

Odměnový systém pro dítě s poruchami autistického spektra (PAS)

Charakteristika:



Motivace je u dítěte s PAS klíčová pro upevňování chování, které od něj vyžadujete. Dítěti s PAS často chybí vnitřní motivace, neřekne si například: „Budu hodný, abych udělal radost panu učiteli“. Je tedy dobré zaměřit se na motivaci vnější. Odměnové systémy jsou funkční i v oblasti prevence, motivují dítě k práci a k žádoucímu chování. Bodový nebo žetonový systém navíc přináší aspekt hry a umožňuje dítěti věnovat se tomu, co ho skutečně baví a co má rádo.

Cíl:



Cílem je motivovat dítě pomocí odměnové „hry“ sbírání žetonů k tomu, aby vytrvalo například v plnění úkolů, upevňovalo pozitivní vzorce chování a s postupem času si osvojilo sociální a pracovní dovednosti, které jsou pro jeho osobní rozvoj žádoucí, a plnilo je i bez odměnového systému.

Velikost skupiny, věk dětí:



Čím menší skupina a třída, tím lépe pro dítě s PAS, ale tato technika se dá praktikovat i ve standardně velké třídě s 30 dětmi. Ideální věk je od 3 až 4 let do 2. stupně ZŠ. Ve věku 13 až 14 let začínají slábnout i méně akceptovatelné projevy dětí s PAS.

Čas:



Dítě můžete sledovat po celý den. Žetony udělujte po vyučovací hodině, ale s pomocí asistenta pedagoga třeba i každých pět minut. Záleží, jaká je četnost problémového chování. V praxi je ale nejčastější hodnocení jedné klasické vyučovací hodiny. Celkový plán splnění stanovených pravidel můžete rozvrhnout i dlouhodoběji, například po dobu dvou měsíců. Po uplynutí dohodnuté doby celou aktivitu společně s dítětem vyhodnotíte.

Pomůcky:



Žetony si můžete vyrobit sami z jakéhokoliv materiálu, dobře poslouží zalaminovaný barevný papír ve tvaru kolečka nebo různé žetony ze společenských her (například Dostihy a sázky), samolepky, „smajlíky“.

Dále můžete využít i šablonu - tabulku se sloupci, pomocí které monitorujete problémové chování žáka. Abyste mohli výskyt problémového chování efektivně řešit, je třeba znát spouštěče tohoto chování. K nim vás dovede právě tato tabulka.

V tabulce evidujte tyto údaje:

- datum a čas
- co problémovému chování předcházelo
- popis problémového chování
- síla emoce dítěte od 1 do 10
- délka incidentu
- co zlepšuje/zhoršuje problémové chování
- přítomné osoby
- kontext (nálada dítěte, suplování)

Postup:

S dítětem zaveďte tzv. **žetonové hospodářství**:

1. Na začátku stanovte a dítěti sdělte jasná pravidla, která chcete, aby si osvojilo. Třeba že během hodiny dítě pracuje na zadaných úkolech, neruší ostatní, nekřičí, místo vztekání mačká balónek atd.
2. Určete frekvenci hodnocení – například vždy hodnotíte spolupráci za jednu vyučovací hodinu.
3. Určete, kolik žetonů dítě potřebuje k dosažení denní anebo týdenní odměny. Můžete zavést „herní plán“, na němž dítě postupuje (vybarvuje si jednotlivá pole), anebo dítě může plnit „odměnový“ válec nebo rozstříhat obrázek s odměnou a skládat ho postupně formou puzzle.
4. Stanovte typy odměn – materiální, zážitkové, sociální. Ideální je kombinovat všechny najednou.

- Materiální (samolepky, sladkosti, obrázky) a zážitkové odměny (čas na počítači, sportovní aktivity, kino, sledování TV, volnočasové aktivity) by si mohl žák po získání určitého množství žetonů dopřát každý den.

- Větší materiální odměna jednou za 2 měsíce nebo za delší období umožňuje dlouhodobější vytrvání v tomto systému.

- Sociální odměny uděluje ve formě slovního hodnocení a pochval, slouží hlavně k odbourání pocitů méněcennosti a k posílení sebevědomí.

5. V průběhu dne si dělejte poznámky do monitorovacího deníku, který si založíte, a k nim přiděluje body (žetony). Na konci každého dne pak s dítětem krátce zhodnotíte, co se povedlo/nepovedlo, a předejte mu zasloužené žetony.

Příklad č.1:

Jestliže je frekvence nežádoucího chování četná, anebo naopak nahodilá, využijte k hodnocení chování vyškrtávání určitého množství políček.

Pokud víte, že k projevům nežádoucího chování dochází cca třikrát za hodinu, vybarvíte si tři políčka a po každém výskytu daného projevu jedno škrtnete. Pakliže po uplynutí časového úseku zůstane nevyškrtnuté alespoň jedno vybarvené políčko, získává dítě žeton.

Tento způsob hodnocení je náročný na čas a pozornost a jeho zaznamenávání obstarává se souhlasem učitele většinou asistent pedagoga.

Příklad č. 2:

Pokud dojde k výskytu chování, které chcete postupně eliminovat, zhruba jednou za

hodinu, uděluje žeton vždy po jedné hodině.

8:00–8:45 – vše v pořádku, dítě se snaží, spolupracuje, dodržuje domluvená pravidla – odměna: 1 žeton

8:55–9:40 – dítě nespolupracuje, poutá na sebe pozornost sociálně nepřijatelným způsobem – odměna: žádná

10:00–10:45 – vše v pořádku, dítě je aktivní, zapojuje se do hodiny přiměřeným způsobem – odměna: 1 žeton

10:55–11:40 – vše v pořádku, dítě plní požadované činnosti – odměna: 1 žeton

Celkem si dítě za dopoledne „vydělalo“ tři žetony. Výměnou za tři žetony dostává 3x 15 min. hraní PC her. Odměnový systém koncipujte tak, aby byl provázaný mezi školou a domácím prostředím.

Například když si dítě doma běžně smí zahrát 20 min. na PC/tabletu, za výše popsané dopoledne získává 45 minut navíc.

Př.: Pokud je žeton symbolem pro finanční odměnu, dítě získává např. 3x 10 Kč.

Již nabyté žetony dítěti nikdy neberte.

Varianty, komentáře:



Žetonový systém můžete obměnit pomocí bodového systému plusů a minusů/smajlíků. Dítě může mít třeba mapu s postavami oblíbených hrdinů (Lego, Star Wars) s políčky, které si za body/smajlíky může postupně vybarvovat.

V systému žetonového hospodářství mohou pracovat i rodiče a předávat si informace hlavně ohledně volnočasových aktivit dítěte mimo školu.

Ostatní spolužáky o systému odměn také informujte. Z praxe ale vyplývá, že většinou neprojevují zájem o to, aby byli také v režimu odměn.



FAKTORY ÚSPĚCHU:

Pokud je odměnový systém dobře nastaven – dítě dostává typy odměn, o které stojí –, může takto fungovat dlouhodobě. Největším úspěchem je potom opuštění systému odměn, které se přemění v konstruktivní motivaci, se kterou se dítě ztotožňuje. Dítě samo spolupracuje na nácviku sociálních dovedností a vidí, jak se zlepšuje jeho pozice v kolektivu. Dokáže pak samo zhodnotit, že je pro něj určité chování prospěšné. Čím starší dítě, tím více je tento progres patrnější.

**RIZIKA:**

1. Stupňování požadavků na množství žetonů/odměn - toto riziko se v praxi ale nenaplnilo.
2. Přesycení konkrétní odměny - v tom případě je dobré zamyslet se společně s dítětem a zvolit jinou alternativu.
3. Nezájem dítěte o žetonový systém - je třeba hledat příčinu, proč nechce pracovat. Nerozumí matematice? Chce vyvolat reakci?

Pak pracujte s dalšími variantami:

- a) Uved'te čas, dokdy musí být úkol splněn, použijte vizualizaci - přesýpací hodiny, dítě si na 5 minut oddechne a pak pracuje dál.
- b) Čas na plnění prodlužte a úkoly co možná nejvíce rozfázujte.
- c) Písemné plnění úkolu vyměňte za verbální.
- d) Pokud dítě nechce dělat nic, ale vyrušuje ostatní, odved'te ho z hodiny s asistentem pedagoga na jiné místo, kde může pracovat individuálně.
- e) Pokud dítě nechce dělat nic, ale neruší, postupujte dál podle IVP s asistentem pedagoga ve třídě.

Vyhodnocení aktivity:

Hodnotit můžete krátce každý den při udílení žetonů nebo po dvou měsících, kdy můžete mnohdy i lépe zaznamenat pokrok, úspěchy nebo propady. Vyhodnocujte vždy společně s dítětem. Můžete pak stanovit nový cíl, popřípadě nová pravidla.

Zdroj: Bittman, J. Bittmanová, L. (nedatováno) Motivační systém. Speciálně pedagogické centrum při Národním ústavu pro autismus. Dostupné z:
<https://digifolio.rvp.cz/artefact/file/download.php?file=80356&view=13638> (staženo 25. 10. 2019)