

Întărire și penalizare

Întărirea negativă se referă la menținerea sau intensitatea unui comportament prin încetarea sau reducerea unei stimulări aversive. Comportamentul dezirabil este executat pentru a elimina (a te scăpa) de un stimul sau o situație neplăcută. Întărirea negativă intensifică două clase de comportamente: evaziunea și evitarea. „, Radu se comportă întodeauna așa!„ ; „, Ana este o elevă agresivă!„, Frecvența întăririlor negative sporește odată cu creșterea nivelului de stres sau eșec perceput de elev. Apare sentimentul de frustrare, de neputință cauzat de anumite probe nesoluționate eficient de profesor, părinte. Întărirea negativă are ca efect accelerarea comportamentelor țintă (crește frecvența, intensitatea). Prin întărirea negativă comportamentul problemă este încurajat negativ. Copilul, elevul trăiește sentimentul de neliniște, frică, plictiseală, frustrare, oboseală, sentiment de incapacitate. Întărirea negativă constă așadar în intensificarea comportamentelor de evitare, de evadare de sub incidența unei situații aversive. Condiționarea prin întăririi negative face obiectul unei transmisii culturale de reguli de conduită. Critica, dezaprobarea din partea celorlalți funcționează ca întărire negativă. Prin

obsevarea activităților copiilor, elevilor putem nota care sunt comportamentele educatoarei, profesorilor care întăresc negativ. Critica constructivă în întărirea negativă ajută elevii. O critică constructivă este specifică și clară, concentrându-se asupra comportamentului inadecvat și nu asupra persoanei care face acel comportament. Exemplu: „, când scrii dezordonat este foarte greu pentru mine să-ți urmăresc ideile„ ; „, dacă vorbești în timp ce predau distragi atenția colegilor tăi și te suprapui peste ceea ce spun eu!„, Avantaje: este lipsită de mânie.

Evitarea - se referă la un comportament (clasă de comportamente) care are funcția de a preîntâmpina o situație aversivă prezumtivă, viitoare. Elevul efectuează un anumit comportament pentru a evita un stimul negativ. Multe dintre comportamentele cotidiene sunt întreținute de comportamente negative: „, ne spălăm pe dinți pentru a evita cariile!„ ; „, luăm medicamente pentru a evita durerile, recurgem la o dietă strictă pentru a evita îngrășarea!„ ; „, conduc atent pentru a evita suspendarea carnetului de conducere!„ . Efectuarea anumitor comportamente (luăm medicamente, ne spălăm pe dinți, suntem atenți în trafic) pentru a evita stimulii negativi (durerea, îngrășarea, pierderea carnetului de

conducere). **Exemplu:** „ca să nu mai plângă copilul în magazin îl luăm în brațe,, - evităm o conversație lungă și neplăcută. Evităm să stabilim o relație de prietenie ca să preîntâmpinăm o deziluzie. Nu ne prezentăm la examen pentru a evita eșecul. Suntem claustrofobi – evităm să intrăm în lift. Plătim impozitul la începutul anului să evităm penalitățile. În toate aceste comportamente există un stimul aversiv. Pălmuirea funcționează ca o întărire negativă,, dacă nu-ți faci temele! Te pălmui!,, Activitățile aversive pot funcționa ca întărire negativă. Exemplu sarcinile de rutină, sarcinile cu înalt consum nervos tind să întărească negativ comportamentul de aversiune. Alegem o profesie, un partener, un loc de muncă pentru că alte alternative sunt mai neplăcute, contracarăm cognitiv insatisfacțiile unei decizii prin invocarea dezavantajelor altor decizii.

Evaziunea - se referă la clasa de comportamente prin care organismul scapă de sub incidența unei situații aversive prezente, actuale. Evaziunea în imaginar, reveriile, de pildă, sunt motivate atât de caracterul aversiv al situației prezente (plictiseala care produce întărirea negativă). Individul pentru a evita, evadează din realitate. Amenințările verbale, o tăcere dușmănoasă, o privire , un gest dojenitor

poate produce reacții emoționale negative. Penalizarea poate produce evaziuni și comportamente evitative din partea celui pedepsit. Odată administrată, deși reduce comportamentul indezirabil, poate produce evaziuni ca și consecințe secundare.

Pedeapsa vizează reducerea, scade frecvența unui comportament indezirabil. Este o tehnică prin care privăm elevul, copilul de anumite privilegii pe care le are. Când execută un comportament dezadaptativ în loc să acționăm asupra consecințelor, îi retragem privilegiile (oferire unei jucării, oferirea unei excursii gratuit, lăsarea la un spectacol, etc). Această tehnică își mărește eficiența dacă este utilizată congruent, consistent de toți factorii implicați în educarea copilului (familie, școală, comunitate). Penalizarea poate funcționa ca întărire negativă pentru cel care o utilizează, ca atare , poate duce la utilizarea ei abuzivă. Pedeapsa să fie administrată încât să nu afecteze relațiile emoționale cu cel pedepsit. Relațiile dintre cei doi să rămână neschimbate (*Fiindcă nu ți-ai făcut tema la matematică, duminică nu mergi la tenis*). Prin penalizarea unui comportament indezirabil obținem o suprimare (temporară) a comportamentului, așa cum dorim. Este indicat ca înainte de a

penaliza un comportament să fie observate antecedentele care duc la comportamentul indezirabil. Să se încerce modificarea înainte de a se recurge la pedeapsă. Rezultatul unei pedepse funcționează ca model. Copilul, elevul pedepsit îl interiorizează și îl reproduce ulterior. Pedeapsa nu produce comportamente dezirabile ci doar le suprimă pe cele indezirabile. Pedeapsa poate fi eficientă în controlul comportamentului; depinde de interpretarea termenului pedeapsă. Atât retragerea întăririi pozitive cât și aplicarea unor stimuli aversivi tind să descrească apariția comportamentelor problemă. Aplicarea unor stimuli aversivi trebuie să aibă intensitate moderată, fiind administrați imediat după comportamentul inadecvat. Pedeapsa poate fi înțeleasă în termeni de lovire, rănire. Pedeapsa severă tinde să refuleze comportamentul mai degrabă să-l stingă, acel comportament va reapărea. Pedeapsa să fie aplicată imediat, contingentă cu comportamentul vizat, să se țină cont de datele prealabile ale copilului, elevului. Cel care aplică pedeapsa să exprime clar regula pe baza căreia se aplică pedeapsa (*Întrucât ai luat nota 7, nu vei merge în parc*). În felul acesta se favorizează învățarea unei legături între comportamentul indezirabil și pedeapsă. Comportamentul unui cadru didactic

prea sever, care penalizează aspru orice abatere de la disciplină, sau carența de la învățare, rezultatul este acela ca elevii să chiulească. Elevul, copilul trebuie să înțeleagă de ce trebuie să suporte pedeapsa. Pedeapsa aplicată de un părinte, profesor pentru a fi eficientă ea trebuie să aibă intensitatea moderată, să urmeze imediat după comportamentul indezirabil, să fie aplicată de o singură persoană.

Analiza următoarei situații:

profesoara de limba română de la clasa a V-a B dă nota 4 fiecărui elev care nu-și face tema de casă. Elevul MN, temându-se, nu mai vine cu tema nefăcută, dar de fiecare dată când nu are timp să o facă, chiulește de la școală.

Elevul MN - Atmosfera de autoritarism i-au dezvoltat elevului comportamentul de evitare care are ca efect retragerea și resemnarea. Evitarea îi întărește un comportament negativ. Disprețul o dată interiorizat, a antrenat un ansamblu de reacții comportamentale în cazul elevului MN (chiulul de la școală). Elevul are nevoie să fie înțeles, ascultat. Înainte de a investiga cu grijă metodele folosite la ora ei, profesoara trebuie să verifice care este motivul pentru care elevul nu își face temele și chiulește.

Agresivitatea psihică pe care profesoara o manifestă față de elevi este mai greu de depistat și dovedit. Dorim un

învățămint modern, bazat pe metode și tehnici de încurajare, siguranță, să dezvoltăm creativitatea elevului, să le ridicăm stima de sine, dar sunt educatori în grădiniță și școală care recurg la forme ale agresivității psihice cum ar fi: așezatul la colț, așezat elevul în ultima bancă, scosul de la ore pe hol și lăsat nesupravegheat, luatul de ureche, păr, ridicatul mâinilor, plimbatul cu eticheta pe spate prin curtea școlii sau din clasă în clasă, nota mică.

Unde a greșit profesoara? Comportamentul profesoarei îl face să fugă de la oră. Nota 4 la materia ei nu a făcut decât să creeze o ruptură între ea și elevi. Atitudinea profesoarei i-a determinat pe elevi să devină indiferenți când sunt tratați cu indiferență. În astfel de situații elevilor li se induce sentimentul de neputință, le scade stima de sine, crește propriul sentiment de îndoială, descurajare. Lipsă de încredere în forțele proprii.

Ce poate să schimbe profesoara în atitudine? Întărirea negativă nu se folosește singură ca metodă, trebuie combinată cu altele. Îi lipsește lauda, a creat în clasă o atmosferă de neîncredere și suspiciune. Elevii refuză să participe la oră, le lipsește curajul de a-i cere să –și schimbe stilul de lucru la clasă. Nu a avut răbdare să-i asculte pe elevi, să vadă unde a greșit, ora nu se

desfășura într-un climat de încredere, de siguranță. I-a lipsit tactul pedagogic de a stabili contacte pozitive și de a analiza critic propriile prejudecăți. Pentru a –i crea elevului o atitudine pozitivă față de realizarea temei, profesoara trebuie să-i ofere un model legat de efectuarea acestui tip de sarcină (și tata merge la serviciu și trebuie să muncească și apoi acasă o ajută pe mama la gospodărie). Și tu trebuie să mergi la școală și să îți faci temele. Dar profesoara din acest caz nu are dezvoltată abilitatea de a comunica cu elevii, este lipsită de răbdare, reacționează agresiv. Printr-o atitudine de prietenie, empatie, profesoara să întărească includerea elevilor în propria valoare, să-i ajute să-și găsească identitatea. Să construiască secvențe instructiv- educative bazate pe logică obiectivă a disciplinei pentru a trezi interesul elevilor. Să creeze o atmosferă prielnică studiului, a doza dificultățile pentru a putea dezvolta strategii de rezolvare a problemelor (Geissner, 1981)

Bibliografie:

Adina, Botiș, Matanie, Anca, Axente- ,, *Disciplinarea pozitivă Sau cum să disciplinezi fără să rănești*,, Colecția Psihologie și Viață
Barklez, R. A. (2009). Copilul dificil. Manualul terapeutului pentru evaluare și

pentru trainingul părinților – ediția în
limba română

Suport de curs modulul 3 întărirea,
penalizarea și regulile lor

Prof. psiholog Dobromir Eugenia

CJRAE Constanta

**Grădinița cu orar prelungit „Perluțele
mării” Constanța**