

## Metoda behawioralna

Według **behawioryzmu** uczenie się jest procesem prowadzącym do względnie trwałych zmian w zachowaniu człowieka, a opiera się na doświadczeniu. Behawioralne teorie opierają się na dwóch zasadniczych prawach:

- **warunkowanie klasyczne** (wg Pawłowa),
- **warunkowanie sprawcze, instrumentalne** (wg Skinnera).

Warunkowanie to podstawowy rodzaj uczenia się obejmujący połączenie bodźców ze środowiskiem, z reakcją na bodziec. W tego rodzaju uwarunkowaniach występują zasady:

- **wzmocnienia**, gdzie nagradzamy dobre zachowanie,
- **wygaszania**, która oznacza, że bez wzmocnienia przyjemnym bodźcem, nieakceptowane zachowanie ulega wygaszeniu,
- **generalizacji**, gdzie już bez uczenia się reagujemy takim samym zachowaniem na podobne bodźce,
- **warunkowania wyższego rzędu** pojawia się wówczas, gdy dziecko bardzo się czegoś boi, stopniowo przybliżamy bodziec lękotwórczy łącząc go jednocześnie z bodźcem dla dziecka przyjemnym. W ten sposób można uczyć czynności, których dziecko się boi np.: wycinania nożyczkami, mycia zębów, wejścia do nowego pomieszczenia.

W naszej placówce terapia behawioralna przeznaczona dla osób z autyzmem jest terapią opartą w głównej mierze na wzmocnieniach. Mamy w tym względzie dużą dowolność w różnicowaniu wzmocnień. Zaczynamy od bodźców przyjemnych pierwotnie, to znaczy od bodźców pokarmowych (najczęściej słodczy). W późniejszym etapie przechodzimy do bodźców, które początkowo wcale z przyjemnością dziecku z autyzmem się nie kojarzyły, np. oklaski, przytulenie czy też głaskanie. Albowiem podstawą tego rodzaju terapii jest uspołecznienie dziecka, nauczenie go czerpania przyjemności z kontaktów społecznych, z bodźców społecznych, dlatego tak ważne jest nauczenie dzieci z autyzmem jak najszerszej gamy zachowań społecznych. Terapeuta powinien stanowić dla dziecka źródło wzmocnień.

Warto w tym miejscu wspomnieć o tzw. **prawie efektu**, które mówi o tym, że jeżeli widzimy cel swojego działania, nasza motywacja do przejawiania poprawnych społecznie zachowań wzrasta, ponawiamy próby, aby zdobyć to, o co nam chodzi, a dziecko autystyczne w szczególności musi widzieć, że jego wysiłek zostanie nagrodzony.

Do wzmocnień negatywnych możemy przejść dopiero wtedy, gdy sami stanowimy dla dziecka nagrodę. Musimy zbudować u dziecka autorytet, który powinien opierać się w szczególności na nagradzaniu, ponieważ w momencie, gdy będziemy dla dziecka osobą znaczącą i wyrazimy swoje niezadowolenie z jakiegoś zachowania, będzie to dla dziecka istotne, stworzy mu to pewien dyskomfort.

Warto wspomnieć, że listę wzmocnień budujemy indywidualnie dla każdego dziecka, z uwzględnieniem jego indywidualnych cech osobowościowych. Prawidłowy system musi być oparty zarówno na wzmocnieniach pozytywnych, jak również negatywnych, aby powodować wzrost motywacji. Tylko wówczas jesteśmy dla dziecka dostatecznie czytelnymi. Wyraźnie określamy swoje oczekiwania i wymagania, które nagradzamy. Zwracamy uwagę, aby nagrody dostarczane dziecku jak najszybciej miały charakter społeczny, aby dziecko nie robiło czegoś tylko dla nagrody, ale by nauczyło się czerpania przyjemności z samego wykonywania danej czynności, by wykonywane czynności były dla dziecka samonagradzające. Dziecko nie może traktować życia jako obowiązku, a pracy jako dążenia do samych nagród. Nie hamujemy spontaniczności dziecka. Doceniamy jego trud, chęć i niejednokrotnie inwencję twórczą.

Opracowała: Aleksandra Kłuskiewicz