

Zajęcia w ramach pomocy psychologiczno – pedagogicznej Trening behawioralny

Modyfikacja otoczenia, które ma na celu wyeliminowanie lub ograniczenie bodźców wywołujących zachowanie niepożądane u dziecka

1. **Czytelnie oznacz miejsce do nauki** w domu – można wykorzystać piktogram, napis
2. **Usuń zbędne bodźce** (wzrokowe, słuchowe, zapachowe, dotykowe) np. niepotrzebne przedmioty, niezwiązane z nauką, odbijające światło płaszczyzny, pachnące rośliny itp.
3. **Uporządkuj pomieszczenie**, w którym odbywa się nauka dziecka. **Usuń zbędne przedmioty**, które mogą rozpraszać dziecko wzrokowo i kinetycznie (np. kwiatki z parapetu, kubek na biurku, stole, przy którym siedzi)
4. **Zasłoń** to, co może odwracać uwagę dziecka (np. półki z książkami, zabawkami). Przedmioty, które nie przeszkadzały podczas pozaszkolnej aktywności domowej dziecka mogą je rozpraszać w trakcie obowiązkowej, w obecnej sytuacji, nauki w domu.
5. **Umieść w widocznym dla dziecka miejscu jedną tablicę korkową, "szkolną"**, na której przypinaj czynności związane tylko z nauką: harmonogram, listę, plan zadań na obecny dzień, ale także **plan przerw** z informacją, co dziecko powinno podczas przerwy od nauki robić (dwie, trzy czynności do wyboru, pamiętaj o możliwości skorzystania z toalety, o częstym myciu rąk). Czynności na dzień następny przypinaj zawsze po zakończeniu nauki w dniu bieżącym. Pozwoli to dziecku uzyskać informacje, co się będzie działo jutro i zapewni poczucie bezpieczeństwa.
6. **Ustal, ile czasu** będzie przeznaczony w danym dniu na naukę, poinformuj o tym dziecko, przypnij taką informację na tablicy.
7. **Wycisz pomieszczenie** – na ile to możliwe (zamknij drzwi, okno)
8. **Ustal miejsce wyciszenia w domu**, jeśli jest konieczne. Może to być kawałek białego prześcieradła położony w kącie z poduszką w neutralnym kolorze. **Ustal zasady**, ile razy dziecko może podczas lekcji udać się do miejsca wyciszenia. Określ też **czas pobytu** w miejscu wyciszenia: przy pomocy klepsydry (często są dostępne w różnych grach planszowych) albo stopera w telefonie.

Po co porządkujemy przestrzeń?

- ułatwiamy dziecku koncentrację – pamiętaj, dla dziecka to też nowa sytuacja: szkoła w domu
- wspomagamy samodzielność (np. dziecko łatwiej i szybciej będzie pracować, jeśli materiały będą znajdowały się w stałym miejscu
- zmniejszamy niepokój dziecka
- ułatwiamy przewidywanie, co i gdzie będzie się działo – tym samym zwiększamy szansę na współpracę
- zwiększamy szansę na poprawne zachowania, zmniejszamy prawdopodobieństwo zachowań niepoprawnych

źródło: na podstawie książki McClannahan L. E., Krantz P. J. - *Plany aktywności dla dzieci z autyzmem. Uczenie samodzielności* - podstawie opracowania przez Anitę Wieloch