

MOTIVAČNÍ SYSTÉM

Motivace je u dětí s PAS velmi důležitá. V důsledku deficitů v sociálních a emočních dovednostech, se mnoho z nich nechová tak, jak by mělo, protože k tomu nejsou vnitřně motivované, nerozumí smyslu takového chování (např. budu hodný, abych udělal mamince radost, budu se hlásit, aby byla paní učitelka spokojená). Je tedy nutné zaměřit se na **vnější motivaci**, posilovat pozitivní vzorce chování a nezpevňovat ty negativní.

Odměnový systém:

Nabízí se zavedení tzv. **žetonového hospodářství**, kdy by byl hodnocen určitý časový úsek, resp. četnost problémového chování/nepolupráce v jeho průběhu (pokud např. dojde k výskytu chování, jež chceme postupně eliminovat, zhruba jednou za hodinu, udělíme žeton právě po jedné hodině apod.). Vždy na konci daného úseku zhodnotíme, zda si dítě zaslouží žeton (může mít podobu samolepky, „smajlíku“, kolečka, žetonu z rulety apod. – nutno volit s ohledem k zájmům a věku!) či nikoli.

Pakliže dítě na odměnový žeton nedosáhne, již nabité žetony mu nikdy neodebíráme! Odměnový systém by měl být ideálně provázaný mezi školou a domácím prostředím, tzn. dítě si běžně doma smí zahrát 20 min na PC/tabletu. Za každý žeton má 15 min navíc. U dětí s PAS obecně nemusí fungovat „klasické výchovné prostředky“, zákazy televize, PC, tabletu apod. na celý týden či ještě delší dobu. Navíc pokud udělíme podobný zákaz v pondělí, motivace dítěte chovat se dle pravidel po zbytek týdne, je nulová. Je dobré nechat dítěti na každý den alespoň minimum času na oblíbené činnosti, aby si po návratu ze školy odpočinulo, uvolnilo stres a napětí. Díky svému chování si žák může navíc „vydělat“ delší čas, který bude trávit tím, co má rád.

Podoba funkčního žetonového systému by mohla mít např. následující podobu:

8:00 – 8:45 – vše v pořádku, žák se snažil, spolupracoval, plnil domluvená pravidla – odměna: *1 žeton*

8:55 – 9:40 – žák nespolečoval, poutal na sebe pozornost sociálně nepřijatelným způsobem – odměna: *žádná*

10:00 – 10:45 – vše v pořádku, žák byl aktivní, zapojil se do hodiny přiměřeným způsobem – odměna: *1 žeton*

10:55 – 11:40 – vše v pořádku, žák splnil požadované činnosti – odměna: *1 žeton*

Celkem si tedy za dopoledne „vydělal“ tři žetony. Tzn. např. 3x 15 min hraní PC her, pokud je žeton symbolem pro finanční odměnu, pak např. 3x 10 Kč apod.

Jestliže je frekvence nežádoucího chování velmi četná, anebo naopak spíše nahodilá, nepravidelná, využíváme k hodnocení chování **vyškrtávání určitého množství políček**.

X	X	X	X	X	X	X	X	X	
---	---	---	---	---	---	---	---	---	--

Pokud např. víme, že k projevům nežádoucího chování dochází desetkrát za hodinu, nakreslíme deset políček a po každém výskytu daného projevu jedno škrtneme. Pakliže po uplynutí časového úseku zůstane volné, nevyškrtnuté alespoň jedno políčko, získává dítě **plnou odměnu**. Tento způsob hodnocení je náročný na čas a pozornost a jeho zaznamenávání obstarává se souhlasem učitele většinou asistent pedagoga.

Rozhodujícím elementem funkčnosti a efektivity odměnového systému je **nastavení samotné odměny**, jíž bude dosaženo po získání předem daného počtu žetonů. Odměny máme v zásadě trojího typu – **materiální (nejvíce užívané)**, **zážitkové** a **sociální**. Ideální je **kombinace krátkodobého (denního) a střednědobého (zhruba jednou za týden či dva) odměňování**. Obvyklou denní odměnou bývá jídlo, pití, peníze, bonusový čas trávený na počítači apod. Naopak střednědobá odměna bývá zážitková (respitní pobyt, výlet, návštěva bazény apod.) nebo materiální (věci vyšší materiální hodnoty, např. knihy, počítačové hry, komiksy apod.).

Pro nastavení funkčního odměnového systému je tedy důležité:

- 1) Přesně stanovit jasná a konkrétní kritéria** (projevy nežádoucího chování, ale také plnění strukturovaného režimu, pomoc v domácnosti atd.), **jež budeme hodnotit (co hodnotíme** – nikoli v jakési obecné formě, např. „když budeš hodný, dostaneš odměnu“, ale „pokud budeš spolupracovat a plnit zadání během hodiny ČJ, dostaneš žeton).
- 2) Určit frekvenci hodnocení (jak často hodnotíme)**
- 3) Jasně uvést, kolik žetonů potřebuji k dosažení denní / týdenní odměny (co za svoji snahu a žádoucí chování budu mít** – nabízí se zavedení jakéhosi „herního plánu“, na němž by dítě postupovalo, plnění „odměnového“ válce, rozstříhání obrázku s odměnou a jeho skládání formou puzzle apod.).

Zavedení odměnového systému by měly provázet nácviky sociálních a komunikačních dovedností, popř. také terapie problémového chování, aby dítě vědělo, jakými alternativními způsoby lze nepohodě zabránit (preventivní přístup), případně jak co možná nejvíce zkrátit a utlumit průběh afektu (krizové x terapeutické řešení). **V případě těžkého problémového chování je nutné kombinovat medikaci s terapiemi, nácviky a funkčním odměnovým systémem.** Klíčové je mapování a identifikace obvyklých spouštěčů, příčin nežádoucích projevů.

Důležité je rovněž nastavení a zavedení strukturovaného režimu.

Záznamy o průběhu problémového chování

Abychom mohli výskyt problémového chování efektivně řešit, je třeba znát **spouštěče** tohoto chování. K tomu mohou dopomoci záznamy o průběhu problémového chování. Škola je může zasílat ke konzultaci přímo KBT terapeutovi *Národního ústavu pro autismus*, z.ú.

Mgr. J. Bittmannovi na: julius.bittmann@nautis.cz.

Příklad záznamu:

DATA / CAS	CHOVÁNÍ	EMOCE + INTENZITA	DĚLKA INCIDENTU	CO ZLEPŠUJE / ZHORŠUJE	PŘÍTORNÉ OSOBY	KONTEXT
4.12.2014 12.00	ŘEV, HLASENÍ DO NABÝTKU KVŮLI PENĚZŮM	8	20 MIN	NIC KDYŽ MATEŘA MATEŘA	MICHAL MAMA PETR	DO INCIDENTU VŠE V KLIDU
15.12.2014 19.05	ŘEV, STRKÁNÍ DO MATEŘY NADÁVKY NA NĚ	9	15 MIN	NIC KDYŽ JSEM NADÁVKOU TAKY	MICHAL MAMA	BYL V DABICKY ASI UNAVENÝ MĚTVÁL SE ŽE JSEM JÁ VYNADALA KVŮLI VYLÉPĚ OLEJÍ

Motivační smlouvy

U některých dětí s PAS se nám osvědčilo zavedení tzv. „motivačních smluv“, ať už mezi rodiči nebo školu a dítětem. Smlouva by měla mít veškeré formální náležitosti (včetně razítka školy, podpisu pedagoga, ředitele apod.). Je v ní formulováno nežádoucí chování, tzn. to, které chceme motivačním systémem ovlivnit (doporučujeme max. 3-5 zcela konkrétních bodů, např. nebudu vykřikovat o hodině bez vyzvání, nebudu opravovat výklad paní učitelky apod. Zcela nevhodné jsou obecné formulace typu: „budu se chovat slušně“, „budu se chovat hezky k dětem“ apod.) a ODMĚNA.

Motivační smlouva je na některých školách zaměňována s tzv. „Ivypem“ - *Individuálním výchovným plánem*¹, který se však zaměřuje především na sankce, tresty a operuje dokonce tím, že se řešení předá „další straně“, nejčastěji OSPODu, pokud se dítě nebude chovat požadovaným způsobem.

Negativní motivace a zastrašování se u některých dětí s PAS zcela míjí účinkem, dlouhodobě pak nefungují téměř u žádného z těchto dětí, proto doporučujeme volit formu motivační smlouvy.

Podobu motivační smlouvy je možné konzultovat s terapeutem *Národního ústavu pro autismus*, z.ú., Mgr. J.Bittmannem na: julius.bittmann@nautis.cz a speciální pedagožkou *SPC při Národním ústavu pro autismus*, Mgr. Lenkou Bittmannovou na lenka.bittmannova@nautis.cz.

Mgr. Lenka Bittmannová

zástupkyně ředitelky SPC při Národním ústavu pro autismus
speciální pedagog
lenka.bittmannova@nautis.cz, 774 241 511

Mgr. Julius Bittmann

KBT terapeut
vedoucí pobočky NAUTIS (Národní ústav pro autismus) z.ú. v Libereckém kraji
julius.bittmann@nautis.cz, 774 824 410

¹ Nejde o Individuální **vzdělávací** plán, IVP

Příklad motivační smlouvy:

SMLOUVA

Tato smlouva je uzavřena dne:

mezi

(1) ZŠ

Se sídlem:

IČ:

Zastoupená: (dále škola)

a

(2) (dále žák)

RČ:

Bytem:

Základní ujednání:

Tato smlouva upravuje závazky a očekávání mezi školou a žákem.

Očekávání školy:

Žák nebude při hodině vykřikovat bez vyzvání

Žák nebude odpovídat za jiné spolužáky

Žák nebude bez přihlášení opravovat pedagoga

Závazek školy:

Žák bude každou hodinu vyvolán přesně 5x

Odměna pro žáka:

Pokud žák splní očekávání školy, bude mít 1x týdně příležitost připravit si referát a prezentovat ho před třídou

Očekávání žáka:

Během výuky dostanu dostatečný prostor ukázat své znalosti

Budeme více pracovat s interaktivní tabulí

Při každé hodině budu alespoň jednou pedagogem pochválen

Závazek žáka:

Splním očekávání školy

Smlouva bude pravidelně vyhodnocována, a to každý týden/měsíc, a to ústně/písemně.

V dne

Razítko školy, podpis zástupce školy:

Podpis žáka:

.....

.....