

# OLUMSUZ DAVRANIŞLARIN AZALTILMASI VE OLUMLU DAVRANIŞLARIN ARTIRILMASI

## Olumsuz Davranışların Azaltılması

Öğrencilerde, sıkça karşılaşılan ve eğitim süreci içinde değiştirilmesi ya da önlenmesi gereken pek çok uygun olmayan davranış görülebilir. Bunların değiştirilmesi, önlenmesi ya da yerine uygun davranışların kazandırılmasına yönelik çeşitli yaklaşımlar vardır. Yaklaşımların farklı olmasına karşın öğrencilerde gözlenen ve uygun olmayan bu davranışların değiştirilmesinde dikkat edilecek belli noktalar vardır. Bunların başlıcaları aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

1. Öğrencinin birden fazla uygun olmayan davranışı olabilir. Ancak bu davranışların hepsiyle birden çalışmaya başlanmamalıdır. Öğrencinin öğretimini en çok engelleyen ya da sonucunda fiziksel zarara yol açabilen bir davranışın azaltılmasına öncelik verilmelidir.

2. Uygun olmayan davranışı azaltmaya yönelik uygulamaların ilk aşaması, o davranışın ayrıntılı olarak gözlenmesi ve gözlem sonuçlarının kaydedilmesidir. Davranışı gözlemenin en iyi yolu ise davranışın ortaya çıkma sıklığını belirlemektir. Belirli zaman aralıklarında davranışın kaç kez, hangi ortamlarda ortaya çıktığı gözlenerek sıklığı saptanır ve kaydedilir.

3. Uygun olmayan davranışı kısa süreli gözlemek, yeterince bilgi verici olmayabilir. Bu nedenle davranışın gözlenmesi, belirlenen süre boyunca, üst üste yapılmalıdır.

4. Belirlenecek yöntem, çocuğun ve davranışın özellikleri dikkate alınarak tespit edilmelidir.

5. Belirlenen yöntem, tutarlı bir biçimde uygulanmalıdır.

6. Yöntem uygulanmaya başlandıktan sonra uygun olmayan davranışta artış olabilir. Ancak daha sonra yavaş yavaş azalması beklenmelidir. Uygulama devam ettirildiğinde uygun olmayan davranışın azalıp azalmadığı kaydedilerek kontrol edilmelidir.

7. Uygun olmayan davranışın azaltılması ve yok edilmesinde uygulanan yöntem hakkında aile, bilgilendirilmeli ve gereken iş birliği sağlanmalıdır.

Öğrencilerde gözlenen uygun olmayan davranışların azaltılmasında kullanılan çok değişik yöntem ve teknikler vardır. Bunlardan en sık başvurulanlar; ayrımlı pekiştirme, sönme, hoş giden uyarı çekme olarak sıralanabilir.

**Ayrımlı pekiştirme:** Uygun olmayan davranışların azaltılmasında kullanılan yollardan biridir. Bu pekiştirme, uygun olmayan davranış yerine uygun davranışın olumlu pekiştirilmesi biçiminde gerçekleştirilir. Örneğin, öğrencinin sınıfta söz almadan konuşması, istenmeyen bir davranıştır. Bunun karşıtı olan ve öğrencinin söz alarak konuşması davranışının pekiştirilmesi, söz almadan konuşmasının görmezlikten gelinmesi, ayrımlı pekiştirmeye örnek verilebilir.

**Sönme:** Bir davranışın sürmesini sağlayan pekiştirecin geri çekilmesidir. Sönme, uzun süreli ve sıkça ortaya çıkan davranışların azaltılmasında veya tümüyle ortadan kaldırılmasında başvurulan etkili bir yöntemdir.

**Hoşa giden uyarı çekme:** Hoşa giden uyarı çekme iki şekilde uygulanır:

1. Tepkinin bedeli: Uygun olmayan bir davranışın gösterilmesine bağlı olarak bireyin daha önce edindiği pekiştirecin geri alınmasıdır. Arkadaşının saçını çektiği için teneffüse çıkmama, tepkinin bedeline örnek olarak verilebilir.

2. Mola: Uygun olmayan davranışı gösterdiğinde bireyin, pekiştireçlerin bulunduğu ortamdan uzaklaştırılması ya da tüm pekiştireçlere bir süre ara verilmesidir. Mola tekniği 1 ilâ

5 dakika arasında değişen sürelerle uygulanmalıdır. Ancak uygun olmayan davranışın devam ettiği gözlenirse, bu süre biraz daha artırılmalıdır.

### **Olumlu Davranışların Artırılması**

Bir davranış izleyen ve o davranışın ileride gerçekleşme olasılığını artıran duruma **pekiştirme** denir. Pekiştirme, olumlu ve olumsuz olmak üzere ikiye ayrılır. Olumlu pekiştirme, bir davranış izleyen durumda ortama bir uyarının eklenmesiyle o davranışın ileride yapılma olasılığının artmasıdır. Arkadaşlarının eşyalarını izin alarak kullanma gibi olumlu bir davranış gösteren öğrencinin bu davranışını, öğretmenin onaylaması ve onu ödüllendirmesi, olumlu, pekiştirmeye örnek verilebilir. Olumsuz pekiştirme ise bir davranış izleyen durumda ortamdaki bir itici uyarının çekilmesiyle o davranışın ileride yapılma olasılığının artmasıdır. Örneğin, özür dileyince azarlanmaktan kurtulmak, özür dileme davranışında artışa yol açıyorsa, bu durumda olumsuz pekiştirme söz konusudur.

Pekiştirmenin gerçekleştirilmesinde kullanılan pekiştireçleri de iki grupta toplayabiliriz. Birincil pekiştireçler, biyolojik gereksinimleri karşılamaya yönelik yiyecek, içecek gibi pekiştireçlerdir. İkincil pekiştireçleri, öğrenme sonucunda pekiştirici özellik kazanmış pekiştireçlerdir.

İkincil pekiştireçleri de nesnel pekiştireçler, etkinlik pekiştireçleri, sosyal pekiştireçler ve sembol pekiştireçler olarak dört grupta toplayabiliriz:

Nesnel pekiştireçler; oyuncak, eşya, araç gibi, bireyin kullanabileceği somut varlıklardır.

Etkinlik pekiştireçleri, bireyin sözel ya da bedensel bir uğraşmayı yerine getirmesidir. Örneğin, sinemaya gitmek, oyun oynamak, kitap okumak vb.

Sosyal pekiştireçler; gülümseme, kucaklama, onaylama vb. uyarılardır.

Sembol pekiştireçler; kendi başlarına anlamı olmayan ancak, başka bir pekiştireçle değiş tokuş edilebilen araçlardır. Örneğin, uygun davranışlar gösterdiğinde öğrenciye yıldız, jeton vb. araçlar verilir. Öğrenci, bu araçlardan belirtilen sayıda kazandığında karşılığı olan ödül verilir.

Etkili pekiştireç belirlemede aşağıdaki yollar izlenmelidir:

1. Öğrencinin hoşlandığı ve hoşlanmadığı olaylar ve nesnelere öğrenciye sorulması,
2. Öğrencinin hoşlandığı ve hoşlanmadığı olaylar ve nesnelere neler olduğuna yönelik aile bireylerinden bilgi alınması,
3. Öğrencinin, günün belli zamanlarında doğal ortamlarda gözlenmesi,
4. Öğrencinin, yapılandırılmış ortamlarda gözlenmesi.

#### **Pekiştireç kullanırken dikkat edilecek noktalar:**

Pekiştireçler kullanılırken hangi davranışların pekiştirildiği dikkatle izlenmeli; anında pekiştireç sağlanmalı; nesnel, sosyal vb. pekiştireçler yeğlenmeli, ilerlemeler pekiştirilmelidir. Yine pekiştireçler kolayca doyum sağlamamalı; etkili bir pekiştirme tarifesine bağlı olarak sunulmalı; bireyin özelliklerine uygun olmalı; pekiştireçler uygulamacı tarafından kolay ulaşılır ve uygulanır olmalı; pekiştirecin nitelik ve niceliği, izlediği davranışın önemine uygun olmalı ve çeşitlendirilmelidir.