

الفصل الثامن

خفض السلوك غير المرغوب

المقدمة

بعض الطلاب يبدون سلوكيات غير مقبولة كالعدوان، وعدم الانتباه، والفوضى والاعتمادية وعدم الامتثال للتعليمات وغيرها ومثل هذه السلوكيات لا بد من تقليدها أو إيقافها بمعنى آخر إن على المعلم عمل كل ما من شأنه تسهيل عملية التعلم والتكيف لدى الطالب، فإذا وجد أن الإجراءات الإيجابية ليست الخيار المناسب، فإن عليه أن يبحث عن الإجراء الذي سيعالج تلك المشكلات بفعالية وأحياناً يكون العقاب هو ذلك الإجراء.

وبالرغم من أن العقاب من أكثر وسائل ضبط السلوك استخداماً في حياتنا اليومية إلا أن البعض يشكك في جدواه، ويدعو إلى الامتناع عن استخدامه قائلاً: إن مسؤولية المعلم هي تشجيع الطلبة وتعليمهم لا معاقبتهم وتأديبهم وأن العقاب ليس إنسانياً. صحيح أن للعقاب سيئات كثيرة (سنوضح ذلك بعد قليل)، إلا أنه إجراء لا بد منه أحياناً. والأهم من ذلك أنه له حسنات، فنتائج العقاب لا تقتصر على التخلص من المشكلات المختلفة. فلقد اشارت البحوث العلمية المستفيضة إلى أن معاقبة السلوكيات غير المقبولة غالباً ما تسهل عملية اكتساب السلوكيات المقبولة

وعندما تقتضي طبيعة المشكلة السلوكية اللجوء إلى العقاب فينبغي عدم القفز إلى الوسائل الأكثر عقاباً وإنما يجب البدء باستخدام الوسائل العقابية الأكثر إيجابية. فالإجراءات التي يمكن استخدامها لتقليل السلوكيات غير المقبولة كثيرة، وكما سيتضح في الصفحات القادمة فنحن لا نستطيع القول إن هذه الطريقة أو تلك هي الأكثر فعالية فاختيار إجراء معين يعتمد على عوامل عديدة منها طبيعة السلوك المستهدف، وخصائص الفرد، والظروف البيئية التي يعيش فيها .

• التعريف العقاب

لعل أول ما يتبادر إلى ذهن القارئ عند الحديث عن العقاب هو الإيذاء الجسدي كالضرب مثلاً، أو الإيذاء النفسي، كالتوبيخ والانتقاد وذلك بالطبع يعود إلى حقيقة أن هذا هو نوع العقاب الشائع في الحياة اليومية. ولكن العقاب أنواع عديدة، وهو كذلك لا يعرف علمياً على هذا النحو. ففي هذا الكتاب يعرف العقاب على أنه أي إجراء يؤدي إلى تقليل احتمال حدوث السلوك في المستقبل في المواقف المماثلة وقد يأخذ العقاب أحد الشكلين التاليين:

- أ- تعريض الفرد المثيرات بغیضة أو منفرة ويسمى العقاب في هذه الحالة بالعقاب من النوع الأول.
- ب- حرمان الفرد من التعزيز، وذلك بعد قيامه بالسلوك مباشرة ويسمى العقاب في هذه الحالة بالعقاب من النوع الثاني.

إن الطريقة الوحيدة لمعرفة ما إذا كان المثير عقابياً أو غير عقابي هي ملاحظة نتائجه على السلوك. فإذا ضعف السلوك أو توقف يكون ذلك المثير عقابياً. بمعنى آخر، فالعقاب كالتعزيز يعرف وظيفياً، والفرق بينهما هو أن التعزيز يقوي السلوك بينما العقاب يضعفه. وهكذا فتوبيخ المعلم للطالب قد يكون عقاباً، وقد لا يكون. فإذا تبين أن التوبيخ أدى إلى إضعاف السلوك فهو عقاب، أما إذا لم يضعف السلوك فالتوبيخ في هذه الحالة ليس عقاباً.

والمثيرات العقابية نوعان

١- المثيرات العقابية غير الشرطية

٢- المثيرات العقابية الشرطية

• كيفية استخدام العقاب

لا يمكن الخطأ في الإجراءات العقابية ذاتها، بقدر ما يكمن في كيفية استخدامها. فاستخدام العقاب بنجاح يتطلب التعرف إلى العوامل التي تؤثر في فعاليته والعمل على مراعاتها. وفيما يلي عرض موجز لتلك العوامل

١- تحديد السلوك المستهدف:

يجب تحديد السلوك المستهدف أي السلوك المراد تقليله، وتعريفه إجرائياً. وكذلك يجب التأكد من أن الشخص الذي سيخضع سلوكه للعقاب يفهم جيداً ما هو متوقع منه وما هو السلوك المستهدف قبل البدء بتنفيذ العقاب، وتعريف السلوك بدقة ووضوح يزيد احتمالات معاقبته هو بالذات.

٢- جدول العقاب

ربما يكون جدول العقاب أكثر أهمية من نوع العقاب المستخدم. فالدراسات العلمية تشير إلى أن جدول العقاب المتواصل أكثر فعالية من جدول العقاب المتقطع، وبناء على ذلك ينصح بمعاينة السلوك غير المرغوب به في كل مرة يحدث فيها. وتجنب معاقبته في بعض الأحيان فقط.

٣- طبيعة المثيرات المستخدم

تأكد من أن المثير الذي تستخدمه لتقليل سلوك الشخص مثير منفر له بالفعل. فما قد يبدو لك أنت على أنه منفر قد لا يكون كذلك بالنسبة له.

٤- شدة العقاب

من العوامل الأخرى التي تؤثر في فعالية العقاب شدته (Intensity of Punishment) ففي هذا الصدد، توضح البحوث أنه كلما زادت شدة العقاب كان أثره في السلوك أكبر إن النهاية إلى تعود الشخص عليه. ذلك لا يعني استخدام العقاب العنيف وإنما تجنب زيادة شدته تدريجياً فذلك سيؤدي في

٥- فورية العقاب

إن فورية العقاب من أهم العوامل التي تزيد فعاليته. ولذلك يجب معاقبة السلوك غير المرغوب به عند حدوثه مباشرة. فالعقاب المباشر يجعل الشخص يقرن السلوك غير المرغوب به بالعقاب ويؤكد له أن ذلك السلوك أن يحتمل. ومن ناحية أخرى فقد يترتب على العقاب المؤجل معاقبة سلوكات مقبولة، ربما تكون قد حدثت بعد السلوك المراد تقليله. وأخيراً فإن معاقبة السلوك منذ بداية حدوثه، أكثر فعالية من الانتظار إلى أن ينتهي الشخص من تأديته.

٦- استخدام العقاب بهدوء:

لا تستخدم العقاب وأنت في حالة انفعالية شديدة، فذلك قد يترتب عليه عواقب وخيمة. كذلك فقد يعمل غضبك وانفعالك بمثابة مكافأة للشخص المعاقب. ومن ناحية أخرى، فلا حاجة بك للدخول في مناقشات مطولة عند استخدام العقاب بل اكتف فقط بذكر أسباب استخدامك له ونفذه مباشرة.

٧- استخدام العقاب بطريقة منظمة

استخدم العقاب بشكل منظم فلقد أوضحت البحوث التجريبية الأساسية والتطبيقية أن عدم الثبات في التعامل مع السلوك غير المرغوب به يحد إلى درجة كبيرة من امكانية ضبطه

٨- تعزيز السلوك المرغوب به

إضافة إلى معاقبة السلوك غير المرغوب يجب تعزيز السلوك المرغوب، فذلك يحد من النتائج السلبية للعقاب، ويساعد الفرد على التمييز بين ما هو مقبول وما هو غير مقبول بالتعزيز بيني العلاقات الإيجابية، ويزيد على المدى البعيد فعالية العقاب. فعلى الأغلب إن الكلمة الثانية من شخص نكن له الاحترام أكبر أثراً في أنفسنا من كلمة يقولها لنا شخص لا

• الإطفاء

إذا كان السلوك الذي يعزز يقوى ويستمر، فالسلوك الذي لا يعزز يضعف وقد يتوقف. نهائياً بعد فترة زمنية معينة. وهذا هو الافتراض الذي يستند إليه إجراء تقليل السلوك المسمى بالإطفاء أو التجاهل المنظم فالإطفاء، ولكنه يشتمل على إيقاف أو إلغاء المعززات التي كانت تتبع السلوك غير المقبول في الماضي والتي كانت تحافظ على استمراريته

التوقف الأم عن حمل طفلها عندما يبكي بعد مدة طويلة كانت اثنائها تعمله باستمرار في حالة بكائه، وهو مثال على الإطفاء

والمعلم الذي يسأل الطلبة سؤالاً معيناً، فيقف أحد الطلبة ملوحاً بيده وقائلاً: "أنا استاذ، أنا أعرف فلا يطلب المعلم من الطالب أن يجيب عن السؤال، يكون قد أخضع سلوك الطالب للإطفاء.

• كيفية استخدام الإطفاء

قد يخيل للقارئ أن من السهل استخدام الإطفاء، إذ أن كل ما هو مطلوب إيقاف التعزيز والحقيقة في أنه من الصعب جداً تطبيق هذا الإجراء بشكل فعال، إلا إنه ليس من السهل أبداً بل أحياناً قد يكون من المستحيل تحديد وضبط جميع المعززات التي تحافظ على استمرارية السلوك، ودون ذلك لن يكون الإطفاء فعالاً. وهذه الصعوبة تتم مواجهتها خاصة إذا كان السلوك المستهدف يخضع لجدول تعزيز متقطع، فالمعالج في هذه الحالة قد لا تتوفر له الفرص الملاحظة سلوك الفرد بما فيه الكفاية ليحدد معززاته

• ومن أجل زيادة احتمال نجاح الإطفاء نحتاج إلى أخذ النقاط التالية بعين الاهتمام

- ١- يجب تحديد معززات الفرد، وذلك يتم من خلال الملاحظة المباشرة. وبالطبع قد يكون هناك أكثر من معزز واحد، لذا علينا تحديد كل المعززات من أجل إيقافها جميعاً.
- ٢- إن استخدام إجراءات تعديل السلوك بشكل منظم، ذو أهمية قصوى لنجاحها، وهذا المبدأ يكتسب أهمية خاصة عند استخدام الإطفاء.
- ٣- يجب تحديد المواقف التي سيحدث فيها الإطفاء، ويجب توضيح ذلك جيداً للفرد قبل البدء بتطبيق الإجراء
- ٤- الإطفاء حتى ولو استخدم بمفرده إجراء فعال لتقليل السلوك ويكون أكثر فعالية إذ عملنا على تعزيز السلوكات المقبولة في الوقت نفسه.