Консультация для педагогов:

«Жетоны – система поощрения или как изменить поведение ребенка»

Педагог – психолог: Коноплева В.В.

Поведенческая психотерапия (целевая аудитория - педагоги)

Немного теории…

Поведенческой психотерапией называется любая форма обучения новым, более эффективным формам поведения.

Из изначального предположения **«поведение — результат научения»,** возникла теория о возможности терапевтического обучения, базирующегося на достижениях психологии. Исходя из вышесказанного, **цель вмешательств — изменение поведения** клиента. В результате психотерапии клиент получает большее удовлетворение от жизни, начинает контролировать и изменять неподходящие ему или близким стереотипы поведения.

При наступлении момента, когда клиент больше не будет нуждаться в помощи психотерапевта, поведенческую терапию можно считать успешно законченной.

Жетонная система.

Суть этого метода состоит в том, что за каждое "полезное" действие клиент получает определенное количество символических объектов - **фишек, монеток, очков**, которые он затем может обменять на важные и приятные для него вещи: например, доступ, к игровым автоматам или покупки сладостей.

Поскольку число детей с ОВЗ неуклонно продолжает расти, все чаще вызывают интерес различные стратегии, которые помогли бы этим детям адаптироваться в инклюзивной среде. Большинство современных исследователей концентрируются на позитивных стратегиях поведенческого вмешательства и поддержки.

Один из вариантов подобных стратегий — система жетонов, которую часто используют при работе с нежелательным поведением, как у особых, так и у нейротипичных детей.

Система жетонов может быть адаптирована так, чтобы удовлетворять нужды огромного количества людей, в самых разных условиях. При помощи системы жетонов ребенок может научиться самостоятельно проявлять желаемое поведение во многих ситуациях. Также со временем система жетонов может использоваться для развития навыков самоконтроля, что позволит человеку самостоятельно следить за своим поведением и лучше его понимать.

Что касается педагогов и специалистов кто так или иначе работает в системе образования, все они могут успешно применять систему жетонов для формирования желаемого поведения у своих подопечных.

Система жетонов заключается в немедленном подкреплении желаемой реакции ребенка при помощи наклейки, фишки или «жетона». Дети «собирают» жетоны, чтобы затем обменять их на первичные подкрепления или более существенную награду.

Исследования показывают, что система жетонов может быть эффективна как при работе с целой группой, так и на индивидуальных занятиях, и позволяет увеличить **частоту целевого поведения**, **научить ребенка следовать правилам, чаще проявлять инициативу на занятиях, и многим другим полезным навыкам.**

Тем не менее, прежде чем вы попробуете изменить поведение ребенка к лучшему при помощи системы жетонов, вам нужно запомнить **5 простых советов:**

1. **Ясно сформулируйте свои ожидания.**

При введении системы жетонов, ребенок должен точно понимать, каких реакций от него ждут, и каким навыкам обучают. Следует периодически проводить проверку, насколько хорошо малыш понимает ваши требования.

2. **Убедитесь, что ребенку понятен смысл жетонов.**

Чтобы жетоны стали действительно значимым для ребенка объектом, он должен точно понимать, что они символизируют. Когда вы убедились, что ребенок точно понимает, чего вы от него хотите, начните с того, что будете предоставлять ***один*** жетон за каждую правильную реакцию. Предоставляя ребенку жетон, обязательно прокомментируйте, за что вы его даете. А затем сразу же предоставьте поощрение в обмен на жетон. Таким образом в сознании ребенка образ жетона будет ассоциироваться с получением подкрепления.

3. **Подготовьтесь.**

Принимая решение, как часто ребенок будет получать жетоны за указанный временной период, важно точно определить насколько развит целевой навык и понять, как вы будете приучать ребенка к новым правилам. Если у ребенка бывает проблемное поведение, жетоны следует чаще предоставлять, когда он ведет себя так, как нужно. Кроме того, если до сих пор ребенок не был знаком с системой жетонов, поначалу ему следует предоставлять их гораздо чаще, чем если бы вы уже давно применяли подобную систему. Запомните: чем чаще ребенок получает подкрепление после желательного поведения, тем чаще это поведение будет проявляться.

4. **Поощрения, которые ребенок получает после сбора жетонов, должны быть ЗНАЧИМЫМИ.**

Чтобы определить какие виды поощрений будут наиболее значимы для ребенка при введении системы жетонов используют разные виды опросников интересов и предпочтений. Чем более значимым будет подкрепление, тем с большим азартом ребенок будет собирать жетоны, чтобы его заполучить. Запаситесь несколькими видами поощрений, чтобы они не наскучили. Также можно использовать разные виды «прейскурантов», чтобы ребенок мог выбрать, получить сейчас менее значимое подкрепление, или «накопить» жетонов на что-то более существенное.

5. **Вовремя уходите от этой системы.**

Поскольку в жизни не всегда можно решить все вопросы при помощи жетонов, важно вовремя снижать частоту использования поощрений и жетонов, когда ребенок начнет достаточно часто демонстрировать желаемое поведение. Материальные поощрения и жетоны следует постепенно и в разных обстоятельствах заменять социальными и/или естественными подкреплениями. Но помните, что снижать частоту использования жетонов и прямых подкреплений следует постепенно, пока ваш ученик не начнет самостоятельно демонстрировать желаемое поведение.