

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 nepatříčně 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 zpevňováním 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 zpevňování** – které reakce je třeba zpevňovat, jak budeme zpevňovat, kdy, jak často...!

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 žakových 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



Shrnutí: **Principy operantního učení**

(Čáp dle Bendl 2011b: 102)

1. **Bezprostřednost** udělení odměny v situaci, kdy se dítě učí
2. **Postupné přibližování** – nejprve i drobné úspěchy nebo projev byt' jen snahy bez výsledku, s postupným zdokonalováním výkonu odměňujeme až náročnější výkony
3. **Zpočátku** – častější ale malé odměny
4. **Odměna** náleží **za činnost**, ne za uposlechnutí příkazu.
5. **Premackův princip** – činnost méně oblíbenou lze posílit činností oblíbenější (domácí úkoly pohodlněji)
6. **Smlouvy/úmluva** – směřovat k pozitivním formě odměny

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

Shrnutí aneb *k čemu techniky modifikace chování vedou?*

(Fontana 2010: 349)

- učitelé by si měli pozorně všímat vlastního chování a jeho účinku na děti
- možnost objektivního popisu pozorovatelného chování, což učitelovu pozornost směřuje přesně na ty stánky chování dítě, které je třeba měnit
- chování je **naučené**, proto je třeba mít na paměti, že děti s „problémovým“ chováním se je díky specifickým zkušenostem „někde“ naučily
- Thornikeův zákon účinku – mnohé chování je naučeno (vědomě i nevědomě) prostě proto, že přináší nějaký žádoucí účinek („funguje“)
- chování lze změnit, změníme-li zpevňující výsledky, které jím byly dříve dosahovány
- důležitost kontextu – děti se někdy „problémově“ chovají proto, že nesprávně interpretují prostředí, v němž se pohybují

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.

Bendl, S. Školní kázeň v teorii a praxi. učebnice pro studenty učitelství. Praha: Triton, 2011b

Fontana, D. Psychologie ve školní praxi. Praha: Portál, 2010