

السلوك السوي والاسوي وكيفية تحديده  
ورسم خطة علاجية له

# أهداف المحاضرة

- تعريف السواء واللاسواء في السلوك
- تحديد السلوك المستهدف
- تعريف السلوك المستهدف

# السلوك السوي واللاسوي

يختلف السلوك السوي عن اللاسوي في عدة أبعاد :

١. تكرار السلوك
٢. مدة حدوث السلوك
٣. طوبوغرافية السلوك (طبيعة السلوك)
٤. شدة السلوك
٥. كمون السلوك

# السلوك السوي واللاسوي

## • تكرار السلوك Frequency :

هو عدد مرات حدوث السلوك في فترة زمنية محددة .

### مثال :

تكرار شجار الطفل مع أقرانه في يوم دراسي واحد .

# السلوك السوي واللاسوي

## • مدة السلوك Duration

هي الفترة التي يستمر فيها حدوث السلوك بشكل متواصل سواء زادت هذه الفترة عن السلوك العادي أو قلت هذه الفترة .

### مثال :

نوم المراهق لساعتين فقط يوميا أو نوم المراهق لخمس عشرة ساعة يوميا .

# السلوك السوي واللاسوي

## • طوبوغرافية السلوك Topography :

هو كون السلوك مختلفا في شكل حدوثه عن السلوك العادي .

### مثال :

الطفل الذي يشد شعر أخته الرضية ويخدش وجهها ويركلها حين يراها في حضن أمه .

# السلوك السوي واللاسوي

## • شدة السلوك Magnitude:

السلوك السوي يتحول إلى سلوك غير سوي إذا زادت شدته عن الحد العادي .

## مثال :

المراهق الذي يرتعش ويصاب بالدوار والهلع عند ركوب الطائرة .

# السلوك السوي واللاسوي

## • كمون السلوك latency:

المدة الزمنية التي تفصل بين المثير والاستجابة

مثال:

الطفل الذي لا يفهم تعليمات معلمه مباشرة .



# أمثلة لتحديد السلوك السوي واللاسوي

١. فتاة تفقد وعيها عند رؤية قطة بالقرب منها .
٢. الطفل الذي يتحدث بصوت منخفض جدا .
٣. التلميذ الذي يكتب بخط رديء بحيث تظهر الأحرف والأرقام معكوسة.
٤. الطفل الذي لا يستيقظ من نومه فور نداء أمه له .
٥. الطفل الذي يبكي ساعة كاملة عند وضعه في سريره .
٦. رجل يغسل يديه أكثر من عشر مرات في الساعة الواحدة أثناء جلوسه في مكتبه .
٧. طفل يبكي بشكل يومي في رياض الأطفال
٨. تلميذ كثير المداخلات في الدرس وكثير الأسئلة والتعليقات بشكل يضايق زملاءه .
٩. ٩-الطفلة التي لا تستطيع الاستمرار في حل واجباتها مدة ربع ساعة .

# معايير السلوك السوي

١. المعيار الاجتماعي
٢. معيار الندرة الإحصائية
٣. المعيار الذاتي
٤. المعيار المثالي

# معايير السلوك السوي

## المعيار الاجتماعي Social standard:

المعيار هو الاتفاق مع عادات وتقاليد المجتمع .

### مثال :

الفتاة التي لا تحسن تقديم القهوة للضيوف ولا تحسن مجاملتهم يعتبر سلوكها غير سوي لدى المجتمع العربي .

## ما عيوب هذا المعيار ؟

قد تكون العادات والتقاليد في حد ذاتها غير سوية وبالتالي فالمجتمع يحكم على السلوك السوي بأنه غير سوي .

### مثال :

بكاء الشاب أمام الآخرين لا يعتبر سلوكا مقبولا في المجتمع .

# معايير السلوك السوي

## معييار الندرة الإحصائية Statistical Rarity :

كون السلوك منحرفا عن المتوسط الحسابي للمجتمع في سلوك ما .

مثال :

نسبة ذكاء الشخص

## ما عيوب هذا المعيار ؟

أي انحراف عن المتوسط الحسابي يعتبر لا سواء ، سواء كان زيادة أو نقصا .

مثال :

حصول الطفل على درجة عالية في اختبار الذكاء .

# معايير السلوك السوي

## المعيار الذاتي Self-discomfort:

رضى الفرد عن سلوكه يجعله سلوكا سويا وعدم رضى الفرد عن سلوكه يجعله شاذا .

### مثال:

عدم رضى الطالب عن مستواه التحصيلي يجعل تحصيله لا سويا وإن كان الطالب متفوقا .

## ما عيوب هذا المعيار؟

ليس هناك معايير واضحة ومحددة لرضى الفرد عن نفسه . فقد يرضى الفرد عن سلوك غير سوي والعكس قد يحدث .

### مثال:

العدواني الذي يرى عدوانيته طريقة جيدة للحصول على حقوقه .

# معايير السلوك السوي

## التكيف السحي المثالي Ideal Mental Health:

يعد هذا المعيار تحقيق ما جاء في نظريات علم النفس عن التكيف النفسي هو معيار تقييم السلوك السوي .

### مثال :

الشخص الذي لا يملك نشاط فاعلا في مجتمعه سيصنف على أنه شخص غير سوي في هذا المعيار .

## ما عيوب هذا المعيار ؟

- ١- غالبية الناس غير أسوياء لأنهم لن يستطيعوا تحقيق كل ما جاء في نظريات الصحة النفسية .
- ٢- هذا المعيار يشعر الفرد بالنقص وإن لم يكن لديه نقص حقيقي .

### مثال :

الطالب المهدب في تعامله مع الآخرين ، والمتفوق دراسيا لكنه يعاني من السمنة لن يعتبر شخصا سويا وفق هذا المعيار .

تحديد السلوك المستهدف

# الاعتبارات الأولية لتحديد السلوك المستهدف

- يقوم بتحديد المشكلة المعالج النفسي بالتعاون مع صاحب المشكلة وذويه .
- هناك عدة اعتبارات لتحديد المشكلة .
  - اعتبارات أولية (نشاط)
  - ترتيب الأولويات
  - اعتبارات أخلاقية



# الاعتبارات الأولية لتحديد السلوك المستهدف

ترتيب الأولويات :

- ١ . المشكلة التي يود الشخص أو ذوه البدء بعلاجها .
- ٢ . المشكلة التي تتضح معالمها من المقابلة مباشرة .
- ٣ . المشكلة التي سيكون علاجها مفتاحا لعلاج المشكلات المترتبة عليها .
- ٤ . المشكلة التي يترتب عليها عواقب وخيمة إن لم يتم علاجها .
- ٥ . سهولة خطة العلاج
- ٦ . المشكلة التي يؤدي حلها لتكيف الشخص اجتماعيا وأكاديميا .

# الاعتبارات الأولية لتحديد السلوك المستهدف

## الاعتبارات الأخلاقية :

- تحديد أهداف تعديل السلوك وإشراك المعالج أثناء وضعها .
- استخدام الطرق الإيجابية الفعالة في تعديل السلوك وعدم اللجوء للطرق المنفرة إلا للحاجة إليها .
- التأكد المستمر من فاعلية العلاج ومراجعة خطواته بحيث يتم تغيير الخطوات غير الناجحة .
- كفاية المعالج السلوكي وتمكنه ، والإشراف على من يقوم بتطبيق برنامج العلاج إن كان المعالج قاصرا .

# الاعتبارات الأخلاقية

- يجب الحصول على موافقة كل من :
  - الشخص المعالج (ويستثنى من ذلك الطفل الصغير )
  - ولي أمر الشخص المعالج (إن كان المعالج طفلا )
  - المؤسسة المدرسية أو العلاجية .

# تعريف السلوك المستهدف

# تعريف السلوك المستهدف

## أهمية تعريف السلوك المستهدف :

- تمكن المعالج من التركيز على السلوك المتصل بالمشكلة وتجنب السلوك غير المتصل بها .
- تزيد من احتمالية اختيار أسلوب العلاج المناسب .

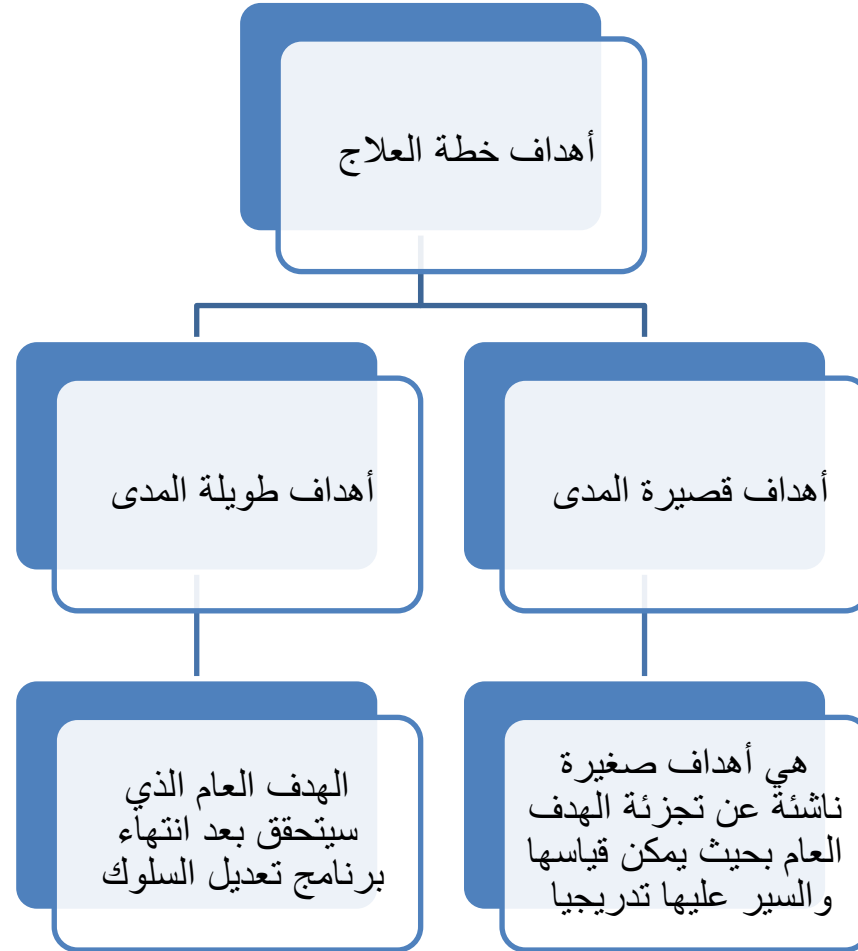
# تحديد أهداف خطة العلاج

- أهداف خطة العلاج هي ما نود حصوله لسلوك الفرد وليس الوسائل المتبعة لتعديل سلوكه .

## دور أهداف خطة العلاج:

- تحدد الوسائل العلاجية المناسبة
- تقييم مدى تحسن السلوك المراد تعديله
- تساعد المعالج في تنظيم سيره أثناء خطة العلاج
- تساعد في تقويم كفاءة الأساليب المستخدمة للعلاج

# أنواع أهداف خطة العلاج السلوكي



# صياغة أهداف تعديل السلوك

• تراعى ثلاث عناصر عند صياغة أهداف تعديل السلوك :

– الأداء Performance

– الظروف Conditions

– المعايير Criteria



# صياغة أهداف تعديل السلوك

## • الأداء Performance :

- يجب أن يكون السلوك قابلا للقياس المباشر .

## هل الأهداف التالية قابلة للقياس ؟

- أن يكون الطفل طالبا مجتهدا
- أن ينطق الطفل كل كلمة بصوت عال .

# صياغة أهداف تعديل السلوك

- الظروف Conditions :
- تحديد الزمان والمكان المناسبين لحدوث السلوك .

## أمثلة :

- في غرفة الصف
- قبل تناول الغداء

# صياغة أهداف تعديل السلوك

## • المعايير Criteria :

- تشمل أربعة أمور :
- تحدد سرعة الأداء
- تحدد مستوى الدقة
- تحدد تكرار السلوك
- تحدد نوع السلوك

## • مثال :

- مشكلة الخوف من القطط :
- أن يقترب الطفل من القطة في محل الحيوانات مسافة نصف متر .
- أن يلمس الطفل ظهر القطة بيده ثلاث مرات متكررة في محل الحيوانات .
- أن يضع الطفل القطة على ذراعيه لمدة ١٠ ثوان في محل الحيوانات .

# صياغة أهداف تعديل السلوك

مثال :

## • مشكلة البكاء المستمر

- أن يقل عدد مرات بكاء الطفل خلال اليوم في المنزل بنسبة ٥٠% .
- أن يتوقف الطفل عن البكاء عند ذهابه للنوم .
- أن يترك الطفل الصراخ الشديد أثناء بكائه .

مثال :

## • مشكلة الوسواس القهري :

- أن يغسل يده مرة واحدة فقط قبل تناول طعام الغداء في المنزل .
- أن يبقى ساعتين كاملتين في مكتبه دون غسل يديه .
- أن يغسل يده بالماء والصابون دون استخدام المعقم عندما يكون في منزله .