

نظرية الإشراف الكلاسيكي وتطبيقاتها الإرشادية

اعداد

الاستاذ الدكتور بتول غالب الناهي

التعلم

- تعريف التعلم:
- تغير ثابت نسبيا في السلوك ينشأ عن نشاط يقوم به الفرد أو عن التدريب أو الملاحظة، ولا يكون نتيجة النضج الطبيعي أو الظروف العارضة .

شروط التعلم

- ١- وجود مشكلة أمام الفرد يتعين عليه حلها .
- والمشكلة : هي كل موقف جديد يعوق وصول الفرد لحاجاته أو رغباته لا يكفي حله الخبرة السابقة أو السلوك المعتاد .
- ٢- وجود دافع يدفع الفرد للتعلم .
- ٣- بلوغ الفرد مستوى من النضج الطبيعي يسمح له بالتعلم .
- والنضج الطبيعي : هو النمو الذي يتوقف على التكوين الوراثي للفرد في ظروف البيئة العادية المناسبة دون حاجة إلى تمرين أو ملاحظة خاصة .

المقارنة بين النضج والتعلم

التعلم	النضج الطبيعي
تلعب البيئة دورا كبيرا فيه حيث يحتاج إلى التدريب أو الملاحظة	يتوقف على التكوين الوراثي ولا يحتاج إلى تمرين أو ملاحظة
يعتبر النضج شرطا أساسيا لحدوثه	ليس التعلم شرطا لحدوثه
يظهر الفروق بين أفراد النوع الواحد	يقرب بين أفراد النوع الواحد

نظريات التعلم

- اختلف العلماء في تفسير التعلم وظهرت عدة نظريات تحاول تفسيره . ويمكن تصنيفها إلى صنفين :
- ١ – النظريات الارتباطية : وترى أن عملية التعلم تتلخص في عقد ارتباطات بين مثيرات واستجابات . ومنها : نظرية التعلم الشرطي ، ونظرية التعلم الإجرائي ..
- ٢ – النظريات الإدراكية : وهي ترى أن التعلم عملية فهم وتنظيم واستبصار . وأظهرها نظرية الجشطالت .

مبادئ نظرية الإشراف الكلاسيكي

٢ - مبدأ المرة الواحدة :

- على الرغم من أن بافلوف كان يكرر ارتباط المثير الطبيعي بالمثير الشرطي في تجاربه إلا أنه ثبت أن اقتران المثيرين مرة واحدة قد يكون كافياً لتكوين الاستجابة الشرطية وخصوصاً في الحالات التي يصاحبها انفعال شديد .
- هذا المبدأ يقلل من أهمية التكرار في التعلم الشرطي .

مبادئ نظرية الإشراف الكلاسيكي

٣- مبدأ التدعيم :

- متى تكون الارتباط بين المثير الشرطي والاستجابة الشرطية فإن هذه الرابطة تحتاج إلى تدعيم حتى تستمر .
- ويقصد بالتدعيم هو اقتران المثير الشرطي بالمثير الطبيعي من أن الآخر .

مبادئ نظرية الإشراف الكلاسيكي

٤ - مبدأ الانطفاء :

- هو مبدأ معاكس لمبدأ التدعيم .
- فهو إثارة دون تدعيم ، مما يؤدي في النهاية إلى زوال الاستجابة الشرطية تدريجيا حتى تختفي نهائيا (راجع: ١٤٢١).

مبادئ نظرية الإشراف الكلاسيكي

٥ - مبدأ الاسترجاع التلقائي :

- إن الإنطفاء لا يؤدي لزوال الاستجابة الشرطية نهائياً ، فعقب فترة من الزمن لا يحدث فيها أي تدعيم للاستجابة الشرطية تعود الاستجابة بمجرد ظهور المثير الشرطي ، وإذا تكررت فترة عدم التدعيم وبعدها الاسترجاع التلقائي بمجرد ظهور المثير الشرطي عدة مرات يضعف الاسترجاع التلقائي حتى يتلاشى في النهاية.

مبادئ نظرية الإشراف الكلاسيكي

٦ - مبدأ التعميم :

- هو انتقال أثر المثبر الشرطي إلى مثبرات أخرى تشبهه أو ترمز له ، وكلما زاد التشابه كان احتمال انتقال التعميم كبيرا .

مبادئ نظرية الإشراف الكلاسيكي

٧ - مبدأ التمييز :

- هو التفرقة بين المثير الأصلي والمثيرات الشبيهة به من خلال تدعيم المثير الأصلي وعدم تدعيم المثيرات الأخرى .

مبادئ نظرية الإشراف الكلاسيكي

٨ - مبدأ الاستتباع :

- قد ينقل المثير الشرطي أثره إلى مثير آخر يسبقه مباشرة .
- تسمى الاستجابة في هذه الحالة استجابة من الدرجة الثانية .
- ويمكن أن ينتقل أثر المثير الشرطي إلى مثير ثالث ورابع .. فنحصل على استجابة من الدرجة الثالثة .. وهكذا .

تطبيقات نظرية الإشراف الكلاسيكي

أساليب العلاج المستندة إلى الإشراف الكلاسيكي

- تقليل الحساسية التدريجية
- التنفير
- التنفير الخفي
- المعالجة بالإضافة

تقليل الحساسية التدريجي

- طور جوزيف ولبى Joseph Wolpe أسلوب تقليل الحساسية التدريجي .
- تقليل الحساسية التدريجي هو أحد أشكال الإشراف البديل (Counter Conditioning) .
- الإشراف البديل : هو إمكانية استخدام قوانين التعلم بهدف استبدال استجابة بأخرى .

تقليل الحساسية التدريجي

- الكف المتبادل : Reciprocal inhibition هو أن الاستجابات المتناقضة لا يمكن أن تحدث في آن واحد ،لذلك يمكن استخدام إحداهما لمنع حدوث الأخرى .
- القلق والخوف يمكن إزالتها باتسجبات مناقضة كالاسترخاء والتدعيم الذاتي .

تقليل الحساسية التدريجي

يشتمل تقليل الحساسية التدريجي على ثلاثة مراحل :

- إعداد هرم القلق .
- الاسترخاء
- الإقران المثيرات التي تبعث على القلق لدى المتعالج بالاستجابات البديلة للقلق (الاسترخاء) .

تقليل الحساسية التدريجي

إعداد هرم القلق :

- وضع قائمة بالمشيرات التي تثير القلق Anxiety Provoking Stimuli .
- ترتيب المشيرات من الأضعف إلى الأكثر شدة .

- المتعالج هو المسؤول الأول عن وضع القائمة ، ويشاركه فيها المعالج .

تقليل الحساسية التدريجي

الاسترخاء :

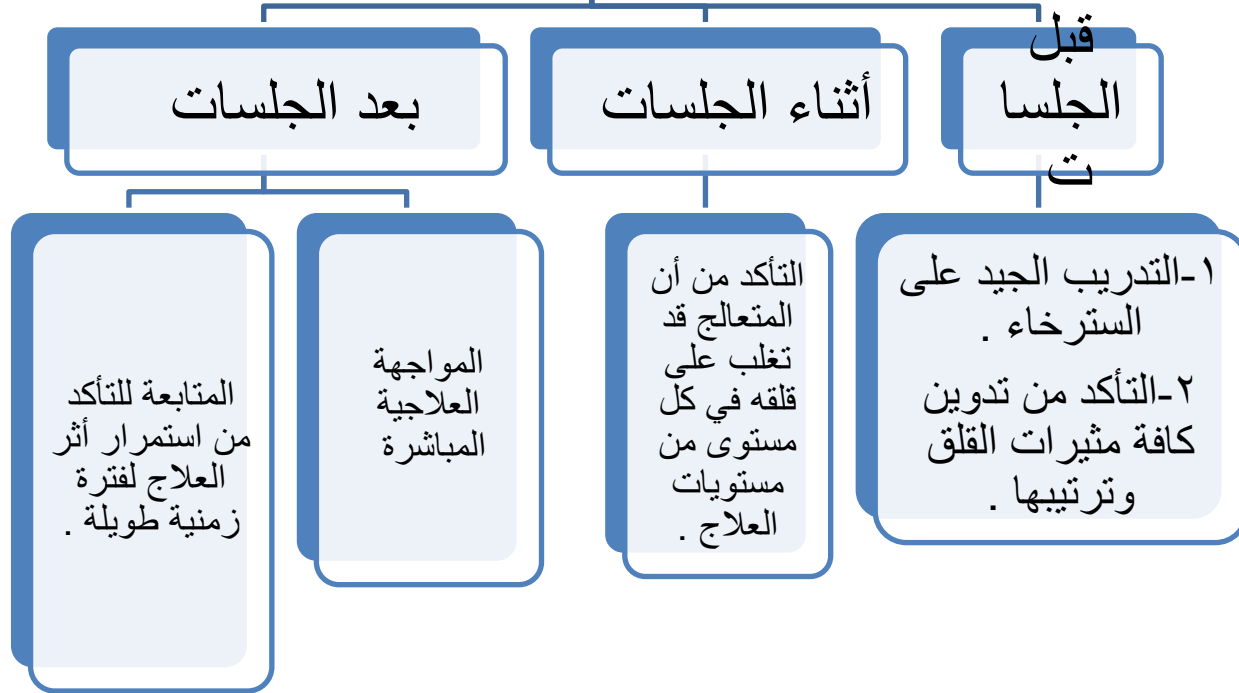
أهم أشكال الاسترخاء هو الاسترخاء العضلي التام .

اقتران المثيرات التي تبعت على القلق بالاستجابات البديلة لدى المتعالج

- يبدأ المتعالج بتخيل المثيرات التي تقلقه أثناء الاسترخاء - من الأدنى إلى الأعلى .
- بعد ذلك تحصل المواجهة العلاجية المباشرة : مواجهة الأحداث في الواقع .

اقتران المثيرات التي تبعث على القلق بالاستجابات البديلة لدى المتعالج

مقترحات مارتن وبير



تقليل الحساسية التدريجي

- يجدي في علاج المخاوف والقلق ، واضطرابات الكلام والاضطرابات الجنسية .
- يعطي نتائج سريعة في أوقات قصيرة .
- لا يجدي إذا كان القلق عرضا لمشكلة أخرى .
- تقليل الحساسية التدريجي يقوم على مبادئ الإشراف الكلاسيكي والإجرائي معا .

المعالجة بالتنفير

Aversion Therapy

- يستخدم الصدمات الكهربائية .
- يستخدم عقاقير الغثيان .
- يستخدم لعلاج الإدمان على الكحول والاضطرابات الجنسية .

المعالجة بالتنفير Aversion Therapy

- مشكلاته :
- مشكلات أخلاقية حول استخدام العقاب .
- قد يسبب اضطرابات أخرى للمتعالج مثل الإصابة بالقلق والشعور بالعدوانية .
- قد لا يعطي نتائج إذا كانت المعززات أقوى .
- يزول أثره على المدى الطويل .

التنفير الخفي

Covert Sensitization

- يتم بتخيل كل من المثير والمعزز السلبي بدلا من مواجهتها حقيقة .
- يجدي مع معالجة الإدمان على الكحول و التدخين وقضم الأظافر ...

التنفير الخفي

Covert Sensitization

خطوات التنفير :

- يتم تخيل كل من المثير والمعزز السلبي في نفس الوقت لفترة قصيرة بحيث يختفيان معا .
- بعد غياب المعزز السلبي يظهر معزز بديل .
- يجب أن يحصل المتعالج على التعزيز إذا اختار المعزز البديل .

الإفاضة

- هناك نوعان من المعالجة بالإفاضة :
 - الإفاضة بالتخيل Implosive therapy
 - الإفاضة بالواقع Flooding
- نتائج الأبحاث حول هذه الطريقة متضاربة .

الإفاضة

الأساس النظري للعلاج بالإفاضة :

- هناك استجابات يتم تعلمها عن طريق التعلم التجنبي .
- هذه الاستجابات يصعب اطفائها لأن المتعالج يرفض مواجهة المثير الشرطي .
- لذلك فالحل هو الغمر والإفاضة إما بشكل واقعي أو عن طريق التخيل .

الإفاضة بالتخيل

- اقترح هذه الطريقة توماس ستامفول .
- هذه الطريقة مبنية على نظرية العاملين :

نظرية العاملين لمورر مبنية على فرضين :

- يكتسب القلق عن طريق الإشراف الكلاسيكي
- السلوك التجنبي يتم تعزيزه عن طريق تقليل مستوى القلق.

الإفاضة بالتخيل

- ترتيب مثيرات القلق من الأشد إلى الأقل شدة .
- جعل المتعالج يتخيلها بحيث يتعرض للشعور بالقلق لفترة زمنية طويلة نوعا ما .

الإفاضة بالواقع

- يفيد في علاج القلق والمخاوف .
- أهم فوائده هو علاج الأفعال القهرية ،مثل : تجنب التلوث والتحقق المتكرر .

الإفاضة بالواقع

- تجربة ماير في علاج قلق الموت والأفعال القهرية .

**الأسس النظرية لكل من الحساسية التدريجية والتنفير والإفاضة تقوم على الإشراف الكلاسيكي، لكن نجاحها مبني على الإشراف الإجرائي (العلاقة بين الاستجابة والنتيجة).