

## ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

### Καταγραφή συμπεριφοράς του Κώστα με τη μέθοδο A-B-C

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	Α) ΤΙ ΠΡΟΗΓΗΘΗΚΕ (Antecedent)	Β) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΒΙΑΙΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ (Behavior)	Γ) ΤΙ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΕ (Consequences)	ΣΧΟΛΙΑ
18 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ	Στην τάξη – την ώρα της Γλώσσας	Θύμωσε και πέταξε την κασετίνα του διπλανού του μακριά	Φωνές και διαμαρτυρίες από τον διπλανό και σχολιασμός από τους άλλους	Η δασκάλα ζήτησε να πάρει την κασετίνα, να την επιστρέψει και να ζητήσει συγγνώμη
29 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ	Στην τάξη – την ώρα της Γλώσσας	Γράφει μια βρισιά – κακή λέξη – για έναν ποδοσφαιριστή πάνω στο βιβλίο και τη δείχνει στον διπλανό του	Αυτός γυρίζει με το σώμα πίσω και συμφωνεί, ενώ η δασκάλα του κάνει παρατήρηση να γυρίσει μπροστά και αν θέλει κάτι να του το ζητήσει	Χθες είχε παίξει η αγαπημένη του ομάδα και είχε χάσει
30 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ	Στην τάξη – την ώρα της Γλώσσας	Σηκώνεται από τη θέση και βγαίνει έξω από την τάξη χωρίς να ζητήσει άδεια και χωρίς να το αντιληφθεί η δασκάλα	Ο διπλανός του περιμένει να γυρίσει και δεν λέει τίποτε μέχρι που η δασκάλα παρατηρεί την απουσία του και του ζητάει να αναζητήσει το συμμαθητή του και να τον φέρει στην τάξη	Σήμερα αγόρασε φαγητό από το κυλικείο του σχολείου
5 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ	Στην αυλή την ώρα της Γυμναστικής	Θυμώνει, σχίζει την μπλούζα του και δίνει μια κλωτσιά στον διπλανό του χωρίς λόγο, προφασιζόμενος ότι τον πατάει	Ο γυμναστής πηγαίνει κοντά τους, τους χωρίζει και απομακρύνει τον ένα από τον άλλο, ζητώντας του να κάθεται μπροστά του, να τον βλέπει και να επαναλαμβάνει τις ασκήσεις που κάνουν	Όταν αθλείται κοκκινίζει, ιδρώνει και δεν αντέχει κανέναν δίπλα του

### Η προσέγγιση «A B C»

**A, antecedent, προγενόμενο:** Παρατηρούμε ό,τι μπορεί να προηγηθεί μιας συγκεκριμένης συμπεριφοράς, όπως μια συγκεκριμένη συνθήκη, ένα πρόσωπο, μια απαίτηση, καθώς κάτι από αυτά μπορεί να πυροδοτεί την εμφάνισή της.

**B, behavior, συμπεριφορά:** Ορίζουμε μια συμπεριφορά-στόχο για να παρατηρήσουμε και να τροποποιήσουμε. Θα πρέπει να είναι παρατηρήσιμη και μετρήσιμη (π.χ φωνές, επιθετικές χειρονομίες) κι όχι ένας χαρακτηρισμός ή δική μας ερμηνεία ή μια γενική περιγραφή (κακή συμπεριφορά, προκλητικότητα, ζήλεια, ανυπακοή).

**C, consequences, συνέπειες:** Παρατηρούμε ό,τι ακολουθεί μια συμπεριφορά, όπως εμπλοκή κάποιου προσώπου, αλλαγή στο περιβάλλον, αλλαγή σε δραστηριότητα, πρόσβαση σε κάτι επιθυμητό, καθώς κάτι από αυτά μπορεί να ενθαρρύνει την επανεμφάνισή της.

Έχοντας παρατηρήσει μια συμπεριφορά για αρκετό διάστημα συστηματικά, καταγράφοντας κάθε εμφάνισή της, με τα προγενόμενα και τις συνέπειές της, μπορούμε να την καταλάβουμε και να την ερμηνεύσουμε καλύτερα κι ανάλογα να πράξουμε για να την τροποποιήσουμε.

Μπορεί να χρειαστεί αλλάξουμε κάτι στο περιβάλλον ώστε να προλάβουμε μια συμπεριφορά. Μπορεί να χρειαστεί να υποστηρίξουμε το παιδί βοηθώντας το να βρει μια άλλη συμπεριφορά που εξυπηρετεί τον ίδιο σκοπό αλλά με διαφορετικό τρόπο. Μπορεί

επίσης να αλλάξουμε τις συνέπειες που εμείς έχουμε τον έλεγχο τους, ώστε να επιτύχουμε την απαραίτητη αλλαγή.

Παιδιά με υπερευερευνητικότητα σε συγκεκριμένους ήχους μπορεί να κάνουν εκρήξεις θυμού (συμπεριφορά στόχος) σε εξωτερικούς χώρους ώστε να διακοπεί η βόλτα και να γυρίσουν σπίτι (συνέπεια), αποφεύγοντας έτσι το δυσάρεστο ερέθισμα-προγενόμενο, π.χ τη βουή του πλήθους σε ένα εμπορικό κέντρο.

Πολύ σημαντικό είναι να έχουμε στο νου ότι η τροποποίηση συμπεριφοράς είναι ένα μέσο να αλλάξουμε συμπεριφορές που πρωτίστως δυσκολεύουν το ίδιο το παιδί στην καθημερινότητά του και όχι μέσο να χειριστούμε τη συμπεριφορά του ώστε να είναι σύμφωνη με τις επιθυμίες μας ή με ότι θα εξυπηρετούσε τις ανάγκες μας.

Επίσης, παρεμβάσεις που απλά «κόβουν» μια συμπεριφορά (π.χ απειλές, τιμωρίες) είναι μακροπρόθεσμα αναποτελεσματικές αλλά και βλαπτικές για το παιδί, αφού μπορεί να ενισχύσουν μια αλληλουχία συμπεριφορών που δυσκολεύουν το παιδί και τους γύρω του. Είναι εξαιρετικά σημαντικό η τροποποίηση μιας συμπεριφοράς να γίνεται μετά από λειτουργική ανάλυση, γιατί μόνο έτσι εστιάζουμε στην ανάγκη του παιδιού ή τη δυσκολία που αντιμετωπίζει και το βοηθάμε να ανταπεξέλθει με τρόπο που προάγει την καλή ψυχική του υγεία.