



### ***Как поощрять ребенка с помощью «жетонов»?***

Ответы на часто задаваемые вопросы и несколько идей для поощрения ребенка с помощью «экономики жетонов».

Система подкрепления с помощью жетонов — это очень полезный подход для увеличения желательного поведения как дома, так и во время терапевтических занятий или в классе. «Жетон» — это любой предмет (монетка, наклейка, картинка на ленте-липучке, магнитик и так далее), который выдается за желательное поведение. После того как ребенок соберет заранее оговоренное количество жетонов, он сможет обменять их на отсроченное поощрение (например, на конфету, игрушку или совместную игру).

Системы жетонов или «экономики жетонов» очень часто используются в группах и классах детей с аутизмом, потому что такой тип подкрепления гораздо проще использовать в образовательной среде. Ребенку не нужно прерывать занятие каждый раз, чтобы получить прямое поощрение (например, съесть конфету), вместо этого непосредственным поощрением становится жетон, а паузы для наград становятся реже.

Кроме того, система жетонов позволяет поощрять ребенка с помощью очень важных для него, но занимающих слишком много времени наград. Например, ребенок может получать жетоны как немедленную награду, а позднее обменять их на поход в магазин или нечто подобное.

Экономика жетонов включает три основных элемента: 1) какие-то маленькие предметы, которые можно сосчитать, очень часто в сочетании с дощечкой или другой поверхностью, на которой можно их разместить, 2) важное для ребенка отсроченное поощрение, которое можно предоставить ребенку сразу же, когда будет собрано нужное количество жетонов, и 3) четкое определение поведения, за которое ребенок будет получать жетон.

Жетоны можно использовать как поощрение одного или сразу нескольких видов поведения. В школьном классе их можно использовать для независимого, зависимого или взаимозависимого подкрепления сразу всех учеников.

### ***Часто задаваемые вопросы при использовании жетонов.***

Простота системы жетонов часто приводит к одним и тем же ошибкам в их применении. Очень часто вы работаете с учеником и вдруг понимаете, что не знаете, как применять жетоны в данный момент, или, хуже того, вам кажется, что жетоны никак не влияют на его поведение. Вы начинаете думать, что система была ошибкой.

Ниже приводятся ответы на некоторые вопросы, которые очень часто возникают у тех, кто использует жетоны.

### ***Как учить ребенка системе жетонов?***

Это замечательный вопрос. Проблемы возникают тогда, когда люди не задаются им. Многим кажется, что достаточно просто показать ребенку плашку с жетонами, и он тут же волшебным образом догадается, что это способ заработать то, что ему нужно. Очень часто этого недостаточно!

Да, некоторым детям достаточно рассказать, что такое система жетонов, за что он будет получать жетон, сколько жетонов ему нужно собрать, и на какие поощрения он сможет их обменять. Однако других детей нужно целенаправленно УЧИТЬ этой системе, и подобное обучение потребует времени.

Один из способов такого обучения — это сочетание каждого жетона с каким-нибудь ощутимым поощрением на первых порах. Для этого каждый раз поощряйте ребенка жетоном и прямым поощрением одновременно. А когда он соберет нужное количество жетонов, предоставьте ему другое, более значимое поощрение.

Например, давайте ребенку кусочек печенья или минуту игры на планшете и тут же прикрепляйте жетон на доску. Поначалу это может показаться слишком сложным, особенно если изначально вы начали использовать жетоны, чтобы упростить процесс поощрения. Однако нужно потратить какое-то время, чтобы ученик привык воспринимать жетоны как поощрение, в противном случае, их использование будет для него бессмысленным!

***Обязательно ли делать жетоны из предметов?*** Мой ученик слишком большой у него слишком развитые навыки, и жетоны выглядят как-то по-детски.

Практически что угодно можно использовать в качестве жетонов, которые потом обмениваются на отсроченное поощрение. Это могут быть кубики, стеклянные шарики или обычные «галочки» на бумаге. Если вам кажется, что ученик слишком взрослый для «смайликов» или плашки с жетонами, то вы можете использовать канцелярские скрепки на бумаге, фишki для покера, любые другие маленькие предметы.

Если вам нужна система поощрения в школьном классе, то можно приблизить ее к реальной жизни и использовать (игрушечные) купюры в качестве жетонов, чтобы ученики потом «платили» за отсроченные поощрения. Если вы хотите поработать над обобщением математических навыков в реальной жизни, то ученики могут вести тетрадь приходов и расходов, чтобы отслеживать количество своих жетонов. Если вы можете доверить ученику добавление жетонов самому себе, то вы сможете ввести систему мониторинга за своим поведением. Так вам не только не придется тратить время на выдачу жетона, но ребенок будет учиться самостоятельно управлять своим собственным поведением.

### ***Как уменьшить применение жетонов в дальнейшем?***

Термин «уменьшение» вполне понятен и без объяснений, но при уменьшении системы жетонов нужно учитывать несколько важных моментов. Во-первых, нельзя резко отменять или изменять систему жетонов. Если Джонни мог зарабатывать жетоны за трехминутные интервалы в понедельник, это не значит, что во вторник интервал должен составлять 5 минут. Сначала убедитесь, что ученик стабильно

может зарабатывать жетоны при существующих интервалах/соотношении. Вторых, записывайте данные и опирайтесь на них, не руководствуйтесь личным «ощущением», что ученик готов к уменьшению поощрений.

### ***Можно ли снимать заработанные жетоны за нежелательное поведение?***

В редких случаях системы жетонов это предусматривают. Тем не менее, это можно делать только при условии, что ученик заранее знает о том, какое именно поведение приведет к потере жетона. Несправедливо нарушать вашу договоренность и угрожать ученику, что он потеряет жетон за «плохое поведение», если что такое «плохое поведение» не совсем понятно. Снятие жетона является применением наказания, и если уж вы решились использовать наказания, то, по крайней мере, ребенок должен понимать суть этой системы, и она ВСЕГДА должна сочетаться с системой поощрения.

#### **Идеи для систем жетонов**

- Приклейте наклейки со смайликами на игровые фишки, прикрепите их к любой поверхности с помощью ленты-«липучки».
- Заламирийте наклейки с персонажами из любимого мультфильма ребенка. Заламирийте сцену из мультфильма из детской раскраски или журнала. Прикрепите к ней жетоны с помощью ленты-«липучки». Например, ученик может зарабатывать жетоны с «Паровозиком Томасом» и прикреплять их на рельсы. Когда он соберет весь поезд, он сможет получить отсроченное поощрение.
- Используйте буквы из игры «Эрудит» или буквы на магнитах, из которых можно составить имя ребенка. Когда ребенок заработает все буквы и сможет сложить свое имя, то он сможет получить отсроченное поощрение.
- На бумаге или белой доске нарисуйте нужное количество клеточек для букв в названии поощрения (например, 7 клеточек для «попкорн»). Каждый раз, когда ученик правильно отвечает, пишите в клеточке одну букву.
- Сфотографируйте и увеличьте фотографию поощрения. Распечатайте и заламирийте фотографию. Разрежьте ее на части (или приклейте фотографию на картон или «пенку», а потом разрежьте ее наподобие паззла). Давайте один кусочек изображения за один верный ответ. Когда ребенок соберет всю картинку, он получит то, что на ней изображено.
- Сделайте две копии страницы из раскраски с любимыми персонажами ребенка. На одной копии раскрасьте фон, но персонажей оставьте черно-белыми. Закрасьте персонажей на другой странице, вырежьте их и разрежьте на части, заламирийте и прикрепите на них ленту-«липучку». За желательное поведение награждайте ребенка раскрашенной частью, которую можно прикрепить к черно-белому изображению. Когда весь рисунок будет готов, ребенок сможет получить поощрение.
- Используйте несколько маленьких ковриков. Положите их в линию между ребенком и поощрением. При каждом верном ответе ребенок сможет делать один шаг к поощрению.
- Если у ребенка есть любимый пазл, давайте ему кусочек паззла за каждый верный ответ. Когда пазл будет собран, ребенок получит доступ к отсроченному поощрению.

— Используйте доску для колышков, выдавая один колышек за каждый правильный ответ. Когда доска будет заполнена, ребенок получит доступ к отсроченному поощрению.

— Используйте монетки в качестве награды, назначая «цену» за отсроченное поощрение и позволяя ученику «купить» его.

— Используйте настольную игру, где нужно передвигать фишки или фигурки до финишной черты. За каждый правильный ответ передвигайте фишку на одну клетку вперед. На финише помещается поощрение или его фотография.

— Поместите на стол две стеклянные банки. Наполните одну из них стеклянными шариками, на другую банку приклейте изображение поощрения. За желательное поведение или правильные ответы перекладывайте шарики из одной банки в другую. Когда вторая банка будет наполнена, ученики смогут получить доступ к поощрению.

— Используйте в качестве жетонов части самого поощрения. Например, за каждый правильный ответ вручайте рельсы для игрушечной железной дороги. Когда вся дорога будет проложена, ребенок сможет играть в поезда.

**Подходите к процессу творчески и учитывайте интересы ребенка при разработке системы жетонов. Главное, не забывайте веселиться!**



