

Jak ODnaučit

„besedoseminář“

František Šusta

www.treninkjerozhovor.cz



1) „Nikdy není jen chování“

Background - historické pozadí

A) Antecedent (spouštěč, podnět)

B) Behavior (chování)

C) Consequences (následky)

P - Prediction (předpoklad do budoucna)

SÍLA PODNĚTU

PŘEDVÍDÁNÍ
PODNĚTU

KOMPLEXITA
PODNĚTU

Metody nápravy na bázi podnětu - spouštěče

1) Odstranit podnět (komplexní analýza - nemoc, momentální stav, nerovnováha ve skupině...)

2) Upravit podnět (novým rituálem - příslib, signál zpětné vazby)

3) Zachytit podnět (viz špatné chování na povel)

4) Vytvořit silnější podnět (tzv. záchranný signál - emergency cue)

5) Desensitace na podnět (navyknutí po malých dávkách)

6) Kontrapodmiňování podnětu (spojení nepříjemného podnětu s něčím příjemným)

7) Spojení strategií 5 a 6 - (velmi účinné, zvláště v kombinaci s DRI a DRA)

8) Zahícení podnětem - (flooding, rušivý podnět se na zvíře naválí v takovém množství bez možnosti úniku, až ho znecitliví - problematické, navíc „PRASARNA“)

1) „Nikdy není jen chování“

Background - historické pozadí

A) Antecedent (spouštěč, podnět)

B) Behavior (chování)

C) Consequences (následky)

P - Prediction (předpoklad do budoucna)

Problém není zvíře, ale chování.

Ke stejným či lepším výsledkům po stejném podnětu lze dojít i jinou cestou - jiným chováním.

Metody nápravy na bázi změny chování

Pokud chceme vytvořit náhradní chování, musí 1) plnit stejnou funkci, jako původní (stejný prim. reinforcer) 2) přinášet alespoň stejný či větší zisk, než původní 3) být pro zvíře snadnější, než původní (ideálně něco, co už umí)

- 1) **DRI** (inkompatibilní, neslučitelné chování - původní při něm nelze dělat)
- 2) **DRA** (alternativní chování - původní při něm lze dělat, ale alternativní cesta je snazší a více odměněná)
- 3) **DRQ** (jakákoliv absence původního chování - při souvislém problému odměníme chvíli, kdy to nĕdĕlá)
- 4) **DRL** (zeslabování původního chování - odměňuje původní chování, ale v menší intenzitĕ)
- 5) **DRH** (zesilování chování - odměňuje původně chování, ale ve větší intenzitĕ, v podstatĕ shaping na vyšší aktivitu)

Asi neúspěšnější varianta je DRI a DRA dohromady s vysokou mírou odměn na počátku a jejich postupným snižováním po naučení správného chování.

CHOVÁNÍ JE FUNKCÍ SVÝCH NÁSLEDKŮ

1) „Nikdy není jen chování“

Background - historické pozadí

A) Antecedent (spouštěč, podnět)

B) Behavior (chování)

C) Consequences (následky)

P - Prediction (předpoklad do budoucna)

	Zvyšuje četnost	Snižuje četnost
Nĕco přidáváme	R+ (pozitivní reinforcement)	P+ (pozitivní trest)
Nĕco ubíráme	R- (negativní reinforcement)	P- (negativní trest)

Vedlejší efekty negativních následků (R-, P+, P-)

Metody nápravy na bázi změny NÁSLEDKŮ

1) **Extinkce** (odříznout přístup k reinforceru - neposilované chování postupně vymizí...ovšem záleží na jeho historii a síle podnětu)

2) **TO** (time out - dočasné odříznutí od odměny při zhoršení chování a následná šance „udĕlat to správnĕ“; v podstatĕ zkrácená verze negativního trestu P-)

3) **P-** (negativní trest - něco příjemného odebereme ve chvíli zhoršení chování; v praxi bývá říjatelnĕjší než R-)

4) **R-** (negativní reinforcement, POZOR, PRAKTICKÝ ROZDÍL MEZI R- A P+ JE ČASTO JEN V NAČASOVÁNÍ)

5) **P+** (pozitivní trest - něco špatného přidáme ve chvíli zhoršení chování - má nejvíc špatných vedlejších efektů, pro jeho úspěšné použití je třeba dobře načasovat nepřehánĕt a dávat alternativy pro idobré chování. POZOR - TREST JE DROGA PRO TRENERA!)

Tip: přistupujeme-li už k trestům, jako prostředku nápravy chování, udĕlájí je jasnĕjšími tzv. signály zpĕtnĕ vazby (např. bridge „wrong“)