

تعديل السلوك

فى البدايه عاوزين نعرف يعنى اى سلوك ؟ ويعنى اى تعديل ؟ و اى السلوك الى هاعدله ؟ السلوك هو كل نشاط يقوم به الفرد او اى فعل يصدر عن ا نسان سواء كان ظاهر او غير ظاهر التعديل يعنى التغير بس ل فضل ومنه اكتساب سلوك جديد او انهاء سلوك غير جيد علشان اعرف انا هاعدل اى سلوك زم اعرف هل السلوك دا مناسب للمرحله العمرية و غير مناسب ؟ هل هو فع سلوك غير طبيعى و نظرتى انا للسلوك الى غير طبيعى ؟ علشان اعرف دا زم اعرف خصائص كل مرحله . طيب بشكل مختصر كدا مرحلة الطفوله والى هايكون اغلب ك منا عنها وعن مشاكلها تبدأ من الو ده لمرحلة بداية المراهقه يعنى لو صدر من المراهق سلوك طفولى يبقى غير طبيعى اما لو صدر من طفل فهو طبيعى والعكس طبعاً . وطبعاً المشاكل السلوكية كتير منها فرط الحركة . تشتت ا نتهاه . الكذب . خوف اجتماعى . مص ا صابع . نتف الشعر . قضم ا ظافر . التبول اللا ارادى . الخوف من الظ م او الحيوانات . كرهه للمدرسة وكتابة الواجبات

*علشان اعرف هابدأ ازاي ومين زم اعمل حاجه اسمها (قائمة المشك ت السلوكيه) دى بكتب فيها كل المشك ت الى هاشتغل عليها مع الطفل . تانى حاجه هاعمل (قائمة المدعمات) يعنى الحاجات الى طفلى بيحبها او ممكن تكون معزز له علشان اعدل السلوك زم فى ا ول :

- 1- احدد السلوك الى هاشتغل عليه بدقة
- 2- احدد السوابق للسلوك (الظروف السابقه لحدوث السلوك)
- 3- قياس السلوك يعنى اعرف هو شديد و خفيف
- 4- اصمم الخطة الى هاشتغل عليها
- 5- ابدأ فى تنفيذ الخطة
- 6- تعميم للسلوك

عندنا مجموعة فنيات اختار منها هاشتغل بابه واي الفنية الى ممكن تجيب نتيجة مع
الطفل ومع السلوك الى هاشتغل عليه

1- التعزيز : عندى نوعين من التعزيز (ايجابى / سلبى)

ايجابى : اى حاجه بيحصل عليها الطفل بعد سلوكه الجيد تخليه يكرر السلوك دا كتير)
كتب واجبه جبته شيكو ته او قولته برافو عليك)

سلبى : تجنب شئ غير سار (ضاغط على طفل فرط الحركه لحد مايخلص المهمه الى انت
عاوزها فاتسيبه شويه يتحرك)

ملحوظة : خلى بالك انت بتعزز اى سلوك الصح و الغلط (طفلى يببكي وعلشان اسكته
اديته شيكو ته ..كدا غلط عززت سلوك البكاء كل مره هايحتاج شيكو ته هايغيط)

* فرق بين التعزيز و الرشوة لو اديته حاجه بيحبها علشان يسكت كدا بترشيه مش بتعزز
سلوكه التعزيز بعد السلوك

2- العقاب : برضه عندى نوعين (ايجابى / سلبى) الهدف منه الحد من تكرار السلوك عكس التعزيز

ا ا يجابى : زى التوبيخ للطفل لما بيعمل حاجه مش كويسه

السلبى : زى حرمانه من اشياء لها قيمه بالنسبه له (اخذ لعبه من العابه مث او احرمه من
مشاهدة التلفزيون)

3- ا طفاء اوالمحو او التجاهل : تجنب التعزيز لسلوك كان بيعزز من قبل)
طفلى مزعج وبيزعق وكل مايعمل كدا اوجه انتباهى له دا تعزز لسلوك خاطئ .ابدأ اعمل
اطفاء او تجاهل للسلوك للحد منه (يزعق مانتبهلوش) واحده واحده هايبطل يزعق .
بس خلى بالك ان ا طفاء برضه ممكن يحصل بشكل ارادى للسلوك الجيد (ابني جاب
درجات كويسه الشهر دا فى ا متحان وانا ما اديتوش اى اهتمام خ ص مش هاتفرق معاه
بعد كدا انه يجيب درجات وحشه كدا عملت اطفاء لسلوك جيد) علشان كدا يفضل
يصاحبه تعزيز للسلوك الجيد

4- التصحيح الذائد: الطفل يتحمل نتيجة غلطه (رمى ا لعاب يلها بنفسه)

ولوطفل كبير مٲ وكسر حابه اخصم من مصروفه تمن الحابه دى وطبعا يكون عارف.

5- التشكيل : عاوز اعلمه سلوك معين بس معقد شويه بالنسبة له زى مٲ غسل اسنانه ..

اعمل تجزئة للسلوك واقسمه جزاء واعزز كل جزء يقوم به .. تعالى ناخذ مثال (يروح يجيب الفرشه والمعجون / فتح المعجون / وضع معجون على الفرشه / يعيد غطاء المعجون / ينظف اسنانه / يضع الماء فى فمه / ينظف الفرشه / يضع الفرشه والمعجون مكانهم / ينشف ايده وفمه) واعمل تعزيز لكل مرحلة من دول اقوله شاطر او برافو اى معزز مع كل حركه

6- التسلسل : زى التشكيل بالظبط برضه بجزأ السلوك جزاء صغيره بس بعزز السلوك فى النهايه .

7- النمذجة او اقتداء : تقديم نموذج حى او مصور مقصود او غير مقصود لتقوية سلوك معين عند الطفل او تعليمه سلوك جديد

8- التعويد او الكف بالنقيض: يستخدم ا سلوب دا فى ع ج المخاوف عند الطفل مٲ طفل بيخاف من الظ م او من حيوانات اليفه (الفكره هنا انى بعمل ازاله ستجابه مرضيه زى الخوف او القلق تدريجيا باستبدالها بسلوك اخر معارض اص ستجابة الخوف . ناخذ مثال

طفل بيخاف من ا رنب ودا عامله قلق وكوايبس ابدأ اوريله ا رنب من على مسافة بعيدة. وبعدين اقربه تدريجى منه فى الوقت الى بياكل فيه شيكو ته وانا بشجعه وابتسم له واقله عبارات هاديه عن الارنب.

9- تعديل اخطاء التفكير : ا سلوب دا مرتبط بعدة اشياء زى نقص المعلومات عند الطفل وسذاجته فى حل المشكلات-تفكيره الخاطىء – رأى الطفل او فكرته عن نفسه وعن المحيطين به- توقعاته الغير صحيحه للموقف

المفروض انى بشتغل على كل فقرة من دول هانضحها فى فقرات جايا ان شاء

10- ضبط المثيرات : يقوم بعمل تنظيم للبيئة المحيطة بالطفل او اى شئ مرتبط بالسلوك الغير جيد.

يعنى مث طفل بيشتتم : ابدأ اشوف بينزل الشارع؟ اقلل من نزوله الشارع / اشوفه صاحب مين ممكن حد يكون اتعلم منه لسوك الشتيمه وابدا اظبط الدنيا للطفل للحد من السلوك الغير جيد وابداله بسلوك جيد

ان شاء المرات الجايا هانقدم نماذج لسلوكيات غير جيده وكيفية تعديلها وكل عام وحضراتكم بخير

اخصائى تربية خاصة

احمد على