

مواضيع الطالبة الثانية	مواضيع الطالبة الأولى
نظرية العلاج السلوكي	نظرية التمرکز حول العميل
نظرية الاتصال	النظرية العقلية المعرفية

من هنا خذو
المقدمة اذا
حايين

نظريات الإرشاد الاجتماعي

نظريات الممارسة في العمل الاجتماعي

لقد تعددت نظريات الممارسة في العمل الاجتماعي تعدداً كبيراً، حيث أصبح من المستحيل على أي باحث في هذا المجال أن يتمكن من حصر هذه النظريات، كما أن التداخل الكبير بين مهن المساعدة الإنسانية مثل علم النفس، الخدمة الاجتماعية، الإرشاد النفسي، والإرشاد الاجتماعي، ساهم في زيادة غموض موضوع النظريات وجعله يزداد صعوبة خصوصاً عندما نريد تقسيم هذه النظريات حسب تقسيم مهن المساعدة الإنسانية القائمة في الوقت الحاضر. ويبدو أن رسم خط فاصل بين ما يمكن أن نسميه نظريات الممارسة في الإرشاد الاجتماعي والإرشاد النفسي أمر يكاد يكون مستحيلاً إلا أن هناك اختلافات إن لم تكن في جوهر هذه النظريات، فهي في بعض أسسها ومبادئها، إضافة إلى الاختلاف الواضح في تطبيق هذه النظريات.

ما هي النظرية

أن إعطاء تعريف لكلمة نظرية أمر يكتنفه العديد من الصعوبات. ورغم المحاولات العديدة من أجل إعطاء تعريف دقيق لكلمة نظرية، إلا أن هذا المفهوم لا يزال غير واضح في أذهان الكثيرين. فمعظمنا يعرف أن النظرية تحمل العديد من الافتراضات حول الواقع، الأمر الذي يقودنا إلى فهم هذا الواقع ومحاولة تفسيره. وكلمة نظرية **تتكون من ثلاثة عناصر رئيسة لا بد من التطرق إليها: (1 مفاهيم (2 حقائق (3 فرضيات.**

- (1) المفاهيم: وهي عبارة عن رموز يتم استخدامها لوصف ظاهرة معينة. وغالباً ما تكون هذه الرموز متفقاً عليها بين أفراد مجتمع معين. ويفترض في المفاهيم أن تتميز بالدقة والوضوح، مما يجعلها مؤثرة وفعالة أثناء التخاطب بين أفراد المجتمع. والمفاهيم ليست ظواهر ولكنها عبارة عن صياغات حول الظواهر تكون في الغالب مستمدة من الخبرة الشخصية.
- (2) الحقائق: هي التي من الممكن إثباتها عن طريق التطبيق. والحقائق في الغالب تكون عبارة عن ملاحظات يتم تدوينها حول المفاهيم التي نستخدمها.
- (3) الفرضيات: عندما نحاول إثبات الحقائق فإننا نلجأ إلى محاولة التعرف على العلاقة بين هذه الحقائق ومسبباتها، وذلك عن طريق وضع ما يسمى بالفرضيات. وعندما يتم اختيار هذه الفرضيات فإن النظرية تكون قد تم اختيارها.

الأساليب والطرق التي تساعد في صياغة النظرية

- 1) مجموعة الكتابات والمناقشات حول موضوع معين.
- 2) الممارسة التطبيقية للعمل الاجتماعي دائماً ما تساعد الشخص على التفكير في نظرية جديدة حول موضوع معين.
- 3) المشاركة في البحوث تعطي الباحث في العلوم الاجتماعية خبرة علمية عالية قائمة على المقارنة بين النظريات المختلفة مما يقود الباحث إلى إمكانية صياغة فرضية جديدة.

مزايا النظرية

- 1) لابد أن تكون النظرية ذات أهمية وتضيف جديداً في الفكر الإنساني.
- 2) لابد أن تكون النظرية قابلة للتطبيق ومن الممكن استخدامها بواقعية كبيرة.
- 3) الدقة والتجديد: يجب أن تكون النظرية دقيقة ومحددة بوضوح لا تحتمل اللبس والغموض في المفاهيم المستخدمة فيها.
- 4) الاختصار: يجب أن تكون النظرية موجزة ومختصرة بقدر المستطاع حيث أن طول الافتراضات والمفاهيم المستخدمة في النظرية يفقدها عنصر الإيجاز المطلوب في أي نظرية، وقد يكون مدعاة لعدم فهمها بسرعة.
- 5) الثبات والصدق: لا بد أن تتميز النظرية الجيدة بهذه الميزة، فيجب أن يكون هناك ثبات في النتائج كلما استخدمت النظرية، ويجب أن يكون هناك اتساق في النظرية عندما يتم اختبارها تطبيقياً عن طريق جمع البيانات والمعلومات اللازمة لهذا الاختبار.

***طالبتي لا تعتمدين على هذا المرجع فقط ابحثي أيضا عن مرجع مخالف ويقدم لك معلومات جديدة عن نظرية التمركز حول العميل... ((حاولي قدر الاستطاعة اختصار المعلومات والاعتماد على ما حددته لك هنا ولك الحرية في الاستفادة من مساعدتك لك أو الاعتماد على النفس في تحديد ما ترينه انني انه مميز ومفيد حول النظرية))**

1) نظرية التمركز حول العميل Clint Centered Theory

قبل مناقشة نظرية التركيز على العميل يجدر بنا القيام بتوضيح المقصود بكلمة عميل في الخدمة الاجتماعية، حيث كانت تستخدم كلمة مريض "Patient" ومعناها الحرفي مريض، إلا أن هذه الكلمة ليست دقيقة تماماً، فليس كل من يتعامل معهم المرشد الاجتماعي يمكن اعتباره مريضاً، حيث بدأ استخدام كلمة Client للتعبير عن الشخص الذي يبحث عن العون والمشورة الاجتماعية. ورغم أن كلمة عميل في اللغة العربية لا تعكس معناها المقصود باللغة الإنجليزية، إلا أنه لا بد من استخدامها بصفتها أقرب المعاني للترجمة الإنجليزية لكلمة Client.

إن نظرية التركيز على العميل والعالم الأمريكي Carl Rogers صنوان لا يفترقان منذ ما يزيد على الخمسين عاماً. ومنذ ظهور هذه النظرية وجدت قبولاً كبيراً لدى الممارسين في العمل الاجتماعي. وقد يكون ذلك راجعاً لكونها تعتمد على العلاقة المهنية في العلاج التي تعتبر أحد المبادئ التي تقوم عليها خدمة الفرد كأحد مجالات العمل الاجتماعي. إضافة إلى أن العديد من المفاهيم التي جاءت بها النظرية تعد من أساسيات الممارسة في مهنة الخدمة الاجتماعية، الأمر الذي يجعل المرشد الاجتماعي لا يستغني عن مثل هذه النظرية أثناء ممارسته لعملية الإرشاد الاجتماعي.

.....(((جوهر النظرية))).....

تعتمد نظرية التمركز حول العميل على فكرة Rogers حول طبيعة الإنسان الميالة للنمو والتحرك الإيجابي دائماً، ولذلك فهو يرى ضرورة التركيز على العميل ووصفه وصفاً

دقيقاً مع تجنب أي تأويل أو تفسير أو شرح قد يقود إلى افتراض أن الشخص يجب أن يكون بصفة معينة. وعلى هذا فإن الشخص إذا لم يجبر على تبني نموذج معين وتم قبوله بما هو فإنه يصبح فرداً فعالاً وعضواً جيداً في المجتمع. ولقد استخدم صاحب هذه النظرية مصطلح "humanistic phenomenology" ويقصد به دراسة النفس البشرية دراسة واقعية علمية بعرض الوصف العلمي للظواهر الواقعية مع اجتناب كل تأويل أو شرح أو تقييم. (Turner 1986).

مفاهيم أساسية:

- 1- يعيش الأشخاص في مجتمع متغير ويمرون بخبرات متعددة ويحتلون دائماً المركز الرئيس في هذه العملية.
- 2- ردة الفعل التي تصدر من الأفراد نحو بعض الظواهر تتحدد من واقع خبراتهم ومن الطريقة التي يدركون بها هذه الظواهر.
- 3- أفضل طريقة لفهم سلوك الفرد تكون من خلال الفهم الكامل للإطار المرجعي الداخلي لهذا الفرد، وهذا يشتمل على الأحاسيس المختلفة، الإدراك، المعاني والذكريات الموجودة في الشعور.
- 4- كثير من العادات السلوكية التي يتبناها الفرد تكون متناغمة مع مفهوم الذات لديه. ومفهوم الذات لدى الشخص يعد أحد المفاهيم الأساسية لنظرية التمرکز حول العميل. ويمكن تعريف مفهوم الذات على أنه منظومة من الآراء الداخلية تتفق مع إدراك الشخص لنفسه بشكل منفرد، إدراكه لنفسه في علاقته مع الآخرين، إدراكه لنفسه في علاقته بالبيئة والمحيط من حوله.
- 5- التضارب الذي يحدث بين الأحاسيس والأمانى للفرد وبين السلوك الحقيقي يكون نتيجة للانقسام الذي يحدث بين مفهوم الذات لدى الفرد وبين خبرته الشخصية.
- 6- عندما يكون هناك تعارض بين مفهوم الذات لدى الشخص وخبراته مع الآخرين، يبدأ القلق يظهر لدى الفرد، ويكون هذا القلق ناتجاً عن التضارب بين المثالية والواقع.

افتراضات

- 1- نتصرف دائماً طبقاً لإدراكنا للواقع، ومن أجل أن نتفهم مشكلة العميل يجب أن نعرف كيفية إحساسه بهذا الواقع من حوله.
- 2- كل فرد يمتلك حاجات أساسية للحب والتقبل، وهذا يمكن تحويله إلى الاهتمام بعلاقاته واتصاله بمن حوله بحثاً عن التعاطف، الاحترام، والثقة من قبل المرشد الاجتماعي.
- 3- مفهوم الذات لدى الفرد يعتمد على طبيعة الاحترام والتقبل التي يحس بها من قبل الآخرين، ولهذا فإنه من الممكن تغيير هذا المفهوم عن طريق الإرشاد الاجتماعي.

كيفية استخدام النظرية في الإرشاد الاجتماعي

لقد نجحت **نظرية التمرکز حول العميل** نجاحاً كبيراً، خصوصاً في طريقة **خدمة الفرد** كأحد طرق الخدمة الاجتماعية، الأمر الذي يجعل المرشد الاجتماعي يعتمد عليها اعتماداً واضحاً أثناء عملية الإرشاد الاجتماعي مع الأفراد. وانطلاقاً من هذه النظرية ينبغي على من يقوم بعملية الإرشاد الاجتماعي إعطاء أهمية خاصة للفرد، وتمكينه من الأداء بكل ما من شأنه العودة بالنفع على طبيعة الاحترام والتقبل التي يحس بها من قبل الآخرين، من سماع التاريخ الاجتماعي للحالة بقدر ما يستطيع الفرد تذكره والإفصاح عنه. كما أن النظرية يمكن استخدامها في الإرشاد الأسري، إذ أنه عن طريق تعليم الآباء والأمهات بعض المهارات التي تدعو إليها هذه النظرية يستطيعون التعامل مع أبنائهم وبناتهم في التغلب على بعض المشكلات الأسرية خصوصاً وأن المرشدين والأخصائيين الاجتماعيين بدأوا يزدون من

اهتمامهم بالأسرة كوحدة اجتماعية يجب إعطاؤها أهمية بالغة. وفي ما يخص استخدام هذه النظرية في **خدمة الجماعة** يتضح ذلك من خلال التركيز على ما يسمى بالجماعة العلاجية T-group التي من الممكن استخدامها في عملية تغيير أو تعديل الفرد من خلال الجماعات الصغيرة، مع إمكانية التركيز على كل فرد داخل الجماعة. وعلى أي حال فإن روجرز Rogers عندما طور هذه النظرية فإنه يرى أن بالإمكان استخدامها في شتى مجالات الخدمة الاجتماعية وأن من يقوم بعملية المساعدة أو الإرشاد الاجتماعي يجب أن يعرف جيداً هذه النظرية.

وختاماً لا بد لنا من معرفة أن هذه النظرية تعرضت للعديد من الانتقادات خلال السنوات الماضية، ومن أهم هذه الانتقادات هو أن صاحب هذه النظرية قد بنى نظرية تعتمد على جانب واحد أو وجهة نظر واحدة في طبيعة البشر. وقد ثبت من خلال الممارسة أن العديد من المشكلات الاجتماعية لا يمكن حلها من خلال التركيز على عنصر واحد هو الفرد. كما أن النظرية لم تركز على الشعور الباطني والذي ثبت من خلال الممارسة الأهمية البالغة التي بلغها في عملية العلاج الاجتماعي.

حدود النظرية

- 1- يعتقد روجرز صاحب هذه النظرية أن أساس العملية الإرشادية هو تكوين علاقة إرشادية، إلا أنه لم يهتم كثيراً بالطرق العلاجية التي يراها الآخرون ضرورية، وعلى هذا فإن أهداف الإرشاد في نظره محدودة.
- 2- استبعد روجرز جانب اللا شعور أو الشعور الباطن، رغم أنه ثبت لبعض الممارسين الأهمية القصوى التي يلعبها في الإرشاد النفسي والاجتماعي.
- 3- تركز النظرية على الفرد ولا تقيم اعتباراً للعوامل الأخرى مثل البيئة، رغم الأهمية القصوى لطريقة الأخذ بالعوامل المتعددة.
- 4- يبدو من هذه النظرية أن دور المرشد الاجتماعي هو دور محدود يتمثل في مجرد تقبل العميل وإعطائه الثقة في نفسه وتأكيد أهميته في المجتمع دون التطرق إلى أساليب أخرى.

***طالبتي لا تعتمدين على هذا المرجع فقط ابحثي أيضا عن مرجع مخالف ويقدم لك معلومات جديدة عن نظرية العقلية المعرفية... ((حاولي قدر الاستطاعة اختصار المعلومات والاعتماد على ما حددته لك هنا ولك الحرية في الاستفادة من مساعدتك لك أو الاعتماد على النفس في تحديد ما ترينه انني انه مميز ومفيد حول النظرية))**

(2) النظرية العقلية المعرفية Cognitive Theory

جوهر النظرية

تقوم هذه النظرية على أساس أن العامل الرئيس المحدد للعواطف والسلوك هو تفكير الشخص ومدى إدراكه بالأمور من حوله. وهذا التفكير هو عملية حسية مدركة الأمر الذي يفرض على المرشد الاجتماعي المستخدم لهذه النظرية استبعاد مفهوم اللا شعور.

أهم خصائص النظرية (مفاهيم أساسية)

- 1- **السلوك يحدده التفكير، نحن نلاحظ أنفسنا في مواقف كثيرة، وكذلك الآخرون دائماً يتوصلون إلى أحكام نهائية حول الشيء الذي تمت ملاحظته ويتصرفون طبقاً لهذه الأحكام. وكما قال أدلر Alfred Adler " سلوك الشخص دائماً ينطلق من وجهة نظره، ومفاهيمه الخاطئة تقوده إلى سلوك خاطئ".**

استفدي من هذا الجزئية في تقديم امثلة من الواقع

- 2- **حياة الشخص ليست محكومة بما يسمى "اللاشعور"** رغم أن الشخص في بعض الأحيان لا يعرف جذور بعض الاتجاهات التي تسيطر عليه.
- 3- **كل شخص يمتلك العديد من الغرائز الطبيعية**، إلا أن العدوانية ليست من ضمن هذه الغرائز. فالعدوانية يمكن رؤيتها على أنها ردة فعل للإحساس بالخطر أو الإحباط أو كنموذج لحياة شخص اختار أهدافاً غير اجتماعية لا يمكن تحقيقها.
- 4- معظم سلوك الأفراد ليس مدفوعاً بغريزة الجنس، وما هذه الغريزة إلا واحدة من العديد من الغرائز، ولذلك فليس من الممكن افتراض أنها أساس لأي مشكلة.
- 5- العواطف يمكن إرجاعها إلى الإدراك. فالأحكام النهائية التي نكونها حول شئ معين تحدد: هل استجابتنا سوف تكون: "**خوف، غضب، شعور، حب أو فرح**".
- 6- الدوافع لا يمكن أن تكون لا شعورية، والدوافع ما هي إلا أهداف اخترناها طبقاً لإدراكنا لما هو ضروري لرفاهيتنا، سعادتنا، ونجاحنا. فالدوافع تبرز إلى الوجود عن طريق الإدراك، وعلى هذا فهي "**عملية شعور مدرك**".
- 7- العلاج أو الإرشاد الاجتماعي يجب أن يكون تركيزه على الأفكار، العواطف والدوافع الظاهرة وسلوك العميل فقط، ويجب عدم اعتبار الأشياء اللا شعورية في هذه العملية.
- 8- النظرية العقلية المعرفية الإدراكية هي نظرية ذات جذور اجتماعية، فالعامل الرئيس المحدد للسلوك هو الإدراك الذي يتأثر من خلال وجود الفرد في المجتمع والبيئة والعلاقات الإنسانية. أي أن السلوك يتأثر بعملية التنشئة الاجتماعية. (Turner 1986)

كيفية استخدام النظرية في الإرشاد الاجتماعي

تقوم عملية الإرشاد الاجتماعي باستخدام هذه النظرية على مصطلح Cognitive restructuring التركيب العقلي المعرفي، وهو **مساعدة المرشد الاجتماعي أو النفسي للتعامل في عملية إعادة تنظيم الإدراك والمعرفة في سلوك موحد هرمي من المعتقدات والاتجاهات أكثر منه مجرد تعليم مجموعة من الاستجابات، وذلك عن طريق سبع خطوات يستخدمها المرشد الاجتماعي:**

- 1- يقوم المرشد الاجتماعي بالتركيز على كل ما من شأنه تنشيط روح المسترشد، وأن بإمكانه التغلب على جميع مشكلاته متى أراد.
- 2- التعامل مع المسترشد انطلاقاً من سلوكه وكل ما يراه من مفاهيم وعواطف وأهداف.
- 3- إعطاء التشخيص انطلاقاً من جوانب القصور في عملية تفكير وإدراك المسترشد.
- 4- البحث عن نقاط القوة في المسترشد بدلاً من التركيز على نقاط الضعف أو الاختلال، ثم محاولة تعويد المسترشد على استخدام ما لديه من صفات حسنة.
- 5- أن يدرك المرشد الاجتماعي أن سلوك المسترشد متأثر بأهدافه الشخصية في الحياة.
- 6- العمل على تحقيق تغيير في شخصية المسترشد، وذلك عن طريق تطوير مفهوم الذات والوعي والإدراك بكل ما حوله.
- 7- أن يطلب من المسترشد أن يكون مسؤولاً عن تصرفاته الشخصية، وألا يعطيه الفرصة بأن يعزو بعض هذه التصرفات إلى الماضي أو اللاشعور أو أي مبرر آخر.

خطوات الإرشاد الإدراكي (العقلاني)

يرى أنصار هذه الطريقة أن هناك العديد من الخطوات التي تمر بها العملية الإرشادية ومنها:

- 1- **البحث عن السبب الرئيس للمشكلة**، ويتمثل ذلك في محاولة رصد جميع الأفكار غير المنطقية وغير الواقعية التي يؤمن بها المسترشد.
- 2- **ترتيب هذه الأفكار حسب قوة تأثيرها والدور الذي تلعبه كل فكرة.**

- 3- **مساعدة المسترشد على كيفية التخلص من هذه الأفكار غير المنطقية** ويقع عبء هذه الخطوة على المرشد الاجتماعي الذي يجب أن يقوم بجهود عظيمة من أجل إقناع العميل بضرورة التخلي عن بعض الأفكار، وتوضيح عدم فعاليتها وبعدها عن الواقع وشرح جوانب القصور فيها.
- 4- **تنوير وتبصير العميل حول الأفكار غير المنطقية** التي يحملها وإقناعه بأنها سبب تعاسته وشقائه.
- 5- **رسم توقعات مستقبلية** لما يمكن أن تكون عليه حياة العميل في حالة عدوله عن بعض الأفكار البعيدة عن الواقع.
- 6- **توجيه النقد الشديد لكل من يؤيد أو يقوم بممارسة السلوكيات** التي تنبعث عن أفكار غير منطقية، وعدم السماح للعميل بالاستشهاد بمثل هذه التصرفات، وإقناعه أنه رغم وجود من يؤمن ببعض هذه الأفكار إلا أنها غير منطقية.
- 7- **عدم إعطاء العميل فرصة لتفسير بعض هذه الأفكار بما يجعلها مبررة في نظره، ورفض جميع الحيل الدفاعية بمختلف أشكالها، وعدم السماح للعميل باستخدامها.**
- 8- ***طالبتي لا تعتمدين على هذا المرجع فقط ابحتي أيضا عن مرجع مخالف ويقدم لك معلومات جديدة عن نظرية العلاج السلوكي... ((حاولي قدر الاستطاعة اختصار المعلومات والاعتماد على ما حددته لك هنا ولك الحرية في الاستفادة من مساعدتك لك أو الاعتماد على النفس في تحديد ما ترينه انتي انه مميز ومفيد حول النظرية))**

3- نظرية العلاج السلوكي Behavioral Therapy

العلاج السلوكي Behavioral Therapy من أهم أنواع العلاج الذي يستخدمه المرشدون النفسيون والاجتماعيون وغيرهم من المهتمين بمهن المساعدة الإنسانية، وينطلق هذا النوع من أنواع العلاج من النظرية السلوكية أو المدرسة السلوكية كإحدى المدارس المستخدمة في علم النفس بشكل واسع. وبما أن الحديث عن تفاصيل هذه النظريات السلوكية يحتاج إلى فصول عديدة، فسوف نكتفي بالإشارة إلى المرتكزات الأساسية التي يعتمد عليها العلاج السلوكي:

- 1- تنطلق النظرية السلوكية من الاهتمام بأفاعيل الفرد ووظائفه أكثر من الاهتمام بالشعور أو الإدراك أو البيئة المحيطة بالفرد.
- 2- يرى أنصار هذه النظرية أن السلوك البشري هو مجموعة من الأنماط السلوكية اكتسبها الفرد من خلال خبراته الحياتية أثناء مراحل النمو المختلفة.
- 3- السلوك الإنساني قابل للتغيير والتعديل في معظم الأحيان، وذلك انطلاقاً من كونه مكتسباً.

وعندما يستخدم العلاج السلوكي فإن المقصود به مجموعة من الممارسات المهنية الموجهة إلى إحداث تغييرات سلوكية لدى العميل أو المسترشد، ومن منظور تاريخي فإن من الممكن إرجاع العلاج السلوكي إلى الربع الأول من هذا القرن، وبالأخص إلى ما قدمه العالم المعروف Pavlov ونظرية التعلم الشرطي، إلا أن مساهمات بافلوف لم تتطرق للعلاج السلوكي بقدر ما توسع فيه كل من واطسون Watson وسكنر Skinner فيما بعد.

استغلي هذا لاجزئية بادراج
الأمثلة للتمكني من الحصول
على درجات التقييم

النظرية السلوكية والإرشاد الاجتماعي

تستخدم النظرية السلوكية في مجال الإرشاد الاجتماعي والنفسي بشكل واسع، ويميل بعض المرشدين إلى استخدام مصطلح **تعديل السلوك** Behavioral Modification أو **التدخل السلوكي** Behavioral intervention كأحدى الاستراتيجيات المستخدمة في الإرشاد الاجتماعي.

ويتميز استخدام العلاج السلوكي المنطلق من النظرية السلوكية بأنه لا يركز كثيراً على خبرات **العميل الماضية**، بل **يهتم بالحاضر والموجود** أو كما يسميه البعض بطريقة (هنا والآن Here and Now). **ويركز المرشدون الاجتماعيون على السلوك الذي يمكن مشاهدته أو السلوك الظاهر لدى العميل**، واضعين في الاعتبار أنه سلوك من الممكن تغييره أو تعديله. ثم يقومون برصد جميع أنماط السلوك لدى المسترشد، ودراستها دراسة كاملة وتصنيفها إلى **سلوك مقبول وسلوك مرفوض** لا بد من هجره والابتعاد عنه أو تعديله. ويتميز العلاج السلوكي بأنه يركز على الأغراض السلوكية أكثر من تركيزه على الافتراضات والتخمينات. كما أن المرشدين الاجتماعيين المستخدمين لهذه النظرية لا بد أن يعرفوا تماماً أن كلاً من السلوك المقبول والسلوك المرفوض لدى المسترشد ما هي الإنتاج لعملية اكتساب يؤثر فيها العديد من العوامل. ويجب على المرشدين الاجتماعيين أيضاً أن يبتعدوا بالمسترشد عن الافتراض بأن سلوكه المرفوض ناتج عن شخصية مضطربة، لأن هذا من شأنه عدم إعطاء الثقة في العميل بأنه قادر على تعديل هذا السلوك.

أساليب تعديل السلوك

1- التعزيز Reinforcement

التعزيز هو تقوية ومباركة سلوك معين لدى المسترشد، ويستخدم التعزيز في النظرية السلوكية على شكل تدعيم لسلوك يشجع على التجاوب غير المشروط، ويشجع في الوصول إلى إشباع حاجة معينة لدى العميل. ويذهب "سكنر Skinner" إلى أن الحوافز والظروف والنتائج المقترنة في الموقف التعليمي تكتسب قيمة تعزيرية، وهذا الموقف يسمى التعزيز الثانوي، ولذا فهو يرى أن توقف التعلم يرتبط بتوقف التعزيز أو يربط التعليم بخبرة مؤلمة (أبو عطية 1988).

وذكر "سكنر Skinner" أن هناك ثلاث فئات من التعزيزات تؤثر على السلوك

وهي:

1. **التعزيزات الإيجابية Positive Reinforcement**: وهي الحوافز التي تسبق السلوك المتعلم وتؤدي إلى إشباع الحاجات، ولهذا فهي مريحة وتظهر في ظروف متشابهة في المستقبل وتتضمن الإطراء والشعور بالرضا والنجاح.
2. **التعزيزات السلبية Negative Reinforcement**: وتتعلق بالمواقف السلبية والمؤلمة وتلقى رفضاً وعدم رضا اجتماعي، وبإزالتها يتم تعزيز الموقف.
3. **الحوافز غير المتوقعة بنتائج Natural events**: يتلاشى التجاوب إذا كان غير متبوع بآثار إيجابية، أي عدم توافر التعزيز يؤدي إلى عدم وجود تجاوب فعال. ولهذا يرجع اختلاف سلوك المجموعة الواحدة التي تمر بنفس الظروف البيئية والاجتماعية (أبو عطية 1988).

أسس العلاج والإرشاد السلوكي

أوردت سهام أبو عطية في كتابها مبادئ الإرشاد النفسي **مجموعة من الأسس** وذلك نقلاً عن (جوزيف ولبي Joseph Wilpe):

- 1- **التشخيص**، يعتمد تشخيص المشكلة لدى المسترشد، على مقدرة المرشد في وضع مدرج لقائمة المثيرات/التي تسبب القلق/أو الخوف لدى المسترشد.

2- معرفة الاستجابات المتناقضة لاستجابات القلق لدى المسترشد، ثم استخدام الكف التدريجي للقلق، بعد التحقق من حدوث الاسترخاء العضلي والفكري، وذلك عن طريق تقديم استجابة مضادة أو متناقضة أقوى من استجابة القلق، وتعمل على كف الاستجابة التي يتوقع ظهورها، عند تقديم أحد مثيرات القلق.

3- التدريب السلبي، وهو أن يطلب من المسترشد القيام بممارسة السلوك غير المرغوب فيه تحت ظروف صعبة مملّة، حتى يصل لدرجة التعب والإعياء، وعدم الاستمرار بالممارسة له وكره هذا السلوك والشعور بالراحة بالبعد عنه، وللتأكيد من النجاح في تعلم الاستجابة المناقضة، وضع "ولبي" عدة معايير تتعلق بأعراض المرض أو مشكلة المسترشد:

أ. زيادة قدرة المسترشد على التركيز والإنتاج.

ب. زيادة درجة تكيف الفرد مع أفراد أسرته، والشعور بالأمن والطمأنينة.

ج. تجنب المواقف المثيرة للقلق أو الصراع في حياته اليومية.

ويرى "ولبي" أن اختفاء الأعراض يصاحب اختفاء المثيرات المسببة للقلق، أو الإثارة الانفعالية.

4- أهمية العلاقة الإرشادية: يرى "ولبي" أن العلاقة الإرشادية تنشأ ألياً بين المرشد والمسترشد، وأن أي أسلوب إرشادي تنشأ عنه علاقة إرشادية. ويرى أن العلاقة الإرشادية تتكون عند محاولة المرشد إحداث ارتباط أو فك ارتباط سواء كان بالإيحاء للمسترشد لأداء سلوك معين، أو لاكتساب بدائل سلوكية يقوم المسترشد بتجريبها ويرى مدى تمسكه بها أو أثناء إعداده السيرة الذاتية، أو عند دراسة حالة المسترشد لتعرف المثيرات الانفعالية في حياته. (أبو عطية 1988).

***طالبتى لا تعتمدين على هذا المرجع فقط ابحتى أيضا عن مرجع مخالف ويقدم لك معلومات جديده عن نظرية الاتصال... ((حاولي قدر الاستطاعة اختصار المعلومات والاعتماد على ما حددته لك هنا ولك الحرية في الاستفادة من مساعدتك لك او الاعتماد على النفس في تحديد ما تربنه انتي انه مميز ومفيد حول النظرية))**

4- نظرية الاتصال Communication Theory:

الاتصال الفعال من أهم الوسائل التي نحتاجها بشكل يومي وبصور متعددة من استخدامها في التفاعل مع الآخرين، وعن طريق الاتصال بمختلف أشكاله نستطيع أن نوثر ونتأثر بالآخرين. وبلا شك أن الاتصال الفعال هو إحدى الوسائل الناجحة التي يستطيع المرشد الاجتماعي استخدامها من أجل مساعدة العملاء والمسترشدين في حل مشكلاتهم. ونظرية الاتصال رغم كونها تحمل هذا الاسم إلا أنها ليست مجرد نظرية واحدة، بل هي مجموعة من النظريات والافتراضات التي تغطي مجال الاتصال بين الأفراد والجماعات والمجتمعات. فنجد بعض هذه النظريات يهتم بإيصال المعلومات، بينما نجد البعض الآخر يهتم بالتأثير المتبادل بين العناصر المكونة لعملية الاتصال. وبما أن الأخصائيين والمرشدين الاجتماعيين يركزون اهتماماتهم دائماً بالجانب الوظيفي للبشرية، فإننا سننظر إلى عملية الاتصال من زاوية التأثير المتبادل بين الفرد والبيئة من حوله، وكيفية تأثير الفرد بالمعلومات التي يتم تزويده بها إضافة إلى الطرق الفعالة في إيصال هذه المعلومات.

ومن المعروف أن المعلومات تلعب دوراً كبيراً في الحياة البشرية بكاملها، ويمكن تعريف المعلومات بأنها أي شيء يستقبله الفرد من البيئة المحيطة به أو حتى من داخل نفسه. كل شيء تراه أو تسمعه أو تقرؤه ما هو إلا معلومات، ويدخل في ذلك حتى الملاحظة، بل حتى صورة الشخص عندما يراها في المرآة. وليس من المهم أن تعرف جميع مصادر هذه

المعلومات ولكن المهم هو كيف تقوم بعملية استيعاب وتفسير هذه المعلومات حيث من الطبيعي أن الشخص يستوعب جزءاً يسيراً منها ويمكن زيادة استيعاب المزيد من المعلومات عن طريق التكرار أو استخدام وسائل اتصال فعالة ومتعددة. وبمرور الوقت يقوم الشخص بتخزين معلومات كثيرة. وتتأثر جميع المعلومات التي نقوم بتخزينها بطريقة كل شخص في فهم وتقويم الأمور، وبالتالي فهي تخضع لعامل التحيز الذاتي الذي قد يجعلنا نفهم بعض المعلومات ونقومها بالطريقة التي نريدها.

الاتصال والنسق الاجتماعي

عندما نقوم بالتخاطب في ما بيننا وتفاعل في كافة شؤون حياتنا فإن كلاً منا يؤثر في الآخر. فعندما تتم عملية الاتصال بين شخصين فإنها تحمل نوعين من الرسائل: (1) الرسالة الظاهرة، وهي عبارة عن المحتوى الحقيقي للرسالة المراد إيصالها. (2) الرسالة الباطنة، وهي ما قد يفهمه المخاطب من تلقاء نفسه نتيجة بعض الدلائل المصاحبة للرسالة. فعندما تقوم امرأة بمخاطبة رجل غريب وهي مبتسمة، فإن الرسالة الظاهرة هنا هي المحتوى الكلامي لهذه المخاطبة، بينما نجد أن الرسالة الباطنة هي علامات قبول واستحسان هذا الرجل، علماً بأن مثل هذه الأمور تحكمها الثقافة السائدة في المجتمع.

ويمكن تقسيم الأنساق من حيث الخاصية إلى أنساق مغلقة وأنساق مفتوحة. فالأنساق المغلقة هي التي تحتويها شخصية الفرد بالداخل، بينما الأنساق المفتوحة هي تلك الأنساق التي تتفاعل مع البيئة. وتتميز الأنساق المفتوحة بأنها تمتلك عنصر التغذية الراجعة التي هي أساس التفاعل بين الأنساق المختلفة. وهناك العشرات من الأنساق التي تستخدم في العملية العلاجية مثل: النسق الفردي، النسق البيئي، النسق الاجتماعي، النسق العلاجي، وغيرها. وتمتاز هذه النظرية بأنها تسمح باستخدام العديد من أنواع التدخلات المهنية وتبتعد تماماً عن استخدام التدخل المفرد. إضافة إلى أنها أحدثت تغييراً جذرياً في مستوى التدخل المهني حيث جذبت الانتباه من التركيز على الفرد إلى ضرورة التركيز على عملية التفاعل بين العديد من الأنساق.

جوهر النظرية

هل سبق لك أن حضرت موقفاً تجد فيه شخصين يتحدثان بطريقة جادة، ويحاول كل منهما إقناع الآخر رغم أنهما متفقان على نفس الفكرة؟ وهل حدث أن وجدت صعوبة في شرح ما يدور بداخلك تجاه الآخرين؟ وهل صادفك في يوم من الأيام أن وجدت صعوبة في فهم ما يريده والدك رغم كونكما تتكلمان لغة واحدة؟ إذا كانت الإجابة بنعم فما هو السبب؟ إذا كنت راغباً في الإجابة فلا بد أن تبحث في بعض المناقشات المكتوبة تحت عنوان ما يسمى نظرية الاتصال. *Communication theory* تلك النظرية التي تركز جل اهتمامها على الطرق الصحيحة لتوصيل واستقبال المعلومات، وكيفية التفاعل بين الفرد والبيئة وأساليب الاتصال وطرقه وأنواعه ومعوقاته. وبما أن مناقشة مثل هذه الأمور تحتاج إلى فصول فإننا سنكتفي بالإشارة إلى محتوى النظرية بإيجاز:

- 1- نظرية الاتصال رغم كونها تحمل هذا الاسم، إلا أنها ليست نظرية واحدة، بل هي عبارة عن العديد من المناقشات التي كتبت حول هذا الموضوع.
- 2- نظرية الاتصال هي الجسر الذي يستخدمه كافة الممارسين في مهن المساعدة الإنسانية من أجل إيصال النظريات الأخرى واستخدامها مع العملاء والمسترشدين.
- 3- الاتصال الجيد هو مفتاح التفاعل البشري الذي يقود للتفاهم حول حل أي مشكلة.
- 4- عدم نجاح عملية الاتصال يعني عدم نجاح أي عمل يقوم به المرشد الاجتماعي.
- 5- أثناء عملية الاتصال بين المرشد والمسترشدين ينقل المرشد أكثر من رسالة وذلك عن طريق الاتصال اللفظي والاتصال غير اللفظي الذي لا يقل أهمية عن بقية أنواع الاتصال.

- 6- تلعب الثقافة دوراً كبيراً في التأثير في عملية الاتصال، وتفهم بعض الرسائل اللفظية وغير اللفظية من خلال الثقافة المرجعية للمتخاطبين، فعندما يبتسم الرجل للمرأة في الأمريكية يختلف كثيراً عن ابتسامه الرجل للمرأة في المملكة العربية السعودية.
- 7- هناك مصادر قوة تتحكم في عملية الاتصال مثل التسلسل الهرمي في الأسرة، والأستاذ في المدرسة، والرجل في بعض الثقافات، والرئيس في العمل، والشخص الأكبر سناً وخبرة والطبقة الاجتماعية التي ينتمي إليها الشخص، وغيرها من المصادر التي تحكم عملية الاتصال.

بمعدل نظريتين لكل طالبه واخترت لكن الأسهل بالتوفيق لكن وارجو اختيار مراجع أخرى علمية ومن مواقع موثوقة ويمكن الاستعانة بي بأرسال المرجع واسمه على الايميل لاخبرك اذا كان جيد ام لا . بالتوفيق