

Как исправить поведение ребенка и приучить его к порядку

ГЛАВА 40



“Я все еще кормлю Рауля с ложечки, потому что, когда я разрешаю ему есть самостоятельно, он раскидывает еду. И чем строже я его наказываю, тем хуже он себя ведет”.

“Всякий раз, когда я кладу Эрику в кровать, она заходится плачем. А если вынимаю и беру туда, где есть посторонние, то еще хуже. У речки, например, у нее начинается истерика – я даже белье постирать не могу”.



“Джордж вечно задирает кого-нибудь из ребят – и дома, и в школе; постоянно безобразничает. Ему как будто нравится злить людей”.

Плохое поведение наблюдается как у здоровых, так и у больных детей. Однако у некоторых больных детей возникают дополнительные трудности при усвоении правил хорошего поведения. У умственно отсталых детей плохое поведение может быть вызвано непониманием нечетко сформулированных или противоречивых требований родителей и окружающих. Дети с физическими недостатками капризничают или требуют к себе исключительного внимания, потому что они зависимы от других и не могут себя обслужить. У них нет уверенности в себе; они боятся, что о них забудут. Дети часто умышленно безобразничают, чтобы добиться внимания, так как, когда они ведут себя смирно и не напоминают о себе, их просто “не замечают”.

Вообще дети ведут себя плохо, если получают от этого какое-то удовлетворение или выгоду. Чтобы помочь детям научиться вести себя правильно, необходимо **НАГЛЯДНО ПОКАЗЫВАТЬ ИМ, ЧТО ПРИ “ХОРОШЕМ” ПОВЕДЕНИИ ИМ БУДЕТ ЛУЧШЕ, ЧЕМ ПРИ “ПЛОХОМ”**.

Рассмотрим педагогические приемы достижения этой цели на основе “бихевиористского подхода”, который состоит из 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 дает ни удовольствия, ни внимания, ни поощрения.
5. Когда поведение ребенка улучшится, постепенно переходите на более естественное обращение с ним.

БИХЕВИОРИСТСКИЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ НАВЫКАМ И КОРРЕКЦИИ ПОВЕДЕНИЯ

Этап 1. Понаблюдайте за обстоятельствами, вызывающими плохое поведение.

Чтобы привить ребенку навыки более приемлемого поведения, сначала внимательно наблюдайте за обстановкой и происходящими в ребенке изменениями, когда он перестает слушаться. Пристальное наблюдение необходимо вести 1–2 недели. Для более четкого выявления характерных моделей рекомендуется **делать записи** в дневнике – желательно **ясно, конкретно и просто**. Отмечайте все, что, хотя бы в малейшей степени, могло **побудить** ребенка **плохо себя вести** и что **дает ему при этом удовлетворение**. Мать Рауля, например, могла бы записать следующее:



"Я усадила его на высокий детский стульчик, подала тарелку с едой"



"Потом я занялась другими детьми, которых надо было отправить в школу"



"Он все звал меня, но я сказала, что занята, и велела замолчать"



"Рауль стал выкидывать 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 наблюдений, попробуйте понять причину такого поведения.


Подумайте над следующими вопросами:

- Какое обстоятельство ("спусковой механизм") вызывает подобную негативную реакцию ребенка?
- Не является ли его поведение следствием расплывчатых или противоречивых требований, предъявляемых вами или кем-либо из окружающих?
- Какую выгоду извлекает ребенок из подобного поведения и не побуждает ли она его повторить свой поступок?
- Не вызвано ли поведение ребенка отчасти чувством страха или неуверенности?

После многократных наблюдений за обстоятельствами, которые предшествовали проступку Рауля, его мать поняла следующее:

- “Чаще всего Рауль начинает выбрасывать еду из тарелки, когда я оставляю его одного – особенно, когда я забочусь о других детях”.
- “Мои собственные требования к Раулю непоследовательны и противоречивы. Я его браню и тут же начинаю ласкать и заботиться – например, кормлю с ложки, будто младенца”.
- Безобразничая с едой, Рауль получает массу удовольствий.

ВОЗМОЖНОЕ ОБЪЯСНЕНИЕ ПОВЕДЕНИЯ РАУЛЯ

“Спусковые механизмы”	Что он теряет от своего проступка	Что он выигрывает
<ul style="list-style-type: none"> ● Рауль лишен внимания. Пока мать заботится о других детях, он “выбывает” из их общества. ● Возможно, он боится, что, начав есть самостоятельно, останется без внимания еще дольше. Он очень зависим от опеки и внимания матери 	<ul style="list-style-type: none"> ● Мать начинает сердиться, шлепает его по щеке, бранит 	<ul style="list-style-type: none"> ● К нему обращено внимание всех членов семьи ● Мать тут же направляется к нему, перестав заботиться о других ● Если в ответ на брань и шлепки он плачет, то мать сразу же его утешает и заботится как о младенце ● А затем ему дают игрушки, и он может поиграть ● Кормление с ложечки развеивает страх Рауля стать большим и, как следствие, лишиться материнской опеки и внимания

Этап 3. Поставьте педагогическую цель, позволяющую улучшить поведение ребенка.

Если в поведении ребенка наблюдается несколько изъянов, лучше всего исправлять их по отдельности. Ориентир выберите положительный. Постарайтесь **сформулировать его как желание достичь хорошего поведения, а не желание исправить плохое поведение**. В случае с Раулем это легко сформулировать так: “приучить его есть самостоятельно и спокойно” (а не просто “отучить его разбрасывать еду”).

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

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

Неизменно поощряйте его хорошее поведение. Всякий раз, когда он исполняет ваше требование, **сразу же выразите ему свое одобрение**. Поощрять можно словом, лаской или каким-нибудь удовольствием (например, возможностью поиграть с любимой игрушкой). Можно дать ребенку немного любимой еды. Однако поощрять лакомствами можно лишь очень худых детей или при неэффективности прочих средств. Не следует поощрять лакомствами полных детей (с. 340).

Плохое поведение ребенка следует, по возможности, оставлять без внимания, а не отвечать наказанием. Поощряя хорошее поведение можно добиться успеха с гораздо меньшими душевными травмами как для родителя, так и для ребенка.

Неизменно поощряйте ребенка за хорошее поведение и ни в коем случае не потакайте плохому. Это – основа бихевиористского подхода.

Всякий раз, например, когда Рауль ест сам и не разбрасывает еду, все члены семьи могут шумно выразить свое одобрение, похвалить его.

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



Всякий раз, когда он разбрасывает еду, окружающим лучше не обращать на него внимания, сказав разве что: "Рауль, ну зачем ты это сделал?" или "Разбрасаешь еще раз – возьму у тебя тарелку вообще, потому что я уже устала убирать за тобой". (Это должно восприниматься им как следствие, а не наказание). **Всегда делайте то, о чем предупреждали.**

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



ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УКАЗАНИЯ

- **Будьте последовательны** в своих реакциях на поведение ребенка. Если в одних случаях вы поощрите его за хорошее поведение, а в других оставите без внимания или же будете игнорировать его плохое поведение (а иногда бранить или выполнять его требования), то это собьет его с толку. Ребенок не исправится.
- **ОСТОРОЖНО!** При данном подходе поведение ребенка может сначала ухудшиться. Не добившись внимания матери разбрасыванием пищи, 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 добьется большего, нежели при плохом.
- **Продвигайтесь к намеченной цели постепенно, шаг за шагом.** Если воспитатель продвигается медленно, но верно, то нередко его подопечные быстрее приучаются к порядку, а начального периода ухудшения поведения вовсе не будет.

Ожидать, что Рауль сразу же приучится есть самостоятельно, не безобразничая, когда мать хлопочет о других детях, означало бы требовать от него слишком многого. Матери следует поступить иначе: помочь сыну постепенно приучиться к этому.

Мать Рауля может сделать так.

Первый шаг – подавать ему завтрак, уже отправив других детей в школу. Тогда она сможет находиться около него, пока он ест.

Следующий шаг: мать Рауля может заниматься домашними делами, пока он ест, но при этом общаться с ребенком и похваливать, если он все делает правильно.



В таком случае Рауль поймет, что, если он будет есть сам, о нем не только не забудут, но и уделят больше внимания, чем когда он разбрасывает еду.

Этап 5. Когда это примерное поведение войдет у ребенка в привычку, постепенно переводите отношение к нему в более естественное русло.

Описанный бихевиористский подход нередко весьма эффективен как средство помочь ребенку исправиться. Реакция воспитателя на действия ребенка тщательно спланирована и последовательна. 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 получить поощрение, а из желания доставить друг другу радость.



Таким образом, последним шагом в воспитании у ребенка новой, но уже установившейся привычки должно стать постепенное ослабление незамедлительного поощрения его хорошего поведения при одновременном выражении радости от улучшившихся взаимоотношений.

Постановка приемлемых целей – сообразно уровню развития ребенка

При постановке цели по исправлению поведения ребенка или привитию ему нового навыка исходите из реальных возможностей. Прежде всего постарайтесь определить уровень развития ребенка, а уже потом ставьте цель в соответствии с этим уровнем. (Относительно определения уровня см. гл. 34 "Развитие ребенка и отставание в развитии".)

Рассмотрим случай с Эрикой – девочкой, о которой говорилось чуть выше, реагирующей *вспышками гнева* (приступы плача и пронзительные крики) на укладывание ее в постель. Эрика страдает задержкой в развитии. Исходя из уровня развития девочки (а не возраста), ее мать может поступить следующим образом, дабы помочь Эрике избавиться от этих вспышек.

Допустим, что **уровень развития Эрики соответствует уровню совсем маленького ребенка**. Она еще плохо владеет руками, не умеет играть самостоятельно или перенимать действия окружающих. Ее придется обучать основам, объясняя все простыми и ясными словами. Для начала мать может уложить ее ненадолго и, пока приступа нет, похвалить дочку, поговорить с ней или спеть ей песенку. Если приступ все же наступит, мать должна постараться свести внимание к девочке до минимума и ни в коем случае не уступать ей. Оказать внимание или поощрить девочку следует лишь во время коротких передышек, когда она устает и перестает кричать. Тогда Эрика поймет, что добьется большего не истериками, а хорошим поведением.



Другой вариант: **уровень развития Эрики выше, чем у совсем маленького ребенка**. Ей нравится делать что-либо самостоятельно, подражая хлопочущей матери. Опираясь на это, можно приступить к коррекции поведения девочки – к примеру, взять на речку и, усадив на берегу, дать постирать какую-нибудь мелочь. "Помогая" матери, Эрика ощутит себя как бы ближе к ней и будет меньше бояться оставаться в одиночестве. А матери тем временем следует разговаривать с дочерью, одобряя ее.



Примечание. При данном уровне развития Эрика не способна долго заниматься одним и тем же. Чтобы избежать истерического приступа, мать должна поддерживать ее интерес к занятиям, меняя их и помногу разговаривая с девочкой. Во всем этом ценную помощь могут оказать остальные дети.

Как помочь ребенку понять окружающую жизнь

Описанный бихевиористский подход к воспитанию ребенка и привитию ему необходимых навыков аналогичен системе, именуемой “бихевиористской терапией”, или “бихевиористской модификацией”. Авторы считают, что важнее **улучшить общение** ребенка с окружающим миром, помочь ему понять этот мир. Следует не столько “изменить поведение ребенка”, сколько помочь ему усвоить порядок вещей, чтобы подопечный добровольно выбрал манеру поведения, более приемлемую для окружающих*. Для этого **родителям надо прежде всего научиться оценивать и менять свои собственные действия по отношению к ребенку. Им следует искать стиль общения с ребенком, характеризующийся логической последовательностью, доброжелательностью и стимулированием хорошего поведения.**



Одно из наиболее эффективных средств помочь ребенку овладеть новым навыком – с большим вниманием отнестись к его занятию, всячески подбадривая и похваливая. Фото Сони Исков (Sonia Iskov)

Используя бихевиористский подход, можно во многих случаях помочь **умственно отсталым детям или детям с задержкой развития** – таким, как Рауль и Эрика, – улучшить общение с окружающими и быстрее овладеть основными навыками.

Данный подход применим к ребенку практически любого возраста. Обычно легче работать с детьми младшего возраста от 1 до 4 лет. В этом случае можно предупредить перерастание мелких изъянов в серьезные проблемы в будущем. При работе с очень маленькими детьми или детьми с сильной задержкой развития необходимо строго следовать основополагающей цели и продвигаться к ней поэтапно. Овладение каждым этапом **может потребовать многократных повторений**, всякий успех – даже малый – должен неизменно подкрепляться похвалой и вознаграждением.

Дети с нормальным умственным развитием, но физическими недостатками также ведут себя иногда недопустимо. Бихевиористский подход приемлем и для них.

Далее описан случай с Джорджем, поведение которого удалось исправить с помощью этого подхода.

* Эту точку зрения высказали Ньюсон и Хипгрейв в книге “Путь навстречу вашему больному ребенку” (Newson Elizabeth, Hipgrave Tony. *Getting Through to Your Handicapped Child*, см. с. 641), из которой заимствованы многие идеи, изложенные в данной главе, и которую мы настоятельно рекомендуем вашему вниманию.

РАССКАЗ О ДЖОРДЖЕ

Джордж – десятилетний мальчик с нормальным умственным развитием, но физическим недостатком: у него паралич обеих ног вследствие полиомиелита. Джордж живет с бабушкой. Ребенок сверхактивный, грубый, вспыльчивый; его игры с другими детьми неизменно кончаются дракой. Во время уроков Джордж ведет себя очень плохо, и недавно учитель предупредил бабушку, что выгонит ее внука из школы, если тот не исправится. И учитель, и бабушка пробовали всякие меры воздействия: ругали, лупили, но после этого мальчик повел себя только хуже. По словам его бабушки, Джорджу злить людей – одна забава.



Недавно бабушка водила внука в сельский реабилитационный центр на консультацию. Сотрудник центра помог ей присмотреться к поведению Джорджа и к ее собственному и сделать выводы. Бабушка поняла следующее:

- когда Джордж ведет себя смирно, хорошо (что редко случается), окружающие не обращают на него никакого внимания, словно забыв о его существовании;
- в результате Джордж чувствует себя существом никому не нужным, никем не любимым и ничемным. Истосковавшись по эмоциональному общению с людьми, он нарочно досаждаёт им, получая желанное внимание;
- следовательно, от своего плохого поведения Джордж получает обширное, хотя и горькое общение. А в тех редких случаях, когда мальчик старался вести себя хорошо, у него появлялось ощущение своей заброшенности и ненужности.

“Я искренне люблю внука, но, наверное, недостаточно проявляю это, – заключила бабушка. – Уж очень много хлопот он мне доставляет”.

Джордж мог исправиться лишь увидев, что при хорошем поведении его отношения с людьми становятся теснее, чем при плохом. Поэтому сотрудник центра продумал – вместе с бабушкой, учителем, одноклассниками Джорджа, реабилитационной группой, да и с помощью самого Джорджа, – как нагляднее показать мальчику, что хорошее поведение лучше, чем плохое.

Дома бабушка стала придумывать для Джорджа задания по хозяйству, всякий раз показывая, как она рада его помощи. Она смастерила нечто вроде рюкзака, в котором Джорджу было удобно приносить дрова. Кроме того, она научилась совершенно игнорировать плохое поведение Джорджа и выказывать большую радость, если он тихо делал уроки или чистил кукурузу.



В школе учитель вместе с учениками решили поставить Джорджа на ворота. К всеобщему удивлению он оказался отличным вратарем. Опираясь на костыли, он мог дотянуться за дальним мячом и отбивать мячи 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. Весьма скоро Джордж отучился лупить мальчишек, чтобы не лишиться возможности лупить по мячу.



В реабилитационном центре сотрудник позвал Джорджа к себе в помощники – мастерить учебные пособия-игрушки для маленьких больных детей. Сотрудник показал Джорджу, что и как делать, и неизменно хвалил его за каждую изготовленную игрушку. Вскоре Джордж научился делать игрушки совершенно самостоятельно и очень гордился своей работой. Увидев, как благодаря его игрушкам больные дети смогли учиться и развиваться, мальчик очень обрадовался. Он решил стать, когда вырастет, сотрудником реабилитационного центра.



Лишение поощрения вместо наказания – “тайм-аут”

В рассказе о том, как с помощью бихевиористского подхода родственники и друзья помогли Джорджу исправиться, все кажется легко и просто. Однако подобное происходит в жизни редко. Иногда плохое поведение до того плохо, что игнорировать его уже нельзя.

Чтобы сделать плохое поведение ребенка тягостным для него, лучше всего оставить его без желанного внимания. Вместе с тем хорошее поведение нужно неизменно поощрять. Иначе говоря, ребенок должен быть лишен всего, что дает ему удовлетворение, когда он начинает вести себя плохо (а не получать удовольствие, как это обычно бывает).

Так, когда Рауль принимался разбрасывать еду, его матери следовало не ругать и кормить его (ребенку это лишь в удовольствие), а удалиться с тарелкой минуты на четыре – чтобы ему стало как можно тягостнее.

Забрать у ребенка еду – это, возможно, нечто вроде наказания. А лучше постараться сделать так, чтобы **ребенку стало скучно**, а не тяжело. В некоторых случаях навести на ребенка скуку можно, выведя его из сложившейся ситуации на короткое время. Этот прием называют “тайм-аут”.

Пример. Бабушка Джорджа попробовала применить к нему бихевиористский подход. В ответ – дабы разозлить ее – внук начал шуметь и лупить цыплят костылями. В другой раз бабуля не стала, как обычно, ругать Джорджа, а просто предупредила: если он не утихомирится, придется отправить его в угол “на тайм-аут”. Затем, поскольку мальчик продолжал буянить, бабушка отвела его в угол, объяснив, что ему придется стоять там 5 минут, считая с момента, когда он успокоится. Она завела будильник. Джордж продолжал кричать, и тогда бабушка перевела завод еще на 5 минут. На внука она не обращала никакого внимания.



В конце концов, настоявшись в углу, Джордж понял: единственный способ избавиться от этой скуки – перестать шуметь. Он понял это быстро, будучи ребенком смывленным. (Детям не столь сообразительным нередко требуется больше времени.)

Прием “тайм-аут” следует использовать не как средство наказания, а как средство лишения поощрения. Однако, осуществляя его, воспитатель невольно принуждает ребенка, а потому его действия напоминают наказание. Поэтому данный прием следует применять лишь при неэффективности прочих, менее принудительных средств. Лучше всего начать с “тайм-аута” в 5 минут, не более (а для совсем маленьких детей еще меньше). Если по прошествии 5 минут поведение ребенка не улучшится, объясните ему, что вы вынуждены добавить еще 5 минут. **Общее время “тайм-аута” не должно превышать получаса, даже если ребенок так и не утихомирится.**

ВНИМАНИЕ! Для детей младше 5 лет или с сильной задержкой умственного развития общее время не должно превышать 15 минут; при этом следует периодически контролировать состояние ребенка, оценивая его готовность исправиться.

БИХЕВИОРИСТСКИЙ ПОДХОД К РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА И ОБУЧЕНИЮ НОВЫМ НАВЫКАМ

Раньше мы говорили преимущественно об исправлении плохого поведения. Однако бихевиористский подход приемлем и как вспомогательное средство для обучения детей основным навыкам, чтобы обеспечить их непрерывное развитие. Этот подход ценен при работе с детьми, развивающимися медленно из-за умственных либо физических недостатков.

В гл. 34, посвященной вопросу развития ребенка, были представлены основные принципы бихевиористского подхода: 1) четко формулировать требования и указания; 2) неизменно поощрять за освоенный навык; 3) осваивать новые навыки постепенно. Проявление бихевиористского подхода можно найти в главах, касающихся проблем кормления, одевания и обучения отправления естественных нужд. Ниже будет сделан обзор методов использования бихевиористского подхода к развитию ребенка и обучению его новым навыкам.

Оценка возможностей ребенка для определения действий на начальном этапе

Анализ способов помочь ребенку в развитии рекомендуется начать с оценки того, что ребенок в состоянии сделать, а что – нет. С точки зрения поведения результаты оценки можно разделить на 4 группы:



- позитивные моменты поведения: те навыки и качества, которые имеются у ребенка в настоящее время; особенно те, которые служат стимулом к овладению новыми навыками (например, ребенку нравится, когда его хвалят);
- негативные моменты поведения: действия, которые чем-либо угрожают или беспокоят окружающих, а также препятствуют развитию ребенка (например, ребенок портит вещи; визжит, когда его моют; швыряет игрушки, вместо того чтобы просто играть; может ударить кого-либо);
- промежуточные моменты поведения: действия, включающие как позитивные, так и негативные стороны; этими моментами следует заняться особо, дабы усилить их позитивность (например, девочка начинает есть сама, но при этом размазывает еду по лицу; здесь позитивный момент – стремление к самостоятельности и негативный момент – размазывание пищи по лицу). Даже плач и крики как средство выражения требования ребенка можно считать позитивным моментом, если данный ребенок испытывает большие трудности общения. Следует перевести подобную попытку общения в более приемлемую форму;
- основные умения: то, что ребенок должен уметь делать – и что пока вызывает у него затруднения, чтобы овладеть какими-либо навыками. Умения различны – они обусловлены стадией развития. (Например, ребенок, обучающийся навыкам у матери, должен реагировать на свое имя, смотреть на нее, когда та разговаривает с ним, быть сосредоточенным, слушая ее, хотя бы в течение нескольких секунд. Перечисленные основные умения и обуславливают начальные действия при обучении речи, играм или новым навыкам.)

Различные проявления того или иного поведения целесообразно представить в виде таблицы. Приведем такую таблицу, ее составила мать маленькой девочки с помощью изучившего эту книгу сотрудника центра здравоохранения.

Имя девочки – Селия.
Возраст – 4 года.



Позитивные моменты	Промежуточные моменты	Негативные моменты
<p>те, что имеются и на которые можно опереться</p> <ul style="list-style-type: none"> ● улыбается, когда ее хвалят ● владеет пальцами и может есть сама ● может надеть три колесика на стержень пирамиды ● сама раздевается ● любит шумные игры ● любит купаться ● говорит несколько слов: "мама", "папа", "нет", "пи-пи" 	<p>те, что имеют позитивные и негативные стороны</p> <ul style="list-style-type: none"> ● увлекается игрой лишь на минутку, а затем бросает игрушки ● просится в туалет, уже намочив штаны ● ни минуты не может сидеть спокойно – только за едой 	<p>те, что мешают ее развитию и доставляют беспокойство родным</p> <ul style="list-style-type: none"> ● в плохом настроении может ударить человека ● постоянно носит в руках детскую бутылочку и поднимает крик, если ее отнимают ● плочет в окружающих кусочками еды
<p>Основные умения, необходимые для приобретения новых навыков и усвоения новых форм поведения</p> <ul style="list-style-type: none"> ● усидчивость и сосредоточенность в течение более длительного периода ● отвыкание от бутылочки, чтобы высвободить руки для других занятий 		

С чего начать?

Составив таблицу с характеристиками поведения Селии и установив требуемые ей основные умения, сотрудник центра и мать девочки стали решать, с чего начать. Сотрудник объяснил матери следующее: поскольку **изменить все разом невозможно, нужно определить первоочередные действия**. Итак, выбирается тот момент поведения, который больше всего хотелось бы выработать или изменить.

- При попытке **выработать новый навык** следует подумать о его **составляющих**. Затем план действий разбивают на **мелкие этапы**, через которые происходит привитие навыка. К овладению навыком ребенка ведут постепенно, формируя четкое представление о том, что от него требуется на каждом этапе, неизменно поощряя за успехи.
- Можно опереться на уже имеющийся у девочки, хотя и слабый, позитивный навык. Сначала проанализируем **составляющие** ее поведения. Затем нужно решить, **какие из них будут ценными, а какие – нет**. Рекомендуется **поощрять хорошее поведение и игнорировать плохое**. По мере улучшения поведения девочки предъявляемые к ней требования можно повесить, не забывая о поощрении.
- При попытке **ослабить негативность плохого поведения** надо выполнить две операции. Во-первых, нужно установить, **когда и где** начинается его проявление, а также понаблюдать за обстановкой **до, во время и после случившегося**. Следует внимательно приглядеться **к действиям ребенка и к своим собственным**. Во-вторых, нужно попытаться понять, что дает девочке ее плохое поведение. Затем попытаться **изменить ситуацию так, чтобы хорошее поведение давало ей больше преимуществ, чем плохое**. Для этого следует **поощрять появление нового позитивного момента и упорно игнорировать плохое поведение**.

Мать Селии решила постепенно отучить ее от бутылочки. Для начала она стала наливать в бутылочку только воду, а через несколько дней вообще ничего не наливала.

Первое время Селия кричала и била мать. Но та изо всех сил старалась не обращать на ребенка внимания. Однако как только Селия затихала, мать наливала ей что-нибудь вкусное, но в стаканчик, или давала иное вознаграждение.

Иногда Селия швыряла бутылочку от злости. Но немного погодя она все чаще стала выпускать бутылочку из рук, чтобы взять игрушку или другой предмет. В конце концов мать просто убрала оставленную девочкой бутылочку.



Расставшись с бутылочкой, Селия высвободила руки для других "исследовательских" занятий. Теперь, желая помочиться, она стала сама снимать штанишки; через несколько недель она полностью научилась отправлять естественную нужду. Она начала больше возиться с игрушками, а не раскидывать их. Научившись сосредоточенно обращаться с предметами, девочка открыла в них множество удовольствий для себя. Многие негативные моменты ее поведения — крики, выплевывание пищи, шлепки — исчезли. Мать, отец и брат теперь дольше играли с девочкой и больше разговаривали с ней. Они хвалили ее за хорошее поведение и изо всех сил игнорировали плохое.

Мать стала применять бихевиористский подход для развития у девочки и других навыков, связанных с одеванием, приемом пищи и речью. Для развития речи мать показывала ей картинки в книжках и давала слушать записи детских песенок.



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

Примеры и методы использования бихевиористского подхода для обучения детей основным навыкам описаны и в других главах: гл. 36 (кормление), гл. 37 (одевание), гл. 38 (отправление естественных нужд). Рекомендуем еще раз обратиться к гл. 34 (развитие ребенка) и проанализировать, как, используя бихевиористский подход, помочь ребенку избежать многих трудностей.

ТИПИЧНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЛОХОГО ПОВЕДЕНИЯ У БОЛЬНЫХ ДЕТЕЙ

Вспышки гнева

Вспышки гнева – это приступы истеричного плача, крика, а также озлобление и агрессивное поведение. В этом состоянии ребенок может попытаться разбить что-либо, швырнуть, ударить, куснуть или иным образом повредить что-то или нанести травму кому-либо в пределах его досягаемости, включая подчас и самого себя.

Эти вспышки могут напугать и ребенка, и его близких. Ребенка, впавшего в такое состояние, трудно урезонить и успокоить, наказание лишь ухудшает ситуацию.

Дети, в том числе страдающие физическими недостатками и с задержкой развития, могут приучиться использовать эти вспышки для получения желаемого. Один из примеров – случай с Эрикой, о котором говорилось выше. Ниже представлен еще один пример.



Ребенок понял, что с помощью истерики получит желаемое. Родители должны помочь детям найти иные формы выражения своих страхов и желаний. А самое главное, родители должны **поощрять приемлемые формы и игнорировать** случившуюся вспышку. Вернемся к случаю с Квеймом и посмотрим, как справилась с этим его мать.



Итак, мать помогла сыну понять, что **своими вспышками он желаемого не добьется**. Поначалу ребенок прореагировал на отказ еще более яростными вспышками. Но когда и они оказались безрезультатны, ребенок постепенно отучился от истерик. Он увидел, что получит больше, выражая свои желания в иных формах.

Задержка дыхания

“Не обращать внимания на вспышку – совет хороший. Но мой ребенок **впадает в такую ярость, что перестает дышать и весь синеет!** Я просто ничего не могу сделать!”

Ничего не делать – это нередко и есть лучшее средство предупредить еще большую частоту таких вспышек!

Задерживая дыхание, ребенок не нанесет себе травму. В худшем случае он потеряет сознание, но нормальный ритм дыхания восстановится задолго до возможных серьезных последствий удушья.

Заметив, что вспышки с задержкой дыхания пугают и обескураживают родителей, ребенок, вполне вероятно, начнет повторять их всякий раз, когда останется недоволен близкими (к этому прибегают многие абсолютно здоровые дети). Воспитателю необходимо постараться скрыть свое волнение и тревогу, когда ребенок задыхается и синеет. Более того, следует спокойно дожидаться, пока ребенок оставит попытку испугать и снова начнет дышать равномерно. Вот тогда – тогда, но не во время задержки дыхания! – самое время в той или иной форме выразить ребенку свою любовь.



Самотравмирование

Ребенок наносит себе травмы, когда хочет испугать или наказать родителей.

Однако у детей, страдающих эпилепсией или серьезными заболеваниями мозга, а также получивших черепно-мозговые травмы, может возникнуть привычка биться головой, кусать себя, выдергивать волосы или проявлять иную форму *самоагрессии*.

Такие проявления игнорировать 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.

Эти проблемы нередко решаются с помощью бихевиористского подхода. Если ребенок нанес себе травму, то крайне важно сохранять спокойствие и **не проявлять повышенного внимания**. Вместе с тем необходимо всячески поощрять хорошее поведение и помочь ребенку обрести чувство уверенности в себе, а также овладеть новыми навыками, научиться играть в игрушки и с другими детьми, дружелюбно относиться к окружающим. Конечно, некоторые дети из-за ограниченных умственных способностей не сумеют широко овладеть игровыми и иными навыками. 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 прекращенный им акт самоагрессии, можно ослабить желание часто прибегать к нему. Еще важнее неизменно поощрять ребенка и уделять ему повышенное внимание в те периоды, когда он воздерживается от самотравмирования. По возможности рекомендуется обращаться за консультацией к детскому психологу.



Чтобы унять ребенка, наносящего себе травмы, крепко, но бережно обхватите его со спины так, чтобы ему не было вас видно, а общение между вами было бы сведено до минимума.

ПРИЧУДЫ В ПОВЕДЕНИИ

У детей, страдающих различными заболеваниями, иногда наблюдаются странные привычки, манера поведения. В частности, это касается детей с задержкой развития или получивших черепно-мозговую травму: им трудно понять окружающую обстановку, поэтому они легко поддаются страху и смятению.

Чтобы помочь таким детям, нужно прежде всего выявить “спусковой механизм”, причину подобного поведения. Приведем несколько примеров.

Раскачивание



“Джоэл часто начинает раскачиваться из стороны в сторону и как будто погружается в какой-то свой мир! В такие моменты он совершенно не реагирует на происходящее вокруг. Иногда он раскачивается чуть ли не целый час”.

“И когда же 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 ощущает нечто необычное, пугающее. Чтобы отучить мальчика от раскачивания, следует помочь ему постепенно увидеть, что общаться и играть с окружающими людьми, а также заниматься чем-либо приятно и интересно. Приобщать ребенка к новым людям, игрушкам и занятиям нужно ненавязчиво, 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 поощрить. Если же он начал раскачиваться, постарайтесь заинтересовать его тем, что ему нравится. (Однако еще важнее **уделять больше времени его любимым занятиям, когда он не склонен к раскачиванию**. В противном случае невольно усиливается его привычка к раскачиванию как средству добиться внимания.)

Надавливание на глаза



“Моя дочь Джуди – ей пять лет – слепая. К тому же она несколько отстает в 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 поиграть в игрушки, ибо не видит их, а если пытается отыскать что-либо, то натывается 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 мать спешит к ней. Иногда она, правда, шлепает девочку по рукам, но зато это – знак внимания!

Чтобы отучить Джуди от вредной привычки, нужно найти ей другие 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. гл. 30);
- уделять ей больше внимания, когда она удерживается от своей привычки, и неизменно хвалить.



Если у ребенка появляются странности в поведении, следует уяснить, что он имеет от подобного поведения; каковы другие варианты и почему они менее выгодны для него; какие более выгодные варианты можно предложить.