

محاضرة السادسة :أساليب أو فنيات الارشاد السلوكي

تمهيد :

تتعدد فنيات الارشاد السلوكي وتتباين بشكل يسمح للمرشد بتتويع أدواته وأساليبه للتعامل مع الحالات المختلفة ، غير أن أساليب الارشاد السلوكي متعددة ومتجددة ، بعضها مباشر ، والبعض الآخر غير مباشر ، ونقصد بهذه الأخيرة على أنه يحتاج إلى تعديلات خاصة حسب كل حالة ، كما أن البعض منها بسيط لا يحتاج إلا لمجرد إشراف بسيط من جانب المرشد كي يستطيع المسترشد القيام بها ، والبعض الآخر معقد يحتاج إلى اهتمام بالغ ومهارة كبيرة من جانب المرشد لضمان التنفيذ الجيد لها من طرف المسترشد (حامد زهران ، ١٩٩٨: ٣٦٦)

بينما تشير الأدبيات التربوية التي بحثت في الارشاد السلوكي وفنائه ، فقد اعتمدت في تصنيفها على محكين أساسيين في دراسة السلوك التوافقي واللاتوافقي وعلى ضوء هذا فقد حددته في نوعين :

- فنيات تعتمد على كف السلوك اللاتوافقي وعقابه والتخلص منه .
 - فنيات تعتمد على غرس السلوك التوافقي وإثباته ودعمه .
- وعليه فقد أشار (الحليح سمير ، ٢٠١٥ : ٥٢) إلى عدة فنيات تستخدم في الارشاد السلوكي مستنبطة من النظريات السلوكية والمتمثلة في الاشراف الكلاسيكي والاجرائي والتعلم الاجتماعي ، وعليه يمكن عرض هذه الفنيات في الارشاد السلوكي حسب أراء الباحثين التربويين :
- التعزيز - النمذجة - الاقتصاد الرمزي
 - تكلفة الاستجابة - لعب الأدوار - المناقشة وتبادل الحوار
 - التدريب على المهارات الاجتماعية - التغذية الراجعة - الواجبات المنزلية .
 - الارشاد باللعب - التشكيل - أسلوب التدريب التوكيدي - أسلوب حل المشكلات .

- العقاب - التحصين التدريجي - الإطفاء - التعميم - الممارسة السالبة .
- الابعاد أو الاقصاء - التصحيح الزائد - الإغراق أو الإفاضة أو الغمر .
- الكف المتبادل - التفسير - التعاقد التبادلي السلوكي - الاسترخاء - الكرسي الخالي .

وعليه ستحاول شرح أهمها فيمايلي :

١- **التعزيز** : يعد التعزيز من أكثر الفنيات الإرشادية استخدامًا وتأثيرًا على السلوك والتعزيز ينتمي إلى الإرشاد السلوكي كمصطلح وانتماء نظري إلا أنه شائع الاستخدام في أغلب النظريات كممارسة إرشادية ، وقد احتل التعزيز مكانًا بارزًا في كل نظريات الاتجاه السلوكي.

ويقصد به " ويقصد به التقوية والتدعيم والتثبيت بالإثابة ضمانا لتكرار السلوك وترسيخه في خبرة الفرد المتعلم. (برو ، ٢٠٠٨: ١٨٣)

أنواع المعززات :

المعززات الغذائية : وهي ذات أثر بالغ في إذا ما كان إعطاؤها للفرد متوقفا على تأديته لذلك السلوك ، وتشمل : كل أنواع الطعام والشراب التي يفضلها الفرد .

وعليه فقد أشار (أبو أسعد أحمد، ٢٠١٢: ٣٨٠) أن الاستخدام هذا النوع من المعززات لدي المرشدين قد يواجه كبيرة وأساسية تتمثل في مشكلة الاشباع والتي تعني أن المعزز يفقد فعاليته نتيجة استهلاك الفرد كمية كبيرة منه ، وعليه فقد اقترح ثلاث استراتيجيات للتغلب على هذه المشكلة :

استخدام أكثر من معزز واحد.

تجنب اغطاء كميات كبيرة من المعزز نفسه.

إقران هذه المعززات بمعززات اجتماعية .

المعززات المادية : تشمل المعززات المادية الأشياء التي يحبها الفرد (كالألعاب، القصص، الألوان، الأفلام، الصور، الكرة، نجوم، شهادة تقدير، أقلام، دراجة...

الخ)، وبالرغم من فعالية هذه للسلوك المطلوب منه يعتبر رشوة من قبل المعالج أو المعدل.

المعززات الرمزية : هي أن يمنح المعلم للطفل قطعاً أو نجومًا عند قيامه بالسلوك المطلوب، كما يستطيع الطفل أن يستبدل هذه المعززات بأشياء محببة لديه كالهدايا والحلوى . (القمش ، المعاينة ، ٢٠٠٧، ٩٥).

المعززات النشاطية: هي عبارة عن نشاطات معينة يحبها المسترشد تسمح له القيام بها عند تأديته للسلوك المرغوب فيه مثل الألعاب الميكانيكية أو السباحة أو مشاهدة التلفاز بعد تأديته لواجبه المدرسي ، كما يمكن للمعلم في هذا النوع من التعزيز أن يقوم بملاحظة ومراقبة السلوك اليومي للطفل (العمايرة ، ٢٠٠٧، ٢٥) ، حتى يتسنى تحديد السلوك المهم لديه لإعطائه في وضعيات تعليمية مختلفة على شكل مهامات حتى تزداد مردوديته في ذلك النشاط ويكون محبباً لديه أي انتقاء المعزز يتماشى وطبيعة مجال اهتمامات الطفل في تعديل سلوكياته وتتمثل في : ممارسة الألعاب الرياضية ، المشاركة في الحفلات المدرسية ، المشاركة في النشاطات الترفيهية ، الاشتراك في تصميم مجلة حائطية ، الرسم ، إعطاءه دور قائد في القسم وحراسته ، مساعدة زملائه في بعض الواجبات المدرسية وغيرها .

المعززات الاجتماعية : هناك عدة معززات يقدمها المعلم داخل الصف بعد القيام بالسلوك المطلوب مباشرة ، فهي مثيرات طبيعية لا تؤدي إلى الاشباع في غالبيتها عكس المعززات الغذائية وتتمثل في : التعزيز اللفظي كأن يقول : (ممتاز، جيد، واصل ، عبقرى) الابتسام ، التصفيق ، المصافحة ، إعطاءه شهادة تقدير ، تعيين التلميذ رئيساً للقسم ... إلخ

٢- تكلفة الاستجابة: إن الشخص الذي يدفع مخالفة بسبب سرعته الزائدة في أثناء قيادة السيارة ، أو يدفع غرامة نتيجة تأخره في دفع الرسوم ، يكون قد تعرض لخبرة تكلفة الاستجابة وهكذا ، فإن تكلفة الاستجابة هي شكل من أشكال العقاب يسحب فيه المعزز الإيجابي كنتيجة لحدوث سلوك محدد ، وهذا يؤدي

بالتالي الى خفض احتمالية حدوث ذلك السلوك في المستقبل ، وإذا لم يخفض السلوك عند تطبيق الاجراء ، فيعني هذا أن الاجراء غير فعال ، وبالتالي فإن علينا مراجعة هذا الاجراء المستخدم و اتخاذ القرار مرة أخرى ، وقد يتداخل تكلفة الاستجابة مع العزل ، بسبب أن العزل يبعد الوصول الى التعزيز الإيجابي لفترة من الوقت بعد حدوث سلوك محدد، ولكن تكلفة الاستجابة لا تعني فقدان لوصول الى المعززات إلا أن المعززات المكتسبة سابقا تزال كنتيجة لحدوث سلوك محدد. (الزريقات، ٢٠٠٧ : ٣٥٢)

٣- النمذجة : هي قيام النموذج بتأدية سلوك معين بهدف إيضاح ومساعدة شخص آخر يطلب منه الملاحظة والتقليد .وتكمن نتائج النمذجة باكتساب سلوكيات جديدة غير موجودة لديه من قبل ،وقد تؤدي الملاحظة إلى تقليل أو زيادة السلوكيات الموجودة أصلا لدى الملاحظ . (الدوايدة ،٢٠٠٩ : ٦٤)

أنواع النمذجة : للنمذجة عدة طرق للتطبيق :

النمذجة الحية : وفيها يتم تقديم النموذج من خلال الأفلام المصورة .

النمذجة بالمشاركة : وفيها يراقب النموذج في البداية ثم يقوم بتأدية السلوك المطلوب بنفسه مع تقديم التقين من النموذج وإخفاؤه تدريجيا إلى أن يصبح قادرا على القيام به بمفرده. وهنا المتعلم أكثر إيجابية بالتعليم . (منذر وسام ،٢٠١٣ : ٦٢)

٤-الاقتصاد الرمزي: هي أشياء مادية يمكن توفيرها مباشرة بعد حدوث السلوك من أجل استبدالها في وقت لاحق بمعززات مختلفة ومن أمثلة الرموز التقليدية المستخدمة (الطوابع ، النجوم ، القطع البلاستيكية ، الأزرار) ، ومن خصائص هذه الرموز أن تكون غير ثمينة بحيث يمكن الحصول عليها بسهولة ، كما يجب الامتناع عن الرموز المدهشة للأطفال ، والرموز التي لا تتلف بسهولة .

((Kokaridas&al at ,2013 :81))

ولهذه التقنية إيجابيات وسلبيات تتعلق بالمعززات المستخدمة وتتمثل في :

ايجابياته :

- سهولة تقديم المعززات الرمزية بعد حدوث السلوك المستهدف مباشرة مع إمكانية إعطاء عدة معززات لعدة استجابات دون حدوث الاشباع .
المعززات الرمزية تشجع الطالب على المشاركة في صياغة الأهداف .
تزيد دافعية الطالب في تعلم الأهداف . (الحلح ، ٢٠١٥: ٥٦)

سلبياته :

المعززات الرمزية كالنفود تولد التنافس والمشاجرة بين الأطفال .
قد تتعرض المعززات الرمزية للسرقة أو الفقدان .
الاقتصاد الرمزي وسيلة لتأدية الفرد لسلوكيات مقبولة وليس هدفا في حد ذاته . (الخطيب ، ٢٠٠٣: ٢٨٩)

٥- أسلوب حل المشكلات: تنسب هذه الاستراتيجية للعالم الروسي هنري التشر (Henry Altshuller) وهي من الاستراتيجيات التي برزت حديثا، ويقصد بها " مجموعة العمليات التي يقوم بها الفرد مستخدما المعلومات والمعارف التي سبق له أن تعلمها، والمهارات التي اكتسبها في التغلب على موقف بشكل جديد وغير مألوف في السيطرة عليه، والوصول إلى حله، وذلك من خلال استخدام مجموعة من الخطوات المتتالية هي:

الشعور بالمشكلة، ومن ثم تحديدها ووصفها بدقة، ثم تحليلها للتعرف على عناصرها الأساسية، وجمع البيانات والمعلومات المرتبطة بها، وأخيرا اقتراح الحلول ودراستها دراسة متأنية ناقدة للوصول إلى الحل الأمثل. (أبو هديروس ، ٢٠١٦: ١٢٠).

٦- التدريب على السلوك التوكيدي : يعد التدريب على السلوك التوكيدي واحدا من الأساليب والأنواع المبسطة في المساعدة التي شاع استخدامها في التعامل

مع بعض أنواع الاكتئاب، بل مع العديد من الاضطرابات العقلية بما في ذلك أكثرها تعقيداً كالفصام. وبدأ استخدام أسلوب التدريب على السلوك التوكيدي في علاج بعض أنواع الاكتئاب إلى أن بعض أن واع الاكتئاب يرجع أساساً إلى وجود حالات من القلق يتعرض لها Wolpe وتوصل (wolpe.1986,499) الفرد في المواقف الاجتماعية، مما يؤدي إلى افتقاره القدرة على ضبط تلك المواقف وتفيد هذه التقنية عندما يكون مصدر القلق خارجي) أي قادماً من الآخرين (. ومعنى تأكيد الذات هنا هو "الاصرار على بلوغ هدف معين والحصول على اعتراف الآخرين بالمطالب الذاتية واثبات الفرد لوجوده، واحترام الآخرين لاستقلاليتهم (الزارد، ٢٠٠٥: ١٠٢) .

٧-التعاقد السلوكي : حول اتفاقية مكتوبة مع الطالب حول موضوع ما ويحدد فيه ما هو مطلوب من الطالب ونوع المكافأة من المرشد ويلزم فيها الطرفان التزاماً صادقاً ،ولابد أن يتصف هذا الاجراء في تعديل السلوك من التهديد والعقاب ، وان يكون إيجابياً وعادلاً والتعزيز فيه فوراً حسب النموذج المعتمد (أنظر الى الملحق ١). (أبو السعد أحمد ، ٢٠١٥ : ٣٨٤)

محتويات العقد السلوكي :

يشتمل على عنصرين أساسيين كما حددها (أبو السعد، ٢٠١٥ ، ١٦٩-١٧٠):

أولاً : المهمة المطلوبة :وتشمل على :

١-من هو الشخص الذي سيؤدي المهمة.

٢-ماذا سيفعل الشخص.

٣-متى سيقوم الشخص بتأدية المهمة.

٤-ماهي شروط قبول الأداء.

ثانياً: المكافأة التي سيحصل عليها عند التنفيذ

من الذي سيحكم على الأداء ويقرر إعطاء المكافأة .

ماهي المكافأة .

متى ستعطى المكافأة .

ما كمية المكافأة .

مثال عملي في المؤسسة التربوية حول عقد سلوكي بسيط

الطرف الأول : دعاء

الطرف الثاني : المعلمة نوال

المهمة : أن تحفظ دعاء كل يوم حرفا من الحروف الابجدية حتى الحرف د

التدقيق :تقوم المعلمة بقراءة جدول الحروف وتسميعها لدعاء وفي اليوم الثاني أو

الثالث يتم منحها علامة على الحفظ .

المكافأة : السماح لدعاء بالتقاط سورة جماعية مجانا.

٧- فنية الواجب المنزلي :

تمثل هذه الفنية الأساس الذي يقوم عليه العديد من البرامج العلاجية والارشادية في تعديل السلوك ، وهي قائمة على إعطاء المسترشد واجب منزلي في صورة تدريبات وتمارين مرتبطة بتعديل السلوك غير مرغوب فيه ، وهذه الواجبات تعد بطريقة خاصة بحيث تكون مرتبطة بالأهداف العلاجية ، ويفضل أن يتم انتقاء هذه الواجبات المنزلية من موضوعات الجلسة العلاجية حتى تكون مناسبة لعلاج المشكلة (جوان محمود ٢٠١٥:٧٦٤).

٨- الكرسي الخالي :

تقوم هذه الطريقة على وضع كرسيين كل منهما يواجه الآخر ، أحدهما يمثل الطالب والثاني يمثل شخصاً آخر سبّب المشكلة للطالب أو الجزء السلبي في شخصية الطالب، وعلى المرشد أن يقترح عبارات يقولها الطالب للكرسي الخالي، فيقولها الطالب ويكررها، وفي هذا الأسلوب تظهر الانفعالات والصراعات والمرشد يراقب الحوار ويوجهه وهذا ينمي الوعي لدى الطالب.

(<http://www.uobabylon.edu.iq>)

٩- **الاقصاء أو الابعاد**: يعرف الاقصاء على أنه اجراء عقابي يعمل على تقليل السلوك غير مرغوب فيه من خلال إزالة المعززات الإيجابية مدة زمنية محددة بعد حدوث ذلك السلوك مباشرة (بطرس حافظ بطرس ،٢٠١٠: ٢٧٠)، ويمكن أن يأخذ الاقصاء أحد الشكلين :

١- إقصاء الطفل عن البيئة المعززة وذلك بعزله في غرفة خاصة لا يتوافر فيها التعزيز وتسمى غرفة الاقصاء أو العزل .

٢- سحب المثيرات المعززة من الطفل لمدة زمنية محددة بعد تأدية السلوك غير مرغوب فيه مباشرة .

١٠- **الممارسة السلبية (الاتعاب)** : هي ارغام الفرد على القيام بممارسة السلوك غير مرغوب فيه بشكل متواصل مدة زمنية محددة . (جمال الخطيب ،٢٠٠٣:)

١١- **التصحيح الزائد** : هو اجراء يشمل على توبيخ الفرد بعد قيامه بالسلوك غير مقبول ، وتذكيره بما هو مقبول ، وما هو غير مقبول ومن ثم يطلب منه إزالة الاضرار التي نتجت عن سلوكه غير مقبول . (جمال الخطيب ،٢٠٠٣: ٢٦١)

ومثال ذلك من خلال عمل الباحثة كمدرسة في التعليم الابتدائي لاحظت بعض المشكلات السلوكية الشائعة التي يمكن ان نستخدم فيها هذا النوع من فنيات الارشاد السلوكي والتي تؤدي الى نتائج إيجابية وتوقف مشكلة السرقة نهائيا ، ويتم تطبيق هذا الإجراء عبر مرحلتين الأولى يطلق عليها بالتصحيح البسيط ويتمثل في مطالبة السارق بإرجاع ما سرقه من زميله ألوان ، قطعة حلوى... الخ ، ثم نلاحظ مدى استجابة هذا السارق هل تتكرر معدلات السرقة ام تنخفض ، في حالة ما اذا كان زيادة في السلوك غير مرغوب فيه ، نجأ الى الاجراء الثاني الذي يعتمد التوبيخ أو التصحيح الزائد المتمثل في توبيخ السارق وارجاع ما تم سرقته بالإضافة الى تعويض السارق من خلال احضار الطفل لمجته الخاصة

زايد لمجة زميله ، وبهذه الطريقة سوف تقل الاستجابات غير مقبول نهائيا وتضعف .

١٢-التحصين التدريجي :و هو إزالة الحساسية تدريجياً تعتمد هذه الفنية على محور الاستجابة الانفعالية غير المرغوبة (كالقلق أو الخوف الناتج عن مثير ما) ، واستبدالها باستجابة أخرى مرغوبة مضادة لها مع نفس المثير. مثلاً: الشخص الذي يخاف ركوب الطائرة إذا استطعنا تقديم المثير وهو ركوب الطائرة دون أن تحدث أعراض القلق والخوف فإن ذلك من شأنه أن يضعف الرابطة بين الطائرة واستجابة القلق وبالتالي تنطفيء الاستجابة غير المرغوبة باستخدام التحصين التدريجي الذي يعني التخلص التدريجي من ارتباط السلوك المضطرب "القلق" بشيء أو موقف معين كركوب الطائرة. وتتم هذه الطريقة بتحديد المثيرات التي تثير خوف المريض ، فنبدأ بالمثيرات الأقل إثارة للخوف إلى أكثرها إثارة ثم تعريضه لها وهو في حالة استرخاء عضلي و ذهني بصورة متدرجة حتى نصل إلى الأكثر إثارة ثم إلى المثير الأصلي. ومع التكرار يحدث كف تدريجي للخوف وللقلق ثم تصبح المثيرات المخيفة غير مخيفة أو مؤلمة.

ويجب مراعاة عدة اعتبارات هامة:

- يجب أن تكون غرفة الإقصاء خالية من المعززات الإيجابية في مثل التي يجدها في المنزل أو المدرسة أو في بيئته العادية وإلا قام الفرد بالسلوك غير مرغوب فيه من أجل دخوله لغرفة الإقصاء.
- يجب القيام بعملية الإبعاد بهدوء قدر الإمكان وعدم الدخول في مناقشة مطولة ويكفي تذكيره فقط بأن ما فعله جزاءه الإقصاء.
- استخدام هذه العملية بعد استنفاد الفنيات الإيجابية وعدم استخدامها مع الحالات التي تخاف من الانفراد والحبس كما يفضل تعزيز السلوك المرغوب المضاد للسلوك الخاطئ مع الإقصاء.

• فورية الإقصاء ضرورية حتى يتمكن الفرد من الربط بين الإقصاء والسلوك وتستخدم هذه الفنية كثيراً مع الأطفال ، وفي حل المشكلات السلوكية داخل الفصل مثل (العدوان ، المشاكسة ، الثرثرة والتخريب). (

<http://www.alnafsy.com/articles>

١٣- الغمر : تعتمد طريقة الغمر على تعريض الفرد الذي يعاني من القلق أو الخوف بشكل مباشر إلى المثير الذي يبعث فيه القلق أو الخوف، والفكرة الرئيسية التي يقوم عليها أسلوب الغمر هي التعريض السريع للمستشدد لذلك المثير المشروط الذي يخاف منه بدلاً من تعريضه على فترات أو بالتدريج. ومثال على ذلك:

" كان هناك سيدة تعاني من خوف شديد من الركوب في المصاعد الكهربائية استمر معها لأكثر من عشر سنوات وقد استخدم أحد المعالجين لها بأن قام باصطحابها معه إلى المصعد لمرة واحدة ثم تركها بعد ذلك بمفردها وبعد نصف ساعة من المعالجة تناقصت مخاوفها بشكل كبير.

وفي الوقت الحاضر يستخدم أسلوب الغمر مع المواقف المثيرة للقلق أو الخوف، ومن إيجابيات هذا الأسلوب سرعته في التأثير أما سلبياته فتتمثل في أنه قد تكون نتيجته عكسية فتزيد من الاستجابة المشروطة (القلق أو الخوف) بدلاً من إطفائها. مثال على ذلك: إجبار طفل يخاف من الكلاب من مشاهدة مجموعة من الكلاب مما يزيد من خوفه بدلاً من إطفاء الخوف لديه. (

<http://www.uobabylon.edu.iq>