

جامعة  
الملك سعود  
King Saud University



عمادة شؤون الطلاب  
مركز التوجيه والإرشاد الطلابي

# استراتيجيات تعديل السلوك



## مقدمة :

إن تعديل السلوك هو العلم الذي يشتمل على التطبيق المنظم للأساليب التي انبثقت عن القوانين السلوكية، وذلك بغية إحداث تغيير جوهري وإيجابي في السلوك الأكاديمي والاجتماعي. وهذا العلم يشتمل على تقديم الأدلة التجريبية التي توضح مسؤولية الأساليب التي تم استخدامها عن التغيير الذي حدث في السلوك.

ولقد اعتمد تعديل السلوك الإنساني على الجانب العلمي التجريبي وهو قياس السلوك بطريقة موضوعية وكأن الأساس في تعديل السلوك الاعتماد على السلوك الظاهر واستخدام الأساليب العلمية التي يمكن تطبيقها بسهولة والتحقق من فاعليتها موضوعيا ونتائج البحوث العلمية التي تعتمد على المصادقية، أو ما يسمى بالمنحنى السلوكي في عملي النفس.

إذاً، تعديل السلوك هو التطبيق العملي المنظم للمبادئ السلوكية على مستوى السلوك الإنساني، تلك المبادئ التي انبثقت عن البحوث المبرية التي شكلت الإطار النظري العام للنظرية السلوكية يعود إلى بداية

الستينات من هذا القرن إلا أن تاريخ الحركة السلوكية يرجع إلى أواخر القرن التاسع عشر. وكانت الحركة السلوكية بمثابة ثورة على نظريات علم النفس التقليدية نستطيع فهم المبادئ والافتراضات التي استندت إليها هذه الثورة فالبد من إلقاء الضوء على النظريات التي كانت سائدة آنذاك.

### - مفهوم السلوك:

هو عبارة عن مجموعة من الأنشطة العقلية والوجدانية والحركية التي يقوم بها الكائن الحي في حياته اليومية نتيجة لعلاقاته التفاعلية مع بيئته الاجتماعية ولذلك فإن الأداء في التحصيل الدراسي من قراءة وكتابة وتعلم سلوك وكذلك التعامل مع الآخرين بشكل إيجابي، أو معاداتهم يعد كل منها سلوكاً أيضاً وقد يكون السلوك ظاهراً، أو باطنياً شعورياً ولا شعورياً.

### - مفهوم تعديل السلوك: Behavior Modification:

يعني تغيير سلوك الفرد، أو الطالب لكي يكون إيجابياً من خلال اكتساب أنماط جديدة من السلوك التكيفي الملائم وتعلمها وما تحتاجه من ضبط للظروف والمتغيرات المتعلقة به من خلال مساعدته على معالجة المشكلات السلوكية سواء كانت شخصية، أو انفعالية، أو اجتماعية، أو دراسية وغيرها مستنداً إلى مجموعة من الأسس النظرية والتطبيقات العلمية.

### - أهمية تعديل السلوك:

في مجال التوجيه والإرشاد: يسهم تعديل السلوك في معالجة المشكلات والاضطرابات التي يتعرض لها الفرد في مسيرة الحياة في جميع

مراحل نموه المختلفة وإسهامه بشكل رئيس في تحقيق أهداف التوجيه والإرشاد في البيئة التربوية والتعليمية والبيئة الاجتماعية بشكل عام.

#### - تطبيقات تعديل السلوك من خلال بعض النظريات الإرشادية:

سيتم استعراض بعض تطبيقات النظريات الإرشادية بعد تبسيطها والتركيز على الفكرة الرئيسية لها وأهميتها في المجال التربوي والتعليمي والتي يمكن الاستفادة منها في تعديل السلوك وتفسيره ومعالجة العديد من المشكلات السلوكية تطبيقياً في فهم العملية الإرشادية نفسها وذلك من خلال عرض النظريات التالية:

أولاً: نظرية الإرشاد السلوكي.

ثانياً: نظرية التحليل النفسي.

ثالثاً: نظرية الذات.

رابعاً: نظرية الإرشاد العقلاني والانفعالي.

خامساً: نظرية العلاج بالواقع.

سادساً: نظرية الإرشاد الانتقائي.

ويتم عرض كل نظرية وتطبيقاتها على النحو التالي:

أولاً: نظرية الإرشاد السلوكي Behavior counseling Theory:

تتمحور هذه النظرية على أن السلوك الإنساني هو مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة تركز على عملية التعلم واكتساب تعلم جديد لكون أكثر السلوك الإنساني مكتسب من خلال عملية التعلم التي يمر بها الفرد وأن سلوكه قابل للتغيير بإيجاد ظروف وأجواء تعليمية معينة وتعتمد على إجراءات ميدانية.

١- الإشراف الإجرائي operational Conditining:

يعد سكنر skinner من رواد هذا الإجراء حيث يؤكد على الاستجابات التي تثير الفرد حيث ان التعلم يحدث إذا تبع السلوك حدث في البيئة يؤدي إلى إشباع حاجة الفرد واحتمال تكرار السلوك المشبع في المستقبل.

مثال تطبيقي:

طالب أبدي تحسناً في دراسته يتم تعزيز جهوده مبدئياً من خلال الإشادة به وتكريمه مما يجعله يشعر بالرضا والاستحسان.

## ٢- التعزيز Reinforcement:

يعمل على تقوية النتائج المرغوبة من خلال الإثابة المباشرة لأي نشاط إيجابي وتكرار الإثابة بشكل أفضل مما عليه وهو نوعان:

### ١/٢- التعزيز الإيجابي Positive Reinforcement

وهو حدث إيجابي يتبع السلوك ليدعمه ويقويه.

مثال تطبيقي:

طالب يجيب عن سؤال أحد أساتذته إجابة مقنعة غير مسبقة يشكره الأستاذ ويثنى عليه بحضور زملائه مما يشجع الطالب على تكرار التفاعل الصفي بشكل إيجابي.

### ٢/٢- التعزيز السلبي Negative Reinforcement:

ويتعلق بالمواقف السلبية والبغيضة والمؤلمة فإذا كان استبعاد حدث منفرّيتلو حدوث سلوك بما يؤدي إلى زيادة حدوث هذا السلوك فإن استبعاد هذا الحدث يطلق عليه تعزيز سلبي.

مثال تطبيقي:

فرد لديه حالة أرق بدأ يقرأ في صحيفة فاستسلم للنوم نجد أنه فيما بعد يحاول قراءة الصحيفة عندما يرغب في النوم.

### ٢/٣: العقد السلوكي Behavioral Contract

ويطلق عليه أيضاً الاتفاقية السلوكية وهي اتفاقية مكتوبة ملزمة بين كل من المرشد والمسترشد يحصل في ضوءه كل واحد منهما على شيء من الآخر مقابل ما يعطيه له ويمكن للطالب أن يلتزم بعقد سلوكي مع نفسه ويتعلم الطالب من خلال هذا الأسلوب تحمل المسؤولية الشخصية واتساع حجم ثقته بنفسه.

مثال تطبيقي:

طالب اعتاد على إثارة الفوضى في قاعة الدراسة يقوم مُعدّل السلوك، أو المرشد الطلابي بإلزامه بالتوقيع على عقد سلوكي بكفه عن إثارة الفوضى لمدة زمنية معينة أسبوع مثلاً بالمقابل في حالة استمراره في ممارسة السلوك الجديد يُعطى مكافأة مادية، أو معنوية يتم تحديدها بين الطرفين وفي حالة إخلال الطالب بذلك يخصم من درجات السلوك، أو المواظبة، أو درجات النشاط، أو المادة الدراسية، أو يتم تعريمه مادياً وفق العقد السلوكي المتفق عليه.

٢/٤ :التشكيل: Shaping

يعرف التشكيل على أنه الإجراء الذي يشتمل على التعزيز الإيجابي المنظم للاستجابات التي تقترب شيئاً فشيئاً من

السلوك النهائي، بهدف إحداث سلوك لا يوجد حالياً فتعزيز الشخص عند تأديته سلوكاً معيناً لا يعمل على زيادة احتمالية حدوث ذلك السلوك فقط ولكنه يقوي السلوكيات المماثلة له أيضاً:

وقد بينت دراسات عديدة فعالية هذا الإجراء في تعلم سلوكيات مختلفة كتأدية المهارات الحياتية اليومية، ورعاية الذات self care (خاصة للأطفال ذوي الإعاقات المختلفة)، تنمية المهارات الاجتماعية والمهنية والحركية ومهارات التواصل ولقد أوضحت البحوث أن الاستخدام الفعال للتشكيل يستوجب إتباع الخطوات التالية (Foxy, 1982, Martin and pear, 1998).

#### ١. تحديد وتعريف السلوك النهائي:

الخطوة الأولى في التشكيل هي تحديد السلوك النهائي Terminal Behavior الذي يراد الوصول إليه، وتعريفه بدقة وموضوعية على شكل هدف سلوكي، والهدف من ذلك هو تعزيز الاقتراب التدريجي من السلوك المستهدف بشكل منظم، وتجنب تعزيز السلوكيات غير ذات العلاقة لأن ذلك سيؤدي إلى إطالة مدة عملية التشكيل وتقليل فعاليتها.

## ٢. تحديد وتعريف السلوك المدخلي:

يوضح لنا تحديد السلوك النهائي إلى أين نريد الوصول، ولكننا بالطبع نحتاج أيضاً إلى أن نعرف من أين نبدأ، فلقد أشرنا إلى أن التشكيل يستخدم لمساعدة الفرد على اكتساب سلوك ليس لديه حالياً فيما أن السلوك السام تهدف ليس موجوداً فلا بد من اختيار استجابة قريبة منه لتعزيزها وتقويتها بهدف صياغة السلوك النهائي منها وتسمى تلك الاستجابة بنقطة البداية، أو السلوك المدخلي (Entry Behavior) لهذا فبعد تحديد السلوك النهائي فإننا نحتاج إلى تحديد السلوك المدخلي من خلال الملاحظة المباشرة للفرد لعدة أيام قبل البدء بعملية التشكيل لتحديد ما يستطيع عمله.

ويجب أن يتصف السلوك المدخلي بصفتين رئيسيتين الصفة الأولى هي: أن يحدث بشكل متكرر (أي أن تكون نسبة حدوثه عالية) وذلك حتى تتوفر لنا الفرص الكافية لتعزيزه وتقويته وقد يكون ضرورياً أحياناً تنظيم الظروف البيئية التي تزيد من احتمالية حدوث هذا السلوك فإذا كان الهدف مثلاً هو تعليم الطفل رسم الدوائر، فقد يكون ضرورياً إعطاؤه قلمًا وورقة بتواصل في البداية لا أن تنتظر قيامه بذلك تلقائياً أما الصفة الثانية التي يجب أن يتصف بها السلوك

المدخلي فهي أن يكون قريباً من السلوك النهائي (Horlan & Rowland, 2000).

### ٣. اختيار معززات فعالة

إن عملية التشكيل تتطلب من الفرد تغيير سلوكه بشكل متواصل ليصبح قريباً أكثر فأكثر من السلوك النهائي لهذا لا بد من المحافظة على درجة عالية من الدافعية لديه، وهذا ما يؤكد الحاجة إلى اختيار المعززات المناسبة.

٤. الاستمرار في تعزيز السلوك المدخلي إلى أن يصبح معدل حدوثه مرتفعاً: بعد اختيار المعززات المناسبة يجب العمل على تعزيز السلوك المدخلي بشكل متواصل فتعزيز السلوك المدخلي سيزيد من احتمالية حدوث تغيير بسيط مما سيجعله أكثر شبهاً بالسلوك النهائي.

### ٥. الانتقال تدريجياً من مستوى أداء إلى مستوى أداء آخر

كذلك فالاستخدام الفعال للتشكيل يستوجب الانتقال تدريجياً بشكل منظم من مستوى أداء إلى مستوى أداء آخر فمعرفة المدة اللازمة للاستمرار في تعزيز مستوى معين من الأداء ليست بالأمر السهل بل تتطلب مهارة كبيرة من المعالج وهذه المهارة تكتسب من خلال الخبرة

والمبدأ العام الذي يجب إتباعه في تحديد المدة اللازمة للانتقال من خطوة إلى خطوة أخرى هو: العمل على تعزيز الأداء من ثلاث إلى خمس مرات قبل الانتقال إلى المستوى التالي (Cooper et al, 1987)؛ فتعزيز مستوى أداء معين مدة طويلة قد يعمل على ترسيخ ذلك النمط من السلوك مما سيجعل الانتقال إلى المستوى التالي أمراً صعباً ومن ناحية أخرى فإذا تم تعزيز السلوك لمدة قصيرة فقط فالسلوك قد يختفي.

١/٢/٤: الإطفاء:

وهو تجاهل، أو تهميش سلوك سلبي يظهر من الطالب بقصد إنهائه والتغلب عليه؛ فإذا 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 Planned Ignoring؛ فالإطفاء يشتمل على إيقاف، أو إلغاء المعززات التي كانت تتبع السلوك غير المقبول في الماضي والتي كانت تحافظ على استمراريته (Heward et al, 1979) فتوقف الأم عن حمل طفلها عندما يبكي بعد مدة طويلة كانت أثناءها تحمله باستمرار في حالة بكائه، وهو مثال على الإطفاء والمعلم الذي يسأل الطلبة سؤالاً معيناً، فيقف أحد الطلبة ملوحاً بيده وقائلاً: أنا أستاذ، أنا اعرف فلا

يطلب المعلم من الطالب أن يجيب عن السؤال يكون قد أخضع سلوك الطالب للإطفاء.

مثال تطبيقي:

عندما تشاهد طالباً يدخل السجائر فتقوم بتجاهل ما قام به من تدخين وعدم سؤاله عن كيفية تدخينه وما يتعلق به قد يكون هذا الإجراء سبباً كافياً لعدم تكرار سلوكه وقد يسهم في كفه عن التدخين مستقبلاً.

٢/٢/٤: التمييز Discrimination

يعني التمييز تعلم مهارة التفريق بين المشيرات المتشابهة والاستجابة للمشيرات المناسبة فقط. فهو استجابة الفرد على نحو معين في مواقف معينة واستجابته على نحو آخر في المواقف الأخرى والتمييز يحصل نتيجة للتعزيز التفاضلي وهو عنصر مهم من عناصر التعلم بدونه تصبح الحياة فوضى ويغير ذلك فإن الإنسان سيؤدي السلوك في المواقف المختلفة سواء كانت مناسبة، أو غير مناسبة (Walker & Shea, 1983).

مثال تطبيقي:

قيام الطفل بإبعاد يديه عن أي شيء ساخن كالنار مثلاً معناه أنه يستطيع التفريق بين الأشياء الساخنة والباردة والدافئة.

### Generalization التعميم ٣/٢/٤

تدعيم السلوك في موقف ما قد يؤدي إلى احتمال حدوثه في مواقف متشابهة.

مثال تطبيقي:

طالب يتعود على المناقشة والاستفسار عن التفاصيل في موضوعات مادة الأحياء فعلى أستاذ المقرر تعميم سلوك هذا الطالب على طلاب آخرين لحثهم على التفاعل أثناء المحاضرات أسوة بهذا الطالب.

### ٥- التحصين، أو التعويد التدريجي:

ويطلق عليه أيضاً التخلص من الحساسية وينطبق على حالات الخوف الاجتماعي المرتبط بحوادث، أو مواقف صادمة معينة كالخوف من الأماكن العالية، أو ركوب الطائرة، أو الخوف من بعض الحيوانات والزواحف، ويتم التعرف على المشيرات التي تستثير استجابات شاذة حيث يعرض المسترشد لها تدريجياً حتى تتلاشى الحالة لديه لتصل إلى أدنى مستوياتها.

مثال تطبيقي:

الطالب الذي يخاف تسلق الجبال فإنه يتم التعامل مع حالته تدريجياً ليبدأ من خلال إحضار صور فوتوغرافية للجبال، ومن ثم عرض فيديو توب عن البيئة الجبلية وإظهار صور بعض المتسلقين

بوضوح وأخيراً اصطحابه في رحلة جبلية يتم فيها صعود الجبال بشكل جماعي فمن خلال هذا التدرج تتم معالجة مخاوفه من تسلق الجبال.

#### ٦- النمذجة:

وهي تعليم الطالب سلوكاً معيناً من خلال ملاحظة سلوك فرد آخر.

مثال تطبيقي:

توجيه الطالب من ذوي التحصيل المنخفض إلى الاستذكار مع طالب آخر من المتفوقين دراسياً وإشراكه معه في نشاطات دراسية مختلفة يمكن أن يؤدي إلى تحسين الأداء الدراسي لذلك الطالب.

#### ٧- التوكيدية:

ويقصد بتوكيد الذات لدى الطالب، أو المسترشد هو التعبير عن سلوكياته وقيمه وأفكاره وإنجازاته.

مثال تطبيقي:

تعزيز أهداف الطالب نحو تحقيق ذاته وطموحاته كرغبته بأن يصبح طبيباً، أو طياراً، أو مهندساً، أو مصلحاً اجتماعياً، أو رجل أعمال وغيرها، كما يمكن توكيد الذات من خلال تعامل الطالب مع الآخرين بواقعية وشفافية ومصارحة.

## ثانياً: التحليل النفسي Psychoanalysis Theory:

وتحتوي على عملية علاجية متخصصة شاملة يتم فيها استكشاف المواد المكبوتة في اللاشعور من أحداث وخبرات وذاكرات مؤلمة ودوافع متصارعة وانفعالات عنيفة وصراعات شديدة وهي التي تسبب الاضطرابات واستخراجها من اللاشعور إلى حيز الشعور عن طريق التعبير اللفظي التلقائي الحر الطليق وزيادة الاستبصار وتحسين الفاعلية الشخصية والنمو الشخصي بغرض إحداث تغيير نفسي أساسي صحي في إعادة بناء الشخصية ويمكن تصورها في خلال هذه النظرية على ثلاثة أبعاد هي:

- (١) الهو (ID) وهو مستقر الغرائز والدوافع الأولية ومستودعها .
- (٢) الأنا (Ego) الأنا كما وصفها فرويد هي شخصية المرء في أكثر حالاتها اعتدالا بين الهو والأنا العليا، حيث تقبل بعض التصرفات من هذا وذاك، وتربطها بقيم المجتمع وقواعده، حيث من الممكن للأنا أن تقوم بإشباع بعض الغرائز التي تطلبها الهو ولكن في صورة متحضرة يتقبلها المجتمع ولا ترفضها الأنا العليا .
- (٣) الأنا العليا (Super Ego) وهي مستقر الضمير، أو القيم، أو الأخلاق والمثل العليا فهي بمثابة سلطة عليا داخلية تقوم بالرقابة والمحاسبية. وتقوم هذه النظرية على الآتي:

١- أن لكل سبب نتيجة ولكل نتيجة سبب، وقد يكون السبب ظاهراً، أو غير ظاهر وقد يكون منطقياً أم غير منطقي، أي أن هناك سبباً يكمن وراء أي حدث يحدث.

٢- الحيل اللاشعورية: وتنتج من داخل الفرد نفسه لمواجهة الأخطار الناجمة من الخارج كالأشخاص المحيطين به لتدافع عن شخصيته وهي التي يطلق عليها الحيل الدفاعية اللاشعورية (ميكانزمات الدفاع).

- أبرز الحيل اللاشعورية (ميكانزمات الدفاع) وتطبيقاتها:

١- التوحد Identification:

وهي محاولة الفرد الوصول إلى الهدف الذي يود الوصول إليه من خلال برمجة ذاته بصفات محددة، أو بذات شخص آخر من خلال تقليده، أو محاكاته.

مثال تطبيقي:

محاكاة الفرد لوالديه، أو زملائه، أو أصدقائه وتقليد حركاتهم يخفف من درجة التوتر وحدة القلق لديه.

٢- الإزاحة Displacement:

وهي عملية توجيه الطاقة من هدف إلى آخر لتوضيح قدرة الفرد على تغيير هدف نشاطه السابق إلى نشاط جديد.

مثال تطبيقي:

تغيير السلوك العدواني لدى الفرد الذي تعود على البطش بالآخرين والتنكيل بهم إلى ممارسة أي نوع من أنواع الرياضة العنيفة كالملاكمة، أو المصارعة، أو ألعاب القوة وإمكانية بروزه فيها وحصوله على الحوافز المناسبة وبما يصرفه عن سلوكه السابق.

### ٣- الكبت Repression:

وهو محاولة الفرد التحفظ على دوافع مثيرة للقلق والتكتم عليها وعدم الاعتراف بوجودها.

مثال تطبيقي:

الفرد الذي يتعرض لإيذاء جنسي منذ طفولته يكبت هذه الخبرة في اللاشعور ولا يظهرها لأحد على الرغم من إحداثها للقلق والتوتر لديه.

### ٤- الإسقاط projection:

وهو الإنكار، أو تجاهل صفة معينة في الفرد والصاقها بفرد آخر.

مثال تطبيقي:

عندما يكره طالب أحد زملائه فيدعى أن زميله هو الذي يكرهه ولذلك فإن الإفراط في مثل هذا الإدعاء يفسد علاقة الفرد بمحيطه الاجتماعي وقد يصل به الحد إلى التقليل من أهمية الآخرين والحد من شأنهم بما يؤدي إلى اختلال الإدراك، أو إدراك أشياء لا وجود لها.

#### ٥- النكوص Regression:

وهو تراجع الفرد إلى ممارسة سلوكيات سابقة لمرحلة نموه الحالية ولا تتناسب معها بغرض تفادي الشعور بالعجز والفضل، أو الخوف، أو الحرمان.

مثال تطبيقي:

شاب تجاوز العشرين من عمره عندما يقوم بسلوك غير مرغوب وتتم مناقشته من قبل والديه ينخرط في البكاء والاستجداء حيث يعود مرة أخرى إلى السلوك الطفلي.

#### ٦- التعويض Compensation:

وهو أسلوب تتضح فيه المبالغة التي تبدو على سلوك الفرد للتعويض عن مشاعر مكبوتة تؤلمه.

مثال تطبيقي:

فرد دميم الخلقة، أو شخص يعاني من فقد أحد أطرافه، أو شخص قصير القامة على شكل قزم نجد أن كل واحد من هؤلاء يحاول إظهار التسلط والسيطرة بطريقة مبالغ فيها ليعوّض الوضع، أو الحالة التي هو فيها من مشاعر مكبوتة مؤلمة لا يعيها وتدفعه إلى أساليب سلوكية غير متكاملة ومبالغ فيها قد تؤدي إلى اضطرابات انفعالية.

#### ٧- التبرير Rationalization:

وهو عملية لا شعورية نستطيع من خلالها إيجاد أسباب منطقية لسلوكنا وغالباً ما تكون مخالفة للواقع حيث أن الفرد يصعب عليه كثيراً كشف هذه الأسباب فيعمل على كبتها في اللاشعور.

مثال تطبيقي:

الطالب الذي يغش في الاختبارات يبرر فشله بصعوبة الأسئلة، أو كراهية المعلم له وذلك لحفظ ماء وجهه.

خلاصة القول:

يجب على المرشد الطلابي، أو الأخصائي النفسي، أو معدّل السلوك التعرف على الحيل الدفاعية اللاشعورية ( ميكانيزمات الدفاع) التي تبدر من بعض الطلاب في بعض المواقف حيث يمكنه التعامل مع ما يعانونه من مشكلات، أو صعوبات.

### تطبيقات النظرية في التوجيه والإرشاد:

- (١) قيام المرشد الطلابي بطمأنة المسترشد وتأكيد ثقته بنفسه وتكوين علاقة مهنية معه تتسم بالتقبل والتعاطف وفهم أفكاره ومشاعره الانفعالية ودوافعه وأهدافه للكشف عن صراعاته الأساسية المكبوتة، أو الدفينة لكونها تحدد أسلوب حياته.
- (٢) إعطاء المسترشد الفرصة للتعبير عما يدور بذهنه من خلال الآتي:

#### ١/٢ - التفريغ الانفعالي Catharsis

هو تذكر الفرد الحوادث والخبرات الشخصية الماضية واسترجاع الدوافع والذكريات والصراعات اللاشعورية بمصاحباتها الانفعالية التي لم يعبر عنها اثناء حدوث الصدمات، أو الأزمات التي حدثت له بالشكل الكافي مما أدى إلى كبتها، كما أن الدور الذي يقوم به المرشد هو مساعدة المسترشد على تذكرها والتحدث عنها بإسهاب.

## ٢/٢- التداعي الحر Free Association

وهو يعبر عن إطلاق العنان للأفكار والخواطر بشكل تلقائي وما يرتبط بها من خبرات في فترات ومراحل عمرية سابقة وخاصة في مرحلة الطفولة.

(٣) مساعدة المسترشد على الاستبصار حول التعامل مع ما يطرأ عليه من مشكلات وكذلك حول أسلوب حياته ومساعدته على إدراك الأخطاء التي قد يقع فيها.

(٤) مساعدة المسترشد في اختيار البدائل المناسبة التي تسهم في أحداث التغيير وحثه وتشجيعه على الالتزام بخطة عمل محددة وأساليب إرشادية ملائمة من خلال ذلك.

(٥) الإفادة من المعايير الاجتماعية التي تضبط وتوجه سلوكيات المجتمع من خلال توضيح أهمية الالتزام بها من قبل الطلاب وأولياء أمورهم وحثهم على التعامل بها في حياتهم اليومية.

(٦) إمكانية توجيه الطلاب الذي يعانون من مشاعر سلبية، أو ممن لديهم ميولاً عدوانية، أو الرغبة في التخريب إلى ممارسة الألعاب الرياضية على اختلافها ومنها على وجه الخصوص التمارين السويدية بشتى أنواعها من خلال التعاون مع المشرف الرياضي بالكلية، أو المعهد.

ثالثاً: نظرية الذات Self Theory:

تعتمد هذه النظرية على طريقة الإرشاد غير المباشر، أو الإرشاد المتمركز حول المسترشد counselee Centered ويعد كارل روجرز Carl Rogers (١٩٠٢ - ١٩٨٨) من أبرز روادها، وتركز على تكوين وتحقيق الذات من خلال النمو الإيجابي وتمثل في بعض العناصر مثل سمات الفرد وقدراته ومفاهيمه التي يكونها نحو ذاته وخبراته والأخرين المحيطين به داخل البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها كالوالدين والأقران والزملاء وقدرته على التفاعل معهم.

تطبيقات النظرية في مجال التوجيه والإرشاد:

النظر إلى المسترشد كفرد وليس مشكلة للتمكن من فهم اتجاهاته وحاجاته كحاجته للأمن والحب وتقدير الذات والتأثر بالموجهات كالمعتقدات والقيم والأخلاقيات والاتجاهات ويمكن للمرشد الطلابي أن يتعامل مع المسترشد من خلال هذا المنظور من خلال المراحل الآتية:

المرحلة الأولى: الاستطلاع والاستكشاف:

وفيها يتعرف المرشد على الصعوبات التي تعيق المسترشد وتسبب له القلق والضيق والتعرف على جوانب القوة لديه لتعزيزها

والجوانب السلبية للتغلب عليها من خلال المقابلات الإرشادية معه وولي أمره وأخوته ومعلميه واصدقائه وأقاربه وتتضمن هذه المرحلة مساعدة المسترشد على فهم شخصيته واستثمار الجوانب الإيجابية منها في تحقيق أهدافه المأمولة.

المرحلة الثانية: التوضيح وتحقيق القيم:

في هذه المرحلة يزيد وعي المسترشد ويتسع فهمه وإدراكه للقيم الحقيقية التي لها مكانة لديه من خلال الأسئلة التي يوجهها المرشد ويمكن معها إزالة التوتر الموجود لدى المسترشد.

المرحلة الثالثة: المكافأة وتعزيز الاستجابات:

وتعتمد على توضيح المرشد لمدى التقدم لدى المسترشد في الاتجاه الإيجابي وتأكيد له بأن ذلك يمثل الخطوات الأولى في التغلب على مشكلاته واضطراباته الانفعالية.

المرحلة الرابعة: الاستبصار وتحمل المسؤولية:

وهو مساعدة المسترشد على التحدث عن مشكلاته والتوسع في معرفة جوانب حياته ليكون أقل دفاعاً وأكثر انفتاحاً مع نفسه والعالم المحيط به وعلى أن يحظى بالاهتمام والرعاية والاحترام

والتقدير والتقبل والفهم وأن تتكون لديه القدرة على التعامل مع مشكلاته وإيجاد الحلول الملائمة لها دون الاعتماد على المرشد في تحقيق ذلك.

#### رابعاً: الإرشاد العقلاني الانفعالي Rational Emotive Counseling

صاحب هذه النظرية هو البرت إليس Elbert Ellis الذي بدأ ممارسة الإرشاد والعلاج النفسي منذ عام ١٩٤٣م وهو عالم نفس إكلينيكي اهتمّ بالإرشاد الجامعي والإرشاد الزواجي والأسري وتنتقل بين الإرشاد والعلاج التحليلي والسلوكي إلى أن توصل إلى هذا المفهوم بأن المشكلات تعزي إلى أفكار الشخص نفسه وطريقة تفكيره، وترى هذه النظرية أن الناس ينقسمون إلى قسمين (واقعيون وغير واقعيين) وأن أفكارهم تؤثر على سلوكهم، فهم بالتالي عرضة للمشاعر السلبية مثل القلق والخاوف والعدوان والشعور بالذنب بسبب تفكيرهم اللاواقعي، أو غير المنطقي وحالتهم الانفعالية التي يمكن التغلب عليها بتنمية قدرة الفرد العقلية وزيادة درجة إدراكه، وتعتمد هذه النظرية على أنموذج (A.B.C).

(١) الحرف (A) يرمز إلى الحدث، أو الخبرة التي يمر بها الفرد وكيفية تنشيطها Activating Experience or Event

مثل خبرات من قبيل حالات: وفاة، طلاق، رسوب وبالتالي فإن الخبرة، أو الحدث في ذاته لا يحدث الاضطراب السلوكي.

(٢) الحرف (B) ويرمز إلى الاعتقادات Beliefs التي تتطور لدى الإنسان حول ذلك الحدث وتتكون من نظام متكامل يطلق عليه بالاعتقادات العقلانية Rational Beliefs

(٣) الحرف (C) ويرمز إلى النتيجة التي تنجم عن الانفعالات المترتبة على هذه الاعتقادات Consequence وقد تكون هذه النتيجة عقلانية تتمخض عن (رضا - تعديل - إصلاح - تحسين رؤية.. إلخ) وقد تكون غير عقلانية (حزن - توتر - قلق - خوف.. إلخ) وتركز هذه النظرية إجمالاً على جملة من العوامل والظروف المؤثرة على الفرد فمنها ما يرتبط باستعداده ونضجه الجسمي والعقلي والانفعالي والبيولوجي والاجتماعي وعلاقته بتأثير البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها عبر مراحل نموه كالأسرة والمدرسة والمؤسسات المجتمعية الأخرى بما تسببه من مؤثرات قد تشكل الأوضاع والحالات التي يمر بها وصولاً إلى تقليل قلق المسترشد المتمثل في لومه لذاته، أو للآخرين من حوله وتدريبه على كيفية مراقبة وملاحظة نفسه وتقديرها من آن إلى آخر.

تطبيقات النظرية في مجال التوجيه والإرشاد:

- (١) التعرف على أسباب الاضطرابات الناجمة عن أساليب التنشئة الاجتماعية بسبب التأثير الاجتماعي المحيط بالمسترشد.
- (٢) دور المرشد الطلابي في العملية الإرشادية العلاجية حيث أن الإنسان بطبيعته عقلاني ولديه القدرة على إزالة الاحباطات والأعراض الانفعالية التي تواجهه من خلال تعلم التفكير المنطقي ليسهم في مساعدته على التخلص من الاتجاهات والمشاعر والأفكار اللامنطقية والاستعاضة عنها بأفكار منطقية عقلانية من خلال الآتي:

- ❖ التحليل النفسي للأفكار غير المنطقية اللاعقلانية.
- ❖ تنفيذ الاستنتاجات غير الواقعية.
- ❖ وقف الإيحاءات والتشتت المعرفي وإعادة البناء المعرفي مرة أخرى.
- ❖ التدريب على أسلوب التقبل.
- ❖ لعب وتمثيل الأدوار.
- ❖ تخيل الانفعالات وتقليصها كالغضب والقلق من خلال تمارين التنفس، أو الاسترخاء.
- ❖ بعض إجراءات الإرشاد السلوكي كتطبيق أساليب الاشراف الإجرائي كالتعزيز الإيجابي والتعزيز السلبي والتقليد والمحاكاة والنمذجة.

❖ الطرائق والتقنيات التعليمية مثل الإرشاد بالقراءة وعن طريق الانترنت والجوالات الحديثة ومشاهدة الأفلام المساعدة ومن خلال التلفزيون والإذاعة والخطوط الهاتفية الإرشادية وغيرها من الوسائل التقنية الحديثة.

### خامساً: العلاج بالواقع Reality Therapy

لهذه النظرية تطبيقاتها الملموسة في المجال التربوي والتعليمي حيث رأى وليام جلاسر Wiliam Glaser وهو رائد هذه النظرية الذي عمل مهندساً كهربائياً بعد تخرجه في الجامعة وأكمل تعليمه العالي في مجال علم النفس العيادي Clinical Psychology بعد تطبيق نتائج دراساته في الإرشاد والعلاج النفسي التي قام بها في المدارس والمعاهد والجامعات والمؤسسات الاجتماعية التي عمل بها فترة من الزمن يرى بأن أعضاء هيئة التدريس مهتمون بحشو أذهان الطلاب بالمعلومات والمعارف ويقللون من أساليب حل المشكلات التي تواجههم ولذا فإن عليهم تغيير أساليبهم لكي تركز على مساعدة الطلاب على معالجة مشكلاتهم من خلال ما يقومون به من جهود أثناء تدريسهم لموضوعات المناهج الدراسية ويطلق على هذه النظرية (3RS) حيث أنها تعتمد على

ثلاثة محاور هي الواقع Reality والمسؤولية Responsibility والصواب، أو الحق Right .

### (١) الواقع Reality

وهي الخبرات الحقيقية الواقعية الشعورية الحاضرة في الوقت الراهن التي تعبر عن واقع الحياة بعيداً عن المثاليات، أو الخيالات والفرد السوي هو الذي يتقبل الواقع لا ينكره وصولاً إلى تعزيره وتنميته كما أن إنكار الواقع يسبب اضطراباً في السلوك والهدف هو تدعيم الواقع لديه واستشراف المستقبل وهذا يؤدي بدوره إلى فهم المشكلات والصعوبات التي تواجهه بما يسهم في معالجتها وإيجاد الحلول المناسبة لها.

### (٢) المسؤولية Responsibility

ويندرج تحت إطار شعور الفرد بما يلقي عليه من تبعات يحاسب عليها ذاتياً بالدرجة الأولى، أي محاسبة الفرد لسلوكه الشخصي والعمل على الإيفاء بحاجاته منذ وقت مبكر من حياته وتقبله للقيام بهذا السلوك، ولذا فإن السلوك المسؤول يؤدي إلى الصحة النفسية وليست الصحة النفسية هي التي تؤدي إلى تحمل المسؤولية.

### (٣) الصواب، أو الحق Right

أي قدرة الفرد على فعل الصواب، أو الحق وتجنب الخطأ وبالتالي يحقق له ذلك حياة اجتماعية ناجحة، ويتم التركيز على توجيه السلوك لضرورته في الوفاء بمتطلبات الفرد كما أن صدور بعض الأحكام على بعض القيم المعاصرة التي يمارسها الطلاب مثلاً من قبل أعضاء هيئة التدريس، أو المرشد الطلابي، أو الأخصائي قد يستحث الطالب على تغيير بعض ممارساته السلوكية بعيداً عن فرض هؤلاء المختصين لقيمهم الشخصية على المسترشد، أو طالب الخدمة.

تطبيقات النظرية في مجال التوجيه والإرشاد:

تركز هذه النظرية في تطبيقاتها بشكل رئيس على دعم وتعزيز هوية النجاح لدى الأفراد وخاصة الطلاب والتغلب على هوية الفشل والعمل على تلاشيها وفي ضوء ذلك فإنه يمكن للمرشد الطلابي ومعدّل السلوك والمربين عامة تنفيذ الآتي:

(١) التأكد من إشباع الحاجات الأساسية للطلاب كحاجته للأمن والحب وتوكيد الذات من قبل الوالدين وأعضاء هيئة التدريس والأخصائيين في المؤسسة التعليمية بما يؤدي إلى مواجهته للواقع في إطار المسؤولية وتعزيز هوية النجاح لديه، وعلى أعضاء هيئة التدريس توجيه الأسئلة التي تشحن أذهان الطلاب وتكليفهم بمهام

على شكل واجبات وتقارير ودراسات وفقاً لنموهم الجسمي والسيولوجي والمعرفي والانفعالي والاجتماعي.

(٢) تدريب الطلاب على مهارات الكلام لفظاً واستماعاً وعمليات

التعليل والسببية والاستبصار بما يساهم في تفهم ما يعانونه من مشكلات وصولاً إلى معالجتها من خلال توجيه أسئلة وعصف ذهني بغرض شحن الأذهان وللحصول على تغذية راجعة منهم وتكليفهم بواجبات وتقارير ومهام محددة، وكذلك تدريبهم على مهارات الحياة لكي يصبحوا ناجحين في حياتهم.

(٣) الإسهام في تهذيب سلوك الطلاب وتقويمه من خلال أساليب

وطرائق التعامل الإيجابي معهم وتجنب العقاب بجميع صورته وأشكاله لفظياً، أو رمزياً، أو معنوياً والتواصل مع أولياء أمور الطلاب والأسر بغرض تعزيز التفاعل الأسري البناء القائم على المحبة والتقدير مع أبنائهم.

(٤) بناء مفهوم هوية النجاح لدى الطلاب وتعزيزه من خلال تنمية

خبرات وتجارب تفاعلية عن طريق التعامل الصفي وموضوعات المناهج الدراسية وما يرتبط بها من أنشطة مختلفة بما يؤدي إلى بناء شخصية الطالب ويزود هويته الذاتية في البيئة التي يعيش فيها والعمل ما أمكن على إبعاده عن الشعور بهوية الفشل، أو

ممارسته في حياته اليومية وذلك بمساعدته على تحمل المسؤولية الشخصية وشحن همته وقدرته على ممارسة السلوك الإيجابي.

(٥) تحديد أهداف للطلاب من خلال إجراء التقويم الملائم لسلوكهم الحالي ومنها أهداف قصيرة الأمد مثلاً كوضع خطة لإقلاع الطلاب المدخنين عن التدخين، وأخرى متوسطة، أو بعيدة الأمد ومنها حصولهم على وظائف ومهن مناسبة بعد التخرج في الجامعة.

(٦) تنمية العلاقات الإنسانية والشخصية والاجتماعية للطلاب مع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه والمجتمع التعليمي خاصة بهدف تحقيق التوافق الشخصي والأسري والاجتماعي والدراسي من خلال تعويده وإدماجه مع زملائه ومعلميه ومساعدته على المشاركة في الأنشطة الطلابية المختلفة.

(٧) التركيز على السلوك بدلاً من المشاعر لكون السلوك هو المستهدف وخاصة السلوك السلبي وتغييره وتعديله إلى سلوك إيجابي والتركيز على المشكلات الراهنة التي يعانها المسترشد بدلاً من التوغل في الماضي والاستغراق فيه وذلك باستخدام أسلوب (هنا والآن) Here and Now

### سادساً: الإرشاد الانتقائي Eclectic counseling

وقد قامت هذه النظرية على يد لازاروس Lazarus في عام ١٩٨٩م حيث يرى أن المرشد، أو الأخصائي بحاجة إلى استخدام طرائق إرشادية وعلاجية مختلفة مستوحاة من النظريات الإرشادية المتنوعة وتتضمن معلومات ونماذج وأساليب متعددة حيث يتم التعامل مع الفرد جسماً وعقلاً وانفعالات وروحاً والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها.

تطبيقات النظرية في التوجيه والإرشاد:

ويرمز إلى هذه الطريقة بالأحرف الأوائلية (BASIC – ID)

(١) فصي الجانب السلوكي -B- ويرمز إلى السلوك Behavior مأخوذ من النظرية السلوكية Behavior Theory حيث تستخدم إجراءات الإطفاء والتحصين التدريجي والتعزيز والإشراف الإجرائي وغيرها.

(٢) في الجانب الوجداني (A) ويرمز إلى الاستجابات الوجدانية Affective Responses ضمن عناصر نظرية التحليل النفسي حيث يستخدم المرشد أسلوب التنفيس، أو التفريغ الانفعالي.

(٣) وفي جانب الشعور (S) يرمز إلى الأحاسيس Sensations ويستخدم المرشد الاسترخاء والتدريبات البدنية والتغذية الراجعة

الحيوية لتحرير المرشد مما يعتريه من توتر وقلق ومخاوف اجتماعية وغيرها.

(٤) وفي جانب التخيل (I) Imagination يمكن للمرشد استخدام

أسلوب تغيير صورة الذات وذلك من خلال استخدامه لأسلوب تصور، أو تخيل المواجهة الإيجابية للمواقف والضغوط.

(٥) وفي الجانب المعرفي (C) Cognition يستخدم المرشد أسلوب زيادة

الوعي والإدراك والفهم للذات وذلك من خلال مساعدة المرشد لإدراك الأحداث السابقة وعلاقتها بالسلوكيات الحالية.

(٦) في مجال العلاقات الشخصية (I) وترمز العلاقة البيئة الشخصية

مع الآخرين interpersonal Relationship حيث يستخدم أسلوب النمذجة، أو التقليد والمحاكاة.

(٧) وفي مجال العقاقير (Drugs) يقوم المرشد بمتابعة استخدام

الطلاب المرضى للأدوية الموصوفة من قبل الأطباء، أو الإقلاع عن تعاطي المواد الضارة، أو بالتنسيق مع أخصائي التغذية باستخدام

الطلاب للعناصر الغذائية الجيدة، أو مع معلم التربية الرياضية باستخدام أسلوب التمارين الرياضية المناسبة لظروفهم وأحوالهم

الخاصة.

## - خطوات تعديل السلوك

يمر برنامج تعديل السلوك بثمان الخطوات يمكن عرضها على النحو التالي:

الأولى: إعداد برنامج تعديل السلوك

أ- دراسة وضع الطالب المستهدف تعديل سلوكه:

من خلال ملف الطالب وتقاريره الدراسية والصحية وتاريخ الحياة والسجل القصصي والحياة اليومية وما يتوفر من معلومات وبيانات عنه وكذلك من خلال المقابلات الإرشادية معه والمحيطين به من معلمين، أو زملاء وكذلك ولي الأمر إذا تطلب ذلك.

الثانية: تحديد السلوك المستهدف تعديله

يقوم المرشد الطلابي، أو الأخصائي بتحديد نوع السلوك المستهدف بالتعديل من خلال المقابلات الإرشادية وملاحظة سلوكيات الطالب بشكل عام ومن ثم يتم التركيز على السلوك الرئيس الذي يبرز لدى الطالب لكونه يعاني منه ويظهر من خلال معاشته لمشكلة معينة، أو مجموعة من المشكلات المؤرقة.

الثالثة: تعريف السلوك المستهدف إجرائياً

يتم تحديد السلوك المستهدف بطريقة موضوعية غير قابلة للتأويلات، أو التفسيرات.

مثال تطبيقي:

تحديد سلوك الغش في الاختبارات الدراسية من خلال العثور على القصاصات ( البراشيم) التي يغش منها الطالب في أكام الثوب تحت الطاقيه، أو الغترة التي يلبسها، أو في أحد المخابئ.

الرابعة: قياس السلوك المستهدف

يمكن قياس السلوك المعني بالتعديل من خلال تطبيق استبيانات واستفتاءات وقوائم واختبارات ومقاييس تعد لهذا الغرض ما أمكن. وتوجد بعض الاختبارات المعيارية المقننة لقياس السلوك كاختبارات القدرات والميول والاتجاهات والاستعدادات والشخصية وغيرها ويمكن الاستفادة من هذه الاختبارات والمقاييس المقننة على البيئة السعودية، وامكانية تصميم قوائم واختبارات لقياس بعض أنواع السلوك كقياس الأداء في التحصيل الدراسي، فالقياس في هذه المرحلة يسهم في التعرف بشكل أكبر على طبيعة السلوك المستهدف والعوامل ذات العلاقة به.

مثال تطبيقي:

الاختبارات الدراسية للطلاب بجميع أنواعها تقيس نتائج التحصيل الدراسي والتي في ضوءها يتم النجاح في المادة الدراسية، أو الإخفاق فيها والانتقال إلى مستوى دراسي جديد، أو البقاء فيه.

الخامسة: تشخيص السلوك المستهدف وتحديد مسبباته

للتعرف على العوامل والمسببات والظروف التي يحدث فيها السلوك المستهدف لا بد من التعرف على المثيرات التي تسبق السلوك والاستجابات التي تتبعه وما يترتب عليه من نتائج.

مثال تطبيقي:

طالب لديه اتجاهات سلوكية سلبية تجاه أحد أعضاء هيئة التدريس، أو معلميه يعبر عنها دائماً بسلوكيات متعددة كعدم المشاركة أثناء الدرس، أو المحاضرة والإلتهاة بأشياء أخرى ليست لها علاقة بالموضوع الدراسي كالتحدث إلى الزملاء، أو التنكيت السخيف على المعلم، أو الزملاء بما يؤدي إلى غضب المعلم لنجد في نهاية المطاف أن الطالب لا يحب المادة وربما أجبر على تسجيلها، أو أنها ليست ضمن اهتماماته.

السادسة: تحديد الأهداف المرجوة من برنامج تعديل السلوك  
المستهدف

يتم تحديد هدف عام وأهداف خاصة تفصيلية يتطلع المرشد الطلابي، أو الأخصائي، أو معدّل السلوك إلى تحقيقها من السلوك المستهدف لزيادته، أو الحفاظ عليه، أو التقليل منه على أن تكون الأهداف بنوعيتها العام والخاص قابلة للقياس والملاحظة وبالتالي يمكن الحكم عليها .

مثال تطبيقي:

ملاحظة عضو هيئة تدريس لطالب يقوم بحل (خمسة أسئلة من عشرة) وبإجابات مفتوحة مما أدى إلى أن يحاول تعديل سلوك الطالب التحصيلي في المادة ليرتفع بمستواه إلى الأفضل وبالتالي فإنه بحاجة إلى برنامج تعديل سلوكي تعليمي وبالتالي فإن الهدف العام هو: تحسين مستوى أداء الطالب في المادة الدراسية.

أما الأهداف التفصيلية فهي:

- أن يقوم الطالب بنفسه بحل تسعة تمارين من عشرة بدلاً من خمسة أسئلة في المتوسط.
- أن يكون الحل شاملاً لجميع التمارين وأن يكون كتابياً.
- أن تكون نسبة الحل للتمارين لا تقل عن ٩٠% خلال الأسبوع الدراسي.

- بطبيعة الحال فإن الهدف العام والأهداف التفصيلية تتوفر فيها الشروط والمعايير المطلوبة حيث أن التعديل يتطلب تحسين الأداء في المادة الدراسية من ٥٠ - ٩٠% ولا بد من تحقيق هذه الأهداف.

السابعة: اختيار الإجراءات المناسبة لتعديل السلوك المستهدف يتم اختيار هذه الإجراءات في ضوء السلوك المراد تعديله، فإذا كان المراد زيادة السلوك فإنه يمكن تقوية سلوك مرغوب؛ فإذا كان لدى المرشد الطلابي، أو معدّل السلوك اتجاه لتنمية مستوى أداء الطلاب الذين أبدوا تحسناً في دراستهم فإنه سيستخدم إجراء التعزيز لدعم المستوى الدراسي لديهم تصاعدياً. وإذا كان الغرض تقليل سلوك غير مرغوب فيمكنه حذفه، أو خفضه.

مثال تطبيقي:

طالب يتفوه بكلمات غير مناسبة في حضور المرشد فيتم تجاهل حديثه وإغفاله وتغيير مجرى الحديث فإنه يستخدم إجراء الإطفاء، أو الإغفال للسلوك السلبي الصادر من الطالب.

الثامنة: تنفيذ برنامج تعديل السلوك المستهدف

ويتم تنفيذ البرنامج من خلال الآتي:

- (١) جمع البيانات والمعلومات عن السلوك، أو السلوكيات المستهدفة بقياس عدد مرات حدوث السلوك.
- (٢) تطبيق الإجراءات السلوكية على السلوك المستهدف وتكرار قياسها ومن هذه الإجراءات التعزيز والاتفاقية السلوكية والتحسين التدريجي والنمذجة وغيرها .

٣- تقويم البرنامج:

يتم تقويم البرنامج من خلال تحديد المعززات وإجراءات التعديل وصولاً إلى أساليب التنفيذ المناسبة والقياس المناسب لها وإحاطة الطالب المستهدف. تعديل سلوكه بنتائج التعديل السلوكي وما يرتبط بها من مرئيات ومقترحات.

٤- المتابعة:

وتهدف إلى صيانة السلوك المستهدف والتأكد من حدوث السلوك المرغوب وأهمية استمراره وقياسه في فترات محددة ومتابعته وتعميمه على طلاب آخرين.

- أن يكون الطالب لديه الاستعداد لأن يكتب سيرته الذاتية دون قيود أو ضغوط خارجية تقع عليه من المرشد أو الوالدين.. أو غيرهم.
- أن يدرك الطالب أهمية أن يكون صادقاً مع نفسه عند تدوين سيرته الذاتية وإلا أصبحت غير ذات جدوى.
- أن يراعي الطالب الترتيب الزمني للأحداث ذات الأهمية في حياته، ويفضل مراعاة تحديد التواريخ لأهمية ذلك في التفسير والتحليل.
- أن يترك للطالب الحرية في أن يكتب بالطريقة التي يراها مناسبة له دون التقيد بالنواحي اللغوية والأدبية في الكتابة.
- أن يدرك الطالب أن الهدف من وراء تسجيل سيرته الذاتية مساعدة المرشد في الكشف عن الأسباب التي تقف وراء مشكلته.
- أن يتأكد الطالب من سرية البيانات التي يقدمها في سيرته الذاتية وأنها لن تستخدم إلا بغرض تقديم المساعدة له فقط.

جامعة  
الملك سعود  
King Saud University



مركز التوجيه والإرشاد الطلابي

البهو الرئيس مبنى ١٧

الدور الثالث



٤٦٩٨٧٤١



٤٦٩٤٨٠٩



alershad@ksu.edu.sa