**مقياس التربية العلاجية**

**المحاضرة 3 الأساليب السلوكية لتعديل السلوك**

**تمهيد :مادامت التربية العلاجية تركز على العملية التعلمية ،فان الاتجاه السلوكي هو اكثر من درس التعلم وطرق تعديل السلوك**

1. **أنواع التعلم :**

**أ - التعلم الشرطي :او مثير –استجابة والدي تعود اصوله الى بافلوف وواطسن Pavlov,Watson، وهو نتيجة الرابطة التي تتشكل بين المنبهات والمنبهات الشرطية والدي يشترط وجود : اقتران بين المثير والمثيرالاصلي مثلا الطعام للجائع والجرس ليحدث اشراط مع المثير الجديد ،وثمة تتشكل لدينا عملية اكتساب جديدة تعرف سلوكيا باسم العادة ثم يحدث تعميم لكل المثيرات المماثلة ،فالطفل الدي تعلم الخوف من فار يعمم دلك على كل الفئران وقد يتجاوز الى كل دوات الفرو**

 **ب - التعلم الاجرائي او الفعال : ارسى معالمه Skinner ويقوم على مبدا ان السلوك حصيلة ما يؤدي اليه من نتائج واثار ،وحسب سكينر فان الاشراط الاجرائي او الفعال يشير الي تقوية جوانب معينة من السلوك تتوقف على ما ينجم عن هدا السلوك من تدعيم اومكافئة اوعقاب ،فمثلا صراخ الطفل الدي يعامل بحمله وتقبيله كل مرة يجعل هدا السلوك أي البكاء دائم التكرار**

**ج - التعلم المعرفي :وفق تصور بيك وانجرام وسكوت 1990 Beck,Scott,Ingramفان الافراد يتعلمون إضافة للاشراط ومن خلال التفكير في المواقف بادراك وتفسير الاحداث ،وتهتم بأربعة ابعاد معرفية :**

**1-الكفاءة او القصور المعرفي :وتمثل القدرات والمهارات والدكاءلدى الافراد التي تسم تصرفاتهم فالدكي المرن يختلف عن المتصلب الجاهل**

**2-مفهوم الدات وهي اعتقادات الشخص عن امكانياته الشخصية وقدراته ،فالطفل الدي يعتقد انه اقل من غيره يكون اميل للعزلة والانطواء ويتاثر سلوكه على عكس الدي يرى العكس**

**3-القيم والاتجاهات :التي نتبناها على المواقف والأشخاص ،فالطفل الدي يرى ان الجادبية الاجتماعية اهم التحصيل الاكاديمي سوف يشعر بالإحباط الشديد في حالة تعرضه للرفض من قبل زملائه**

**4-التوقعات :من خلال مبدا ان ما نتوقعه في التفاعلات المواقف يحدد نوع المشاعر التي تنتابنا في هده المواقف ،ويؤكد البيرت اليس في هدا الصدد Ellis1962 ان الكثير من الاضطرابات النفسية ترتبط بالتوقعات والأفكار غير العقلانية لنا في المواقف**

**د - التعلم الاجتماعي :صاغه باندورا Bandura1969 حيث من خلال تجاربه على الأطفال اثبت ان الكثير من السلوكات الشادة والمنحرفة كالعدوان تم تعلمها بفعل القدوة ومشاهدة الاخرين يقومون بها ،ومفاد دلك ان القدوة بتقديمها لتعليمات قولا او سلوكا خلال ملاحظتها المركزة حول السلوك المراد تعلمه تؤثر بالتعلم السريع لدى الملاحظ خاصة الطفل**

**عبد الستار إبراهيم واخرون 1978ص 48-50**

1. **الطرق السلوكية لتعديل السلوك :**

 **مبدئيا يجب التمييز بين العلاج السلوكي الموجه للاضطرابات عموما وتعديل السلوك المختص بصعوبات التعلم والاضطرابات السلوكية وومعيقات النمو الأخرى،ندرجها كالتي :**

**1-أساليب التعويد والكف بالتقيض :والبدا فيه إزالة الاستجابة غير المرغوبة واستبدالها باستجابة او سلوك اخر معارض للسلوك المرضي ،وكاتن ماري كوفر جونس MCJones اول من استخدمه لعلاج الطفل بيترPeter من المخاوف المرضية من الحيوانات الفرائية ودلك بتعريضه لمصدر الخوف تدريجيا وهو ياكل مع التربيت والابتسامة وهو مايعرف بالكف المتبادل ،كما سماه ولبيWolpe1985**

**2-الاسترخاء:ومع ان هدا الأسلوب مستقل بداته الا انه استخدم مصاحبا للكف بالنقيض لخلق استجابات معارضة للسلوك غير المرغوب خاصة الخوف والقلق ،ويقوم على مبدا فسيولوجي مفاده ان الانفعالات الشديدة ماترافقها او تتبعها اوتنجم عن توترات عضوية وعضلية فالخوف مثلافي هدا التصوريستجيب بزيادة أنشطة الجهاز الودي ،وقد استخدم جاكوبسن طريقة الاسترخاء التصاعدي من خلال الانتقال بين فترات الشدالعضلي بقبض اليدين مثلا ثم الارخاء قصد الوصول الى تعلم الاسترخاء ،هدا الأسلوب اثبت نجاعته في علاج مخاوف الأطفال بعد ثلاث جلسات تقريبا**

**3-التدعيم والعقاب والتجاهل :**

**التدعيم او التعزيز :الدي مفاده أي فعل يؤدي الى زيادة حدوث استجابة معينة اوتكرارها سواء كان هدا الفعل ماديا المكافئة اومعنويا :**

**1-التدعيم الإيجابي :يقصد به كل استجابة من شانها زيادة السلوك المرغوب سواء كانت مكافئة مادية او معنوية كالحلوى او المديح**

**2-التدعيم السلبي :يهدف إيقاف او انقاص من تكرارحدوث سلوك غير مرغوب المنفرد او المرافق لسلوك مرغوب**

**3-التدعيم التفاضلي :باعطاء الأولوية لاستجابة او سلوك من بين سلوكات أخرى في عملية التعزيز ،حيث تعزز لاحقا**

**4-التدعيم غير الظاهر :وقد استخدمه كوتيلا لتدعيم السلوك المتخيل ويتطلب تخيل سلسلة من خطوات للسلوك السار ،كان يتخيل الشخص منظرا جميلاسارا لفترة وعلى خطوات ،وقد طبق على حالات خواف الثعابين بتخيل منظر الثعابين ،ثم تخيل منظر سار**

**5-التدعيم السلبي غير الظاهر :وهو أسلوب اقترحه كوتيلا ويتضمن تخيل ثعبان ملتف حول العنق ،ثم تخيل صورة الشخص مع امراة في حالة مثلية دكورية**

**6-التدعيم الداتي :ويتخد صورة التديم اللفظي غير الظاهر مثلا يمتدح الشخص نفسه داخليا لقيامه بالسلوك المرغوب**

**7-العقاب :يتضمن إيقاع ضرر مادي او معنوي لفظي اوبدني لانقاص تكرار السلوك غير المرغوب وازالته ، غالبا ما يطبق على الأطفال بابعادهم عن مبهات التعزيز الإيجابي مع التوضيح للمعنى ان السبب هو سلوكه غير المرغوب**

**8-التجاهل : في أحوال تكون الاستجابة غير المرغوبة قليلة الضرر يلجا الى هدا الأسلوب فالاسرة التي تتجاهل الصياح المتكرر للطفل تؤدي لانقاص تدريجي لهدا السلوك من ثمة انطفائه**

**وقد استخدم لازاريس Lazarusالاسلوبين الأخيرين بنجاح معا العقاب والتجاهل للتصدي لعدوان الأطفال**

**4-الغمر او الاغراق flooding :بهدف التخلص من التدريجي يواجه الشخص ولفترة زمنية طويلة نسبيا المثير المولد للاستجابة غير المرغوبة مما يعرض لمستوى عال من القلق والخوف وهو ما يعرف بالاغراق بموضوع الخوف او القلق ، عادة ما يكتفى بالتعريض التخيلي كما في طريقة التخلص من الحساسية الا ان النتائج تكون احسن بالمواجهة الفعلية**

**5-التنفيس التنفيري :aversion relief : يهدف الى إيقاف او انتاص تواتر سلوك غير مرغوب بمرافقته بصدمة كهربائية معينة ،مما يؤدي الى تركز سلوك الفرد حول ابعاد المثير المنفراي الصدمة ،والدي قد يرافق في حالات مع مواد تنفيسية كمضاد قلق او يطلب من الفرد حبس أنفاسه فترة الي غاية التعريض لموضوع الخوف مثلاحيث يتنفس بحرية**

**6-التعريض التدريجي :graded exposure ،نظرا لمعارضة الكثير من حالات العلاج لطريقة الغمر استخدمت تقنية التعريض المتدرج ،حيث في بعض الحالات يعود الغمر بنتائج وخيمة مع مرضى القلب مثلا او الاضطراب النفسي الشديد الدهان مثلا حيث يعرض لخواف دوات الفرو مثلا صورة لموضوع الخوف بعيدة ثم قريبة ثم مجسم وهكدا تدريجيا وعلى فترات لاسترجاع الطمانينة ولا يطبق مع هدا الأسلوب الاسترخاء**

**7-التخيل الانفعالي :emotive imagery :وهو اشراط مضاد للقلق يتم بتقديم مثيرات صور مثلا نثير الانفعالات مثل الكبرياء وتاكيد الدات ،وقد استخدمه لازاروس في علاج الخوف من الظلام ابطالها محببون اليه كسوبر مان مثلا في مواقف يزداد تكرار وجودها في وضعيات الخوف ،وبالتدريج تمكن الطفل من دخول الحمام المظلم**

1. **استيراتيجيات تعديل السلوك :**

**1-التحكم في المنبه stimulus control اتخد الاشراط الاجرائي مفهوما جديدا للمنبهات التي لا تستثير السلوك تسمى التمييزية وهي على عكس المنبهات الشرطية تثير استجابة شرطية لكنها تقوي فرصة زيادة السلوك المرغوب التدعيم مثلا المكافئة والمدح نوهي ثلاثة:**

**أ-إزالة المنبهات التي تهدي الى السلوك : فمثلا للتخلص من التدخين ننقص من المنبهات التي تثير نزعة التدخين منفضة السجائر على المائدة او الولاعة ولانقاص الوزن مثلا نغير الطريق الى العمل لتفادي محل للحلوى في الطريق الأول**

**ب--التضييق :narrowing وتتضمن تحديد السلوك بمجموعة من الشروط مثلا الشخص الشره الدي ياكل لمرات عديدة في مواقف مختلفةفي مشاهدة التلفاز والمقهى والعمل والبيت يقصر الاكل على وقت محدد او على الأقل مكان محدد**

**ج-ادخال منبهات تنزع او تهدي الى كف السلوك غير المرغوب :او تهدي الى سلوك لا يتفق مع السلوك غير المرغوب فمثلا الشخص الدي اقلع عن التدخين لتوه يبلغ كل رفاقه ليكون وجوده مع احدهم اوكلهم منبها لعدم التدخين**

**2-تدعيم السلوك المرغوب :بمختلف طرق التدعيم وانواعه**

**لويس كامل مليكة 1990 ص 43-75**

**3-أسلوب التشكيل :shaping**

**يعد من أساليب تعديل السلوك،وبصفة خاصة ينصب على السلوكيات الجديدة وغير المتوفرة في الحصيلة السلوكية للفرد ويعرف باسم التقريب المتتابع اومفاضلة الاستجابة ،ويتم من خلال تحليل السلوك الى عدد من المهمات الفرعية وتعزيزها حتى يتحقق السلوك النهائي أي بتدريب الفرد على سلوك معين وتعزيز كل خطوة او استجابة صحيحة ،فبخلاف التعزيز السلبي والايجابي اللدان يقويا استجابة معينة فقط ،وبمعنى اخر التشكيل هودلك الاجراء الدي يشمل التعزيز الإيجابي المنظم للاستجابات التي تقترب شيئا فشيئا من الشكل النهائي بهدف احداث سلوك لا يوجد حاليا وهو بخلاف التعزيز الدي لا يزيد من احتمالية سلوك غير موجود حاليا لدى الفرد فمثلا عندما نريد تعليم طفل مثلا مهارة معينة نقوم بتعزيزه كلما اتقن جانبا منها من البداية الى النهاية على خطوات مرحلية الكلام مثلا**

**خطوات تشكيل السلوك :**

**ا- تحديد السلوك النهائي المراد تشكيله بموضوعية وبطريقة قابلة للقياس ،حيث يمكن تعزيز السلوكات التي تقترب من هدا السلوك**

**ب-تحديد وتعريف السلوك المدخلي وهوتحديد ل من اين سنبدا نوقد يتم بعد ملاحظة أولية للمتعلم وينبغي ان يتصف في المواقف اللاحقة بالتكرار وتوفير الظروف الملائمة لا ان ننتظر ان يحدث دلك تلقائيا**

**ج- تحديد المعززات الفعالة للسلوك المستهدف حيث ان عميلة التشكيل تتطلب من المتعلم تغيير سلوكه بشكل مستمر ليصبح قريبا من الشكل النهائي ،لهدا ينبغي توفير حالة عالية من الدافعية لديه**

**د-وصف خطوات التشكيل قبل القيام باستجابات متتابعةلتشكيل السلوك بصورة كاملة ودلك بصورة لفظية**

**ه-الاستمرار في تعزيز السلوك القريب من السلوك المستهدف بمجرد حدوثه فوريا حتى يؤثر التعزيز في زيادة احتمالية حدوثه**

**و-الانتقال التدريجي خطوة بخطوة من سلوك الى سلوك اخر تدريجيا وليس فجائيا على أساس اتقان الفرد للسلوك المطلوب**

**يستخدم غالبا لضبط سلوكيات التلاميد ،وفي التعليم الاكاديمي من خلال تقسيم الوحدات الصغيرة المتسلسلة**

**4-أسلوب التسلسل :chaning**

**يعتبر أسلوبا مكملا لتشكيل السلوك ،ويشترك معه في ان كليهما يعتمد على تجزئة السلوك الى وحدات صغيرة وباستخدام التعزيز لكنه يسير عكس الأول ،بحيث يتم تعزيز كل خطوة تقترب من الشكل النهائي كما ان التتابع يسير من الخطوة الأخيرة الى الأولى ،ويعتمد على سلوكيات موجودة في الحصيلة السلوكية للفرد لكنها تحدث عبر حلقات متسلسلة**

**طه عبد العظيم حسين 2008 مرجع سابق ص 252-253**