

رقم الجلسة :
مكان الجلسة :
زمن الجلسة :

ارشاد فردي بتاريخ : / / ١٤٤٥هـ

بيانات المسترشد

	العمر		الصف الدراسي		الاسم
	الحالة الصحية		المستوى السلوكي		المستوى الدراسي

إجراءات الجلسة الارشادية

☐ مشكلات نفسية () ☐ مشكلات اجتماعية () ☐ مشكلات مدرسية () ☐ مشكلات أسرية () ☐ مواقف طارئة () ☐ مشكلات أخرى ()	موضوعات الجلسة الارشادية
☐ تحقيق الصحة النفسية ☐ تحقيق التوافق ☐ تحقيق الذات ☐ التغلب على سلوكيات غير مقبولة ☐ اثارة الدافعية للتعلم ☐ تزويد المسترشد بالمهارات	هدف الجلسة الارشادية
☐ منهج انمائي ☐ منهج وقائي ☐ منهج علاجي	منهج الجلسة الارشادية
☐ تهيئة وتعريف ☐ بناء علاقة ☐ تحديد مشكلة ☐ إيجاد حلول	مراحل الجلسة الارشادية

استراتيجيات تعديل السلوك

☐ التعزيز	☐ التشكيل	☐ التصحيح الزائد	☐ التغذية الراجعة	☐ اتخاذ القرار	☐ حل المشكلات
☐ العقاب	☐ ضبط المثير	☐ مبدأ بريماك	☐ التلقين	☐ الكف المتبادل	☐ التنفيس الانفعالي
☐ الاقصاء	☐ التسلسل	☐ التمييز	☐ النمذجة	☐ التحصين التدريجي	☐ الارشاد العقلاني
☐ العقد السلوكي	☐ تكلفة الاستجابة	☐ التعميم	☐ السلوك التوكيدي	☐ ضبط الذات	☐ حل المشكلات
☐ الاقتصاد الرمزي	☐ التصحيح البسيط	☐ الاطفاء	☐ الارشاد بالواقع	☐ الغمر والاغراق	

صياغة التوصيات

.....

.....

.....

القائم بالعملية الارشادية

تعريفات إجرائية

المصطلح	التعريف
تحقيق الصحة النفسية	هي حالة دائمة نسبياً يكون الفرد متوافقاً ومنسجماً نفسياً ويشعر بالرضا والسعادة وقادراً على التعامل مع مطالب الحياة ومشكلاتها بسلوك سوي
تحقيق التوافق	هو احداث توازن بين المسترشد وبين بيئته (شخصياً/اجتماعياً/دراسياً/مهنيّاً/دينيّاً)
تحقيق الذات	هو قدرة الفرد على معرفة امكانياته واستعداداته والوصول إلى أهدافه
المنهج الانمائي	أي الانشائي وهي إجراءات لازمة لإيصال المسترشد إلى النمو السوي خلال مراحل نموه
المنهج الوقائي	أي (التحصين النفسي) وهو يهتم بالمسترشد من أجل وقايته من المشكلات والاضطرابات
المنهج العلاجي	هو علاج المشكلات والاضطرابات والعودة بالمسترشد إلى التوافق والصحة النفسية

استراتيجيات تعديل السلوك

الاسلوب	التعريف	الاسلوب	التعريف	الاسلوب	التعريف
التعزيز	تقوية السلوك المرغوب فيه	التصحيح الزائد	تصحيح الطالب للخطأ وإعادة الوضع إلى ما كان عليه مع أعمال إضافية	اتخاذ القرار	مساعدة الطالب في كيفية اتخاذ القرار في أمر تكرر فيه
العقاب	أشياء مؤلمة منفرة يترتب عليها كف السلوك غير المقبول أو التقليل من حدوثة مستقبلاً	مبدأ بريماك	استخدام سلوك محبب للطالب كمعزز لسلوك آخر لا يحبه الطالب	الكف المتبادل	استبدال عادة سلوكية بعادة سلوكية أخرى
الاقصاء	إزالة المعززات الإيجابية لكف السلوك غير المقبول	التمييز	أن يفرق الطالب بين المثيرات ويستجيب للمثيرات المناسبة	التحصين التدريجي	التخلص من سلوك بشكل تدريجي
العقد السلوكي	اتفاقية مكتوبة بين الطالب والمربي أو الطالب مع نفسه على ترك السلوك	التعميم	تعزيز السلوك في موقف معين يزيد من احتمال حدوثه في مواقف مماثلة	ضبط الذات	كبح وتقييد الفرد لنفسه في سبيل ضبطها
الاقتصاد الرمزي	استبدال المعززات التقليدية مثل (النجوم) بمعززات أخرى مثل (اللعب)	الاطفاء	عدم دعم السلوك الغير مقبول يجعله يضعف ويتلاشى	الغمر والاعراق	الزج بالطالب في المواقف التي يفزع منها
التشكيل	إضافة سلوك جديد لسلوك سابق	التغذية الراجعة	تقديم معلومات للطالب توضح له الأثر الذي ينجم عن سلوكه	حل المشكلات	عملية يتعلمها الطالب لحل مشكلاته
ضبط المثير	إعادة تنظيم البيئة لكف عن السلوك غير المقبول	التلقين	حث الفرد على أن يسلك سلوكاً معيناً	التنفس الانفعالي	قيام الفرد بالبوح بمشاعره وعواطفه
التسلسل	تعزيز الاستجابات البسيطة الموجودة إلى سلوكيات مهارية	النمذجة	تعلم الفرد سلوك معين من خلال ملاحظة سلوك فرد آخر	الارشاد العقلاني الانفعالي	أسلوب الاقناع العقلي بالحوار المنطقي وإظهار الجوانب الخاطئة في التفكير
تكلفة الاستجابة	قيام الفرد بسلوك غير مقبول سيكلفه شيئاً معيناً	السلوك التوكيدي	معلومات تقدم للطالب لتوكيد ذاته مما يولد الثقة بالنفس	إدارة الضغوط	تدريب الطالب على مقاومة الضغوط
التصحيح البسيط	تصحيح الطالب للخطأ وإعادة الوضع إلى ما كان عليه	الارشاد بالواقع	مواجهة الواقع وتحمل المسؤولية		

اعداد : محمد زويد العتيبي