



ВВЕДЕНИЕ В ПРИКЛАДНОЙ АНАЛИЗ ПОВЕДЕНИЯ

3. Усиление и ослабление поведения

*Савченко И.А., к.псих.н.,
ст. методист ГППЦ
ДОгМ*

Итак, у нас уже есть:

- Рабочее определение проблемного поведения
- Подробная информация об этом поведении
- Гипотеза о причине поведения
- Определение альтернативного поведения



Цели:

Долгосрочные (на 3-5 лет, сложное поведение)

Среднесрочные (ступеньки к долгосрочным)

Краткосрочные (простые мелкие навыки)



В первую очередь:

Самое опасное поведение

или

Самое простое

СЕЙЧАС



ПОТОМ



Условия эффективности задач

Учитывать мнение ребенка

Исходить из интересов ребенка

Учитывать возможности окружения

Подбирать наиболее адекватную форму предъявления:

- Устно,
- Текст на бумаге



Еще вопросы (родителям):

Что в данное время вы **делаете за ребенка**, но хотели бы, чтобы он научился делать сам?

Какие навыки ваш **ребенок хочет освоить?**

Какие навыки ваш **ребенок готов освоить?**

Какие навыки вы **хотели бы сформировать у ребенка?**

Программа работы с поведением – это последовательность

краткосрочных,
среднесрочных и
долгосрочных задач



Стимул

- изменение энергии, которое оказывает влияние на организм через его рецепторы
- событие, происходящее в окружающей среде или внутри организма.
- События могут изменяться, исчезать и появляться и, в результате этих изменений, влиять на поведение живых организмов



(О.Шаповалова)

Стимулы могут быть

Приятными



Неприятными



Нейтральным
и



Подкрепление - это

- событие,
- которое следует сразу же за поведением и
- повышает вероятность возникновения этого поведения снова



Подкрепление – это

- процесс,
- при котором изменение стимула в окружающей среде,
- следующего непосредственно после проявления поведения,
- ведет к увеличению количества проявлений данного поведения в будущем (в похожих условиях)



Антецедент и подкрепление

-

СТИМУЛЫ, по разному влияющие на поведение



Подкрепление -

не всегда что-то приятное

Будет ли какой-то стимул подкреплением, можно узнать только опытным путем!



Подкрепления могут быть

Безусловными
(первичными) – еда,
питье, сон и др.

Условными
(вторичными) –
конфета, игрушка,
похвала, время игры на
компьютере и др.

Reinforcement Menu



Computer



DVD



MP3 Player



Video Games



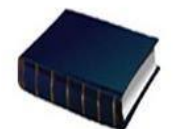
Toys



Cards



TV



Book

Подкрепления могут быть

Обобщенными – деньги, жетоны, похвала и др.

Естественными (автоматическими) – естественные последствия тех или иных наших действий



Подкрепления могут быть



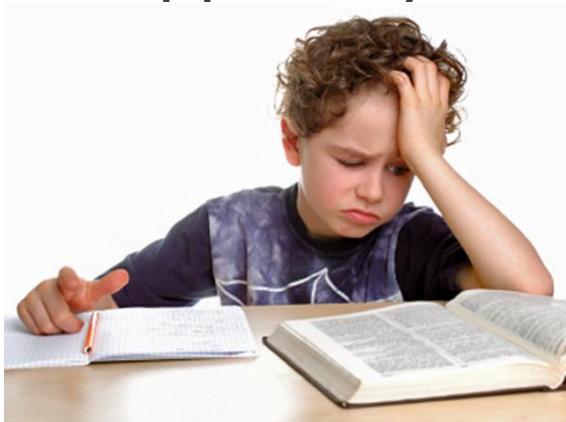
- Пищевые
- Сенсорные
- Предметные
- Двигательные
- Социальные



Принцип Примака

поведение, которое происходит часто,
можно рассматривать как **подкрепление**
для

поведения, которое происходит **реже**.



Эффективность подкрепления зависит от

- обусловленности,
- незамедлительности,
и,
- размера и
- депривации



Подкрепления могут быть

Положительными – стимул увеличен или добавлен в окружающую среду.

Отрицательными – стимул уменьшен или изъят (удален) из окружающей среды.

В любом случае, если это **подкрепление**, то поведение усиливается, возникает **чаще**



Обратите внимание!

**ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ≠ ХОРОШИЙ,
ПРИЯТНЫЙ**

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ = ДОБАВЛЯЕМЫЙ

**ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ ≠ ПЛОХОЙ,
ОСУЖДАЕМЫЙ**

**ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ = ИЗЫМАЕМЫЙ,
УДАЛЯЕМЫЙ**



Предупреждение и избегание

Поведение, позволяющее не столкнуться с каким-то стимулом, называют **предупредительным (или уклонением)**

Поведение, позволяющее избавиться от уже действующего неприятного стимула, называют **избегающим (избеганием)**



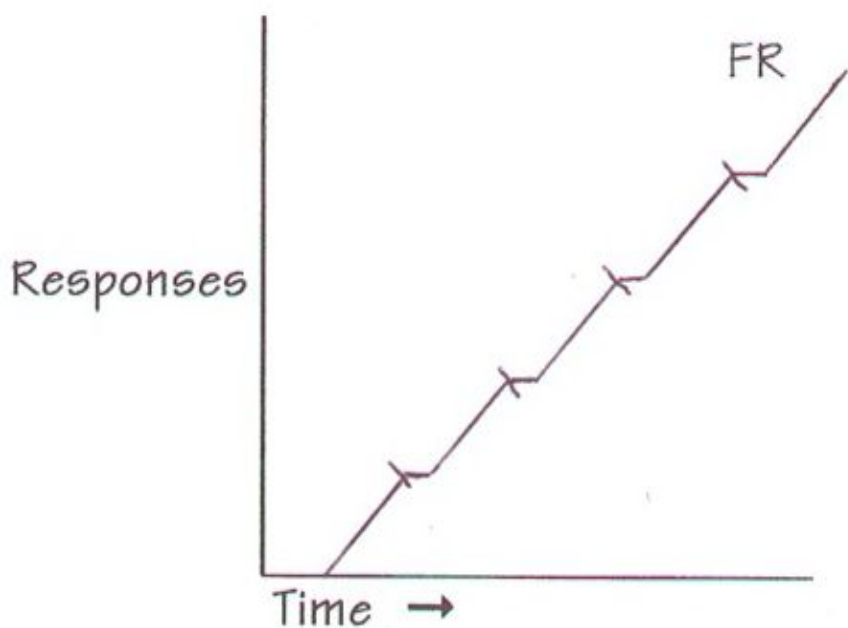
Режимы (расписания) подкреплений

Непрерывное – после каждого эпизода поведения

Прерывистые – после некоторых эпизодов поведения

Фиксированное отношение (количество) FR

Подкрепление предоставляется после
определенного количества эпизодов
поведения

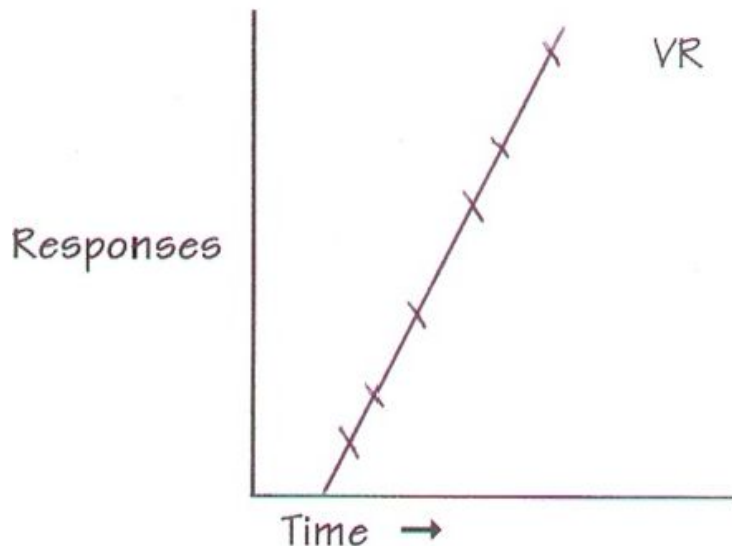


Примеры:

- Ответил 3 раза во время урока
- похвалили,
- решил 10 задачек - получил пятерку,
- прочитал 2 страницы книги, мама разрешила посмотреть мультфильм и т.д.

Переменное (случайное) отношение (количество) VR

подкрепление предоставляется после разного, заранее неизвестного количества эпизодов поведения (как правило, какого-то среднего количества)

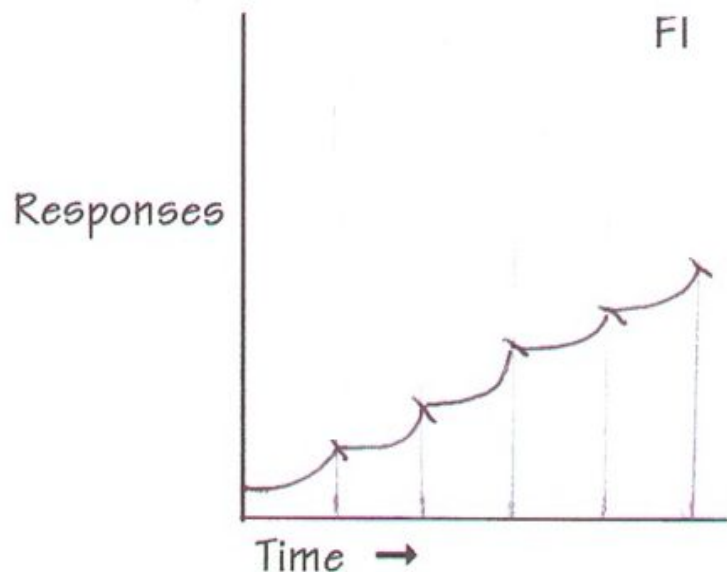


Пример:

- Игра на игровых автоматах или в казино.

Фиксированный интервал FI

подкрепление предоставляется после первого же эпизода поведения, который происходит после определенного отрезка времени

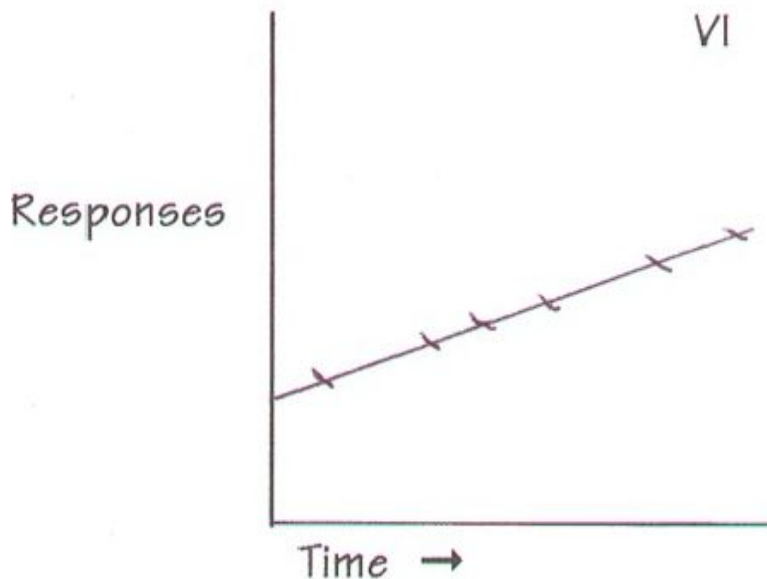


Примеры:

- заходим в вагон поезда, занимаем свое место и ждем отправления
- выходить на перемену после урока

Переменный (случайный) интервал VI

подкрепление предоставляется после первого же эпизода поведения, который происходит после разных отрезков времени



Примеры:

- ожидание такси,
- поощряем правильный ответ после случайного интервала времени

Гашение поведения

состоит в том, что подкрепления прекращаются для всех топографий поведения одной функциональной группы



Дифференциальное (выборочное) подкрепление

- подкрепляется поведение одного функционального класса, отвечающее определенным критериям,
- к другим поведениям применяется процедура гашения



дифференциального (выборочного) подкрепления:

1. **DRI** - выборочное подкрепление поведения, **несовместимого** с нежелательным.
2. **DRA** - выборочное усиление **альтернативного** поведения
3. **DRO** - дифференциальное подкрепление **другого** поведения.
4. **DRL** - дифференциальное подкрепление поведения с **низкой частотой проявления**
5. **DRH** - дифференциальное подкрепление поведения с **высокой частотой проявления**
6. **NCR** - подкрепление, **независимое** от поведения.

СТИМУЛЬНЫЙ КОНТРОЛЬ

поведение возникает при наличии определенного стимула и отсутствует при отсутствии этого стимула.



Когда стимульный контроль установился,

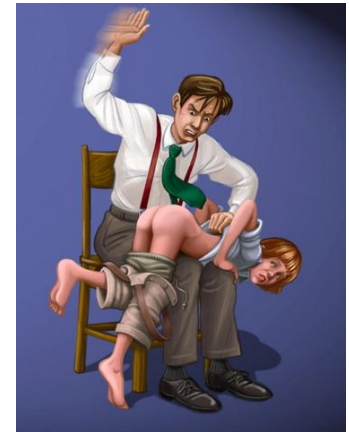
мы можем наблюдать поведение,
которое будет повторяться при
определенных условиях, но мы не
увидим после него подкрепления.



Наказание -

событие, которое следует сразу за поведением и останавливает его или приводит к тому, что поведение становится менее интенсивным по своим параметрам





Наказания бывают

БЕЗУСЛОВНЫ
МИ



УСЛОВНЫ
МИ



ОБОБЩЕННЫ
МИ



Условия эффективности наказания:

1. Поведение, однажды наказанное, **ВСЕГДА** должно быть наказано
2. Наказание должно следовать сразу же за поведением
3. Наказание не должно проводиться в присутствии других людей
4. Наказываемое поведение никогда не должно подкрепляться
5. Наказание не может быть слишком слабым или **СЛИШКОМ СИЛЬНЫМ**

Побочные эффекты наказания:

- агрессия,
- аутоагрессия,
- избегающее поведение,
- подавление активности,
- выученная беспомощность,
- снижение самооценки,
- неадекватное обобщение и др



Причины отказа от наказаний в ПАП

- Побочное поведение хуже наказанного
- Условия эффективности трудно обеспечить
- Останавливает поведение, но не научает другому
- Эффект только временный, пока есть угроза
- Разрушает контакт, ослабляет возможность влияния
- Наказания кончаются

Вместо наказания

- выборочное усиление альтернативного (желательного) поведения,
- предупредительные методики и
- методики реагирования

Предупредительные методики

- предупреждают начало нежелательного поведения
- направлены на работу с антецедентом (событием или стимулом, предшествующим нежелательному поведению)



Поведение не начнется, если наша методика будет направлена на:

- ❑ изменение или устранение **стимулов**, которые запускают поведение,
- ❑ изменение или устранение **мотивирующих состояний**,
- ❑ добавление **новых стимулов**, которые будут различительными (дискриминантными) для альтернативного поведения



Устранение или изменение Sd (примеры):

- написание правил,
- разбивка задания на части,
- разговор по теме перед тем как приближается время/событие, когда поведение происходит,
- информирование про то, что будет, если поведение произойдет,
- изменить интонацию,
- не использовать в разговоре с ребенком те слова, которые запускают поведение.

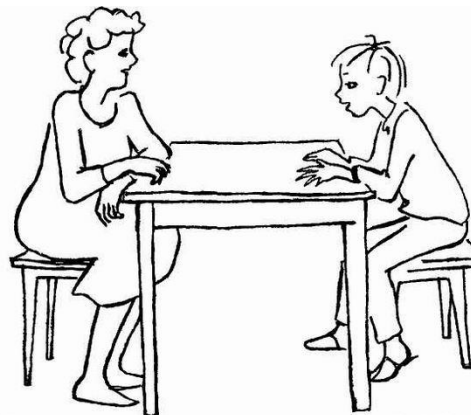


Устранение или изменение мотивирующих состояний (МО) (примеры)

- ❖ следить, чтобы ребенок обязательно завтракал в школе,
- ❖ кормить часто,
- ❖ убрать шум или переместить ребенка в более тихое место,
- ❖ разделить детей на меньшие группы,
- ❖ убрать отвлекающие предметы,
- ❖ чередовать разные виды активности (деятельности),
- ❖ предоставлять достаточно времени для отдыха, сна и др.

Если невозможно изменить или устранить Sd и MO

- изменить стиль общения с ребенком (больше напоминать, давать больше позитивных комментариев, вовлекать ребенка в новые активности и так далее),
- пересмотреть наши ожидания от ребенка (изменение нашего стиля подачи и выбора инструкций),
- изменять какие-то другие интенсивность поведения.



ие снизят

Методики, предупреждающие поведение, имеющее целью избегание:

Меры по увеличению предсказуемости событий:

- Визуальные расписания,
- Таймеры/Списки/Жетоны.

Социальные истории

Соотношение простых и сложных зад

Интенсивность подачи инструкций

Безошибочное обучение

Систематическая десенсибилизация,

Необусловленное подкрепление



Методики, предупреждающие поведение, имеющее целью **получение внимания**

- Выборочное подкрепление
- Необусловленное подкрепление,
- Обучение замещающим поведениям,
- Видео моделирование



Методики, предупреждающие поведение, имеющее целью **получение желаемых объектов или видов деятельности**

- ❑ Меры по увеличению предсказуемости событий,
- ❑ Тренинг функциональной коммуникации
- ❑ Программа ожидания (тренинг ожидания),
- ❑ Программа перехода (тренинг перехода).



Методики, предупреждающие поведение, имеющее целью самоудовлетворение (самоуспокоение)

- ❑ Сенсорная диета.
- ❑ Обучение замещающим поведениям.



Методики реагирования (или реактивные методики)

применяются, если поведение уже началось.

Если поведение опасно для ребенка или для окружающих мы останавливаем это поведение самым безопасным способом, который можем придумать в данный



Примеры реактивных методик:

- Отвлечение/Перенаправление
- Смена стимула
- Юмор
- Напоминание о поощрении
- Расслабление
- Предоставление выбора
- Комментирование происходящих событий
- Включенное слушание



Отвлечение и перенаправление

Отвлечение - это метод, позволяющий отвлечь внимание ребенка от нежелательных действий на что-то новое.

Перенаправление означает оценку потребности ребенка и перенаправление его действия на что-то подобное.



Именно отвлечение необходимо, если

- ❑ Мы не можем найти замену и перенаправить действие.
- ❑ Ребенок занят самостимуляцией большую часть дня.
- ❑ Мы летим в самолете, едем в поезде, находимся в других экстремальных условиях.



Смена стимула

- ❑ Мы знаем, что у ребенка случается истерика, когда мы говорим «нет» или «нельзя». Мы изменим формулировку.
- ❑ Если вид какого-то места вызывает нежелательное поведение, нужно подумать, можно ли поменять место для занятий.
- ❑ Стараемся сменить другие стимулы, вызывающие нежелательное поведение ребенка: звук, цвет, запах, температуру окружающего воздуха или воды и так далее.

Предоставление выбора

- Синяя юбка или зеленая?
- Одеваться сейчас или через 5 минут?
- Сейчас закончишь играть на компьютере или через 10 минут?
- Ты хочешь идти домой? Мы можем поехать на автобусе или пойти пешком?



Комментирование происходящих событий

- ❑ Описываем то, что происходит, ровным тоном, без оценок.
- ❑ Помогает обработке информации.
- ❑ Важно не принимать сторон, если речь идет о конфликте, быть объективно нейтральным, как хороший комментатор.



Включенное слушание

Основное послание - «Я тебя слышу....»

«Может быть, я не могу сделать, как ты хочешь, но я с тобой. Я понимаю, что тебе трудно»



Литература:

Шаповалова О. Введение в прикладной анализ поведения. – М.: Триумф, 2015.