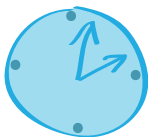


# 11 ieteikumi par apbalvošanas stratēģiju

1. Apbalvojums ir nevis tas, ko mēs uzskatām par bērnam vajadzīgu un patīkamu, bet ko pats bērns uzskata par motivējošu.

3. Apbalvojumam ir jābūt tādām, ko varat atļauties naudas vai laika ziņā.



5. Iespējams, ir jāizveido dažādas balvas, nevis regulāri par apbalvojumu jāpiedāvā viens un tas pats — tā bērnam saglabāsies motivācija.



7. Balva vienmēr jāpavada ar kādiem pavadvārdiem, piemēram: "Tu biji malacis, ka veikalā gāji man blakus un runāji klusu pie sevis". Tas labāk sekmēs šādu vēlamu uzvedību, nekā vienkārši pasakot: "Malacis!".

2. Apbalvojumam ne vienmēr ir jābūt rotaļlietai vai mantai. Tikpat labi tas var būt jūsu laiks vai kāda privilēģija (piemēram, vēlāka gulētiešana, palikšana pa nakti pie kāda, ilgāks laiks pie datora u.tml).

4. Apbalvojumam ir jābūt ar jūsu vērtību sistēmu. Piemēram, ja neuzskatāt, ka konfektes var būt apbalvojums, tad konfektes nevajag noteikt kā balvas variantu, pretējā gadījumā nerisināsiet bērnu to nopelnīt.



6. Izvēlieties balvas, no kurām ir vēl papildu ieguvumi. Piemēram, braucienam uz parku papildu ieguvums ir tas, ka bērnam ir vēl viena iespēja izkustēties, bet galda spēles papildu ieguvums ir savstarpējo attiecību stiprināšana.



8. Uzvedības korigēšanai izmantojam mazākas balviņas par mazākiem sasniegumiem, bet lielākas balvas — par lielākiem uzlabojumiem. Principu par mazākām un lielākām balvām ieteicams ievērot, lai nebūtu tā, ka bērns padodas un zaudē motivāciju pāris mazu kļūdu dēļ.



**9.** Lai labai uzvedībai būtu redzama jēga, ir svarīgi balvu iedot uzreiz. Ja kāda iemesla dēļ nopelnīto balvu nevar iedot uzreiz (piemēram, ja ir nopelnīts brauciens uz parku, bet ārā līst), tad piefiksējiet to un noteikti atcerieties pēc iespējas drīz balvu iedot.

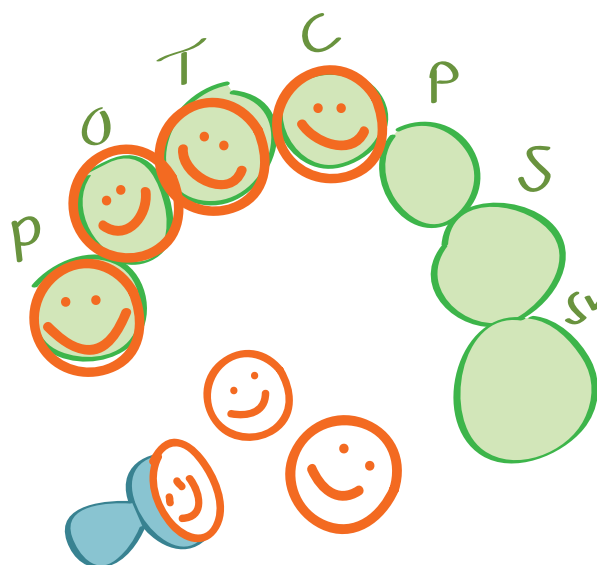


**11.** Ja ir bijis paradums reizēm piekāpties sliktas uzvedības priekšā, bet vecāki pārtrauc tā darīt un vairs nepiekāpjas, var novērot t.s. "pārtraukšanas uzliesmojumu" (burst of extinction).

Tas nozīmē, ka sliktā uzvedība turpinās vai pat pasliktinās, kamēr bērns jūs pārbauda — varbūt sliktā uzvedība šoreiz izdosies.

Ja jums ir stingra nostāja un jūs nekādi nesekmējat nevēlamo uzvedību (pat ne ar negatīvo uzmanību), ar laiku tā pazūd. Šajos gadījumos vislabāk nostrādā apzināta uzmanības nepievēršana — nekādi nereaģējot uz sliktu uzvedību (ja vien tas ir droši). Noteikti lieciet manīt, ka uzmanību nepievēršat sliktajai uzvedībai, nevis pašam bērnam. Tas panākams kaut vai tā, ka **TIKLĪDZ** bērns uzvedas tā, kā ir vēlams, jūs uzreiz pievēršat šai rīcībai pozitīvu uzmanību.

**10.** Tikpat svarīgi ir nepiekāpties un nedot balvu tad, ja noteiktais mērķis nav sasniegts. Lai gan reizēm ir grūti noturēties, jo īpaši tad, ja bērns ir ļoti nobēdājies vai dusmīgs, piekāpšanās nozīmē, ka esat atbalstījis nepareizo uzvedību (rīcību). Dažreiz vecāki piekāpjas tikai šādā gadījumā, tomēr, diemžēl tieši šī gadījuma rakstura piekāpšanās ir **VISLIELĀKAIS ATBALSTS**, kāds viens var būt nevēlamai uzvedībai (gluži kā azartspēlēs — pēc principa: ja nu paveicas). Neļaujiet bērnam ar to gūt virsroku!



Šī informācija par apbalvošanas stratēģiju ir ņemta no bezmaksas aplikācijas "Let's Go!", kas paredzēta Android videi. Ja jums ir telefons ar Android sistēmu, izmēģiniet šo aplikāciju un dariet mums zināmas savas domas un ieteikumus, kā to uzlabot.

Vairāk informācijas:

<http://asdspecialist.com/blog/?p=212#sthash.cFDP6KFM.dpuf>