

**المملكة العربية السعودية**

**وزارة التربية والتعليم**

**الإدارة العامة للتربية والتعليم بمحافظة جدة**

**مجمع أبحر التعليمي القسم الابتدائي**

إعداد

المرشد الطلابي

حمد أحمد القهس

إشراف

مدير المدرسة

ماجد عوض الله الحارثي

الاستراتيجية الذاتية:

 تقوم على مساعدة الطالب على التعبير عن مشاعره وخبراته بحرية دون خجل أوخوف ،وهذا يؤدي إلى اكتشاف نفسه بصورتها الحقيقية .

 ومهمة المرشد هنا أن يوضح للطالب أن العمل من أجل حل مشاكله هو مسؤوليته الشخصية ،وعليه أن يشجعه على إخراج وطرح مايجثم على صدره ، وأن يكون مستمعاً يقظاً لما يقوله الطالب،ويركز جهوده على توضيح مشاعر الطالب التي يعبر عنها.وليس من أهدافه أن يصدر حكماً عليها أو يعلق عليها ، بل يهدف إلى وصول الطالب إلى حالة من الوعي والبصيرة والفهم لمشاكله،ثم إصدار القرارات السليمة نحوها.

 وتهدف هذه الاستراتيجية إلي استبصار الطالب بذاته ثم الخبرات التي اكتسبها فأنكرها أو حرفها ، ثم العمل على محاولة التقريب بينهما ، مما يعطي فرصة لنمو الطالب نمواً سليماً ومتوافقاً.

وهي مفيدة للطلاب الذين يتمتعون بذكاء متوسط أو أعلى، ويملكون قدرة جيدة على التعبير اللفظي،إلا إنها غير مفيدة مع الأطفال وضعاف العقول.

استراتيجية لعب الأدوار:

وهي قيام الطالب بتمثيل أدوار معينة أمام المرشد، كأن يمثّل دور الأب أو المعلم ، ويتم من خلال التمثيل أن يكشف عن مشاعره فيسقطها على شخصيات الدور التمثيلي ، وهنا يستبصر بذاته ، وينفّس عن انفعالاته ، ويعبر عن صراعاته واتجاهاته.

وهي مفيدة في علاج المشكلات الاجتماعية ، ومشكلتي الخجل والخوف.

استراتيجية الكرسي الخالي:

تقوم 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 هذه الاستراتيجية تظهر الانفعالات والصراعات ،والمرشد يراقب الحوار ويوجهه وهذا ينمي الوعي لدى الطالب.

استراتيجية النمذجة:

القدوة تعني محاكاة نموذج للتخلص من سلوك أو إضافته . وتستخدم هذه الاستراتيجية لبناء سلوكيات مرغوبة جديدة ، أو تعديل سلوكيات غير مرغوبة ،وهي تهدف إلى إقناع الطالب بما يراد تعليمه وإرشاده.

وهنا يمكن للمرشد أن يعالج الكثير من سلوكيات الطالب الخاطئة من خلال ملاحظته للآخرين . فيقوم الطالب بمراقبة الفرد النموذج ثم يقوم بتقليده فعلاً، أو يشاهد من خلال المواقف المصورة سلوك النموذج ، ويطلب من الطالب محاكاته وتطبيقه في مواقف مختلفة ، كما يمكن أن يقول المرشد للطالب لو حدث لي مثل مشكلتك اعتقد أنني سوف أفعل كذا وكذا.

**الاستراتيجية الواقعية:**

 وتقوم على استخدام المرشد النقاش المنطقي مع الطالب ، بأن يسأله أسئلة كثيرة تهدف إلى الوصول به إلى وعي أكبر عن سلوكه ، ثم يوجهه إلى تقويم سلوكه والحكم عليه،هل هو على صواب أم على خطأ.ويركز المرشد بعد ذلك على وضع خطة واقعية عملية مكتوبة على شكل عقد يراعي قدراته ، على أن يلتزم الطالب بتنفيذها ، وإذا لم يستطع تنفيذها؛ يقوم المرشد بمساعدته على تلافي ما يمنعه من ذلك ، أو توجيهه لوضع خطة أسهل من سابقتها حتى يمكنه الالتزام بها . والهدف الرئيس من هذه الاستراتيجية هو مساعدة الطالب على الإحساس بالمسؤولية الشخصية تجاه مشكلته، والتخطيط لسلوك أكثر مسؤولية

 والعيش مع الواقع الاجتماعي السليم ، الذي يتوافق مع المنهج الإسلامي الصحيح. ويمكن استخدامها في مجال المؤسسات الاصلاحية ،وبرامج الإرشاد الوقائي ،ومشاكل القلق والخجل وسوء التكيف.

**استراتيجية اللعب:**

 تقوم على إعطاء الطالب فرصة ليسقط مشكلاته ، سواء كانت شعورية أو لاشعورية، والتي لا يستطيع التعبير عنها ؛ عن طريق اللعب بأنواعه المتعددة ، حيث يعد اللعب مخرجاً وعلاجاً لمواقف الإحباط اليومية ،وحاجات جسمية ونفسية واجتماعية لابد أن تشبع .

 ويمكن للمرشد دراسة سلوك الطالب عن طريق ملاحظته أثناء اللعب ،ويترك له حرية اللعبة الملائمة لسنه ،وبالطريقة التي يراها مناسبة .وقد يختار المرشد أدوات اللعب المناسبة لعمر الطالب ومشكلته ،وقد يشاركه في اللعب تدريجياً, ليقدم مساعدات أو تفسيرات لدوافعه، بل إن مشاركته تؤكد صلاحية ما يقوم به الطالب، وما ينطوي عليه من معنى. ومن الألعاب التي يمكن استخدامها :

 الصلصال ،أصابع الرسم ،الكره، المكعبات الخشبية ،نماذج السيارات، ويستحسن أن يسمح للطالب أثناء اللعب أن يقذف بالصلصال،وأن يعبث بألوان الرسم أو يخلطها،وأن يكسر الدمى أو يمزق الورق. وهي إستراتيجية مفيدة جداً مع بعض مشاكل تلاميذ المرحلة الابتدائية ، لاسيما النزعات العدوانية.

**استراتيجية التعاقد:**

 وهي أن يتمّ التعاقد مع الطالب بطريقة شفهية أو كتابية حول موضوع ما،ويحدّد فيه ماهو مطلوب من الطالب، ونوع المكافأة من المرشد، ويلتزم فيه الطرفان التزاماً صادقاً.

 وتهدف هذه الاستراتيجية إلى تعليم الطالب وضع أهداف واقعية، وتحميله المسؤولية الكاملة عن تحقيقها،كما يسهم في تعليمه أهمية العقود في الحياة وأهمية الوفاء بها ، وهو بديل نافع للتعهدات والإقرارات الطلابية.

**وتفيد هذه الاستراتيجية في تغيير السلوك السلبي،كالسرقة والنشاط الحركي الزائد ,والعدوان ،وقد يستخدمه الطالب مع نفسه فيكتب إذا عملت كذا فسوف أمنح نفسي كذا.**

**استراتيجية الاسترخاء:**

 **الاسترخاء هو طريقة يتمّ بمقتضاها تدريب الطالب على إيقاف كل الانقباضات والتقلصات العقلية المصاحبة للتوتر والقلق . وتقوم هذه الاستراتيجية على تدريب الطالب على الاسترخاء، متى ما واجهه موقف صعب ،وشعر خلاله بالتوتر والانفعال.ويمكن أداؤه على كرسي ، ولكن يفضل أن يكون على فراش، ممدداً جسمه عليه، مغلقاً عينيه، ويواصل عندها التنفس ببطء وهدوء، ثم يركز على الاسترخاء والليونة وإزالة التوتر من كل جزء من أجزاء جسمه، يبدأ بالقدم اليمنى فأصابعها، يليها القدم اليسرى، ثم على ساقيه وفخذيه، وعلى عضلات ظهره وبطنه، ثم أصابع وذراع يده اليمنى فاليد اليسرى، ثم يترك كتفيه يسقطان إلى جانبه في هدوء،وكذا عضلات رقبته ،وتكون الأسنان والفكان والشفتان والجبهة مسترخية تماماً،ثم يركز على الإحساس العام على كل جسمه،وأي عضلة بجسمه متوترة عليه أن يرخيها ،ثم يدع نفسه تستمع لصوت تنفسه ،وبهدوء وارتياح يستمر في هذا الوضع مابين خمس وعشر دقائق."**

**استراتيجية العقاب:**

وهي إخضاع الطالب إلى نوع من العقاب بعد الإتيان باستجابة معينة . فالطالب إذا ناله العقاب كلما سرق شيئاً ما أو أهمل في إنجاز دروسه كفّ عن هذه السرقة أو ذلك الإهمال . والطالب الذي يُنكّت في الفصل؛ قد تعززه ابتسامات زملائه وضحكهم .وهنا يقوم المرشد أو المعلم باستخدام أسلوب من أساليب العقاب: اللوم الصريح والتوبيخ، التهديد والوعيد، إيقافه على الحائط ومنعه من ملاحظة الآخرين ، عزله في غرفة خاصة لفترة من الزمن ، عدم مغادرة مقعده دون إذن،منعه من الاشتراك في النشاط الذي يميل اليه

و يستحسن أن تستخدم هذه الاستراتيجية بعد استنفاد الأساليب الإيجابية. فقد ثبت أن العقاب يؤدي إلى انتقاص السلوك غير المرغوب؛ أسرع مما تحدثه الأساليب الأخرى. فهو يؤدي إلى توقف مؤقت للسلوك المعاقب ، ويؤدي إيقاف العقاب إلى ظهور السلوك مرة أخرى. أي إن العقاب لا يؤدي إلى تعلم سلوك جديد مرغوب، ولكنه يكف السلوك غير المرغوب مؤقتا،ً إلاّ إنه يتعين عند استخدام هذه الاستراتيجية تحديد محكات العقاب وإعلانها مقدماً ، وقد ثبت كذلك أن هناك آثاراً للعقاب البدني خاصة، منها : القلق المعمم ، الانزواء ، العناد والعدوان ، الخوف من التحدث أمام الناس ..الخ .

وهذه الاستراتيجية تستخدم خاصة في السجون والاصطلاحيات،ولا ينصح المرشد باستخدامها ،كونها تسبب حواجز نفسية بينه وبين الطلاب،فلا يراجعونه أو يتعاونون معه . وقد ورد عن أبي مسعود البدري رضي الله عنه،أنه قال:{كنت أضرب غلاماً لي بالسوط،فسمعت صوتاً من خلفي (إعلم أبا مسعود)،فلم أفهم الصوت من الغضب،فلما دنا مني إذا هو رسول الله صلى الله عليه وسلم،فإذا هو يقول :اعلم أبا مسعود أن الله أقدر عليك منك على هذا الغلام،فقلت :يا رسول الله هو حُرٌّ لوجه الله ، فقال:أما لو لم تفعل للفحتك النار،أو لمستك النار} رواه مسلم وغيره.

**استراتيجية التنفير:**

 التنفير هو ربط الاستجابة بشيء منفر بهدف كف الاستجابة وإطفائها . وتقوم على ممارسة الطالب لأدوار اجتماعية تساعده على الاستبصار بمشكلته ، وذلك بأن يحمّل الطالب ويغرم شيئاً مادياً أو معنوياً إذا قام بالسلوك غير المرغوب،وهذا يؤدي إلى تقليل ذلك السلوك مستقبلاً . ويستخدم أثناء ممارسة العادة المنحرفة ، أو عندما يهمّ بها، أو عندما تراود خياله تجربة مكروهة تعافها النفس .وتستخدم بفعالية في علاج حالات النشاط الحركي الزائد و السلوك العدواني ،ومع حالات الانحرافات الجنسية ، واللزمات العصبية ،والتدخين ،والجنوح، وبعض حالات الإدمان على الكحول والتدخين ،وحالات السمنة الناتجة عن الشراهة في الطعام .

استراتيجية التشكيل:

هي عملية تدعيم للتقريبات المتتابعة للسلوك النهائي . وفي هذه الاستراتيجية يطلب من الطالب أن يقوم بسلسلة من السلوكيات التي تقترب تدريجياً من السلوك النهائي المطلوب،وفي كل مرة ينجح فيها الطالب يلقى تعزيزاً ، إلى أن ينجح في أداء السلوك النهائي

فإذا أراد المرشد أن يعلم الطالب مهارة التعامل مع الآخرين،فإنه يبدأ معه خطوة خطوة، ويقدم التعزيز على كل خطوة ، بامتداحه والثناء عليه أو تقديم هدية مناسبة، حتى يتقن هذه المهارة.

**استراتيجية التنفيس:**

**تقوم على تعليم الطالب على أن ينطق مشاعره التي يشعر بها بصورة تلقائية. ويعبر عنها بطريقة كلامية ، ويشجعه المرشد أو المعلم على تذكر التجارب الصادمة التي تعرض لها، وبيان حوادثها بدقة وتفصيل ، والبوح عن العواطف الحالية والأهداف المستقبلية، لكي يتمكن من إدراكها والوعي بها.**

ويقوم المرشد بتسهيل معرفة الطالب لأجزاء النفس الداخلية ليدركها بوضوح، والوعي بالذي يفعله وكيفية فعله، ليصبح في وضع يمكنه من اختيار السلوك المناسب والمقبول.

**وتهدف هذه الاستراتيجية إلى توجيه الانتباه إلى السلوك الخارجي كدليل على مايحدثه في داخل الطالب.**

# استراتيجية تعديل الأفكار:

 وتقوم على الاعتقاد بأن الأفكار الخاطئة (غير العقلانية ) تلعب أدواراً مهمة في إيجاد المعاناة الذاتية. وهنا يقوم المرشد بالفحص والتحري عن أغوار مشكلة الطالب،ثم محاولة تصحيح وتصويب أفكاره الخاطئة،على أساس إلمامه بعدد من المعارف والمعلومات والحقائق التي تفيد في تغيير اتجاهاته وسلوكه.

 ومن أهم الشروط الواجب توفرها في المرشد هنا؛ القدرة على الإقناع ،حتى يستطيع مساعدة الطالب على تغيير اعتقاده الخاطئ،وإبداله بمعتقد وفكر صحيح.

وتهدف هذه الاستراتيجية إلى إدراك العلاقة الوظيفية بين الأفكار غير العقلانية والاستجابات السلوكية غير التكيفية،والمساعدة على مواجهة هذه الأفكار ومناهضتها، وتبني أفكار معرفية عقلانية يستوعبها الفرد ويدخلها في بنائه المعرفي ، وهي مفيدة مع حالات عديدة ،كحالات القلق والخوف والجناح والإدمان.

 ومن أمثلة ما ورد في السنّة ، ما رواه أبو إمامة رضي الله عنه: أن غلاما شاباً أتى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال يا رسول الله ائذن لي في الزنا ، فصاح به الناس ،فقال النبي صلى الله عليه وسلم:[ مه] فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: اتركوه، ادن،فدنا حتى جلس بين يدي رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم: أتحبّه لأمّك قال: لا، قال: وكذلك الناس لا يحبونه لأمهاتهم . أتحبه لابنتك قال: لا قال: وكذلك الناس لا يحبونه لبناتهم، أتحبه لأختك قال: لا قال: وكذلك الناس لا يحبونه لأخواتهم، أتحبّه لعمتك قال:لا قال: وكذلك الناس لا يحبونه لعماتهم ، أتحبه لخالتك قال: لا قال:وكذلك الناس لا يحبونه لخالاتهم، فوضع رسول الله صلى الله عليه وسلم يده على صدره وقال: اللهم كفّر ذنبه وطهّر قلبه وحصّن فرجه .رواه الطبراني.

ماذا نعني بتعديل السلوك ؟

 هو مفهوم عام ومنهج علمي يعتمد على تطبيق إجراءات علاجية معينة ، الهدف منها ضبط المتغيرات المسؤولة عن حدوث السلوك ، وذلك لتحقيق الأهداف المتوخاة من وراء هذا التعديل ، ليحدث التكيف مع بيئة الفرد التي يعيش فيها"

**ويعرّف إجرائياً بأنه عملية تقوية السلوك المرغوب من ناحية ، وإضعاف أو إزالة السلوك غير المرغوب من ناحية أخرى .**

 **وسنورد بعض أسليب تعديل السلوك التي سوف تكون عوناً للمعلم للتعامل مع الطالب مع التذكير بأن للمعلم دور مهم جداً في الإرشاد وتعديل سلوك الطالب ، كما يستطيع المعلم توظيف هذه الأساليب في عمل برامج علاجية للطلبة المتأخرين دراسياً.**

استراتيجية التعزيز :

وهي إثابة الطالب على سلوكه السوي،بكلمة طيبة،أو بشاشة على المحيّا عند المقابلة،أو الثناء عليه أمام زملائه،أو منحه هدية مناسبة، أو الدعاء له بالتوفيق والفلاح؛ مما يعزز هذا السلوك ويدعمه ويثبته ويدفعه إلى تكرار نفس السلوك إذا تكرر الموقف.

وتستخدم في علاج حالات كثيرة منها: العدوان ، النشاط الحركي الزائد ،سلوك الشغب والفوضى في الفصل ، الخمول ، فقدان الصوت ، الانطواء ، السلوك المضاد للمجتمع.

**استراتيجية الاطفاء:**

الإطفاء هو التوقف عن الاستجابة نتيجة توقف التدعيم .وتقوم هذه الاستراتيجية على انصراف المرشد عن الطالب حين يخطئ، وعدم التعليق عليه ،أولفت النظر إليه ، والثناء عليه حين يحسن التصرف،ويعدل السلوك ، فقد يحدث أن يزيد الطالب من الثرثرة لجلب الانتباه إليه ، إلا إن التجاهل المتواصل يؤدي إلى كفه.

ويمكن استخدامها بفعالية ونجاح ؛ عندما يكون هدف الطالب من سلوكه تحويل الانتباه إليه ،ولفت النظر إليه ،مثل نوبات الغضب والمشاكل السلوكية داخل الفصل.

**استراتيجية الغمر:**

يقوم المرشد فيها بالتعريض السريع للطالب في مواجهة لما يفزعه ،بدون مقدمات من التراخي أو التدرج،سواء هدف ذلك بالمواجهة الخيالية أو بالمواجهة الفعلية مع الموقف أو الشيء المثير للطالب ، إلا إنّ هذه الاستراتيجية تكون خطرة على مرضى القلب ،والحالات الشديدة الاضطراب ،لكنها تفيد في حالات المخاوف المرضية والقلق والانطواء الاجتماعي والأفعال القهرية.

**استراتيجية الكفّ المتبادل:**

وهي كفّ كل من نمطين سلوكيين مترابطين بسبب تداخلهما وإحلال استجابة متوافقة محل الاستجابة غير المتوافقة . أي يتم استبدال عادة سلوكية بعادة أخرى، فمثلاً تزال عادة الإهمال بعادة القراءة والاستذكار. وتعتبر استراتيجية الكفّ المتبادل مفيدة مع حالات التبول الليلي خاصة.