

# CONSILIEREA COMPORTAMENTALĂ

- VI -

Problemele de comportament își au, de cele mai multe ori, originea în antecedente sau consecințe. În plus, oamenii preferă, de obicei, un comportament ale cărui consecințe sunt cunoscute, în locul unui comportament ale cărui consecințe sunt incerte. Fink și Lotspeich (2004) au explicat că primul pas în consilierea comportamentală constă în specificarea comportamentului țintă prin stabilirea unei definiții precise și obiective. O anumită specificare poate implica determinarea elementelor comportamentului, verigile care leagă activitățile comportamentului țintă. Apoi, consilierul și clientul evaluează comportamentul pentru a stabili frecvența, durata și puterea acestuia, o linie de bază în raport cu care va fi evaluat succesul schimbării. Ultima parte a evaluării de început constă în identificarea antecedentelor și consecințelor care sunt legate de comportament. Comportamentele nu sunt considerate dezadaptative decât dacă provoacă dificultăți copilului sau familiei.

Evaluarea are loc pe tot parcursul demersului consilierii, în ciclul de evaluare, tratare și evaluare a comportamentului țintă. Un sistem de observare a comportamentului implică identificarea comportamentului țintă și definirea acestuia în mod specific, astfel încât „a se comporta în clasă” să devină „cu fața spre profesor”, „ridicând mâna pentru a răspunde” și „vorbind numai cu permisiune”. Specificitatea comportamentelor observabile îi ajută pe consilier și pe copil în elaborarea obiectivelor de schimbare a comportamentului.

Beveridge și Berg (2007), de exemplu, au oferit o metodă de înțelegere a interacțiunilor părinte-adolescent, care îi poate ajuta pe îngrijitori să descrie comportamentul tinerilor. Copiii se pot

automonitoriza prin utilizarea graficelor de înregistrare. Consilierii sunt experți în observarea, înregistrarea și definirea comportamentelor.

Consilierii comportamentali utilizează multe metode în evaluare deoarece comportamentul unei persoane variază în funcție de situații. Astfel, pot fi folosite interviuri, observații, formulare de autoevaluare, liste de verificare și măsuri ale simptomelor completate de mai multe persoane.

Evaluarea comportamentală urmărește să identifice comportamentul care trebuie schimbat (comportamentul țintă), să evalueze cel mai bun curs de lucru cu copilul, să monitorizeze impactul consilierii în timp și la încheierea acesteia. Consilierii folosesc o analiză funcțională pentru a găsi variabilele care mențin comportamentul țintă. Haynes, O'Brien și Kaholokula (2011) oferă informații detaliate despre analiza funcțională. Alte persoane în afară de client care pot face parte din evaluare ar fi familia, profesorii și prietenii. Comportamentul copilului este luat în considerare în toate mediile, cel de acasă, de la școală, de la joacă și din cabinetul consilierului.

Unele metode utilizate pentru a descrie comportamentul includ interviuri, observații, formulare de monitorizare, scale de autoevaluare, eșantioane de rezultate și evaluări fiziologice. În timpul interviurilor consilierul solicită o descriere detaliată a comportamentului țintă, inclusiv informații despre frecvența, durata și intensitatea acțiunii. În general, se discută și istoricul problemei. Observațiile comportamentale pot avea loc în mediul natural al copilului, cum ar fi un loc de joacă sau alte metode mai puțin directe, cum ar fi înregistrările audio sau video sau urmărirea incidentelor de comportament. Consilierii sugerează adesea beneficiarilor să completeze formulare de monitorizare sau jurnale pentru a măsura de

unde au pornit în atingerea obiectivului și unde se află la un anumit moment. Scalele de auto-raportare pot fi pe hârtie-creion sau computerizate. Aceste scale sunt mai generale decât alte metode descriptive, dar pot necesita mai puțin timp. În cele din urmă, evaluările fiziologice pot furniza informații referitoare la implicațiile fizice obiective ale comportamentului, cum ar fi creșterea tensiunii arteriale în timpul perioadelor de anxietate. Prin urmare, pot fi utilizate multe metode pentru a ajuta la procesul de descriere a comportamentului.

Apoi, consilierul și beneficiarul colaborează pentru a determina modalitățile de a lucra cu antecedentele și/sau consecințele și pentru a identifica impactul variabilelor asupra comportamentului țintă. De exemplu, dacă un copil a refuzat să mănânce o masă, consilierul poate sugera părinților să ignore refuzul pentru a descoperi dacă atenția părinților a fost consecința care a menținut comportamentul.