نماذج مختلفة من فنيات العلاج السلوكى المستخدمة فى تنمية المهارات الحياتية الشخصية والإجتماعية لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم

إعداد

سحر صبحى هاشم حسن

باحثة لدرجة الماجستير بقسم الصحة النفسية

كلية التربية بالغردقة – جامعة جنوب الوادي

مستخلص:

هدفت هذه الدراسة التعرف على فنيات العلاج السلوكى المستخدمة فى تنمية المهارات الحياتية الشخصية والإجتماعية ولدى الطلاب ذوى صعبوبات التعلم حيث أن المهارات الحياتية الشخصية والإجتماعية يصعب إكتسابها بشكل تلقائى وبسهولة من قبل الطلاب ذوى صعوبات التعلم ؛ ومن هنا برزت أهمية البرامج السلوكية التى تستهدف تنمية المهارات الحياتية الشخصية والإجتماعية لهذه الفئة بإستخدام فنيات علم النفس والتى تأتى فى مقدمتها الأساليب السلوكية الحديثة التى تعتبر من نتاج المدرسة السلوكية الحديثة التى أسسها العالم السيكولوجي سكنر.

ومن هذه الأساليب هى التعزيز ؛ التشكيل ، النمذجة ، أداء الأدوار ، التسلسل ، التلقين، الاخفاء ، التعزيز والتعليم بالنموذج معاً ، التدريب على حل المشكلات ، فنية الواجبات المنزلية .

الكلمات المفتاحية :- - تعريف العلاج السلوكي – فنيات العلاج السلوكي

Different Modules of Behavioral Therapy Techniques used in developing Social and Personal Life Skills of Students Learning Difficulties

By
Sahar Sobhy Hashem Hasan
Educational Media Specialist at Hurghada Educational Administration
MA Studuent at Mental Health Department, Hurghada faculty of Education South Valley University

Abstract:

This study aimed at recognizing the techniques of the behavioral therapy which are used in developing the personal and social skills of life with the students with difficulty of learning because it is hard for them to acquire these skills spontaneously. From this point , the importance of the behavioral programs which aimed at developing the social and personal skills of life appeared by using the techniques of psychology with its modern behavioral ways which is considered the production of the modern behavioral school which was established by Scaner " the psychological scientist". These styles: are supporting , shaping , role playing, sequencing, initiation, hiding, supporting and teaching with model, Problem solving, techniques of home assignment

Key Words: Behavioral Therapy – Behavioral Therapy Techniques

مقدمة :

العلاج السلوكي (Behavioral Therapy) : أسلوب من الأساليب الحديثة يقوم على أساس إستخدام نظريات وقواعد التعلم ؛ ويعتمد على مجموعة كبيرة من الفنيات العلاجية التى تهدف الى إحداث تغير إيجابى بناء فى سلوك الانسان وبصفة خاصة سلوك عدم التوافق (الشناوى ؛ 1998) .

وقد عرفه (عبد الستار إبراهيم ، 1994: ص35) ببساطة شديدة على أنه شكل من أشكال العلاج يهدف إلي تحقيق تغيرات في سلوك الفرد تجعل حياته وحياة المحيطين به أكثر إيجابية وفاعلية ، ويهدف العلاج السلوكي لتحقيق هذا الهدف بالحقائق العلمية والتجريبية في ميدان السلوك0

ويعتبر العلاج السلوكي شكل من أشكال العلاج النفسي ، ويعتمد علي نظريات التعلم ، ويفترض أن الاضطراب هو ناتج خاطئ عن طريق الاشتراط (nditionioningCo) وهذا النوع يهدف إلي إزالة الاضطراب من خلال فك الاشتراط (Denditioning –CO) ثم إعادة الاشتراط (Conditionioning Re–) ، كما يقوم التعديل السلوكي علي فنية التعلم الملطف والتي تركز علي رد فعل استخدام العقاب 0 (وليام كرين، 1996: ص61)

وقد عرفته (فايزة ؛ 2009) إجرائياً : العلاج السلوكي هو البرنامج الذي سوف يتم تطبيقه علي الطفل بمساعدة المعلمة أو المشرفة في المركز" وهو عبارة عن مجموعة سلوكيات مرغوبة مثل تنمية المهارات الاجتماعية ، والتفاعل مع الأشخاص ،والتعليم بالتقليد ، النمذجة ، التسلسل ،والتدريب حس حركي باللعب وتنمية الانتباه والإدراك بهدف تنمية بعض التعبيرات الانفعالية كما يدركها الطفل ،لتوجيه الطاقة والسلوكيات غير المرغوبة لوجهة إيجابية0

كما عرفه (Niraj & Jaypee 228 :2006,) العلاج السلوكي بأنه نوع من أنواع العلاج ، مبني علي نظريات التعلم ويهدف إلي إحداث تغيير في السلوك غير

تكيفي للفرد واستبداله بسلوك تكيفي.

ويستند تطور طريقة العلاج السلوكى الى رصيد هائل من نتائج بحوث علم النفس التجريبي التى كان هدفها تغير وتعديل السلوك مباشرة والتى كان من اثارها انه اصبح من الميسور معرفة كيف نضبط وكيف نعدل السلوك وكيف نمحو تعلم أنواع السلوك التى نرغب فى التخلص منها .

على العموم فان العملية العلاجية تسير على النحو التالى :

- تحديد السلوك المطلوب تعديله أو تغيره .
- تحديد الظروف التى يحدث فيها السلوك المضطرب .
- تحديد العوامل المسئولة عن إستمرار السلوك المضطرب .
- إختيار الظروف التى يمكن تعديلها او تغييرها .
- تعديل الظروف السابقة للسلوك المضطرب .
- تعديل الظروف البيئية .

وحيث أن المهارات الحياتية الشخصية والإجتماعية يصعب إكتسابها بشكل تلقائى وبسهولة من قبل الطلاب ذوى صعوبات التعلم ؛ ومن هنا برزت أهمية البرامج السلوكية التى تستهدف تنمية المهارات الاجتماعية لهذه الفئة بإستخدام فنيات علم النفس والتى تأتى فى مقدمتها الأساليب السلوكية الحديثة التى تعتبر من نتاج المدرسة السلوكية الحديثة التى أسسها العالم السيكولوجى سكنر .

و يرى الباحثون أن العلاج المعرفي للسلوك يقوم على مجموعة من الفنيات الفعالة التي يجب أن يكون المعالج متمكن منها ,وقادرا على أدائها بكل كفاءة ، إلا أن العلاج غير مقصور على المرشدين والمعالجين فقط بل يمتد إلى فنيات يستخدمها الآباء والمعلمون (نقلا عن على دبابش : 2011)

وهذه الاساليب هى :

1. التعزيز .
1. التشكيل .

1. النمذجة .
2. أداء الأدوار .
3. التسلسل .
4. التلقين .
5. الاخفاء .
6. التعزيز والتعليم بالنموذج معاً.
7. التدريب على حل المشكلات .
8. فنية الواجبات المنزلية.

والباحثة فى هذه الدراسة ستقوم بتناول هذه الفنيات السابق ذكرها بشكل تفصلى حيث أنها تعتبر من أساسيات تطبيق أى برنامج سلوكى .

فنيات العلاج السلوكى المستخدمة فى تنمية المهارات لدى الطلاب ذوى صعوبات التعلم :

هناك العديد من الفنيات التي تساعد الطلاب ذوى صعوبات التعلم فى تنمية المهارات الحياتية الشخصية والإجتماعية لديهم . ومن أشهر هذه الفنيات:

أولا : التعزيز .

هو زيادة وتقوية السلوك نتيجة لما يقع بعدة من معززات يمكن أن تكون إيجابية و يمكن أن تكون سلبية

(الشناوى وعبد الرحمن 1998) . ويرى كورزيني) Corsini ١٩٨٧ (أن التعزيز بأنواعه (المادي واللفظي) يجب أن يكون من المكونات الأساسية في برامج تعديل السلوك المعدة للأطفال المتخلفين عقلياً.

ويعرف التعزيز وظيفيا: من خلال نتائجه على السلوك ، فاذا أدت توابع السلوك إلى زيادة إحتمال حدوثه فى المستقبل ، تكون تلك التوابع معززة ويكون ماحدث هو التعزيز نفسه (حواشين ، 2002).

وذكرت (أميرة ، 1998) أنه بالنسبة لأسلوب التعزيز، فإنه يجب مراعاة عدة شروط

من أهمها:

1. أن يكون المعزز محببا إلًى نفس الطفل لكي يبذل جهده للحصول عليه.
2. أن يكون المعزز فوري ويقدم فور ظهور الاستجابة المرغوبة.
3. أن تراعى التفضيلات الفردية للأطفال عند تقديم المعزز.

أنواع التعزيز:

1- التعزيز الايجابى : ظهور حدث سار نتيجة لاستجابة ما ، ويترتب عليه تكرار هذه الاستجابة نسمى ذلك تعزيزا ايجابيا .مثال ذلك إذا أتى شخص ما بسلوك معين ؛ وأدى ذلك الى حصوله على مكافاة يعتبر ذلك تعزيرا ايجابيا .

شروط التعزيز الايجابى :

هناك قواعد وضعها العالم النفسى توماس (Tomas 1968) لتفعيل التعزيز الايجابى وهى على النحو التالى :

- الاستجابة المراد تعزيزها يجب أن تولد أولا وتثأر وإلا فإن التعزيز يكون مستحيلا .
- يجب أن لا يتأخر التعزيز فكلما كان سريعا وفوريا كلما كان ناجحا .
- المعززات الملائمة لسلوك معين عند فرد ربما لا تكون ملائمة لفرد آخر.
- التعزيز لاى استجابة مرغوبة تمت إثارتها هو الاكثر فعالية فى ترسيخ السلوك المرغوب. (نقلا عن الحجار ، 2000 : 126-127)

2 – التعزيز السلبى : إسبعاد مثيرات غير سارة ؛ إقترنت بسلوك ما مما يؤدى الى تقوية السلوك او إزدياد ظهوره . ويمكن تميز التعزيز السلبى بما يأتى :

- شىء يكرهه الطفل او يحتاج إليه أو أى شىء يسبب له الالم .
- يضعف الاستجابة التى تسبقه أو تتبعه مما يقلل من إمكانية إعادتها .
- يطمس السلوك غير المرغوب بها (حواشين ، 2002) .

وهناك تصنيفات آخرى متعددة للمعززات المستخدمة فى العلاج السلوكى ، فهى **تنقسم الى عدة أقسام ومنها مايلى :**

- معززات آولية : وتأتى على شكلين :

1. معززات غذائية : مثل الاطعمة ؛ المشروبات ؛ الحلويات .....وهذه المعززات تستخدم على نطاق واسع مع الاطفال وخصوصا الاطفال من الفئات الخاصة مثل المتخلفين عقليا . هناك محاذير من الافراط فى إستخدام المعززات الغذائية مع الاطفال لان الافراط فيها قد يحدث نوعا من الاشباع لدى الطفل وبالتالى يفقد التعزيز فعاليته .

1. **معززات مادية: مثل القصص المصورة ؛ الدمى ؛ السيارات الصغيرة ....**

- معززات رمزية :

عبارة عن بطاقات ملونة مرسوم عليها وجوه باسمة أو نجوم تقدم للطفل عند حدوث السلوك المرغوب فية وتستبدل فيما بعد بمعززات ذات قيمة غذائية او مادية او نشاطية ... وهذا الاسلوب يستخدم بشكل كبير مع الاطفال المتخلفين عقليا والاطفال بشكل عام عند تنمية المهارات الاجتماعية .

- المعززات النشاطية :

تعتمد هذه المعززات على حب الطفل لانشطة معينة تستهويه أكثر من غيرها بحيث يوظفها المعالج فى تعديل بعض السلوكياته الخاطئة ومنها ..مشاهدة مبارة كرة قدم ، حضور مسرحية ؛ الرسم ؛ لعب الكرة ...وهذه المعززات تتميز بأن الطفل لا يعانى من حالة اشباع عند استخدامها كما هو الحال مع المعززات الغذائية فهى معززات لا يمل الطفل منها لان عنصرى الحركة والمتعة يتوافران فيها .

- المعززات الاجتماعية :

1. معززات لفظية : ومنها ما يردده الاباء والمعلمون لتشجيع الطفل مثل : ممتاز ، أحسنت ؛ رائع ، شكرا لك ، جهود جميلة ...

1. معززات جسدية : وهى ما يصدر عن أعضاء الجسم من حركات من قبل الوالدين والمعلمين ازاء سلوكيات الطفل مثل تحريك الرأس ، الابتسامة ، وضع

اليد على الكتف .

مميزات المعززات الاجتماعية :

2. سهولة توظيف هذه المعززات فمن الممكن تقديمها بشكل فورى ومن الممكن تقديمها فرديا او جماعيا .
1. سهوله ربط هذه المعززات بمعززات آخرى (مادية او رمزية) .
3. سهولة حدوث هذه المعززات يوميا بشكل طبيعى كإحداث مستساغة اجتماعيا (الخطيب ، 2001).

العوامل المؤثرة فى فعالية التعزيز :

يتاثر التعزيز سالبا او إيجابا بمجموعة من العوامل أبرزها .

1. توقيت التعزيز : ويقصد بة تحديد الوقت المناسب لتقديم المعزز ، إذ إن أكثر المعززات الايجابية فاعلية هى التى تأتى مباشرة بعد حدوث الاستجابة المطلوبة ، إما إذا تآخر تقديم المعزز إلى وقت آخر فإن ذلك يعمل على تداخل بين المعززات والاستجابات الاخرى ، والتى قد تكون دخلية على السلوك المرغوب فيه ، ومن هنا جاءت أهمية فورية التعزيز.
2. إشتراك الطفل : يقصد به إشراك الطفل فى .
3. تحديد السلوك المراد تعديله .
4. تحديد المعززات المحببة له وفقا للمعايير الاجتماعية والجوانب الاقتصادية للاسرة.
5. انتظام التعزيز : التعزيز الفعال هو ما خطط له بشكل منظم ؛ وفق قوانين معينة ؛ فكل تعزيز عشوائى مصيرة الفشل ، فالمهم تعزيز السلوك يتواصل فى مرحلة إكساب السلوك ، وبعد ذلك أى فى مرحلة المحافظة على إستمرارية السلوك نستخدم التعزيز المتقطع ، ولتفغيل التعزيز بشكل جيد لابد من إستخدام جدوال للتعزيز والتى تنقسم الى نوعين :
6. جدول التعزيز المتواصل : وفيها يتم تقديم المعزز بعد كل إستجابة

صحيحة وأكثر ما يفيد هذه الجدوال فى الحالات التى نريد فيها اكساب الطفل سلوكيات معينة جديدة ومع ذلك فهى تواجه جملة من الانتقادات من ابرزها :

7. كثرة التعزيز يؤدى الى الاشباع مما يفقد التعزيز قمته .
8. التعزيز بشكل متواصل يتطلب جهدا كبيرا من جانب المعالج ومن يساعده فى المنزل أو فى المدرسة
9. سرعة إنطفاء السلوك بعد تعطيل جدول التعزيز المستمر.
10. جداول التعزيز المتقطع : وهى جدوال يتم بموجبها تقديم المعزز بعد عدد معين من الاستجابات الصحيحة ، ولذا كل السلوكيات التى تخضع لجداول التعزيز المتقطع قلما تنطفىء ، ولذا تستخدم هذه الجداول للمحافظة على السلوك وذلك بعد إستخدام جداول التعزيز المتواصل فى مرحلة إكساب السلوك .
11. مقدار التعزيز : من المهم ان تتناسب كلمة التعزيز مع مستوى أداء السلوك المرغوب فية سواء كان المعزز سلوكا لفظيا او ماديا ؛ فكلمة جيد لست بقدر كلمة رائع .
12. التنويع : أى تنويع المعززات سواء الكلمات أم المعززات المادية أم الغذائية مما يزيد بدوره دافعية الطفل إتجاة السلوك المرغوب .
13. درجة صعوبة السلوك : كلما كان السلوك المستهدف تعديله أو إكسابه للطفل معقدا كلما كانت كمية التعزيز المطلوبه كبيرة .
14. التحليل الوظيفى : يجب أن يستند استخدامنا للمعززات إلى تحليلنا للظروف البئية التى يغيش فيها الفرد، وهذا بساعدنا على تحديد المعززات الملائمة للفرد .

2. الجدة : أى الاتيان بمعززات غير مالوفة لدى الطفل مما يجعل المعزز أكثير فعالية على السلوك المراد تعديله او إكسابه للطفل (الخطيب 2001 ،

حواشين 2002 وعبد الرحمن 1998) .

ثانيا : التشكيل .

ويعرف أحيانا باسم التقريب المتتابع أو مفاضلة الاستجابة والمقصود به ذلك الاجراء الذى يعمل على تحليل السلوك الى عدد معين من المهمات الفرعية وتعزيزها حتى يتحقق السلوك النهائى. (الشناوى وعبد الرحمن ، 1998)

خطوط تشكيل السلوك :

1. تحديد وتعريف السلوك النهائى بدقة وموضوعية على شكل هدف سلوكى (السلوك المرغوب قية) . والهدف من ذلك تعزيز التقارب التدريجى من السلوك المستهدف مع تجنب تعزيز السلوكيات التى لا نريدها .
2. تجزئة السلوك المؤدى الى السلوك النهائى الى سلوكيات فرعية يعرف كل منها بالسلوك المدخلى .

بحيث يكون قريبا جدا من السلوك المستهدف.

1. تعزيز كل خطوة تقترب من السلوك النهائى ، وذلك بإختيار المعززات الفعالة للمحافظة على درجة عالية من الدافعية لدى الفرد .
2. عدم الانتقال إلى الخطوة اللاحقة قبل التاكد من نجاح الفرد فى الخطوة السابقة .
3. عند الانتقال من مرحلة إلى مرحلة فإننا نتوقف عن تعزيز المرحلة السابقة ونحرص على تنويعها فى المرحلة اللاحقة لزيادة دافعية الطفل (حواشين ، 2002) .

ثالثا: التسلسل .

يعرف بأنه ألاجراء الذى يتم من خلاله تقسيم السلوك المستهدف إالى عدد من الحلقات المكونة له ؛ مع تعزيز الحلقة الاخيرة منه .

خطوط التسلسل :

1. تحديد السلوك النهائى (المستهدف) .

2. تحليل السلوك النهائى الى عدد من الحلقات المتسلسلة والمترابطة .
3. تعزيز السلوك النهائى .
4. لا يتم الانتقال من سلوك الى سلوك أخر إلا بعد نجاح السلوك السابق .

(الشناوى وعبد الرحمن ، 1998)

رابعا: التلقين .

هو إجراء يشتمل على الاستخدام المؤقت لمثيرات تميزية إضافية بهدف زيادة إحتمالية تأدية الفرد للسلوك المستهدف ؛ ونقول مثيرات تميزية إضافية من أجل تميزها عن المثيرات التميزية المتوفرة أساسا فى البيئة ؛ فالمثيرات المساندة لا تصاحب السلوك عادة ؛ وإنما يزودها للشخص شخص آخر لغاية معينة ؛ وبمعنى آخر التلقين هو حث الفرد على أن يسلك سلوكا معينا والتلميح له بإنه سيعزز على ذلك السلوك .

انواع التلقين :

1. التلقين الايمائى : هو تلقين بالاشارة او النظر باتجاه معين مثال ذلك وضع الاصبع على الفم ايماء بالسكوت .
2. التلقين اللفظى : وهو ببساطة تعليمات لفظية فقول المعلم للتلاميذ (افتحوا الكتاب صفحة 100) شكل من أشكال التلقين اللفظى .
3. التلقين الجسدى : هو يقوم على لمس الاخرين جسديا بهدف مساعدتهم على تادية سلوك معين ومن ذلك الاب الذى يمسك يد إبنه ويقول له إمسك القلم هكذا ضع إصبعك هنا (الشناوى وعبد الرحمن ، 1998 ؛ الخطيب ، 2001 ، حواشين ، 2002) .
4.

خامسا : الاخفاء .

هو الازالة التدريجية للتلقين بهدف مساعدة الفرد تادية السلوك المستهدف باستقلالية.

طرق الاخفاء :

ان طرق الاخفاء المناسبة تعتمد على نوع التلقين المستخدم فيمكننا وفقا لذلك إخفاء التلقين تدريجيا على النحو التالى :

1. إخفاء التلقين اللفظى : من خلال تقليل عدد الكلمات المستخدمة كأن نقول تعال بدلا من أن نقول
2. (يا أحمد تعال هنا) أو من خلال تخفيف درجة الصوت .
3. إخفاء التلقين الايمائى : يتم بتقليل حجم الايماء كإستخدام الاصبع بدلا من اليد كلها أو النظرة بدلا من الاشارة .
4. إخفاء التلقين الجسدى: يتم إخفاؤه بتقليل الضغط الناتج من اللمس فبدلا من لمسه بكل اليد يتم لمسه بإصبع واحد (الخطيب 1994 ، الشناوى وعبد الرحمن 1998) .

سادسا : النمذجة .

ويقصد بها إتاحة نموذج سلوكى مباشر (فرد) للطفل ؛ حيث يكون الهدف هو توصيل معلومات حول النموذج السلوكى المعروض للطفل بقصد إحداث تغير مافى سلوكه او إكسابه سلوكا جديد (الشناوى وعبد الرحمن 1998) . ويؤكد كورزيني) Corsini ١٩٨٧ (أن تقديم النموذج القدوة للسلوك من أهم أسس تعديل السلوك لدى الأطفال المتخلفين عقلياً.

انواع النمذجة :

1. النمذجة المباشرة : حيث توجد قدوة فعلية او شخص يؤدى النموذج السلوكى الاجتماعى المطلوب إتقانه أو قدوة رمزية من خلال فيلم أو مجموعة من الصور المسلسة بطريقة تكشف عن خطوات أداء السلوك ؛ أو يقوم النموذج بهذا السلوك فى مواقف فعلية أو رمزية (إبراهيم واخرون ، 1993) .
2. النمذجة الضمنية : وفيها يتخيل المدرب نماذج تقوم بالسلوكيات

الاجتماعية التى يرغب المدرب أن يلقنها للمتدرب .

3. النمذجة بالمشاركة : وفيها يتم عرض السلوك الاجتماعى المرغوب بواسطة نموذج وكذلك أداء هذا السلوك من جانب المتدرب مع توجيهات تقويمية من جانب المدرب. (الشناوى وعبد الرحمن 1998)

وقالت (اميرة ، 1998) أن هناك بعض الإرشادات التي يجب إتباعها عند استخدام فنية التعلم بالنموذج من أهمها:

1. أن يتم عرض النموذج في خطوات سهلة بسيطة قصيرة غير معقدة. وتتدرج في صعوبتها.
2. أن يكون عرض النموذج في اتجاه السلوك المراد إكسابه للطفل.
3. أن يتسم العرض بجذب انتباه الأطفال وإثاراتهم لملاحظة النموذج المعروض والحرص على
4. متابعته وتقليده.
5. أن يقوم مقدم النموذج بالتفاعل الإيجابي مع الأطفال، وتوضيح النقاط المهمة، وجذب انتباه

الأطفال للمتابعة والملاحظة والحث على التقليد.

ويشير أبو نيان (2001) الى ان اسلوب النمذجة يتطلب ان يقوم المعلم بأداء المهمة مستخدما الاستراتيجية المراد تدريسها على مرأى من التلميذ . وأشار الخطيب (2009) الى ان النمذجة تتم وفق الاجراءات التالية :

1. عرض المهارة على السبورة .
2. قيام المعلم بشرح المهارو للطالب .
3. يقوم المعلم بتطبيق المهارة أمام الطالب متحدثا بخطوات المهارة .
4. يقوم الطالب بتطبيق المهارة متحدثا بخطوات المهارة أمام المعلم .
5. يقوم الطالب بتطبيقات أخرى على المهارة وذلك مع مساعدة من المعلم .
6. العوامل المؤثرة فى النمذجة :

7. خصائص النموذج : فالانتباه للنموذج يزداد كلما كان هذا النموذج محببا ومشوقا للمتدرب ؛ ويفضل أن يكون النموذج مناسبا لعمر المتدرب وجنسه .
8. خصائص المدرب : أوضح بندروا Bandura أنه حتى تنجح النمذجة فإن المتدرب يجب أن تتوافر فيه عدة خصائص .

- عمليات الانتباه : ينبغى أن ينتبه المتدرب للموقف أن يستوعب المعلومات التى يعرضها النموذج .
- عمليات الحفظ : فبعد أن يفهم المتدرب جوانب المعلومات الذى ينبه إليها يتم حفظ وتخزين هذه السلوكيات فى صورة .
- إسترجاع (اعادة التوليد) السلوك : حيث يتم استرجاع السلوك المحفوظ فى الذاكرة .
- عمليات الدافعية : فعندما يتوقع المتدرب نتائج إيجابية من أداء السلوك المنمذج فإنه يتوقع أن يقوم بأداء هذا السلوك .

- خصائص مرتبطة بالاجراءات : فموقف النمذجة والاسلوب الذى تتم به قد يتضمن بعض الجوانب التى تؤثر على المتدربين عما إذا كان النموذج يلقى عقابا (الشناوى وعبد الرحمن 1998).

وتعتمد هذه الفنية على نظرية التعلم الاجتماعي ، إذ توجد ثلاث عمليات أساسية لحدوث التعلم بالنمذ جة وهي :

أ- عملية الانتباه:

فمن الضروري الانتباه للنموذج السلوكي لكي يتم التعلم بالملاحظة.ويجب أن يكون النموذج مؤثراً على القائم بالملاحظة كي ينتبه للسلوك المراد تعلمه.

ب- عملية الاحتفاظ:

فمن الضروري أن يتوفر لدى الفرد القدرة على التعلم، فلا يتأثر الفرد بسلوك النموذج المشاهد؛ إلا إذا تذكر السلوك المراد تعلمه.

ج – عمليات الإدراك الحركي:

فالملاحظة لوحدها لا تؤدي إلى تعلم المهارات ،كما أن المحاولات والأخطاء لا تساعد وحدها في تعلم المهارات الحركية، ولكن لابد من الممارسة، ثم التغذية المرتدة لهذا الأداء الممارس، والذي يفيد في معالجة نواحي القصور في بعض جوانب السلوك المتعلم.(عمارة ،2008: 156–160) .

وترى الباحثة أن هذه الفنية ليست بغريبة عنّا كمسلمين في تعلمنا لكثير من القيم والأخلاقيات والسلوكيات المرغوبة. فلقد استخدم الإسلام في تصويره للسلوك المرغوب مجموعة الأساليب التي تعرض نماذج للسلوك وتعرض نتيجةَ القيام بهذا السلوك. فنجد أسلوب القصص القرآني، الأمثال النبوية، أسلوب عرض المواقف. وكذلك نجد في السنة النبوية نماذج توجه سلوك المسلم على مدار اليوم متمثلة في الرسول صلى الله عليه وسلم.ونجد في سيرة السلف الصالح الكثير من النماذج على تعلم مكارم الأخلاق وأنواع السلوك المرغوب.

سابعا : أداء الدور .

يتضمن أداء الدور منهجا آخر من مناهج التعليم الاجتماعى يدرب الطفل بمقتضاه على تمثيل جوانب من المهارات الاجتماعية حتى يتقنها .. ولاجراء هذا الاسلوب يطلب المدرب من الطفل الذى تنقصه المهارات الاجتماعية ان يؤدى دورا مخالفا لشخصيته ؛ او ان يقوم باداء دور طفل جرىء . وأحيانا يتم تطبيق هذا الاسلوب بتشجيع الطفل على تبادل ألادوار بتدريب المهارات الاجتماعية . وهذا ألاسلوب يتطلب من الطفل أن يؤدى الدور المطلوب تحقيقه أى أن ينتقل من القيام بدور الخجول إلى دور الجرىء ؛ أو من دور الغاضب الى المعجب الشاكر (إبراهيم واخرون ، 1993)0

مراحل التدريب على أداء الدور :

أوضج ارجايل1984) rgyle) أن التدريب على أداء الدور أو التدخل متعدد الاوجه يسير عبر المراحل التالية :

1. عرض السلوك المطلوب تعلمه أو التدريب عليه واكسابه من قبل المدرب فيعطى نموذجا للتغيرات المرغوبة (كأن يوضح للطفل طريقة مخاطبة الطفل لوالديه ومعلميه) ؛ أو من خلال نماذج تسجيلات صوتية أو مرئية .
2. وقد يعطى المدرب التلقين الواضح للاداء وقد يكون فى صورة شرح لطريقة الاداء .
3. ثم ممارسة السلوك المرغوب او عمل تجربة او التمثيل وأداء الادوار الخاصة أو تتابع أداء الدور للاستجابة المرغوبة .
4. إعطاء تغذية راجعة خاصة بالسلوك الذى أداه الطفل وتصحيح ألاداء وتوجيه إنتباهه لجوانب القصور فيه حتى يتماثل ألاداء مع الغرض المطلوب.
5. من خلال الممارسة المتكررة للاستجابة المرغوبة يتعلم الطفل أداء السلوكيات الجدبدة وتكرار مسلسل أداء الدور أو التجربة (نقلا عن ابوسريع 1993).
6. وأشار الخطيب (2009) الى أنه يتم بهذا الاسلوب اتباع الاجراءات التالية :
7. حالة الانتهاء من الدرس سيتم تبادل الادوار ؛ حيث يقوم الطالب بتمثيل دور المعلم ؛ وسيقوم المعلم بتمثيل دور الطالب ؛ وسيقوم بشرح الدرس.
8. يطلب من الطالب الانتباه والتركيز على الشرح .
9. يقوم المعلم بشرح الدرس أمام الطالب واعطاءه بعض التدريبات على الدرس .
10. يقوم المعلم بسؤال الطالب عن الاشياء التى لم يفهمها .
11. يقوم الطالب بتمثيل دور المعلم واعطاء الدرس ؛ والمعلم يقوم بتمثيل

دور الطالب ؛ مستمعا ومنتبها لشرح الطالب المعلم .

12. يقوم المعلم بعد ذلك بتصحيح الاخطاء التى وقع بها الطالب أثناء الشرح .
13. ثامنا : التعزيز والتعليم بالنموذج معاً.
14. أكدت نتائج معظم الدراسات والبحوث في مجال فنية تعديل السلوك أن استخدام فنيتي التعزيز والتعلم بالنموذج معاً يعتبر من أنسب الأساليب لتعديل سلوكيات النشاط الزائد والاندفاعية لدى الأطفال العاديين والمتخلفين عقلياً. حيث يساعد استخدام هاتين الفنيتين مجتمعتين في البرامج التربوية والتأهيلية الخاصة بالأطفال المتخلفين عقلياً على علاج كثير من المشكلات التي يعاني منها الأطفال المتخلفون بسبب نقص الكفاءة العقلية. (بلامي وآخرون 1989) Bellamy et al) .

تاسعا : اسلوب حل المشكلات .

أشار الخطيب (2009) الى أن أسلوب حل المشكلات يعد من مناحى التدريس التى ترمى الى تنمية عدد من المهارات الفكرية أو الأدائية . ومن ابرز الموضوعات المناسبة للبدريس بهذا الأسلوب هى الرياضيات والعلوم والتربية اجتماعية . وهذه جمعيها تتيح للطالب أن يمارس حل المشكلات ذات العلاقة بالبيئة والمجتمع أو الحياة العملية بناءا على مبادىء ونظريات وحقائق علمية يعرفها الطالب .

مراحل خطوات اسلوب حل المشكلات Problem Solving Skill .

هناك عدة مراحل يجب اتباعها في أثناء حل المشكلة المطروحة وهي:

1- مرحلة إدراك وجود المشكلة : وفيها يدرك الفرد بأن لديه مشكلة فمن المهم أن ينتبه إلى مشاعره عندما يكون متوتراً –مضطرباً– مثاراً..الخ.فالمثير يذكرك بأنك قلق فهناك شئ ما غير سليم.

2- خفض الإثارة:عن طريق التوقف عن التفكير التلقائي (قف وفكر قبل أن

تتصرف)، فضبط النفس يكسر دائرة الإثارة المفرطة، وفرط الإثارة يمكن أن يستثير سلوكيات غير مرغوبة؛ لأنها تستطيع أن تقطع تسلسل حل المشكلة.

3- وضع صياغة للمشكلة :من خلال التركيز على المطلوب عمله، وليس من خلال مسبب الإحباط، وتقدير حجم المعلومات المتاحة، ثم عرض المشكلة في شكل يمكن حله بشكل إيجابي وبهذا نحدد الهدف.

4- التفكير بطريقة الحل البديل: يشير إلى السلوك العقلي المنتج لحلول بديلة عديدة لمشكلة واحدة للاختيار من بينها.

5- التفكير بالعواقب:فإذا فكر الفرد في عواقب الفعل الذي سيقوم به، سواءٌ أكان على نفسه أو على الآخرين أو الأشياء المحيطة به سيكف عن هذا الفعل.

6. مهارة التفكير العلمي:وفيها يتم تقديم إجابات عن الأسئلة؛ مثل لماذا؟ كيف يمكن؟..الخ فهذه مهارة.

7. تقييم النتائج :من خلال النظر إلى السبب والنتيجة والعلاقات بينهما، التعلم من النتائج وهل وصلت إلى اختيار جيد أم لا، تعلم الأخطاء، تجنب لوم الذات على محاولة تغيير التفكير الضعيف غير المجدي، تعلم القيمة الإستراتيجية لحل المشكلات.(عمارة ،2008: 498-499)

وترى الباحثة أنه يجب على الأفراد، في أي جماعة إرشادية أو علاجية أو حتى الأشخاص في الحياة اليومية العادية، استخدام تسلسل حل المشكلات في كل مرة يختبرون أو يعايشون توتراً ذو علاقة متصلة بارتفاع القلق لديهم أو ارتفاع مستوى العدوانية ،أو انخفاض شعورهم بالمسئولية الاجتماعية.

عاشرا : فنية الواجبات المنزلية: Homework Technique

تلعب الواجبات المنزلية دوراً هاماً في كل العلاجات النفسية ولها دور خاص في زيادة فعالية العلاج المعرفي السلوكي؛ إذ إنها الفنية الوحيدة التي يبدأ ويختم بها المعالج المعرفي السلوكي كل جلسة علاجية ، وتساهم في تحديد درجة التعاون والألفة القائمة بين المعالج والعميل، وذلك يؤثر في طريقة أداء العميل في كل خطوات أو مهام البرنامج العلاجي، ويستطيع المعالج تقوية العلاقة العلاجية بتكليف العميل بعمل واجبات منزلية، ويقدم كل واجب منزلي على أنه تجربة مناسبة لاكتشاف بعض العوامل المعرفية المتعلقة بالمشكلة التي يواجهها حديثاً.

وتأخذ الواجبات المنزلية عدة أشكال فيطلب المعالج من المريض تسجيل الأفكار الآلية، والاتجاهات المختلة وظيفياً، أو إجراء تجربة سلوكية أو معرفية لها أهداف محددة ومتعلقة بمشكلته، ويجب أن يلاحظ المعالج أن للواجبات المنزلية دوراً هاماً في زيادة فعالية العلاج المعرفي السلوكي، وتكوين الألفة والتعاون بينه وبين المريض، إذا اهتم بإعطاء واجبات بسيطة ومركزة ومتصلة بمشكلة المريض،وتوضيح الأساس المنطقي لكل واجب منزلي، بالإضافة إلى توضيح كيفية إجرائها والاهتمام بمراجعتها في بداية كل جلسة.(معوض، 1996: 117-118)

مما سبق يرى الباحث أن الواجبات المنزلية تستخدم لتحسين إدراك الأفكار الآلية وعلاقتها بردود الفعل الانفعالية، كما أنها تساعد على تقدم العلاج المعرفي السلوكي سريعاً، وتعطي فرصة للعميل لممارسة مهارات ووجهات نظر جديدة ومنطقية؛ لمعرفة أفكاره المختلة واتجاهاته غير العقلانية ومحاولة تعديلها. كما أنها تُعتبر جزءاً متمماً لنتائج العلاج. (نقلا عن الغامدى : 2011) .

المراجـع

أولاً : المراجع العربية :

1. إبراهيم ، عبد الستار والدخيل ؛ عبد العزيز و إبراهيم ؛ رضوى(1993) : العلاج السلوكى للطفل : اساليبه ونماذج من حالاته . سلسلة عالم المعرفة . الكويت ؛ المجلس الوطنى للثقافة والفنون ولاداب .
2. أبو نيان ، إبراهيم بن سعد (2001) . صعوبات التعلم ؛ طرق التدريس والاستراتيجيات المعرفية . الرياض ، سلسة اصدارات أكاديمية التربية الخاصة .
3. أبو سريع ، أسامة (1993) : الصداقة من منظور علم النفس . الكويت ؛ عالم المعرفة .
4. الحجار ، محمد (2000) : الوجيز فى فن ممارسة العلاج النفسى _ السلوكى . بيروت ؛ دار النفائس .
5. أحمد ، فايزة إبراهيم عبداللاة (2009): " فعالية برنامج علاجي سلوكي في تنمية بعض التعبيرات الانفعالية لدي عينة من الأطفال التوحديين " مؤتمر جامعة دمشق
6. الخطيب ، جمال (2001) : تعديل سلوك الأطفال المعوقين : دليل الأباء والمعلمين . الكويت ؛ مكتبة الفلاح .
7. الخطيب ، عاكف عبد الله (2009) . غرفة المصادر كبديل تربوى لذوى الأحتياجات الخاصة
8. (دليل عملى لمعلمى صعوبات التعلم) . إربد ، عالم الكتب الحديث .
9. الخطيب ، جمال (1994) : تعديل السلوك : القوانين والإجراءات . الرياض . مطبعة الصفحات الذهبية .
10. الشناوى، محمد محروس وعبد الرحمن ، محمد السيد (1998) : العلاج السلوكى الحديث وتطبيقاته . القاهرة .دار قباء .
11. بخشن ، أميرة (1998) : فاعلية برنامج ارشادى فى خفض السلوك العدوانى

لدى المتخلفين عقليا القابلين للتعليم _ مجلة العلوم التربوية ، معهد الدراسات التربوية جامعة القاهرة ؛ العدد

12. (11 ، 157-197).
13. حواشين ، مفيد و حواشين ؛ زيدان (2002) : ارشاد الأطفال وتوجيهم . عمان : دار الفكر .
14. وليام كرين ، ترجمة هناء المسلم (1996) :: " الأطفال التوحديون ، مرشد للآباء ، كونستال ، لندن ، دار النشر العربي بعد الترجمة.
15. 11-عبد الستار إبراهيم (1994) : العلاج السلوكي المعرفي الحديث وأساليب ، وميادين تطبيقه ، القاهرة ، دار الفجر للنشر والتوزيع .
16. 12-عبد الستار إبراهيم , عبد العزيز بن عبدالله الدخيل, رضوان إبراهيم (1993) . العلاج السلوكي للطفل: أساليبه ونماذج من حالاته. الكويت, المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب : عالم المعرفة.العدد
17. 13-على دبابش : (2011) فعالية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وأثره على تقدير الذات رساله ماجستير في قسم علم النفس بكلية التربية في جامعة الأزهر بغزة .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

1- Corsini, Sahakian & Ludin, W. (1987): Mental Retardation. Concise Encyclopedia Of Psychology ,pp.712,713, 1062,1063
2- Bellamy. & Horner & Dean, (1989): Vocational Habilitation Of Severely Retarded Adults. Baltimore; Uni. Park Press.
1- Niraj, A.,& Jaypee, B.(2006). A short Textbook of psychiatry by Niraj Ahuja. USA :Medical Publishers.

ثالثاً:المراجع من شبكة الانترنت:

4. الغامدي ، حامد احمد (2011): اكاديمية علم النفس مقال بتاريخ اغسطس (2011).
http://www.acofps.com/vb/showthread.php?t=12379