hodnotu nějakého posílení. Častým příkladem alespoň dočasné AO je nasycení. Když Ríša sní moc sladkostí a je mu špatně od žaludku, pak pravděpodobně dočasně snížil účinnost sladkostí coby posílení. V některých případech se dokonce mohou sladkosti alespoň dočasně stát nepřijemnými a fungovat jako trest.

EO/MO je možné si splést s S^D. (Pamatujete?) Možná vám pomůže, když si zapamatujete, že MO souvisí s tím, nakolik naše chování může něco posílit (hodnota

⁵ anglicky *establishing operation* – EO

posílení), zatímco S^D se vztahuje k tomu, zda je posílení dostupné nebo ne (dostupnost posílení).

MO často zahrnuje stavy deprivace nebo nasycenosti (nedostatek či nadbytek něčeho). Například, máme-li se držet tématu jídla, pak by lidé, kteří si hlídají váhu, měli jít nakupovat potraviny spíše po večeři než před večeří, čímž se zvyšuje jejich schopnost odolat pokušení koupit (a sníst) další chutovky, sladkosti atd. Když se před nákupem najíme, dočasně oslabíme (někdo by řekl dokonce i odstraníme) jídlo coby účinné posílení. Dá se říct, že sníme-li jídlo před nakupováním potravin, je to naše motivující operace, díky níž se budeme snáz vyhybat nejrůznějším lahůdkám v obchodě.

Když se přidržíme předchozího příkladu, máme-li v úmyslu využít jídlo jako posílení během Říšovy hodiny matematiky, nejspíš bude dobré zařídit, aby před hodinou matematiky nějakou dobu nejedl. Pokud bude Říša hladový, je mnohem pravděpodobnější, že bude kvůli jídlu spolupracovat, a v této situaci bude tedy jídlo představovat silnější posílení. Takže aby se něco stalo účinnějším posílením, musíme se ujistit, že Říša tohoto posílení v poslední době moc neměl. Také chceme zajistit, alespoň pro danou chvíli, že jediný způsob, jak může Říša toto konkrétní posílení získat, je předvést nové chování, které po něm chceme.

MO, která by spíše snížila účinnost nějakého posílení, by byla taková, která by Janě dávala posílení k dispozici pořád a bez překážek. Jinými slovy, Jana vždy dostane posílení, bez ohledu na to, co udělá či neudělá. Například předpokládejme, že Říša a Jana si venku hrají. Říša si hraje s basketbalovým míčem a Jana s kopacím. Říša požádá Janu, aby si s ním zahrála basketbal, ale Jana odmítne, protože chce zůstat u kopané. A tak si dál hrají sami, teplota klesá a oběma začíná být zima. Říša chladu předejde tím, že si oblékne svetr i bundu, které s sebou má. Ale Jana ani jedno nemá a je jí čím dál chladněji. A tak Říša Janě nabídne, že pokud si s ním zahraje basketbal, půjčí jí bundu. Jana neochotně souhlasí. Po několika minutách basketbalu přijde její matka se svetrem v ruce a volá na Janu: „Janičko, je zima, obleč si svetr!“ To můžeme považovat za AO v tom smyslu, že tím, že Janě poskytne svetr, aby jí bylo teplo, bez ohledu na to, co udělá, matka v podstatě neutralizovala posilující schopnost Říšovy bundy v dané situaci. Teď, když má Jana svůj vlastní svetr, není už Říšova bunda dostatečně silným posílením, které by Janu přimělo hrát basketbal. Jana má vlastní svetr a odchází hrát fotbal. V tomto příběhu hodnota posílení v podobě Říšovy bundy nejprve narostla s přirozeně se vyskytnuvší MO v podobě poklesu teploty. Pak, když Janina matka přišla se svetrem, což je další MO v této situaci, hodnota posílení v podobě Říšovy bundy znovu klesla. To vypadá povědomě, ne?

Takže abychom to shrnuli, motivující operace, kterou běžně nazýváme MO, mění hodnotu posílení, tedy toho, jak motivující či posilující posílení ve skutečnosti je. Pokud bychom chtěli být konkrétnější, mohli bychom mluvit o dvou typech MO – ustavující operace (EO) a aboliční operace (AO) –, které mění efektivitu stimulů

ovlivňujících chování. Jak již jejich názvy naznačují, ustavující operace (EO) způsobuje, že něco začne fungovat jako posílení (jeho hodnota se zvyšuje), nebo zesiluje účinnost již existujícího posílení, zatímco aboliční operace (AO) odstraňuje či oslabuje účinnost posílení (jeho hodnota se snižuje). MO nám pomáhají pochopit, proč lidé mohou reagovat velmi rozdílně na tentýž stimul v různých situacích, nebo dokonce i ve zdánlivě stejných situacích, ale v jinou dobu.

Pokud budete dál číst odbornější knihy o ABA, možná narazíte na zkratky UMO nebo CMO. To písmeno navíc prostě označuje, zda je MO nepodmíněná (unconditioned), tedy jestli jste se tak už narodili, nebo zda jde o MO podmíněnou (conditioned), tedy naučenou. Tyto pojmy můžete dokonce vidět i s písmeny jako S, R a T, která stojí za nimi, ale tolik už teď vědět nepotřebujete, a možná ani nechcete.

Prekurzory

Obecně řečeno je *prekurzor* něco, co předchází něčemu jinému. Dá se říct, že rajčata, hlávkový salát, okurka a krutony jsou prekurzory míchaného salátu. Když vidíme rajčata, hlávkový salát, okurku a krutony na kuchyňské lince, je to signál, že bude brzy míchaný salát. Když se obloha zatáhne, teplota klesne a zvedne se vítr, všechny tyto jevy mohou být prekurzory, které nás varují, že se blíží bouřka.

Existují také behaviorální prekurzory. Když vidíme, že Jana přestala běhat kolem domu, sedí tiše na pohovce, zívá a sotva udrží oči otevřené, je to signál, že brzy usne. Behaviorální prekurzory nás také mohou varovat před potížemi. Všimneme si třeba, že Ríša často přestává mluvit, napíná svaly a začíná poklepávat nohou, než u něj vypukne záchvat vzteku. Když dáváme pozor a všimneme si, že se tyto prekurzory začínají objevovat, máme šanci rychle jednat, abychom situaci zklidnili a předešli výbuchu vzteku (například Ríšu navedeme k použití dříve naučených sebekontrolních strategií (třeba využití progresivní svalové relaxace).

Prekurzory se někdy zaměňují se *spouštěči*. Spouštěč je spíše neformální termín označující ustavující situace, které vyvolávají určitý typ chování, řetězce chování nebo vzorce chování, zatímco prekurzory jsou druhy chování, které se často objevují v raných fázích těchto behaviorálních vzorců. Tím pádem prekurzory dané chování nevyvolávají, ale pouze ho signalizují.

Vyvolat a vykonat⁶

Další dvě slova, která často slyšíme, když behavioristé hovoří o člověku, který se nějakým způsobem chová, jsou slova *vyvolat* a *vykonat*. Říkáme, že stimul *vyvolá* reakci nebo chování, když se chování skutečně musí projevit, jako u nepodmíněného

⁶ anglicky *elicit* a *emit*

reflexu. Víte, co myslím, třeba když vás doktor tukne do kolena tím malým gumovým kladívkem a vy automaticky vykopnete nohu, nebo když vás náhlé prudké světlo donutí mrknout. Na druhé straně se někdy chování projeví a my nevidíme nic, co by ho s naprostou jistotou vyvolalo. Možná nemáme ani potuchy, proč Ríša udělal to, co udělal, a vypadá to jako volní chování, i když je samozřejmě ovlivněno svými důsledky. V takových situacích lze říct, že Ríša *vykonal* akt chování. Když Ríša sedí vedle Jany v neděli v kostele, natáhne třeba ruku a začne Janu lechtat. Opravdu to musel udělat? Ne. Udělal to? Ano. Ríša vykonal akt chování – lechtání.