

## KRÓTKI PORADNIK STYMULACJI ROZWOJU

### Analiza zachowania

W tym rozdziale omówimy analizę zachowania, zastanowimy się skąd biorą się trudne zachowania u naszych dzieci, jaką mają funkcję, co sprawia, że się utrzymują. Pozwoli nam to na przygotowanie środków zaradczych, dobranie odpowiednich celów terapeutycznych, metod. Tym jakie to będą metody, zajmiemy się w rozdziale następnym.

Analizy zachowania będziemy dokonywać na podstawie schematu ABC (antecedens, behavior, consequences), który mówi nam o tym, co wystąpiło przed zachowaniem, jakie jest zachowanie i jakie są jego konsekwencje, które je podtrzymują (co sprawia, że zachowanie się powtarza). Więcej informacji mogą Państwo znaleźć w książce „Terapia behawioralna dzieci z autyzmem” Moniki Suchowierskiej, Pawła Ostaszewskiego i Przemysława Bąbła.

# A

Środowisko

Historia uczenia się

Posiadane umiejętności

Biologiczne predypozycje

# B

Zzachowania nefunkcjonalne

Zachowania trudne

Barier

# C

Uwaga

Unikanie wymagań ze względu na umiejętności lub motywację

Sensoryka

Powyższy schemat zaczniemy analizować od części **B**, czyli od zachowania. Tu znajdą się te zachowania, które chcemy „wziąć na warsztat” w pracy terapeutycznej. W wyodrębnieniu tych zachowań pomocne będą informacje zawarte w rozdziale dotyczącym barier. Pamiętajmy, że zachowanie, to coś co jest, da się zaobserwować, a nawet zmierzyć, zachowaniem nie jest to, czego nie ma (zachowaniem będzie: ucieka na prośbę posprzątać zabawek; jako zachowanie nie potraktujemy: nie sprząta zabawek na polecenie). Gdy już ustalimy pulę zachowań, z którą będziemy chcieli pracować, warto się zastanowić, po co one się pojawiają, o jakiej potrzebie dziecka nam mówią. Jako opiekunowie, będziemy chcieli, o ile to możliwe i dobre dla dziecka, spełnić jego potrzebę, ale także nauczyć dziecko realizować lub komunikować ją w sposób akceptowany i zrozumiały dla otoczenia.

Część **C** mówi nam o potencjalnych funkcjach zachowania, czyli o tym, po co ono się pojawia. Oczywiście przedstawione są one w uproszczeniu, czasem to samo zachowanie może mieć różne funkcje w zależności od kontekstu, sytuacji. Czasem trudno ocenić funkcję będąc uczestnikiem interakcji i gdy jesteśmy zaangażowani emocjonalnie, dlatego warto rozmawiać z innymi opiekunami (dziadkami, nauczycielami przedszkolnymi, terapeutami). W tym miejscu zajmiemy się tym, co następuje po zachowaniu i powoduje, że ono jest wzmacniane, utrzymywane:

- **UWAGA**- w tej sferze mieści się zarówno potrzeba kontaktu (rzucam klockiem, mama patrzy), jak i chęć nawiązania zabawy- nie zawsze w umiejętny sposób (uciekam na ulicę- tata mnie goni, uznaję to za zabawę), prośba o pomoc (rozzucam trudne dla mnie puzzle, ktoś przychodzi mnie wesprzeć) oraz prośba o rozwiązanie konfliktu (rzucam w kolegę klockiem, przychodzi dorosły pomóc nam ustalić kto się czym teraz pobawi). Czasem wynika

z uzależnienia od podpowiedzi (nie zacznę zadania, póki do mnie nie podejdziesz, mimo, że słyszałem polecenie wydane dla całej grupy). To niestety nie zawsze potrzeba pozytywnej uwagi, czasami nawet jeśli dorosły jest zdenerwowany, to pojawił się przez dane zachowanie koło mnie dużo szybciej niż w innych okolicznościach. Zapotrzebowanie na uwagę nie ma granic i nawet jeśli dajemy jej dziecku dużo, ono może chcieć więcej. Często, gdy dziecko stosuje się do zasad, uznajemy to za oczywiste, a gdy je złamie- obdarzamy uwagą, co sprawia, że utrwała się nawyk- wiadomo, co zrobić, żeby szybko uzyskać uwagę otoczenia. Gdy rozmawiamy z sąsiadką, a nasze dziecko czeka w ciszy, warto wtedy powiedzieć mu, że doceniamy jego cierpliwość, zamiast wyczekać moment, gdy będzie krzyczało i wtedy „nagrodzić” je naszą reprimendą, która wiąże się z kontaktem z nami na wyłączność.

- **UNIKANIE WYMAGAŃ**- ta sfera związana jest z wymaganiami, od samodzielnego jedzenia, siedzenia przy stoliku, przez sprzątanie zabawek, zakładanie butów, po ćwiczenia w pisaniu i czytaniu. Dziecko może unikać wymagań w różnej formie: wycofać się z kontaktu, zaangażować się w autostymulacje, krzyczeć, płakać, uciekać, rozrzucać przedmioty, zatrzymywać się w zadaniu, rozwlekać aktywność, nie monitorować własnego wykonania, podejmować zachowania agresywne i autoagresywne lub w zupełnie spokojny i akceptowany społecznie sposób powiedzieć „nie”, „nie chcę”, „nie umiem”. Ta ostatnia forma jest dla nas do zaakceptowania oraz jest podstawą do rozpoczęcia negocjacji.
  - **brak umiejętności** to ważna przesłanka do unikania wymagań, nie podejmowania aktywności, które dziecko powinno podejmować. Nikt z nas nie lubi angażować się w aktywności, w których jest słaby. Chęć wymigania się może być dla nas zrozumiała, pytanie, czy forma jest do zaakceptowania. Unikanie może być też sygnałem, że wymagamy czegoś, czego jeszcze nie nauczyliśmy dziecka, dajemy za trudne lub za długie zadanie. Jeśli w czymś jesteśmy nieźli, raczej nie reagujemy ostentacyjnym sprzeciwem na polecenie wykonania.
  - **brak motywacji** jest drugim powodem unikania wymagań. Czasem coś nie jest dla naszego dziecka trudne, ma ono zwyczajnie inny pomysł na swoją aktywność i potrafi od otoczenia wyegzekwować zmniejszenie lub wycofanie wymagania. Jeśli dziecku wolno uciec z kręgu podczas czytania bajki i pobawić się autkami, będzie to robiło, będzie powtarzało zachowanie. Zadaniem opiekunów jest stworzenie motywacji, takich warunków, by dziecku bardziej zależało na wykonaniu polecenia niż jego uniknięciu.

To ważne, żeby naszą reakcją na trudne zachowanie dziecka nie było wycofanie się z polecenia, ponieważ nauczymy dziecko, że kiedy nie chce czegoś zrobić wystarczy pokrzyczeć i rodzic „odpuszcza”. Po epizodzie hysterii lub oporu, warto do zadania wrócić i jednak wyegzekwować wykonanie.

- **SENSORYKA** w tym ujęciu nie jest tożsama z zaburzeniami integracji sensorycznej, ale ma z nimi wspólne pole oddziaływań (zmiana reakcji na bodźce). W sferze tej będzie mieściło się wzmożone zapotrzebowanie na jakieś bodźce (doznania) lub chęć ich unikania (chęć biegać zawsze i wszędzie, lub nie lubię dotyku jabłka, banana), ale także trudność z odroczeniem spełnienia potrzeby- domaganie się czegoś natychmiast, bez względu na okoliczności. Odraczenie to ważna umiejętność kształtowana w wieku przedszkolnym. Pamiętajmy jednak, że każdy z nas lubi jedne bodźce, a innych nie, jednak nikt z nas nie rzuca krzesłem ponieważ

przeszkadza mu metka w ubraniu i zawsze, nawet w trakcie trwania desensytyzacji (przyzwyczajania do nielubianego bodźca o coraz większym natężeniu, sile lub długości) musimy uczyć dzieci prawidłowego i bezpiecznego dla dziecka i otoczenia informowania o swoich potrzebach z zachowaniem szacunku do drugiej osoby.

Świadomość funkcji zachowania, konsekwencje, które powodują jego utrzymanie są dla nas bardzo ważne, jednak jest to sfera w której trudno działać. Trudno decydować w niektórych sytuacjach o dostarczeniu lub nie danej konsekwencji, jak np. uwaga w przypadku uciekającego na ulicę dziecka. Dlatego tak istotne jest to co poprzedza zachowanie. Dużo skuteczniej i łatwiej, przez co przyjemniej, działać **proaktywnie**, czyli zanim zachowanie się pojawi. Do ustalenia działań proaktywnych (o tym w następnym rozdziale) przygotuje nas część **A**.

- **ŚRODOWISKO** obejmuje miejsce, osoby, przedmioty. To, czy otoczenie jest wzmacniające, przyjazne i akceptujące, czy raczej wymaga zawsze trudnych rzeczy, czy jest tam dużo bodźców, czy jest cicho i spokojnie. Wszyscy spełniając różne role (rodzica, dziecka, pracownika, koleżanki) zachowujemy się w określony sposób, tak też jest z naszymi dziećmi. Pewne zachowania wystąpią tylko w przedszkolu, inne tylko przy tacie lub babci.
- **HISTORIA UCZENIA SIĘ** dotyczy tego, czy w danym otoczeniu zachowanie zazwyczaj działa, czy nie, czy zachowując się w dany sposób dziecko osiąga swój cel, jak nasze dziecko nauczyło się reagować, jakie ma w danym środowisku nawyki.
- **POSIADANE UMIEJĘTNOŚCI** to zasób z jakim dziecko do sytuacji wchodzi, nasza podstawa do budowania dalszych umiejętności, wyrażania potrzeb w akceptowany sposób (umiejętności komunikacyjne), ale także braków, które musimy uzupełnić, żeby móc uczyć oraz wymagać tego, czego chcemy.
- **BIOLOGICZNE PREDYSPOZYCJE** to sfera ważna u naszych podopiecznych, których układ nerwowy jest często bardziej wrażliwy. Jest to sygnał, czy dziecko jest w takiej kondycji psychofizycznej, w której pewne zachowania częściej się pojawiają, a my musimy wtedy uruchomić więcej proaktywnych oddziaływań. Biologiczne predyspozycje to np. padaczka, alergie i nietolerancje pokarmowe, AZS, męczliwość, nadmierna senność itd.

Wszystkie te części analizy zachowania będą nam potrzebne, żeby prawidłowo dobrać metody zaradcze oraz funkcjonalne zachowania, których będziemy chcieli uczyć. Musimy odkryć do spełnienia jakiej potrzeby dziecko dąży gdy np. rozrzuca kredki i drze kartę pracy. Ułatwienie zadania (unikanie wymagań) lub wymasowanie rąk (sensoryka), nie pomoże nam zniwelować tego zachowania, jeśli jego celem jest np. zapewnienie uwagi.

Opracowała mgr Aneta Kowalik