

CONSILIEREA COMPORTAMENTALĂ

- IX -

Modelarea

Teoriile învățării sociale au fost influențate de lucrările lui Albert Bandura. El combină atât principiile condiționării clasice, cât și ale condiționării operante și determină faptul că, pe lângă experiența directă, învățarea are loc indirect, prin observarea comportamentului altor oameni. Modelarea poate fi o strategie de tratament pentru construirea de abilități complexe, cum ar fi susținerea unei conversații, cultivarea abilităților sociale și construirea de relații sau alte situații în care o persoană ar dori să se îmbunătățească. Bandura (1969) afirmă că oamenii răspund mai bine la modele asemănătoare lor în aspecte precum genul, vârsta, rasa și credința, similaritate în privința atractivității, competenței și empatiei. Consilierii pot folosi modelarea în mai multe moduri:

- pot constitui modele pentru a-i demonstra copilului anumite comportamente, cum ar fi moduri de a saluta un adult. Copilul ar imita atunci comportamentul.
- copiii își pot observa colegii sau alte persoane care efectuează comportamentul dorit, cum ar fi găsirea unui loc la masă. Copiii pot urmări pe cineva și pot identifica lucrurile pe care acea persoană le face pentru ca un comportament să aibă succes. Apoi pot raporta observațiile lor consilierului și pot practica ceea ce au văzut.
- consilierii pot crea o situație pentru care copilul să-și imagineze posibile răspunsuri, cum ar fi o fată care spune „Nu-mi pasă” cuiva care o jignește în privința modului cum arată.

- consilierii pot folosi, de asemenea, cărți, filmulețe și alte modalități care prezintă comportamente care urmează să fie reproduse de către copil.

- copiii pot folosi auto-modelare făcând înregistrări audio sau video ale comportamentelor lor dorite (Bandura, 1969). Dacă comportamentul modelului nu este cu mult mai complex decât nivelul actual de competență al copilului, comportamentul poate fi învățat rapid. Dacă comportamentul depășește cu mult nivelul actual de competență al copilului, acesta poate avea nevoie de mai multă practică, întărire și feedback înainte de stăpânire. Consilierii comportamentali folosesc adesea modelarea pentru a ajuta copiii să învețe abilități sociale. Un copil poate să indice că admiră copilul X pentru că X are mulți prieteni, are note bune și se înțelege bine cu părinții și profesorii ei. Consilierul poate indica acelui copil să observe comportamentele lui X îndeaproape timp de 1 săptămână și să scrie pe o fișă acele comportamente pe care ea îi plăceau în mod deosebit și pe care dorea să le imite. Săptămâna următoare, copilul poate veni cu lista comportamentelor. Consilierul și copilul pot să lucreze la acele comportamente. Jocurile de rol și repetițiile comportamentale sunt incluse în consiliere pentru a ajuta copilul să învețe noile comportamente. Comportamentele observate sunt fost practicate și modificate până când sunt potrivite pentru copil.

Contracte de schimbare

Contractele sunt valabile pentru copii dacă aceștia au o contribuție în stabilirea termenilor. Limbajul contractual trebuie simplificat pentru înțelegere, iar obiectivele trebuie să fie destul de clare, cu cât mai puțini pași pentru a atinge obiectivele. Întărirea ar trebui să fie imediată atunci

când este stabilit comportamentul țintă. Sunt de preferat recompense ușor disponibile, fără costuri și adecvate dezvoltării – să fii primul în grup, să faci o activitate preferată în clasă, să faci comisioane, să îndrumi un coleg de clasă – dacă sunt de întărire pentru copil. Consilierii ajută întrebându-l pe copil ce recompensă ar fi convenabilă pentru el. Activitățile de învățare-îmbogățire sunt întăritoare pentru elevii mai mari.

Procesul de contractare pentru schimbare poate fi împărțit în șase etape:

- a. Consilierul și copilul identifică problema de rezolvat
- b. Consilierul colectează date pentru a verifica frecvența de referință pentru comportamentul nedorit.
- c. Consilierul și copilul stabilesc obiective reciproc acceptabile
- d. Consilierul elaborează un plan care identifică comportamentele țintă și de câte ori trebuie efectuat comportamentul țintă pentru a câștiga recompensa copil (de exemplu, finalizarea unei teme pe zi la matematică conduce la un câștig de 20 de minute pentru a juca un joc video preferat acasă).
- e. Consilierul evaluează planul de schimbare observabilă și măsurabilă a comportamentului țintă
- f. Dacă planul nu este eficient, consilierul repetă Pasul d. Dacă tehnicile se dovedesc eficiente, consilierul dezvoltă un plan de întreținere pentru a menține noul comportament și pentru a muta copilul de la recompense extrinseci la recompensa intrinsecă de a învăța că viața este mai bună atunci când temele de matematică sunt finalizate.