

SPIS TREŚCI

Podziękowania

1.Wprowadzenie do psychologii behawioralnej

- 1.1.Co to jest terapia behawioralna?
- 1.2.Kiedy można samodzielnie korzystać z metod behawioralnych, a kiedy jest potrzebna pomoc specjalistów. Rozpoznawanie zachowań niepożądanych
- 1.3.Zachowanie: jak je sprawnie definiować i mierzyć?
- 1.4.Analiza zachowania, czyli o tym, co dokładnie wpływa na zachowanie - trochę teorii
- 1.5.Stosowana analiza zachowania, czyli o tym, co dokładnie wpływa na zachowanie - trochę praktyki

2.Skrzynka z narzędziami, czyli techniki behawioralne

- 2.1.Strefa najbliższego rozwoju, czyli praca na poprzeczce
- 2.2.Okulary na ADHD, czyli możliwości wsparcia w przypadku objawów nadpobudliwości, impulsywności, zaburzeń uwagi
- 2.3.Skuteczne wydawanie poleceń
- 2.4.Przypominanie zasady, wyliczanie
- 2.5.Czas zabawy z dzieckiem, czyli wspólne spędzanie czasu
- 2.6.Pozytywne podsumowanie i pochwały
- 2.7.Zmiana A, czyli jak zmienić otoczenie, by nie dopuścić do powstania trudnego zachowania
- 2.8.Zasada Premacka, czyli zasada babci
- 2.9.Zestaw gwarantowany przez prawo, pakiet przywilejów, nagrody
- 2.10.Systemy żetonowe
- 2.11.Zasady
- 2.12.Konsekwencje
- 2.13.Dziecięce wybuchy złości
- 2.14.Zasoby, czyli zmiany w funkcjonowaniu szkoły, rodziny i domu dziecka
- 2.15.System szkolnych zajęć dodatkowych - ścieżki
- 2.16.Planowanie

3.Przykłady interwencji opartych na terapii behawioralnej

- 3.1.Typowe problemy do pracy behawioralnej
- 3.2.Problemy szkolne
- 3.3.Problemy w środowisku domowym

4.Techniki behawioralne - materiały do pracy

Bibliografia