



## Praktikum 2



# UNUTARNJE KONDICIONIRANJE




## unutarnje kondicioniranje

**Cautela  
(1966)**

skup postupaka utemeljenih na imaginaciji koji mijenjaju vjerojatnost pojave ponašanja kroz manipulaciju njegovim posljedicama

# postupci unutarnjeg kondicioniranja




povećanje  
frekvencije  
poželjnog  
ponašanja

unutarnje pozitivno potkrepljenje  
unutarnje negativno potkrepljenje

unutarnje modeliranje

smanjenje  
frekvencije  
nepoželjnog  
ponašanja



unutarnja senzitivacija  
unutarnje gašenje  
unutarnje plaćanje globe  
trijada samokontrole

## Postupci za povećanje frekvencije poželjnog ponašanja

### unutarnje pozitivno potkrepljenje

*klijent zamišlja poželjno ponašanje i  
nakon toga zamišlja **ugodnu scenu***

### unutarnje negativno potkrepljenje

*klijent zamišlja averzivni podražaj, a zatim  
**prekida averzivnu scenu** i trenutno prelazi  
na zamišljanje **poželjnog ponašanja***



# Postupci za smanjenje frekvencije nepoželjnog ponašanja

## unutarnja senzitivacija

*klijent zamišlja izvođenje  
nepoželjnog ponašanja i zatim  
zamišlja **averzivne posljedice***

## unutarnje gašenje

*klijent zamišlja izvođenje  
nepoželjnog ponašanja i  
odmah zatim zamišlja  
**izostanak potkrepljenja***



# Postupci za smanjenje frekvencije nepoželjnog ponašanja

## unutarnje plaćanje globe

*klijent zamišlja izvođenje  
nepoželjnog ponašanja i onda  
zamišlja **izostanak potkrepljivača**  
(drugačijeg od onoga koji inače održava to  
ponašanje!)*

## trijada samokontrole

*kad se pojavi nepoželjno  
ponašanje, klijent zamišlja  
da glasno **vikne „STOP!“**,  
duboko **udahne, izdahne** i  
opusti se i zatim zamisli  
**ugodnu scenu***



## Postupci za povećanje frekvencije poželjnog i smanjenje frekvencije nepoželjnog ponašanja



**unutarnje modeliranje**  
*klijent zamišlja promatranje*  
*modela koji izvodi ciljno*  
*ponašanje i zatim zamišlja*  
*potkrepljujuće ili averzivne*  
*posljedice*

**Opći postupak  
unutarnjeg  
kondicioniranja**



- pojasniti racionalu unutarnjeg kondicioniranja
- provjeriti klijentovu sposobnost imaginiranja
- uvježbati imaginiranje ugodne/neugodne scene
- zamisliti scenu u koju se uvodi ciljno ponašanje
- zamisliti posljedicu ciljnog ponašanja (ranije uvježbanu ugodnu/neugodnu scenu)
- nakon uvježbavanja s terapeutom samostalno vježbanje za DZ





# Proces imaginacije

- uključiti sva osjetila
- obavezno provjeriti stupanj jasnoće i stupanj ugodnosti/averzivnosti zamišljene scene (1-5)
- ako klijent ima poteškoće s imaginiranjem (općenito ili s određenim senzornim modalitetom), najprije provesti trening imaginacije



## Primjena unutarnjeg kondicioniranja

- široka primjena (različite populacije klijenata, različiti problemi, različita okružja)
- dobri rezultati kod osoba koje imaju adekvatnu sposobnost imaginacije ili ih se može uvježbati za imaginiranje, koje mogu slijediti upute, koje su suradljive
- teškoće u primjeni ove tehnike češće kod vrlo male djece i osoba s posebnim potrebama
- u slučajevima kada ovaj postupak ne daje rezultate često se utvrdi da se pri primjeni nisu poštovala temeljne zakonitosti učenja

Hvala!

