وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الجامعة المستنصرية
كلية التربية الاساسية
قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
الدراسات الاولية/ المرحلة الثالثة

طرائق واساليب الارشاد

استاذ المادة

م.د. علي احمد جاسم

الإرشاد السلوكي

يستخدم الإرشاد السلوكي أساسا في مجال الإرشاد العلاجي، حيث تعتبر عملية الإرشاد عملية إعادة تعلم، ويعتبر الإرشاد السلوكي تطبيقا عمليا لقواعد ومبادئ وقوانين التعلم والنظرية السلوكية وعلم النفس التجريبي بصفة عامة في ميدان الإرشاد النفسي وبصفة خاصة في محاولة حل المشكلات السلوكية بأسرع ما يمكن وذلك بضبط وتعديل السلوك المضطرب والمتمثل في الأعراض، ولقد تقدم ميدان العلاج النفسي وسبق ميدان الإرشاد النفسي في تبني طريقة التعديل السلوكي للأعراض باعتبارها تجميعات لعادات سلوكية خاطئة مكتسبة. كما أن الإرشاد السلوكي يعتبر ثورة في الإرشاد النفسي".

- **أسس الإرشاد السلوكي**

يقوم الإرشاد السلوكي على أسس نظريات التعلم بصفة عامة، والتعلم الشرطي بصفة خاصة، ويستند إلى أطر النظريات التي وضعها إيفان بافلوف Pavlov وجون واطسون Watson في التعلم الشرطي "الكلاسيكي" ويستفيد من نظريات ثورنديك Thorndike وكلارك هل Hull ، وبروس سكينر Skinner في التعزيز وتقرير نتائج التعلم، مع استخدام التعزيز الموجب عمليا في ميدان الإرشاد والعلاج النفسي جون دولارد وميلر .

ويطلق على الإرشاد والعلاج السلوكي أحيانا "إرشاد التعلم"، أو "علاج التعلم، فالافتراض الأساس هنا هو أن الفرد يولد وعقله صفحة بيضاء، وبعد ذلك في نموه يتعلم السلوك السوي أو المرضي" عن طريق عملية التعليم، ويثبت السلوك المتعلم على الصفحة البيضاء أولا بدرجة محدودة كما لو قد سجل بالطباشير ويسهل إزالته" فإذا أثيب، وعزز أصبح أثبت كما لو كان تسجيله أصبح بالزيت ومع ذلك يمكن إزالته ولكن بجهد أكبر. وهذا يجعل المرشدين والمعالجين السلوكيين يعملون على إزالة مصدر الإثابة الذي ينتج عن السلوك المضطرب أثناء التعلم الذي يوفره الإرشاد والعلاج السلوكي.

- **خصائص الإرشاد السلوكي**

تتلخص أهم الإرشاد السلوكي فيما يلي:-

- معظم سلوك الإنسان متعلم ومكتسب، سواء في ذلك السلوك السوي أو المضطرب.

- السلوك المضطرب المتعلم لا يختلف من حيث المبادئ عن السلوك العادي المتعلم، إلا أن السلوك المضطرب غير متوافق.

- السلوك المضطرب يتعلمه الفرد نتيجة للتعرض المتكرر للخبرات التي تؤدي إليه، وحدوث ارتباط شرطي بين تلك الخبرات وبين السلوك المضطرب.

- تعتبر الأعراض النفسية تجمعاً لعادات سلوكية خاطئة متعلمة.

- السلوك المتعلم يمكن تعديله.

- يوجد الفرد ولديه دوافع فسيولوجية أولية، وعن طريق التعلم يكتسب دوافع جديدة ثانوية اجتماعية تمثل أهم حاجاته النفسية، وقد يكون تعلمها غير سوي يرتبط بأساليب غير توافقية في إشباعها، ومن ثم يحتاج إلى تعلم جديد أكثر توافقا.

إجراءات الإرشاد السلوكي

تهدف طريقة الإرشاد السلوكي بصفة عامة إلى تغير وتعديل وضبط السلوك مباشرة بما في ذلك محو التعلم مظاهر السلوك المضطرب المطلوب التخلص منه، وتتضمن طريقة الإرشاد السلوكي الإجراءات الآتية:

١. تحديد السلوك المضطرب المطلوب تعديله أو تغييره أو ضبطه: ويشترط أن يكون هذا السلوك ظاهرا ويمكن ملاحظته موضوعيا، ويتم ذلك في المقابلة الإرشادية وعن طريق استخدام الاختبارات النفسية وخاصة اختبارت التشخيص، والتقارير الذاتية.

٢. تحديد الظروف والخبرات والمواقف التي يحدث فيه السلوك المضطرب: ويتم ذلك عن طريق الفحص والبحث في كل الظروف والخبرات والمواقف التي يحدث فيها السلوك المضطرب، والظروف التي تسبق حدوثه، والنتائج التي تتلوه.

٣. تحديد العوامل المسئولة عن استمرار السلوك المضطرب: هذا التحديد يرتكز على البحث عن الظروف السابقة والراهنة واللاحقة التي تحدد وتوجه السلوك المضطرب وتؤدي إلى استمراره، مثل وجود ارتباط شرطي بسيط، أو تعميم، أو وجود نتائج مثيبة يؤدي إليها استمرار السلوك المضطرب.

٤. اختيار الظروف التي يمكن تعديلها أو تغيرها أو ضبطه: ويتم ذلك بمعرفة كل من المرشد والعميل.

٥. إعداد جدول التعديل أو التغير أو الضبط: يكون ذلك في شكل تخطيط لخبرات متدرجة يتم فيها إعادة التعلم والتدريب، في شكل وحدات أو محاولات، يتم خلالها تعريض السلوك المضطرب بنظام وتدرج للظروف المعدلة، بحيث يتم إنجاز البسيط والقريب قبل المعقد والبعيد، وهنا يلزم ترتيب الإمكانات في شكل سهل وممكن ومستحيل.

٦. تنفيذ خطة التعديل أو التغيير أو الضبط عمليا: يتم ذلك حسب الجدول المعد. ويستحث المرشد العميل على أن يحاول وأن يتعلم وأن يجرب بقدر طاقته

ويصاحب ذلك تعديل الظروف السابقة للسلوك المضطرب وتعديل الظروف البيئية المصاحبة لحدوثه.