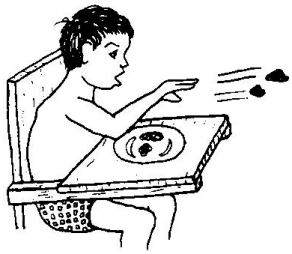
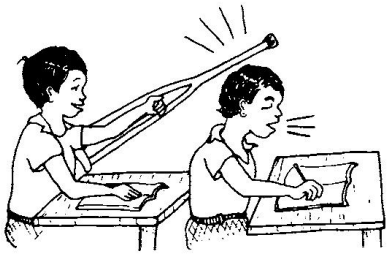
ГЛАВА 40

Как скорректировать поведение ребенка и повысить его обучаемость



«Мне до сих пор приходится кормить Рауля с ложечки, потому что, когда я позволяю ему есть самостоятельно, он раскидывает еду. Чем больше я наказываю его, тем хуже он себя ведет.»

«Всякий раз, когда я спускаю Эрику с рук хотя бы на минуту, она начинает громко плакать. А если беру ее туда, где есть посторонние, становится еще хуже. У речки, к примеру, у нее начинается истерика, и я даже белье не могу достирать.»



«Джордж вечно задирает кого-нибудь из детей и дома, и в школе, или еще как-то безобразничает. Ему как будто нравится злить людей.»

Плохое ***поведение*** бывает, как у здоровых детей, так и у детей с нарушениями здоровья. Но некоторые дети с особыми потребностями испытывают дополнительные трудности в усвоении правил хорошего поведения. При ***задержке умственного развития*** плохое поведение ребенка может быть вызвано непониманием нечетко сформулированных или противоречивых требований родителей и окружающих. Дети с ***физическими нарушениями*** иногда капризничают или требуют к себе исключительного внимания, потому что они зависимы от помощи других. Им не хватает уверенности в себе; они боятся, что о них забудут. С другой стороны, дети, которым не уделяют внимания или не замечают, когда они спокойны и ведут себя хорошо, могут начать умышленно безобразничать, чтобы добиться внимания.

Как правило, **если дети из раза в раз ведут себя плохо, то только по причине какого-то удовлетворения или выгоды, которую они получают от такого поведения. Поэтому научить детей приемлемому поведению можно только НАГЛЯДНО ПОКАЗАВ ИМ, ЧТО «ХОРОШЕЕ» ПОВЕДЕНИЕ ПРИНЕСЕТ ИМ БОЛЬШЕ РАДОСТИ И УДОВЛЕТВОРЕНИЯ, ЧЕМ «ПЛОХОЕ».**

В этой главе мы рассмотрим педагогические приёмы достижения этой цели на основе «бихевиористского подхода», который можно разделить на 5 этапов:

1. Внимательно понаблюдайте, при каких обстоятельствах ребенок ведет себя плохо.
2. Постарайтесь понять причину такого поведения.
3. Поставьте приемлемую педагогическую цель исходя из потребностей ребенка и уровня его развития.
4. Продумайте систему постепенного (шаг за шагом) достижения этой цели, при которой «хорошее» поведение неизменно поощряется, а «плохое» не приносит ни удовольствия, ни внимания, ни поощрения.
5. Когда поведение ребенка улучшится, постепенно переходите к более естественному (менее распланированному) общению с ним.

БИХЕВИОРИСТСКИЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ И КОРРЕКЦИИ ПОВЕДЕНИЯ

Этап 1. Понаблюдайте за обстоятельствами, вызывающими плохое поведение.

Чтобы привить ребенку навыки более приемлемого поведения, сначала внимательно понаблюдайте за тем, что происходит с ребенком и вокруг него, когда он начинает вести себя плохо. **Ведите подробное наблюдение в течение недели или двух**. Для более четкого выявления характерных моделей поведения рекомендуется **делать записи в дневнике** – желательно **в ясной, конкретной и простой форме**. Отмечайте всё, что хотя бы в малейшей степени могло побудить ребенка вести себя плохо, и **что он от этого получает**. Например, мать Рауля сделала следующие записи:

«Я усадила его на его стул и подала ему тарелку с едой».

«Потом я занялась другими детьми, которых надо было отправить в школу».

«Он всё звал меня, но я сказала, что занята, и велела ему успокоиться».

«Рауль начал разбрасывать еду из тарелки».

«И я ударила его по щеке».

«Он заплакал. Чтобы его успокоить, я стала кормить его с ложки».

«Потом я пересадила его на пол, и он занялся своими игрушками».

Этап 2. Исходя из ваших наблюдений, попробуйте понять причину такого поведения.

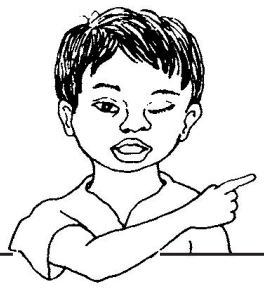
Подумайте над следующими вопросами:

- Какое обстоятельство становится толчком – ***триггером*** или провоцирует такое плохое поведение ребенка?
- Не является ли его поведение следствием **расплывчатости или противоречивости требований,** предъявляемых к нему вами или кем-то из окружающих?
- **Какую выгоду извлекает ребенок из такого поведения, что заставляет его снова и снова хотеть вести себя именно так?**
- Не вызвано ли такое поведение ребенка отчасти чувством страха или неуверенности?

Многократно наблюдая за ситуациями, при которых Рауль начинает разбрасывать еду, его мать поняла следующее:

- «Чаще всего Рауль начинает разбрасывать еду из тарелки, когда я оставляю его одного – особенно когда я занята другими детьми».
- «Мои собственные требования к Раулю непоследовательны и противоречивы. Я его ругаю и тут же проявляю заботу и внимание, которых он добивается, например, кормлю с ложечки, будто младенца».
- «Безобразничая с едой, Рауль получает массу удовлетворения».

ВОЗМОЖНОЕ ОБЪЯСНЕНИЕ ТОГО, ПОЧЕМУ РАУЛЬ РАЗБРАСЫВАЕТ ЕДУ

ТРИГГЕРЫ	ЧТО ОН ТЕРЯЕТ, КОГДА РАЗБРАСЫВАЕТ СВОЮ ЕДУ?	ЧТО ОН ВЫИГРЫВАЕТ?
• Рауль лишён внимания. Пока мать занимается другими детьми, он «выбывает» из общения. • Возможно, он боится, что, начав есть самостоятельно, он останется без внимания еще дольше. Он очень зависим от опеки и внимания своей матери.	• Мать начинает сердиться, шлепает его и ругает. 	• К нему обращено внимание всех членов семьи. • Мать быстро перестает заниматься другими детьми и переходит к нему. • Если он начинает плакать, когда мама отругает или шлепнет его, она сразу же бросается его утешать и жалеть, как маленького. • А затем ему дают игрушки, и он может поиграть. • Кормление с ложечки развеивает страх Рауля стать большим и лишиться материнской опеки и внимания.

Этап 3. Сформулируйте цели для коррекции поведения ребенка.

Если в поведении ребенка наблюдается сразу несколько проблем, лучше решать каждую из них в отдельности. Выберите позитивный подход. Постарайтесь **сформулировать определение хорошего поведения, которого вы хотите добиться**, а не просто желание прекратить плохое поведение. В случае с Раулем это легко сформулировать так: «приучить его самостоятельно и спокойно есть», а не просто «отучить его разбрасывать еду».

Поставленная цель должна быть ребенку по силам, соответствовать уровню его развития (см. с. 354).

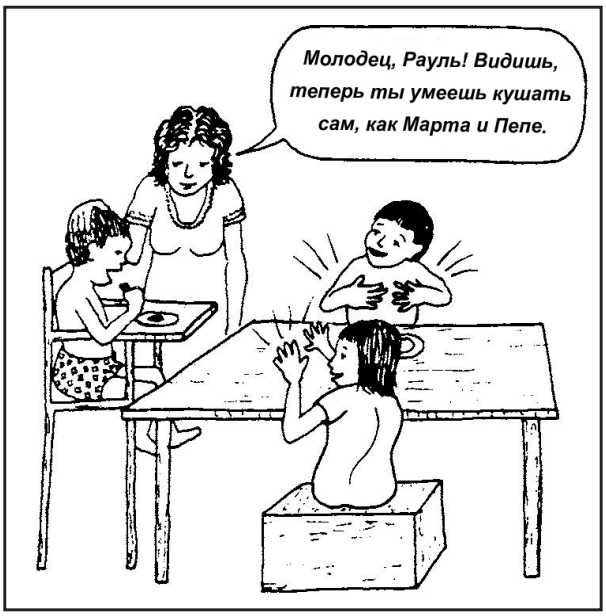
Этап 4. Разработайте систему, побуждающую ребенка вести себя хорошо.

Неизменно поощряйте его за «хорошее поведение». Всякий раз, когда он ведет себя так, как вы хотите, **сразу же выражайте свое одобрение.** Поощрять можно словом, ласковым объятием или еще чем-то, что приносит удовольствие (например, возможностью поиграть с любимой игрушкой). Либо можно угостить ребенка чем-то вкусным. Однако желательно поощрять лакомством только очень худых детей, или если другие виды поощрения не эффективны. **Не следует поощрять лакомствами детей с повышенным весом** (см. с. 340).

Плохое поведение ребенка следует, по возможности, **оставлять без внимания,** а не отвечать наказанием. Поощряя «хорошее» поведение, вместо наказания за «плохое», можно добиться успеха с гораздо меньшими душевными травмами, как для родителей, так и для самого ребенка.

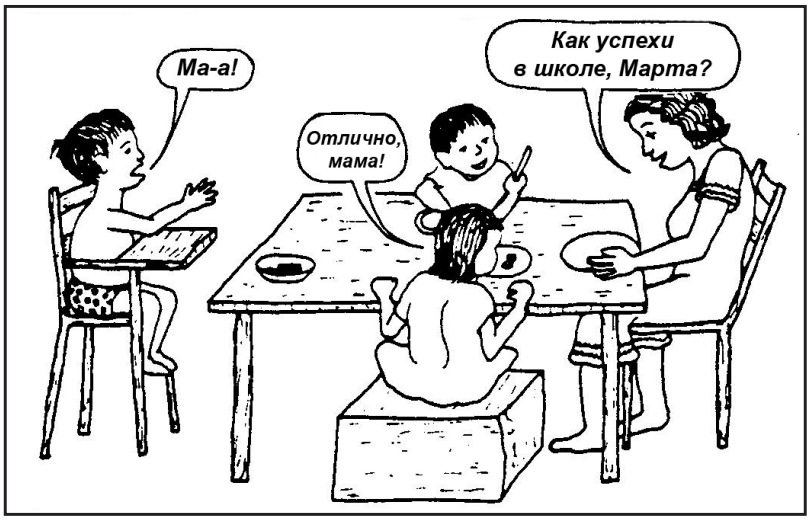
Всегда поощряйте ребенка за «хорошее» поведение и никогда – за «плохое». Это основа бихевиористского подхода.

Например, всякий раз, когда Рауль ест сам, не разбрасывая еду, все члены семьи могут похвалить его и поаплодировать.



Рауль видит, что когда он ведет себя хорошо, то получает всеобщее внимание и одобрение.

Но всякий раз, когда Рауль разбрасывает еду, окружающие не должны обращать на него внимания, разве что можно сказать: «Жаль, что ты это сделал, Рауль» или «Разбросаешь еще раз, и мне придется забрать у тебя тарелку, потому что я устала убирать за тобой.». (Это должно рассматриваться им как следствие его поступка, а не как наказание.) **Всегда выполняйте то, о чем предупреждали.**



Теперь Рауль сразу понимает, что от разбрасывания еды ему нет никакой выгоды.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА:

- **Будьте последовательны** в своих реакциях на поведение ребенка. Если вы в одних случаях поощряете его за хорошее поведение, а в других оставляете это без внимания, или если вы иногда не обращаете внимание на плохое поведение, а в других случаях либо ругаете ребенка, либо выполняете то, что он требует, это сбивает его с толку. Так ребенок, скорее всего, не исправится.

- **ОСТОРОЖНО!** При данном подходе **поведение ребенка может поначалу ухудшиться.** Не добившись разбрасыванием еды внимания матери, Рауль может швырнуть и тарелку. Крайне важно, чтобы мать не уступала его требованиям, а следовала избранному подходу. Только тогда Рауль поймет, что при хорошем поведении он добьется большего, чем при плохом.

- **Продвигайтесь к намеченной цели постепенно – шаг за шагом.** Если воспитатель продвигается вперед медленно, но верно, то его подопечные быстрее усваивают правила хорошего поведения, а начального периода ухудшения поведения нередко удается избежать.

К примеру, было бы слишком поспешно и нереалистично ожидать, что Рауль сразу же научится есть самостоятельно, не безобразничая, когда мать занята другими детьми. Матери следует помочь сыну постепенно, шаг за шагом приблизиться к поставленной цели.

Мать Рауля может начать подавать ему завтрак после того, как другие дети уйдут в школу. Тогда она сможет находиться рядом все время, пока он ест.

Следующий шаг: мать Рауля занимается домашними делами, пока он ест, но при этом разговаривает с ребенком и хвалит, если он все делает правильно.

Так Рауль поймет, что если он будет есть самостоятельно, о нем не только не забудут, но и уделят ему больше внимания, чем когда он разбрасывает еду.

Этап 5. Когда такое примерное поведение войдет у ребенка в привычку, постепенно переводите ваши отношения в более естественное русло.

Описанный «бихевиористский подход», как средство помочь ребенку исправить свое поведение, нередко весьма эффективен. Ваши реакции на действия ребенка тщательно спланированы и последовательны. Однако подобная заданность межличностных отношений неестественна. Родителям и детям, как и всем остальным, необходимо научиться общаться друг с другом не по плану и не из расчета добиться поощрения, а из желания доставить друг другу радость.

Поэтому, после того, как новое поведение ребенка закрепится и станет привычным, должен наступить последний этап: **постепенное уменьшение незамедлительных поощрений за хорошее поведение, при одновременном выражении радости от улучшившихся взаимоотношений в семье.**

Постановка разумных целей – с учетом уровня развития ребенка

При постановке цели исправить поведение ребенка или привить ему новый навык, исходите из реальных возможностей ребенка. Прежде всего постарайтесь определить уровень его развития, а уже потом ставьте цель в соответствие с ним. (Как определить уровень развития ребенка см. в гл. 34 «Развитие ребенка и отставание в развитии».)

Рассмотрим случай Эрики – девочки (о ней говорилось на с. 349), реагирующей **истериками** (плачь и пронзительные крики) каждый раз, когда ее спускают с рук. Эрика страдает задержкой умственного развития. Это означает, что она отстает в развитии от своих сверстников. Исходя из уровня ее развития (а не возраста), ее мать может спланировать описанные ниже шаги, чтобы помочь ей избавиться от истерик:

Допустим, что **уровень развития Эрики соответствует уровню совсем маленького ребенка.** Она еще плохо владеет руками, не умеет играть самостоятельно или повторять движения других. Ее придется обучать самым основным навыкам, объясняя всё простыми и понятными словами. Для начала мать может усадить ее ненадолго и, пока не началась истерика, похвалить дочку, поговорить с ней или спеть ей песенку. Когда девочка все же начнет кричать и плакать, мать должна постараться обращать на нее как можно меньше внимания и ни в коем случае не уступать ее требованиям. Обращать внимание и поощрять ее следует лишь во время коротких передышек, когда ребенок устанет и перестанет кричать. Тогда Эрика поймет, что добьется большего не истериками, а хорошим поведением.

А теперь предположим, что **уровень развития Эрики несколько выше.** Ей нравится делать что-то руками и подражать движениям матери. Можно начать коррекцию поведения девочки с этого уровня, например, взять ее с собой на речку и, усадив на берегу, дать постирать какой-нибудь небольшой предмет одежды. «Помогая» так матери, Эрика почувствует себя как бы ближе к ней и будет меньше бояться остаться в одиночестве. А матери, тем временем, следует разговаривать с дочерью, при этом постоянно хваля ее.

Примечание. На этом уровне развития Эрика не способна долго заниматься одним и тем же. Чтобы избежать приступов истерики, мать должна поддерживать у нее интерес, часто меняя задания и помногу разговаривая с дочкой. Во всем этом ценную помощь могут оказать другие дети.

Как помочь ребенку познавать окружающий его мир

Описанный нами **«бихевиористский подход» к обучению и развитию ребенка** аналогичен системе, именуемой «бихевиористской терапией» или «бихевиористской модификацией». Однако мы считаем, что важнее сделать акцент на **улучшении навыков общения** ребенка, чтобы помочь ему познать окружающий его мир. Вместо «изменить поведение ребенка», мы хотим «**помочь ребенку понять** происходящее вокруг него, чтобы он мог сам выбирать манеру поведения, более приемлемую для всех*». Для этого **родителям надо прежде всего научиться оценивать и менять свое собственное поведение в отношении ребенка. Им следует искать пути общения с ребенком, которые бы отличались последовательностью, поддержкой и стимулировали хорошее поведение.**

Один из самых эффективных способов помочь ребенку научиться новым навыкам – это уделять ему больше внимания, подбадривать и хвалить его, когда он старается. Фото Сониа Исков из книги *Special Education for Mentally Handicapped Pupils* (Специализированное обучение для детей с задержкой умственного развития, с. 640).

Используя бихевиористский подход, можно во многих случаях помочь **детям с задержкой умственного или общего развития** – таким, как Рауль и Эрика, – научиться взаимодействовать с окружающими и быстрее овладеть базовыми навыками.

Данный подход применим к ребенку практически любого возраста. Как правило, легче работать с детьми младшего возраста – от 1 до 4 лет. В этом случае можно предупредить перерастание мелких затруднений в серьезные нарушения поведения в будущем. При работе с очень маленькими детьми или детьми с выраженной задержкой умственного развития, поставленные цели должны быть простыми, и продвижение к ним должно идти маленькими шагами. Чтобы успешно освоить каждый этап, **могут потребоваться многократные повторения,** и всякий успех – даже малый – должен неизменно подкрепляться похвалой и вознаграждением.

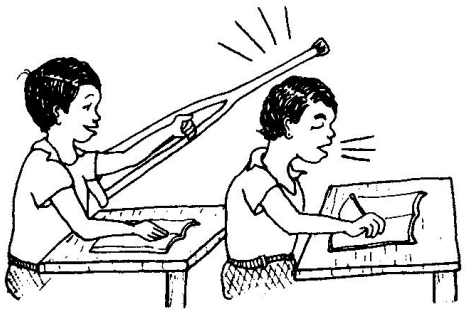
Дети с физическими нарушениями и сохранным интеллектом также иногда ведут себя недопустимо. Применение бихевиористского подхода может помочь и им. На следующей странице описан случай с Джорджем, поведение которого удалось скорректировать с помощью данного метода.

---

* Эту точку зрения высказали Ньюсон и Хипгрейв в книге *Getting Through to Your Handicapped Child* (Как достучаться до вашего ребенка с особыми потребностями, с. 641), из которой заимствованы многие идеи, изложенные в этой главе.

ИСТОРИЯ ДЖОРДЖА

Джордж – умный десятилетний мальчик с параличом обеих ног вследствие полиомиелита. Он живет с бабушкой. Ребенок шумный, грубоватый, вспыльчивый. Его игры с другими детьми неизменно заканчиваются дракой. Во время уроков Джордж ведет себя плохо, и недавно учитель предупредил бабушку, что выгонит ее внука из школы, если тот не исправит своё поведение. И учитель, и бабушка пробовали всякие меры воздействия на мальчика: ругали, даже лупили, но после этого мальчик стал вести себя только хуже. По словам его бабушки, Джордж обожает злить окружающих.



Недавно бабушка отвела внука в сельский реабилитационный центр на консультацию. Сотрудник центра помог ей внимательнее присмотреться к поведению Джорджа и к тому, как она реагирует на это, чтобы лучше понять причины такого поведения мальчика. Бабушка поняла следующее:

- когда Джордж спокоен и ведет себя хорошо (что случается нечасто), окружающие не обращают на него никакого внимания, словно забывают о нем;
- в результате Джордж чувствует себя никому ненужным, никем не любимым и никчемным. Истосковавшись по эмоциональному человеческому общению, он получает его, намеренно зля окружающих.
- плохое поведение Джорджа, таким образом, приносит ему много человеческого, хоть и болезненного, общения. А в тех редких моментах, когда мальчик старался вести себя хорошо, у него появлялось чувство, что он никому не нужен.

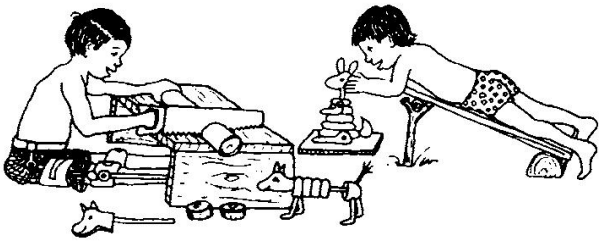
«Я искренне люблю внука, но, наверное, недостаточно показываю ему это, – заключила она. – Уж очень много хлопот он мне доставляет».

Джордж мог бы исправиться, увидев, что дружелюбное поведение и теплое отношение гораздо больше сблизят его с окружающими, чем грубость и враждебность. Поэтому сотрудник центра – вместе с бабушкой, учителем, одноклассниками Джорджа, реабилитационной командой, и при активном участии самого Джорджа, – придумали, как нагляднее показать мальчику, что хорошее поведение лучше, чем плохое.

Дома бабушка стала придумывать для Джорджа задания по хозяйству, каждый раз показывая ему, как она рада его помощи. Она смастерила нечто вроде рюкзака с открытыми боковыми сторонами, в котором Джорджу было удобно приносить дрова. Кроме этого, она научилась совершенно игнорировать плохое поведение Джорджа и показывать искреннюю радость, когда он тихо делает уроки или чистит кукурузу.

В школе учитель обсудил с другими учениками способы, как включить Джорджа в их игры. Они решили, что когда все будут играть в футбол, Джорджа поставят на ворота. Ко всеобщему удивлению он оказался отличным вратарем. Опираясь на свои костыли, он мог дотянуться за дальним мячом и отбить его дальше, чем обычный вратарь. Вскоре ребята стали наперебой звать его в свои команды. Поначалу Джордж устроил несколько потасовок. Тогда его спокойно попросили отправиться на скамейку. Довольно скоро Джордж отучился лупить мальчишек, чтобы не лишиться возможности лупить по мячу.

В сельском реабилитационном центре сотрудник позвал Джорджа к себе в помощники – мастерить учебные игрушки-пособия для маленьких детей с нарушениями здоровья. Сотрудник показал ему, что и как делать, и обязательно хвалил его за каждую изготовленную им игрушку. Вскоре Джордж научился делать игрушки совершенно самостоятельно и очень гордился своей работой. Когда он увидел, как другие дети с ограниченными возможностями здоровья играют и учатся на его игрушках, это очень обрадовало мальчика. Джордж решил стать сотрудником реабилитационного центра, когда вырастет.



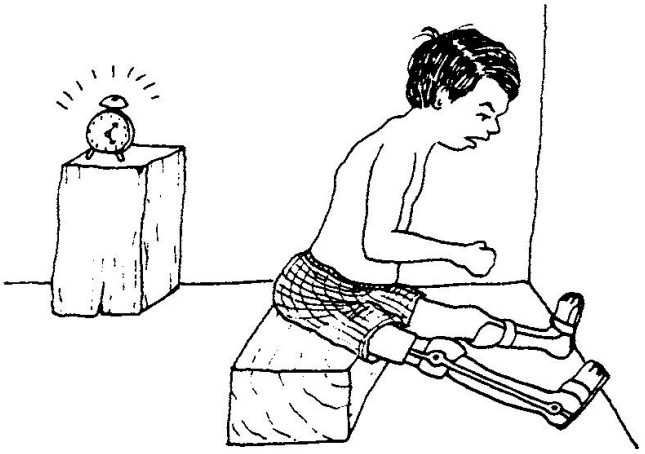
Лишение общения или награды вместо наказания – «таймаут»

В истории о том, как с помощью бихевиористского подхода родственники и друзья помогли Джорджу исправиться, всё кажется легким и простым. Однако в жизни подобное происходит редко. Иногда «плохое» поведение бывает настолько плохим, что игнорировать его не представляется возможным.

Вообще, чтобы сделать «плохое» поведение ребенка скучным и «невыгодным» для него, лучше всего оставить его без желанного внимания. Вместе с тем, «хорошее» поведение нужно непременно поощрять. Иначе говоря, ребенок должен быть лишён всего, что доставляет ему удовольствие, если он начинает вести себя плохо (а не получать удовольствие, как это обычно и происходит).

Например, когда Рауль начинал разбрасывать свою еду, его матери следовало не ругать и кормить его с ложечки (ребенку это лишь в удовольствие), а выйти вместе с его тарелкой минуты на 3 или 4 – чтобы ему стало как можно скучнее.

Забрать у ребенка еду может показаться наказанием. Но лучше постараться сделать так, чтобы ребенку **стало скучно,** а не неприятно. Нагнать на ребенка скуку иногда можно, лишив его привычной ситуации на короткое время. Этот прием часто называют **«таймаут».**



Пример: когда бабушка Джорджа начала применять к нему бихевиористский подход, внук в ответ старался разозлить ее: громко кричать и бить цыплят своими костылями. Но в этот раз она не стала, как обычно, ругать Джорджа, а лишь предупредила, что если он не успокоится, придется отправить его в угол на «таймаут». Затем, когда мальчик продолжил буянить, бабушка поставила его в угол и объяснила, что ему придется стоять там 5 минут, считая с момента, когда он успокоится. Бабушка завела будильник на 5 минут. Поначалу Джордж продолжал кричать из своего угла, но тогда бабушка перевела завод будильника еще на 5 минут. Все это время она не обращала на внука никакого внимания и продолжала заниматься работой по дому.

Таким образом, настоявшись в углу «вдоволь», Джордж понял, что единственный способ избавиться от этой скуки – перестать шуметь. Он был смышленым ребенком, и быстро это понял. (Менее сообразительным детям требуется больше времени.)

Прием «таймаут» следует использовать не как средство наказания, а как средство демонстрации неодобрения. Однако, применяя его, воспитатель невольно принуждает ребенка, и поэтому его действия напоминают наказание. Постарайтесь использовать его лишь в случаях, когда другие, менее принудительные методы, не помогают. Лучше всего начать с «таймаута» в 5 минут, не более (а для совсем маленьких детей – еще меньше). Если через 5 минут поведение ребенка не улучшится, объясните ему, что вы вынуждены добавить еще 5 минут. **Время «таймаута» ни в коем случае не должно превышать получаса,** даже если ребенок так и не успокоился.

ВНИМАНИЕ! Для ребенка младше 5 лет или с выраженной задержкой умственного развития продолжительность «таймаута» не должна превышать 15 минут. При этом следует многократно проверять состояние ребенка, оценивая его готовность исправиться.

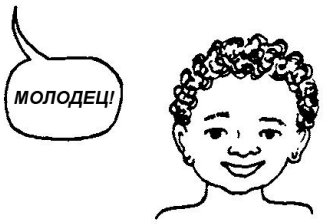
БИХЕВИОРИСТСКИЙ ПОДХОД К РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА И ОБУЧЕНИЮ НОВЫМ НАВЫКАМ

До этого момента мы, в основном, говорили об исправлении «плохого» поведения. Но бихевиористский подход также можно использовать, чтобы помочь детям освоить базовые навыки для дальнейшего развития. Зачастую этот подход полезен при работе с детьми с задержкой развития – как умственного, так и физического.

В главе 34, посвященной вопросам развития ребенка, были представлены основные принципы бихевиористского подхода: 1) четко формулировать требования; 2) последовательно вознаграждать за осваиваемые навыки; и 3) переходить к освоению новых навыков постепенно. Примеры применения бихевиористского подхода можно также найти в главах о кормлении, одевании и обучении пользованию туалетом. Ниже мы приводим обзор методов использования бихевиористского подхода к развитию базовых навыков у ребенка и обучению.

Оценка стадии развития ребенка для определения следующих шагов

Чтобы решить, как помочь ребенку в его развитии, сначала выясните, что он умеет делать, а что – нет. С точки зрения поведения, результаты наших наблюдений можно разделить на 4 группы:



- **Положительное поведение:** Навыки и качества, которыми сейчас обладает ребенок – особенно те, которые могут помочь ему освоить что-то новое. (Например, ребенку нравится, когда его хвалят.)

- **Негативное поведение:** Опасные, тревожащие или тормозящие развитие поступки ребенка. (Например, ребенок может внезапно ударить кого-то; портит вещи; визжит, когда его купают; швыряет игрушки вместо того, чтобы играть с ними.)

- **Промежуточное поведение:** Одновременно и позитивные, и негативные поступки, с которыми нужно поработать, чтобы превратить их в более позитивные. (Например, девочка начинает есть сама, но при этом размазывает еду по лицу. Здесь мы поощряем ее стремление к самостоятельности, но без пачкания лица. Даже вопли или плач ребенка, как средство выражения желаний, можно считать позитивным моментом, если этот ребенок испытывает большие трудности в общении. Нам следует помочь ребенку найти более приемлемую форму общения.)

- **Ключевые потребности:** Это проблемы в поведении ребенка, которые необходимо решить, чтобы добиться прогресса в обучении. Они различаются в зависимости от стадии развития. (Например, чтобы ребенок мог учиться у матери, он должен уметь отзываться на свое имя; смотреть на нее, когда она говорит с ним; и концентрировать свое внимание хотя бы на несколько секунд. Эти «ключевые потребности» обуславливают первые шаги в обучении речи, играм или новым навыкам.)

Полезно представить различные проявления поведения ребенка в виде таблицы. Ниже мы приводим такую таблицу. Ее составила мать маленькой девочки, совместно с общинным медико-санитарным работником, знакомым с этой книгой.

Имя ребенка: Селия
Возраст: 4 года

ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (база, на которой мы будем строить дальнейшее развитие)	**«ПРОМЕЖУТОЧНОЕ» ПОВЕДЕНИЕ (имеющее и хорошие, и плохие стороны)**	**НЕГАТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (тормозящее развитие или беспокоящее семью)**
• улыбается, когда ее хвалят; • контролирует пальцы рук, и может самостоятельно есть руками; • может надеть три кольца на стержень пирамидки; • самостоятельно раздевается; • любит активные игры; • любит, когда ее купают; • говорит 6 слов: «мама», «папа», «соска», «сладко», «нет», «пи-пи».	• играет с игрушками только пару минут, а затем швыряет их; • говорит «пи-пи», но затем мочится в штаны; • ни минуты **не может сидеть спокойно** – только за едой.	• начинает пинать окружающих, когда расстраивается; • постоянно носит в руках бутылочку; поднимает крик, если ее отнимают; • плюёт в окружающих кусочками еды.

КЛЮЧЕВЫЕ ПОТРЕБНОСТИ (для развития новых навыков и положительных поведенческих реакций)
- усидчивость и фокусирование внимания в течение более длительного времени;
- отвыкнуть от бутылочки, чтобы высвободить руки для других занятий.

С чего начать?

Составив такую таблицу и определив ключевые потребности Селии, общинный медико-санитарный работник помог матери девочки решить, с чего начать. Он объяснил матери, что, поскольку **изменить всё разом невозможно,** им нужно **определить первоочередные шаги** (приоритеты). Итак, мы выбираем такое поведение, которое больше всего хотим выработать или изменить у ребенка.

- Стараясь **выработать новую манеру поведения или навык,** нам нужно определить все **составные части** желаемого поведения. Затем мы составляем план действий из отдельных **маленьких шагов.** Мы помогаем ребенку продвигаться вперед шаг за шагом, четко разъясняя ему, чего мы ожидаем от каждого такого шага, и постоянно **хвалим и поощряем его за успехи.**

- **Чтобы помочь ребенку улучшить его «промежуточное поведение»**, мы можем опереться на уже имеющийся у него, в начальной степени развитый навык. Сначала нужно проанализировать разные **составляющие его поведения,** которые нас беспокоят. Затем необходимо понять, **какие из них кажутся полезными, а какие – нет.** Потом мы **поощряем хорошее поведение и игнорируем плохое.** По мере постепенного улучшения поведения ребенка, мы немного повышаем требования, прежде чем поощрять, пока не будет достигнут желаемый уровень.

- Для **ослабления или прекращения негативного поведения,** нам нужно сделать 2 вещи. Во-первых, необходимо установить, **когда** и **где** начинается такое поведение, и **что происходит перед, во время и после него.** Следует внимательно присмотреться **и к действиям ребенка, и к вашей реакции.** Во-вторых, нужно попытаться понять, какую «выгоду» ребенок получает из своего «плохого» поведения. Затем нам надо постараться **изменить всё так, чтобы сделать «хорошее» поведение более «выгодным»** для ребенка, **чем «плохое».** Для этого мы **поощряем ребенка за новое «хорошее» поведение и игнорируем его за «плохое».**

Размышляя над поведением Селии, мать поняла, что у дочери уже имеются зачатки **многих полезных навыков.** Девочка хорошо владеет руками и начала понемногу самостоятельно **есть** и **одеваться.** Также она умеет **говорить несколько слов** – хотя было бы неплохо, если бы она, кроме слова «нет», говорила бы еще и «да».

Имеет важное значение, что девочке **нравится, когда ее хвалят,** обнимают, купают и играют с ней в активные игры. Это значит, что ее, скорее всего, можно успешно обучать, используя метод «награда за выполненное действие».

Однако **кое-какие вещи, кажется, мешают** Селии развиваться дальше. Так, из-за своей неусидчивости и неспособности концентрировать внимание, она с трудом учится у окружающих, и даже не может научиться получать удовольствие от своих игрушек (которые она постоянно швыряет). Кроме того, **серьезной проблемой является ее привычка постоянно носить с собой бутылочку с соской.** Это явно не по ее возрасту, но мать боится отнять бутылочку, потому что тогда Селия начинает пронзительно кричать. Мать наливает туда сладкие напитки (от которых у девочки уже портятся зубы). Но хуже всего то, что, не выпуская бутылочку из рук, Селия не может делать руками другие вещи – например, возиться с игрушками или снять штанишки, чтобы сесть на горшок.

Поэтому мать Селии определила «ключевые потребности», которые необходимо удовлетворить прежде, чтобы развиваться в других направлениях:

- **выработать у Селии усидчивость и умение концентрировать внимание;**
- **отучить от привычки постоянно носить с собой бутылочку.**

Общинный медико-санитарный работник обсудил с матерью Селии ее возможные действия. Чтобы выработать у ребенка усидчивость и умение фокусировать внимание, ее мать решила использовать ситуации, когда Селия уже умеет сидеть достаточно спокойно: прием пищи и купание. Например:

Когда Селия уже поела, перед тем, как дать ей сладкое, мать или Оскар (старший брат девочки) занимали ее спокойной игрой в течении примерно 5 минут, хваля ее каждый раз, когда она фокусировала свое внимание.

Также, во время купания дочери, мать учила ее фокусировать внимание на игрушках и прислушиваться к словам и звукам.

О том, как смастерить колёсный пароходик, см. на с. 475.

Мать Селии решила постепенно отучить дочь от бутылочки. Для начала она стала наливать в нее только воду, а через несколько дней вообще перестала ее наполнять.

Первое время Селия начинала пронзительно кричать и пинать мать. Но та изо всех сил старалась не обращать на ребенка внимание. Когда Селия затихала, мать наливала ей что-нибудь вкусное, но в стаканчик, а не в бутылочку, или давала ей другое «вознаграждение».

Иногда Селия швыряла бутылочку от злости. Но со временем она все чаще стала выпускать бутылочку из рук, чтобы взять игрушки или другие предметы. В конце концов, мать просто убрала оставленную девочкой бутылочку.

Расставшись с бутылочкой, Селия начала исследовать руками все больше окружающих предметов. Теперь, когда она хотела «пи-пи», она сама начинала снимать штанишки, а несколько недель спустя девочка уже умела самостоятельно ходить в туалет. Также она начала больше возиться с игрушками, а не расшвыривать их. Научившись концентрировать внимание на разных предметах, девочка открывала в них много увлекательного для себя. Уменьшились негативные проявления ее поведения: она перестала кричать, выплевывать еду и пинаться. Мать, отец и брат теперь дольше играли и больше разговаривали с ней. Они хвалили ее за хорошее поведение и изо всех сил старались «не замечать» Селию при «плохом».

Мать стала применять бихевиористский подход к развитию для выработки у Селии других навыков: одевание, прием пищи и речь. Для развития речи они вместе разглядывали картинки в книжках и слушали песни.

Благодаря усилиям всей семьи, уровень развития Селии сильно вырос, а сама девочка стала более жизнерадостной и самостоятельной. Размышляя над этими переменами, мать заметила: «По-моему, мое поведение изменилось не меньше, чем поведение дочери. Ведь раньше я обращалась с ней, как с грудным ребенком – бутылочка эта и все такое прочее! Теперь, когда я требую от нее большего и показываю ей, как я ценю ее старания, она развивается гораздо быстрее, а договориться с ней сейчас намного легче. Мы обе проделали немалый путь!»

Примеры или методы применения бихевиористского подхода к обучению детей базовым навыкам описаны и в других главах: гл. 36 (кормление), гл. 37 (одевание), гл. 38 (обучение пользованию туалетом). Рекомендуем еще раз обратиться к гл. 34 (развитие ребенка) и подумать, как, используя бихевиористский подход, помочь ребенку избежать многих трудностей в процессе развития.

ТИПИЧНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЛОХОГО ПОВЕДЕНИЯ У НЕКОТОРЫХ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Истерика

«Истерика» – это внезапный плач, пронзительные крики и яростное или деструктивное поведение. В этом состоянии ребенок может попытаться разбить, швырнуть что-то, ударить, укусить или иным образом повредить что-то или нанести травму кому-то, находящемуся в пределах досягаемости – включая подчас и самого себя.

Такие приступы могут напугать и самого ребенка, и его близких. Ребенка, уже впавшего в такое состояние, трудно «урезонить» и успокоить, а наказание зачастую лишь ухудшает ситуацию.

Дети – в том числе некоторые дети с задержкой умственного развития и с физическими нарушениями – могут научиться использовать такие истерики для получения желаемого. Один такой пример – случай с Эрикой, о которой говорилось выше (с. 354). Ниже приведен другой пример.

Таким образом, дети обнаруживают, что с помощью истерик они получают желаемое. Чтобы у ребенка было меньше таких истерик, родители должны помочь своему ребенку найти иные, более приемлемые формы выражения своих желаний и страхов. А самое главное, родители должны **поощрять ребенка за приемлемые формы поведения** и **не бросаться успокаивать ребенка,** когда у него начинается истерика. Давайте посмотрим, как справилась с этим мать Кваме:

Так, вознаграждая за хорошее поведение и отказывая во внимании за плохое, мать помогла сыну понять, что своими **истериками он желаемого не добьется.** Поначалу истерики Кваме стали даже более бурными и яростными. Но когда даже они оказались безрезультатными, ребенок постепенно отучился закатывать истерики. Он увидел, что добьется большего, если будет выражать свои желания в иных формах.

Задержка дыхания

“Не обращать внимания на истерику ребенка» – звучит очень хорошо. Но мой ребенок **впадает в такую ярость, что перестает дышать и весь синеет!** Я просто не могу ничего не делать!»

Но ничего не делать – это зачастую и есть лучшее средство предупредить еще большую частоту таких истерик!

Задерживая дыхания, ребенок не нанесет себе травму. В худшем случае он потеряет сознание и начнет нормально дышать задолго до того, как нехватка кислорода могла бы как-то ему повредить.

Заметив, что задержки дыхания очень пугают родителей, ребенок, вполне вероятно, начнет повторять это всякий раз, когда разозлится на них (к этому прибегают многие абсолютно здоровые дети). Нам нужно постараться **не** показывать свое волнение и тревогу, когда ребенок задерживает дыхание и синеет. Вместо этого, нам следует спокойно дождаться, пока ребенок оставит свои попытки испугать нас и снова начнет дышать нормально. Вот тогда – тогда, но **не** во время задержки дыхания! – самое время в той или иной форме выразить ребенку свою любовь.

Самотравмирование

Ребенок может биться головой, кусать себя или наносить себе другие травмы по той же причине, по которой он задерживает дыхание, – чтобы испугать и наказать родителей.

Однако у детей с повреждениями головного мозга, страдающих эпилепсией или серьезными нарушениями психики, иногда появляется привычка кусать себя, биться головой, выдергивать волосы или проявлять иную форму агрессии по отношению к себе.

Какими бы причинами не были вызваны такие проявления, игнорировать их нельзя. Родителям следует найти простейший и безобидный способ осторожно унять ребенка и уберечь его от травм. Чтобы ребенок не покусал себя, можно, например, зажать его руки в своих.

Чтобы унять ребенка, наносящего себе травмы, крепко, но бережно обхватите его со спины так, чтобы он не видел вас и как можно меньше мог провоцировать вашу реакцию на его поведение.

Эти проблемы нередко решаются с помощью бихевиористского подхода. Крайне важно **сохранять спокойствие и не проявлять повышенного внимания к ребенку,** когда он старается нанести себе травму. Вместе с тем необходимо всячески поощрять хорошее поведение и помочь ребенку обрести чувство уверенности в себе, овладеть новыми навыками, научиться играть в игрушки и с другими детьми, и относиться дружелюбно к окружающим. Конечно, некоторые дети с нарушениями интеллектуального развития не сумеют в достаточной мере овладеть сложными навыками и играми. Выражая таким детям свою любовь (словесно, обнимая или иным образом), общаясь с ними, разучивая вместе детские песенки или участвуя в их любимых занятиях **в те периоды, когда дети не настроены агрессивно,** можно отучить их от нежелательных действий. **Поощряя ребенка за прекращение акта самоагрессии,** можно ослабить его желание прибегать к такому поведению. Еще важнее непременно вознаграждать ребенка и уделять ему повышенное внимание в те периоды, когда он воздерживается от самотравмирования. По возможности, рекомендуется обратиться за консультацией к детскому психологу.

СТРАННОСТИ В ПОВЕДЕНИИ

У детей, страдающих различными заболеваниями, иногда наблюдаются необычные привычки или модели поведения. Особенно это касается детей с задержкой умственного развития или с повреждениями головного мозга: им трудно понять окружающую обстановку, поэтому они легко поддаются смятению и страху.

Чтобы помочь таким детям, нужно прежде всего понять, что является «триггером» – пусковым механизмом или причиной подобного поведения. Например:

Раскачивание

«Джоэл часто начинает раскачиваться вперед-назад и как будто погружается в какой-то свой мир! В такие моменты он совершенно не реагирует на происходящее вокруг. Иногда он раскачивается так чуть ли не целый час.»

«Когда это случается чаще всего?»

«В основном, когда он находится в обществе других детей или в присутствии гостей. Но иногда он раскачивается, когда находится совсем один.»

Судя по всему, Джоэл погружается в свой «маятниковый» мир, когда обстановка становится слишком необычной, пугающей или даже скучной, для него. Чтобы отучить мальчика от привычки раскачиваться, следует помочь ему постепенно увидеть, что общаться и играть с окружающими людьми, а также заниматься чем-либо, приятно и интересно. Чтобы не сбить с толку и не расстроить, приобщать ребенка к новым людям, игрушкам и занятиям нужно ненавязчиво, понемногу, и делать это должны те, к кому он привык и кому доверяет больше остальных. Если ребенок улыбнулся или проявил желание поиграть с другими детьми или в новые игрушки, его нужно похвалить и вознаградить за это. Если же он начал раскачиваться, постарайтесь заинтересовать его тем, что ему нравится. (Но еще важнее уделять **больше времени его любимым занятиям, когда он не раскачивается.** В противном случае, вы невольно поддерживаете его привычку к раскачиванию, как средству добиться внимания.)

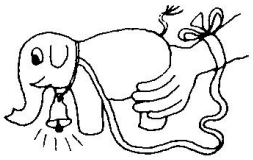
Надавливание на глаза

«Моя 5-летняя дочь Джуди слепая. К тому же она несколько отстает в умственном развитии. У нее привычка сильно надавливать себе на глаза. В результате они часто воспаляются.»

Для погруженной в вечную темноту девочки жизнь далеко не всегда интересна. Ведь она не может видеть игрушки, с которыми играет. Когда она пытается исследовать все вокруг, то натыкается на предметы. Случайно обнаружив, что от надавливания на глаза получается световая вспышка, девочка превратила это действие в развлечение. К тому же она усвоила, что тогда ее мать спешит к ней. Иногда, правда, она шлепает девочку по рукам, но зато так на нее обращают внимание!

Чтобы отучить Джуди от этой вредной привычки, нужно найти ей другие интересные занятия:

- предложить игрушки причудливой формы и с необычным покрытием, которые к тому же издают звуки;
- устроить для нее специальный «уголок» в доме, где все вещи должны всегда быть на своем месте, чтобы девочка ориентировалась и находила желаемые игрушки (о проблемах слепых детей см. в гл. 30);
- уделять ей больше внимания и хвалить ее, когда она удерживается от этой привычки.



Если у ребенка появляются странности в поведении, следует выяснить: **какую выгоду он получает от них? Какие есть альтернативы и почему они менее интересны для него? Какие более привлекательные занятия мы можем предложить ребенку?**