

ПОЧЕМУ ХВАЛИТЬ ЭФФЕКТИВНЕЕ, ЧЕМ НАКАЗЫВАТЬ?

ПОЧЕМУ НАКАЗАНИЯ И ПОПЫТКИ ИСПРАВИТЬ НЕ РАБОТАЮТ?

Наказания вызывают злость и обиду — часто это именно те эмоции, неумение выразить которые становится причиной трудного поведения

Если ребенок не понимает причины наказания или не считает его справедливым, ему/ей становится сложнее доверять взрослому. Сталкиваясь с проблемами, он/а может бояться обратиться за помощью и пытаться решать их самостоятельно и скрывать их от взрослых, чтобы избежать наказания

Позитивное подкрепление поведения — это практика, которой пользуются педагоги. Ее задача — научить человека полезному и безопасному поведению, чтобы проблемное поведение уменьшалось

Главная ценность этой практики в том, что человека не ругают за проблемное поведение, а поддерживают, когда он/а его не проявляет

ПОДКРЕПЛЕНИЕ ДОЛЖНО БЫТЬ ЦЕННЫМ И ВАЖНЫМ

Подкрепление работает, когда оно актуально.

Прежде чем выбирать подкрепление, стоит узнать об интересах ребенка — поговорить о том, что ему/ей нравится, понаблюдать, какие занятия вызывают больше интереса

Например, ребенку, который увлекается комиксами, можно предложить в качестве поощрения рассказать о своей любимой вселенной или провести по ней ролевую игру

ПОЧЕМУ ПОДКРЕПЛЕНИЕ ПОВЕДЕНИЯ — ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД?

Все дети хотят быть хорошими — им важно внимание и одобрение значимых взрослых. Подкрепление помогает им чувствовать, что

они важны и что их усилия замечают и ценят

Похвала за конкретные достижения помогает сформировать опыт успешности — ребенок замечает, что усилия всегда приводят к результату, у него/нее есть мотивация чтобы стараться дальше

ОПРЕДЕЛИТЕ, ПОЧЕМУ РЕБЕНОК СЕБЯ ТАК ВЕДЕТ

Нужно понять, какая потребность стоит за проблемным поведением и предложить ребенку новый способ ее удовлетворять

Например, ребенок может нарушать правила, чтобы обратить на себя внимание взрослых и убедиться, что его/ее замечают. Тогда можно научить ребенка получать внимание другим способом. Например, предлагать заняться чем-то вместе или просто просить побыть рядом

ПООЩРЕНИЯ МОГУТ БЫТЬ НЕ ТОЛЬКО МАТЕРИАЛЬНЫМИ

В качестве подкрепления можно использовать словесную похвалу или предлагать совместные занятия:

- улыбнуться, поапплодировать или обняться
- сфотографироваться вместе
- порисовать
- выбрать в игру, в которую все вместе будут играть
- послушать музыку
- пораньше уйти на перерыв/перемену
- уделить больше времени любимому занятию

ОПРЕДЕЛИТЕ ЦЕЛЬ И ЗАПАСИТЕСЬ ТЕРПЕНИЕМ

Задача подкрепления поведения — помочь человеку самостоятельноправляться со сложностями

Важно определить цель, к которой вы хотите прийти, разбить ее на небольшие шаги, и следить за успехами и трудностями ребенка. Когда цель достигнута, можно постепенно отходить от системы с поощрениями, чтобы новый способ вести себя стал привычным и естественным

ПОКАЗЫВАЙТЕ СВЯЗЬ МЕЖДУ УСИЛИЯМИ И РЕЗУЛЬТАТОМ

Чтобы связь между поведением и поощрением закрепилась, нужно отмечать усилия ребенка — ситуации, когда ребенок не проявил нежелаемое поведение или поступил по-другому

Подкрепление должно происходить сразу после желаемого поведения. Можно озвучивать, за что вы поощряете: «У тебя получилось поделиться своими эмоциями в разговоре и никого не обзываешь»

ПРАКТИКА: КАК ВВЕСТИ ПРАКТИКУ ПОДКРЕПЛЕНИЯ ПОВЕДЕНИЯ

- Озвучьте желаемое поведение и расскажите о поощрении: «Пожалуйста, не кричи, когда я говорю по телефону. Если сможешь не шуметь во время моего следующего звонка, то вечером поиграем в твою любимую игру
- Когда ребенок проявляет желаемое поведение или не проявляет нежелаемое — проговаривайте это и предлагайте поощрение: «У тебя получилось не шуметь почти все время разговора, я горжусь тобой. Давай поиграем в игру на твой выбор?»

