

Behaviorální intervence

Behaviorální intervence

- Plánovaný a systematický přístup s cílem změnit chování
- Přístup založený na klasickém nebo operantním podmiňování
- Někdy v kombinaci s dalšími perspektivami (např. kognitivní)
- Cílem je přírůstek žádoucího chování a snížení chování nežádoucího
- Zaměřená je na jedince, skupinu, třídu...

Postup

- Kdo je klientem – škola, konkrétní učitelé, rodiče a nebo žák
- Jaké jsou úkoly a cíle intervence (SMART)
 - Maximálně 3-4
 - Formulace v pozitivních pojmech
- Vytvořit základní čáru – možnost budoucího srovnání a zpětné vazby
- Kritéria úspěchu – co by mělo být rozvíjeno na cestě k cílům
- Plán monitorování intervence
- Plán útlumu intervence

Co když se to nedaří?

- Možná je třeba přehodnotit nebo přeformulovat problém
- Možná je potřeba změnit intervenci
- Možná je žák nemotivovaný a nebo vzoruje změně
- Má žák dostatek schopností a zdrojů zvládnout intervenci?
- Je behaviorální přístup pro tohoto žáka vůbec vhodný?

Typy behaviorální intervence

1. Intervence je založena na nárůstu, **na podpoře**, žádoucího chování
 - *Pozitivní posilování*
 - *Negativní posilování*
 - *Formování, tvarování*
 - *Kontrakt*
 - *Žetonové hospodářství*
2. Intervence je založena **na omezování** či přerušení nežádoucího chování
 - *Vyhasínání*
 - *Time-out, přestávka*
 - *Trest*

1. Nárůst, podpora žádoucího chování

Pozitivní posilování

- bezprostřední stimul na žádoucí reakci ve snaze zvýšit pravděpodobnost jejího opakování
- operantní model
- zvážit zda reakce učitele na žákovu chování je opravdu posilujícím stimulem (více pozornosti žákovi může být paradoxně důvodem dalšího zlobení)
- *Posilovače*
 - **Primární** posilovač – na biologickém základě (jídlo, pití) – záleží na míře deprivace (hlad, žízeň)
 - **Sekundární** posilovač – více žádoucí než primární, jejich hodnota je naučená (pochvala, oblíbené aktivity, body, žetony...)
- Posilovače mohou vyjadřovat „**souhlas**“ nebo „**informaci**“
 - Pochvala znamená, že chování je v pořádku („souhlas“)
 - „zůstal jsi na svém místě“ („informace“) – zpětná vazba pro žáka
- Je třeba brát v úvahu i případy, kdy učitel věnuje hodně pozornosti žákům, který vyrušují, což může vést k posílení nežádoucího chování.

1. Nárůst, podpora žádoucího chování

Negativní posilování

- Odstranění negativního posilovače, které vede k nárůstu žádoucího chování
 - Žák se chování nepatřícně a učitel odstraní něco, co žák nemá rád
 - Když žák dobře pracuje, učitel ho přestane kárat nebo mu dá méně úkolů na doma...
 - princip: alkohol potlačuje úzkost a tím se zvýší pravděpodobnost jeho konzumace (odstranění nepříjemného jako důsledek určitého kroku)
- Může to ale vést i k posílení nežádoucího chování
 - Žák si stěžuje na práci, učitel úkol zruší, žák si začne stěžovat ještě víc. Žák se zkrátka naučí, že stěžování vede k odstranění toho, co nemá rád
 - Může to podpořit vyhýbání se a únikové strategie či obsedantně kompulzivní jednání

1. Nárůst, podpora žádoucího chování

Formování/tvarování

- Důsledné posilování úspěšných přiblížení se žádoucímu chování dokud není cíl dosažen
- Posilování jen těch reakcí, které se blíží těm žádoucím
- *nový vzorec chování se objeví tehdy, když ojedinělé projevy chování, které se podobají do určité míry novému (žádoucímu) chování, jsou kladně zpevněny a následující kladné zpevňující podněty jsou aplikovány pouze v případě, kdy se chování jedince stále více blíží novému (plánovanému) vzorci chování. (Bendl 2011)*
- *Učitel dává najevo (zvýšený oční kontakt apod.) zájem o to, co žák říká/dělá, v případě, že jde o žádoucí chování. Jde-li o chování nežádoucí, učitel dává najevo menší zájem, méně naslouchá.*

Tři zásady učení (Helus dle Bendl 2011)

- 1) **Je třeba vytyčit cílové chování.**
- 2) **je třeba sestavit sled malých kroků**, jejichž kladným zpevnováním dojdeme **postupnou aproximací** (přibližováním) **chování** ke stanovenému cíli. (při naznačení přiblížení se žádoucímu chování, dané chování posílíme – *dítě, které se málo hovoří ve třídě, zvedne ruku k podrbání se na hlavě, a my zareagujeme jako bychom čekali, že se chce hlásit o slovo*)
- 3) **Klíčovým úkolem efektivního učení (tvarování chování) je vytvořit program zpevnování** – které reakce je třeba zpevnovat, jak budeme zpevnovat, kdy, jak často...l

1. Nárůst, podpora žádoucího chování

Kontrakt/Úmluva

- Dohoda o pozitivním posilování cílového chování
- Mezi dvěma i více stranami (učitel, žák, rodiče...)
- Dosažení konkrétního chování bude pozitivně posíleno
- Individualizace kontroly chování podle žákových potřeb
- Aktivní role žáka v kontraktu
- Ideálně – kontrakt vytváří zúčastněné strany společně
- Každá strana – vlastní role a zodpovědnost
- Cílové chování – shoda a úsilí všech stran

Podmínky dobrého kontraktu

- Posílení by mělo následovat bezprostředně
- První kontrakty by měly počítat s postupným zvládnutím
- Posilovač by měl být často a v malých dávkách
- Kontrakt by měl být formulován pozitivně v pojmech úspěchu
- Měl by být realistický a férový a podle S.M.A.R.T. cílů
- Srozumitelný a jednoznačný
- Neměl by být žákovi vnucován
- Měl by být pravidelně revidován a hodnocen

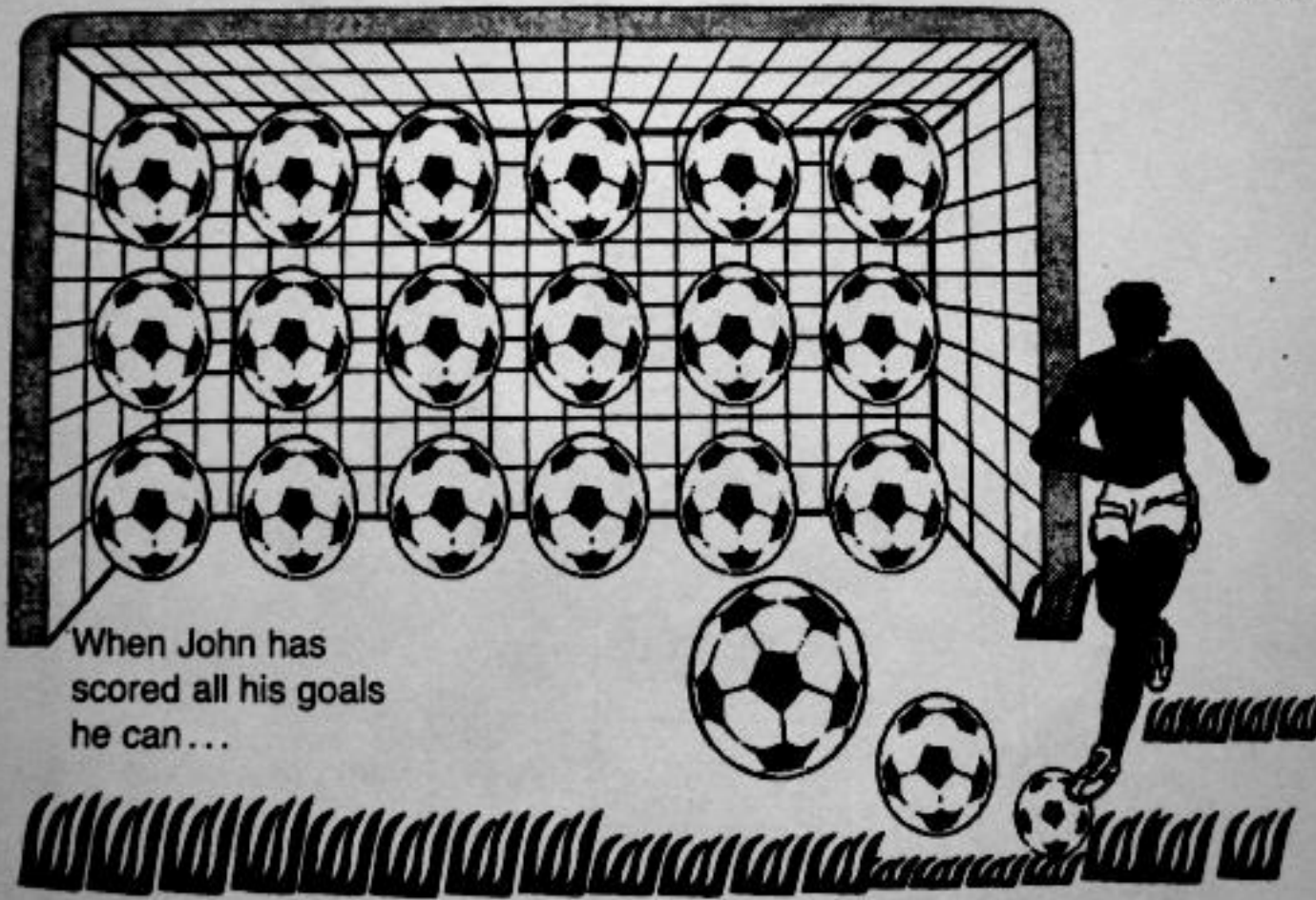
1. Nárůst, podpora žádoucího chování

Žetonové/kupónové hospodaření

- *Za určité cílové chování obdrží dítě žeton*
 - Body, smajlíci, nálepky...
 - Lze je kumulovat a získat za ně nějakou odměnu (třeba oblíbenou aktivitu) --- kupóny lze pak za něco směnit
- *Podmínky*
 - Cílové chování musí být žákům jasné a srozumitelné
 - Jasná pravidla směny žetonů za odměny – *co za co, kolik, kdy...*
 - Jasná úroveň žádoucího výkonu
 - Důraz na to, co lze rozvinout a získání žetonů musí být pro žáky výzvou (ne něco, co rutinně ovládají)
 - V menu odměn – jasná spojitost mezi počtem žetonů a odměnami
 - Žetony by měly být udělovány bezprostředně

Honzík postupně plní fotbalovou branku. Až ji zaplní, pak může/dostane...

I will earn a sticker if I sit quietly and listen: 1. During assembly
2. While Ray is telling us what to do for maths
3. During the first 10 minutes of our maths lesson



When John has
scored all his goals
he can...

2. Omezování nežádoucího chování

Vyhasínání

Je-li kladný zpevňující podnět, který je udělován jedinci za dobrovolné dodržování určitého chování, odstraněn či přestane-li existovat, dotyčný jedinec zvolna přestane tento vzorec chování projevovat.

a) nezáměrné vyhasínání (žádoucí chování se stane zvykem, přestaneme ho chválit)

b) záměrné vyhasínání (odstranění posilovačů nežádoucího chování)

- *Odepření nebo zastavení posilování chování, které bylo posilováno*
 - Žák vyžaduje pozornost vykřikováním, učitel mu přestane věnovat pozornost
- *Podmínky efektivity*
 - Pozorovatelný a zřejmý vztah mezi učitelovou pozorností a žakovým nevhodným chováním (kupř. vykřikováním)
 - Učitel techniku užívá důsledně a trvale
 - Kombinovat s pozitivním posilováním žádoucího chování
 - Zvážit zda je možné chování tolerovat dokud nevymizí (šikana)

2. Omezování nežádoucího chování

Time-out

- Základem je *vytažení žáka ze situace*, kde je jeho problémové chování posilováno, na místo, kde posilováno není
 - V rámci třídy nebo mimo třídu
- Podmínky efektivity
 - Ujistit se, že to není odměňující zkušenost
 - Zajistit důslednost používání
 - Informovat žáka jaké porušení pravidel povede k *time-outu*
 - Vysvětlit žákovi oč se jedná, ještě než bude *time-out* použit
- Místo nebo místnost pro *time-out*
 - Neposílí to nežádoucí chování (nevyhne se práci...)
 - Délka *time-outu* by měla být co nejkratší
 - Prostor by měl mít patřičný dozor

2. Omezování nežádoucího chování

Trest

- **Smyslem trestu je potlačit problémové chování aplikací nežádoucího stimulu**
 - Trest jako důsledek konkrétního chování (pokárání, zůstat po škole)
 - Trest formou odebrání něčeho co má žák rád (výhoda)
- Užití trestu krátkodobě je efektivní, dlouhodobě může vést k problémům
 - Snadno dočasně potlačí chování
 - Reprezentuje negativní povahu vztahu ke druhým a pro žáka to může být *model* (agrese)
 - *Nenese jasno informaci, co se po něm chce*, aby dělal – co je žádoucí
 - Může vést k emočnímu vypětí, uzavře se do sebe nebo se vyhne hodině
 - Může to *vzbudit averzi vůči trestajícímu* spíše než změnu chování
 - Co je pro učitele trestem může být pro žáka výhodou (vyhne se učení)
 - Může narušit důvěru ve vztahu

2. Omezování nežádoucího chování

Trest

- Pokud je trest použit, pak je vhodné :
 - specifikovat, jaké porušení pravidel povede k trestu a sazbu trestů
 - vysvětlit ve třídě pravidla chování
 - aplikovat trest důsledně a bezprostředně, férově na všechny rušitele
 - vyhnout se trestání skupiny nebo třídy za chování jednoho žáka nebo žáků
 - vyhnout se emocím během trestání
 - používat pozitivní posilování stejně jako trest

2. Omezování nežádoucího chování

Pokárání

- **Pokárání**
 - Vztáhnout vždy ke konkrétnímu chování
 - Vyvarovat se ponižování
 - Použít okamžitě spolu se ztrátou výhod
 - Vyvarovat se sarkasmu, jízlivosti nebo rozpaků žáka před ostatními
 - Vyvarovat se odkazování na minulé případy
 - Vyzkoušet a používat neverbální pokárání spolu a nebo namísto slovních pokárání

Klíčové zdroje

AYERS, H., CLARKE, D., MURRAY A. Perspectives on Behaviour. A Practical Guide to Effective Interventions for Teachers. Oxon: David Fulton Publishers. 2000.

BENDL, S. Kázeňské problémy ve škole. Praha: Triton, 2011.