

CONSILIEREA COMPORTAMENTALĂ

- XVII -

Aplicații ale consilierii comportamentale

Consilierii comportamentali au mai multe date de cercetare disponibile decât consilierii care practică alte abordări de consiliere. Consilierii comportamentali trebuie să colecteze date exacte dacă procedurile lor urmează să funcționeze cu eficiență maximă. Au de făcut o muncă amănunțită pentru a-și valida rezultatele cu clienții cu care lucrează. Cercetarea în consilierea comportamentală implică în cea mai mare parte analiza unui caz, astfel încât unele dintre metodele de comparare a aplicațiilor, cum ar fi metaanaliza, nu pot fi finalizate. Scopul consilierii comportamentale este de a schimba răspunsurile ascunse ale clientului (cogniții, emoții, stări fiziologice). Bandura (1974) a reacționat la dictonul adesea repetat, „Schimbați contingențele și în felul acesta schimbați comportamentul”, adăugând latura reciprocă: „Schimbați comportamentul și schimbați contingențele... deoarece în viața de zi cu zi acest control în două sensuri operează concomitent” (p. . 866). Consilierii comportamentali lucrează cu un comportament obiectiv și măsurabil. Metodele de consiliere comportamentală, care nu se limitează la o singură teorie a învățării stimul-răspuns, sunt derivate dintr-o varietate de principii de învățare. Două aspecte deosebit de utile ale consilierii comportamentale cu copiii sunt specificitatea și pașii mici. Consilierii care îi ajută pe copii să definească concepte abstracte în termeni concreți și observabili creează tinerilor înțelegerea atât a complexității conceptelor, cât și a modului de a gestiona ideea. Mulți copii vorbesc despre faptul că nu știu să fie prieten. Copilul și consilierul pot discuta mai multe moduri de a fi prieten, cum ar fi să salutați, să împărtășiți jucării, să cereți cuiva să mănânce prânzul și alte

comportamente „prietenoase”. Astfel, problema relației devine mai degrabă o posibilitate de a face ceva decât un fenomen necunoscut. O altă strategie utilă implică definirea schimbării în pași mici, mai degrabă decât a diferențelor copleșitoare. Consilierii ar încuraja ceva de genul 20 de minute de mișcare, mai degrabă decât slăbitul cu 10 kilograme – mișcarea ar duce probabil la pierderea în greutate, dar monitorizarea timpului în fiecare zi este mai realistă decât a aștepta ca multe kilograme să dispară. Trăsăturile distinctive ale consilierii comportamentale includ analiza funcțională a comportamentului și dezvoltarea tehnologiei necesare pentru a produce schimbare. Autorii din acest domeniu explică un instrument pentru profesorii care lucrează cu elevii care se confruntă cu comportamente problematice. Secvența obiectivelor comportamentale poate fi o evaluare utilizată pentru a răspunde la comportamente, pentru a dezvolta planuri de instruire și pentru a asigura responsabilitatea. Această traducere a intervențiilor comportamentale poate fi aplicată cu ușurință în cadrul clasei. Astfel, consilierea comportamentală este aplicarea unor proceduri specifice derivate din cercetarea experimentală cu scop de beneficiu pentru indivizi, grupuri și organizații.

Multe aspecte ale consilierii comportamentale pot fi atrăgătoare pentru oameni din medii diverse. Persoanele care preferă intervențiile comportamentale față de lucrul cu părțile cognitive și afective ale problemelor aduse consilierii vor aprecia concentrarea abordării comportamentale. Consilierea comportamentală are o structură ușor de înțeles, se concentrează pe comportamentul prezent și pe realizarea unor schimbări comportamentale pe termen scurt care conduc la atingerea unor obiective specifice, măsurabile. Consilierul comportamental funcționează

mai mult ca un consultant directiv, expert decât ca un ascultător activ nondirectiv și un facilitator pentru reflecția personală. În plus, intervențiile alese în consilierea comportamentală sunt specifice problemei și persoanei și, prin urmare, pot fi sensibile la contextul clientului și circumstanțele actuale. Consilierea comportamentală pune adesea un accent major pe responsabilitatea individuală pentru schimbarea vieții cuiva, neglijând influențele culturale care favorizează un loc extern al controlului asupra modului în care oamenii își conduc viața. Abordările directive pot fi în continuare eficiente dacă sunt adaptate pentru a se potrivi așteptărilor culturale ale clienților. Kauffman, Conroy, Gardner și Oswald (2008) au investigat sensibilitatea culturală în principiile comportamentale în educație. Ei nu au găsit nicio cercetare care să sugereze că intervențiile comportamentale funcționează diferit la copiii care au etnie, sex sau religie diferită. Acei autori au afirmat că sensibilitatea culturală necesită respectarea individuală a elevului. Ei au recomandat ca alegerea intervenției să se bazeze pe știința comportamentului și pe măsurarea rezultatelor. Obiectivele intervenției ar trebui discutate cu părinții și copiii pentru a determina dacă obiectivele sunt semnificative și merită a fi stabilite. Procedurile de tratament ar trebui să fie discutate în termeni pe care părinții și copilul îi pot înțelege și acele proceduri trebuie să fie acceptabile pentru ei. Consilierii comportamentali trebuie să exerseze ținând cont de acele îndrumări.