

## أساليب تعديل السلوك

الأسلوب	وصفه	مثال
التعزيز	الثواب على السلوك الجيد.	الهدايا، الثناء
العقاب	حرمانه من مثير محبب أو إضافة مثير منفر، مع ملاحظة أن العقاب يؤدي إلى توقف مؤقت للسلوك السيء، ولا يؤدي إلى اكتساب سلوك حسن.	تكليفه بواجبات إضافية، منعه من النشاط
الإطفاء	تجاهل السلوك السيء حتى اختفائه	تجاهل ثرثرة أحد الطلبة حتى يصمت
التعميم	تعزيز سلوك في ظرف ما يؤدي إلى ظهور هذا السلوك في مواقف مشابهة	تعزيز انتباه الطالب في حصة العلوم يؤدي إلى انتباهه في حصة الرياضيات
التمييز	تشجيع ظهور السلوك في مواقف معينة محددة ويسمى بالتعزيز التفاضلي أيضًا.	الكتابة على الدفتر سلوك جيد وعلى الحائط سلوك سيء
التشكيل	التعزيز الإيجابي المنظم للاستجابات التي تقترب شيئًا فشيئًا من السلوك النهائي المرغوب، خطواته: تحديد السلوك النهائي بدقة (نقطة الوصول)، ثم تحديد السلوك المدخلي (نقطة البداية)، ثم اختيار معززات ثم تعزيزات الاستجابات المتوافقة مع السلوك المرغوب حتى تشكيل السلوك.	تعليم طفل رسم دائرة (نقطة الوصول)، فإننا نعززه عندما يمسك القلم (نقطة البداية)، ثم نعززه عند رسم الخط الأول، ثم نعززه عند وصل الخط الأول بالثاني ...
التسلسل	مساعدة الفرد على تأدية سلسلة سلوكية (سلوك مركب) من خلال تعزيزه عند تأديته للحلقات (السلوكيات المكوّنة للسلسلة السلوكية).	الذهاب للمدرسة يتكون من حلقات هي: الاستيقاظ، الإفطار، الاستعداد، ركوب الحافلة بالتالي نعززه عند قيامه بأداء كل حلقة سلوكية
التلقين	هو تلميح بهدف زيادة احتمالية حدوث السلوك المرغوب، وقد يكون لفظي، إيمائي، جسدي.	الطفل عندما ينسى التسمية تقول والدته: ماذا نقول عندما نبدأ الطعام؟

## أساليب تعديل السلوك

مثال	وصفه	الأسلوب
طفل هادئ في الصف لكن مشاكس في المنزل، تقوم الأم بمحاولة خلق ظروف مشابهة لظروف الصف في المنزل حتى يكون الطالب هادئ كما في المدرسة.	سلوك مرغوب يحدث في مواقف معينة، ونريد حدوثه في مواقف أخرى من خلال خلق ظروف متشابهة في كلا الموقفين لتعزيز ظهور الاستجابة المرغوبة.	السحب التدريجي (التلاشي)
إذا تناولت الطفلة وجبة غير صحية فإنها تركز لمدة نصف ساعة.	ربط الاستجابة بشيء غير مرغوب بهدف إيقافها.	التفكير
طفل يخاف من القطة نرغمه على لمس القطة واحتضانها	إرغام الفرد على مواجهة مخاوفه إما بالواقع أو الخيال بهدف التغلب عليها.	الإفاضة (الإغراق)
طالب يتحدث مع زميله (مثير) يتم إبعاده عن زميله	ضبط المثير المتسبب في حدوث الاستجابة غير المرغوبة	ضبط المثير
طالب يقضي يومه على التقنية يتم استبدال هذه العادة بممارسة الرياضة	استبدال عادة سلوكية غير مرغوبة بعادة أخرى مرغوبة	الكف المتبادل
تمكين الطالب المتمرن عليه من صد المتمرنين بطريقة مهذبة وحاسمة دون خوف.	محاولة لتعويد الطالب على التعبير عن مشاعره وأفكاره والتحرر من المشاعر السلبية	السلوك التوكيدي
طالب سكب العصير على أرضية الصف يطلب منه المعلم أن ينظفه المكان	تصحيح الطالب للأخطاء التي وقعت بفعل السلوك غير المرغوب	التصحيح البسيط
طالب يخجل من الإذاعة المدرسية، يتم تكليفه بالحديث أمام زميله ثم أمام مجموعة من الطلبة ثم أمام الصف، ثم في الإذاعة.	التخلص من المشاعر السلبية تجاه أمر ما من خلال التعرض للمثيرات بصورة تدريجية حتى يزول الخوف منها.	التحصين التدريجي

## أساليب تعديل السلوك

الأسلوب	وصفه	مثال
التصحيح الزائد	تصحيح الطالب للأخطاء التي وقعت بفعل السلوك غير المرغوب مع تكليفه بأعمال أخرى	طالب سكب العصير على أرضية الصف يطلب منه المعلم أن ينظف الصف والفتاء
تكلفة الاستجابة	تأدية الطالب للسلوك غير المرغوب فيه سيكلفه فقدان معززات مرغوبة (غرامة)	طالب كسر زجاج النافذة فيطلب منه إحظار زجاج آخر
النمذجة	تغيير السلوك غير المرغوب من خلال ملاحظة وتقليد السلوك المرغوب الصادر من الآخرين	طالب يهمل الصلاة يلاحظ زميله يحافظ على الصلاة بالتالي يتخذه قدوة ويقلده
مبدأ بريماك	استخدام السلوك المحبب كمعزز لسلوك آخر غير مرغوب	السماح للطالب بلعب الكرة في الفتاء (سلوك محبب) إذا انتهى من حل واجباته (سلوك غير مرغوب)

المرجع: كتاب التميز في الرخصة المهنية