

چگونه می‌توانم رفتار بی‌نظمی را در یکی از دانش‌آموزان پایه دوم کاهش دهم

شهین کاووسی چاهک / کارشناس ارشد کودکان استثنایی / مرکز آموزشی نابینایان بصیرت مشهد

پیشگفتار

امروزه شیوه‌های تغییر رفتار از پشتوانه تجربی کافی برخوردارند تا در گستره‌ی وسیعی در مدارس مختلف، درمانگاه‌ها و دیگر محیط‌ها مورد استفاده قرار گیرند. آموزگاران، روان‌شناسان مدارس، متخصصان بالینی، مشاوران، والدین و کسان دیگری که با کودکان دچار اختلال‌های رفتاری، درخود ماندگی، ناتوانی یادگیری یا معلولیت‌های بینایی یا شنوایی یا دیگر اختلال‌ها کار می‌کنند می‌توانند این رویه‌ها را به شکل مؤثری به کار بندند.

منظور اصلی از پژوهش حاضر این است که راهنمای منظم و مختصری برای برنامه‌ریزی و اجرای رویه‌های تغییر رفتار در کودکان باشد. بنابراین نتایج حاصل از این پژوهش برای والدین و معلمان مدارس مفید است. لازم به ذکر است در پژوهش حاضر از الگوی مک کرناز (۱۹۹۱) استفاده شده است.

چکیده

در این پژوهش، هدف، کاهش رفتارهای نامطلوب «بلند شدن و ترک صندلی بدون اجازه معلم» و «زیاد صحبت کردن بدون اجازه معلم» در مورد یکی از دانش‌آموزان پایه دوم می‌باشد. برای این منظور از روش‌های مثبت تغییر رفتار (روش DRO و روش DRL) استفاده شد. نتایج نشان داد که اعمال روش‌های مذکور در کاهش رفتارهای نامطلوب مؤثر است ولی برای جلوگیری از خاموشی

شدن رفتارهای مطلوب آموخته شده در صورت قطع تقویت، پس از مدتی باید تقویت را دوباره ارائه داد.

توصیف وضعیت موجود

مدت ۱۷ سال است در سمت مشاور، دبیر و مدیر در مراکز نابینایان شهرستان مشهد مشغول به خدمت می‌باشم. در آبان‌ماه سال تحصیلی جاری (۸۴-۸۳) یکی از دانش‌آموزان دارای ضایعه بینایی (نیمه بینا) به نام «مهدی - م» از مدرسه عادی به مرکز نابینایان ارجاع داده شد. نامبرده کلاس اول ابتدایی را با استفاده از کتاب‌های درشت‌خط با نمرات متوسط بالا با موفقیت گذرانده بود. علت ارجاع نامبرده به مرکز استثنایی عدم پذیرش او در کلاس درس توسط معلم پایه دوم و نگرانی مادر از عدم پی‌گیری مسایل آموزشی وی از سوی مسوولان مدرسه عادی اعلام شده بود. پس از گذشت دو هفته از پذیرش مهدی در مرکز نابینایان، معلم کلاس دوم شکایت‌هایی مبنی بر بی‌نظمی‌هایی نظیر ترک صندلی بدون اجازه معلم، صحبت کردن بدون نوبت و بدون اجازه معلم و بدخطنویسی را اعلام کرد. همزمان راننده سرویس آموزشگاه نیز شکایت‌هایی مبنی بر راه رفتن در مینی‌بوس، شکستن عینک یکی از دانش‌آموزان در سرویس را مطرح کرد. لذا به عنوان مدیر

تجزیه و تحلیل اطلاعات مرحله‌ی اول (شواهد نوع اول)

بررسی مشخصات فردی و خانوادگی نشان داد که « مهدی » تک فرزند می‌باشد، مادر ازدواج مجدد داشته و ناپدری به علت داشتن زن و فرزندان دیگر (ازدواج اول) بندرت به آنها سر می‌زند. بنابراین این احتمال وجود داشت که بروز بسیاری از رفتارهای نامطلوب « مهدی » برای جلب توجه باشد؛ او سعی می‌کند تا به هر قیمتی شده توجه دیگران را جلب کند. ارزیابی‌های انجام شده برای تعیین میزان بهره‌ی هوشی نشان داد که میانگین بهره‌ی هوشی او بین ۹۵ تا ۸۵ می‌باشد.

بینایی سنج مرکز اختلال بینایی او را کاتاراکت (آب مروارید) تشخیص داده و اعلام کرد که بهترین محل برای استقرار او در کلاس نزدیک پنجره و جایی است که از نور بیشتری برخوردار می‌باشد. ارزیابی فعالیت‌های حرکتی نشان داد که وی مشکلاتی در راه رفتن و گرفتن اشیاء در دست به علت شلی عضلات دارد.

چنانچه از شواهد مشخص شد بیش از یک « رفتار هدف » نیاز به تغییر داشت. بنابراین سوآلی که در اینجا برای مطرح شد این بود که: « نخست کدام رفتار هدف را باید تغییر داد؟ » لذا تمام رفتار هدف‌هایی که باید تغییر می‌کرد را فهرست کردم. ابتدا رفتار هدف‌هایی را برای تغییر انتخاب کردم که کاهش یا رفع آن برایم آسان‌تر باشد. زیرا بدین وسیله بهتر می‌توانستم با مشکلات مهدی آشنا شوم و با پس‌خوراندی که با اعمال روش‌های تغییر رفتار دریافت می‌کردم مطمئن می‌شدم رویه‌ای که به کار برده‌ام کارایی لازم را دارد یا خیر؟ لذا سوآل‌هایی را این چنین مطرح کردم: چگونه می‌توان ترک صندلی بدون اجازه معلم را در

آموزشگاه استثنایی باید چاره‌ای می‌اندیشیدیم و مشکل را حل می‌کردم و چون مطلع بودم که مرکز مشاوره‌ی جهت درمان اختلال‌های رفتاری در شهر مشهد فعال نمی‌باشد و ارجاع وی به کارشناسان اداره نیز بی‌حاصل است تصمیم گرفتیم با کمک معلم و مشاور آموزشگاه برنامه‌ای را تدارک دیده و خود در جهت رفع مشکل اقدام کنم.

گردآوری اطلاعات مرحله اول (شواهد نوع اول)

باید مشکل را در ابعاد مختلف شناسایی می‌کردم. لذا گردآوری اطلاعات زیر ضروری بود:

۱. کسب اطلاع از مشخصات فردی و خانوادگی دانش‌آموز که برای نیل به این منظور، پرسشنامه‌ای را تدوین کردم و برای جمع‌آوری اطلاعات در این زمینه از مشاور مرکز کمک گرفتیم.

۲. تعیین میزان بهره‌ی هوشی دانش‌آموز از طریق انجام آزمون‌های هوشی و کسلر (کلامی)، لایتر و گودیناف که خود اجرا کردم.

۳. تعیین میزان بینایی و نوع مشکل بینایی که برای این منظور نامبرده را به بینایی سنج مرکز ارجاع دادم.

۴. ارزیابی فعالیت‌های حرکتی و عضلانی توسط کاردرمانگر مدیریت آموزش و پرورش استثنایی انجام شد.

۵. فهرست و الویت‌بندی « رفتارهای هدفی^۱ » که قصد تغییر آن را داشتم.

۶. شمارش فراوانی تعداد دفعاتی که مهدی بدون اجازه معلم صندلی را ترک می‌کرد به مدت دو هفته و ترسیم خط پایه (رفتار ورودی) برای این رفتار هدف

۷. شمارش فراوانی تعداد دفعاتی که مهدی بدون اجازه معلم صحبت می‌کرد و ترسیم خط پایه برای مشخص کردن رفتار ورودی قبل از مداخله در تغییر رفتار

انتخاب و اجرای راه حل جدید موقتی و گردآوری

شواهد « ۲ »

نتایج حاصل از ارجاع مهدی به کاردرمانگر نشان داد که وی دچار شلی عضلات می‌باشد. لذا برای وی برنامه درمانی در نظر گرفته شده و برای تقویت عضلات انگشتان دست، اسپیلنت در اختیار او قرار گرفت. همچنین جهت تداوم ورزش‌های مربوط به عضلات انگشتان دست توصیه‌هایی به مادر شد، نظیر ورزش دادن خمیر بازی، مجالنه کردن کاغذهای باطله، باز کردن و بستن فنر، خطخطی کردن کاغذهای باطله و...؛ بنا به توصیه بینایی‌سنج، مهدی در کنار پنجره، جایی که از نور بیشتری برخوردار بود مستقر شد.

برای انتخاب راه حل جهت تغییر رفتارهای نامطلوب، چند کتاب پیرامون تغییر رفتار و رفتار درمانی مطالعه کردم و برای اجرای برنامه‌درمانی از معلم کلاس و مشاور آموزشگاه کمک گرفتم. از آنجا که برای کاهش رفتار نامطلوب می‌توان از روش‌های منفی و روش‌های مثبت تغییر رفتار استفاده کرد تصمیم گرفتم با استفاده از روش‌های مثبت تغییر رفتار، رفتار هدف‌های مورد نظر را کاهش دهم. زیرا: « این روش‌ها بر اصل تقویت مثبت استوارند و فرض بر این است که اگر دانش‌آموز رفتار مطلوب تازه‌ای را بیاموزد و رفتار مطلوب تقویت شود، در نهایت، رفتار مطلوب او جانشین رفتار نامطلوبش خواهد شد». (سیف، ۱۳۷۷)

بنابراین گام اول در انتخاب راه حل موقتی انتخاب یکی از روش‌های مثبت تغییر رفتار زیر با توجه به نوع رفتار نامطلوب مهدی بود:

- الف) روش DRL^۱ یا روش تفکیکی نرخ‌های کم رفتار
 ب) روش DRO^۲ یا روش تفکیکی رفتارهای دیگر
 ج) روش DRI^۳ یا روش تفکیکی رفتارهای ناهمساز

کلاس درس کاهش داد؟

۱. چگونه می‌توان بدون نوبت و بدون اجازه صحبت کردن را کاهش داد؟
 ۲. چگونه می‌توان بر بدخط نویسی دانش‌آموز غلبه کرد؟
 رفتار مهدی را در هنگام نوشتن یک دیکته پانزده دقیقه‌ای مورد مشاهده قرار دادم. نتایج حاصل از مشاهده‌ها نشان داد که وی با دست چپ می‌نویسد، هنگام نوشتن میج دست چرخش دارد، قلم را اشتباه در میان انگشتان دست می‌گیرد و در طی دیکته پانزده دقیقه‌ای هشت بار قلم از دستش به زیر میز افتاد.

برای مشخص کردن رفتار ورودی « ترک صندلی بدون اجازه معلم » به مدت چهارده روز و هر روز یک جلسه‌ی درسی تعداد دفعاتی که مهدی از جای خود بلند می‌شد توسط معلم کلاس شمارش و نمودار خط پایه ترسیم شد. در ضمن، رفتار مطلوب ترک صندلی، در یک جلسه درسی، دو بار تعیین شد. (نمودار شماره ۱)

رفتار نامطلوب صحبت کردن بدون اجازه معلم این‌گونه تعریف شد:

« حرف زدن با معلم یا هم‌کلاسی‌ها بدون اجازه معلم و بیان اظهاراتی که به بحث کلاسی ربطی ندارد » برای سنجش و ثبت رفتار پایه از معلم خواسته شد به مدت ۱۰ روز، طی یک جلسه‌ی درسی پنجاه دقیقه‌ای تعداد فراوانی صحبت کردن بدون اجازه و بدون نوبت را ثبت کند. همچنین از مشاور خواسته شد تا همین رفتارها را ثبت کند. این کار برای افزایش دقت مشاهده‌ها صورت گرفت. در ضمن، معیار مطلوب برای صحبت کردن، ۳ بار صحبت در طی یک جلسه درس تعیین شد. (نمودار شماره ۲)

روش تقویت وابسته به پاسخ‌هایی است که با فراوانی کمتری صورت می‌گیرد.

**حرف زدن اگر با فراوانی یا نرخ کم انجام شود
مطلوب است اما اگر به میزان زیاد انجام
شود نامطلوب یا مضر است.**

چون برای اجرای راه حل، نیاز به کمک مشاور و معلم کلاس داشتیم، جلسه‌ای با آنها ترتیب داده و مراحل اجرای برنامه‌ی تغییر رفتار را به شرح زیر برایشان توضیح دادیم:

۱. انتخاب رفتارهای هدف « ترک صندلی بدون اجازه معلم » و « صحبت کردن بدون اجازه معلم » برای تغییر
۲. توضیح در مورد انتخاب تقویت‌کننده‌های مناسب برای ارایه به دانش‌آموز

۳. توضیح چگونگی اجرای روش‌های DRL و DRO برای آنان

۴. تأکید بر ارایه تقویت بلافاصله پس از مشاهده رفتار مطلوب

۵. تأکید بر ارایه تقویت به مقدار لازم
۶. تعیین معیار رفتار مطلوب برای رفتار نهایی با نظر معلم کلاس

۷. توضیح دادن روش ارایه تقویت‌کننده‌ها به مهدی که قصد تغییر رفتار نامطلوبش را داشتیم.

اجرای طرح جدید

برای کاهش رفتار نامطلوب « ترک صندلی بدون اجازه معلم » یک جلسه درس ۵۰ دقیقه‌ای را به فواصل ده دقیقه‌ای تقسیم کردم و تقویت‌کننده (رفتن پای تخته سیاه)

با توجه به نوع رفتار نامطلوب « مهدی » برای کاهش رفتار ترک صندلی بدون اجازه معلم روش DRO و برای کاهش صحبت کردن بدون اجازه معلم روش DRL انتخاب شد.

گام دوم برای تغییر رفتار، تعیین نوع تقویت‌کننده مناسب بود که با پرسش از معلم و مشاهده فعالیت‌های روزمره مهدی به این نتیجه رسیدیم که روش‌های تقویت ژتونی یا اقتصاد پته‌ای^۵ که در اغلب کلاس‌ها برای تقویت و ایجاد رفتار مطلوب اجرا می‌شد نظیر گذاشتن خط نشانه، چسباندن ستاره، ارایه ژتون و ... کمتر برای مهدی تقویت محسوب می‌شد و مهدی انجام فعالیت‌هایی نظیر « پای تخته رفتن » و « رفتن به اتاق بازی » را ترجیح می‌داد. لذا تصمیم گرفتیم از این دو فعالیت برای ارایه تقویت استفاده کنیم.

برای کاهش رفتار ترک صندلی بدون اجازه معلم از روش DRO یا « روش تقویت تفکیکی رفتارهای دیگر » استفاده کردم.

روش کار بدین‌گونه است که: « رفتارهای فرد تقویت می‌شود به جز رفتار نامطلوب مورد نظر یا رفتار هدفی که قصد تغییر آن را داریم. به عبارتی در این روش تقویت وابسته به انجام ندادن رفتار نامطلوب است نه انجام دادن آن » (سیف، ۱۳۷۷).

برای کاهش رفتار نامطلوب صحبت کردن بدون اجازه معلم از روش DRL یا روش « تقویت تفکیکی نرخ‌های کم‌رفتار » استفاده شد. زیرا حرف زدن اگر با فراوانی یا نرخ کم انجام شود مطلوب است اما اگر به میزان زیاد انجام شود نامطلوب یا مضر است زیرا نظم کلاس را برهم می‌زند و فرصت صحبت کردن را از دیگران می‌گیرد. بنابراین، در این

از قطع تقویت نیز مؤثر بوده است. نمودار شماره ۶ نمودار خط عمل پس از قطع تقویت (مرحله‌ی بازگشتی) را نشان می‌دهد.

در اجرای این برنامه تغییر رفتار A-B-A بکار گرفته شد. یعنی برای اینکه مهدی برمشک‌کش فایق آید و برنامه تغییر رفتار کامل شود دوباره مرحله A (مرحله‌ی آزمایشی) را به کار گرفتیم. یعنی پس از مرحله‌ی بازگشتی طرح، دوباره روش تغییر رفتار با ارایه تقویت به اجرا درآمد تا رفتار بازگشت شده به حالت تغییر یافته مرحله‌ی قبل درآید. نمودار خط عمل پس از مرحله‌ی بازگشتی با ارایه تقویت و اعمال روش DRL در نمودار شماره ۷ نشان داده شده است.

برای کاهش رفتارهای نامطلوب می‌توان از روش‌های مثبت تغییر رفتار استفاده کرد

ارزیابی و تجزیه و تحلیل شواهد (۲)

مقایسه نمودار شماره ۱ با نمودارهای شماره ۳ و ۴ نشان داد که اجرای شیوه‌ی DRO به طور محسوس حکایت از بهبود وضع موجود می‌کند و اطلاعات مذکور اثر بخشی اقدام مورد نظر را در مورد کاهش رفتار نامطلوب ترک صندلی مورد تأیید قرار می‌دهد. در نتیجه این روش ادامه یافت تا اینکه مهدی توانست در طی جلسات درس به رفتار نهایی مورد نظر یعنی ترک صندلی به تعداد ۲ بار در طی یک جلسه درسی برسد. مقایسه نمودار ۲ رفتار ورودی دانش‌آموز در مورد پرحرفی با نمودارهای شماره ۵ و ۶ و ۷ نشان می‌دهد که اجرای روش DRL برای کاهش رفتار نامطلوب پرحرفی مؤثر بوده است و در صورت ادامه رفتار نامطلوب پس از قطع ارایه

را پس از هر فاصله‌ی ده دقیقه‌ای که رفتار نامطلوب در آن رخ نمی‌داد ارایه می‌شد زیرا با این روش بازخوردهای بیشتری در اختیار مهدی قرار می‌گرفت و فرصت‌های بیشتری برای کسب موفقیت به وی داده می‌شد. دو هفته طول کشید که مهدی توانست رفتارش را در فواصل کوتاه ده دقیقه‌ای کنترل کند. (نمودار شماره ۳)

سپس فواصل ارایه تقویت (رفتن پای تخته سیاه) را افزایش داده و هر جلسه‌ی درس را به فواصل پانزده دقیقه‌ای تقسیم کردم. تقویت را بعد از پانزده دقیقه بلند نشدن و عدم ترک صندلی ارایه کردم (نمودار شماره ۴).

هدف کاهش رفتار نامطلوب پرحرفی، کاهش رفتار پرحرفی تا میزان قابل قبول بود اما آن را نباید به کلی خاموش کرد. روش کار برای مهدی چنین توضیح داده شد که اگر در هر جلسه‌ی پنجاه دقیقه‌ای کلاس، ۳ بار یا کمتر صحبت کند در پایان کلاس، ۵ دقیقه فرصت بازی در اتاق بازی را دارد. در این مرحله که پانزده جلسه به طول انجامید، میانگین دفعات صحبت کردن مهدی به حدود ۳ بار در هر پنجاه دقیقه کاهش یافت و علاوه بر این در جلسه بعد نیز از ۳ بار در طی یک جلسه بالاتر نرفت. (نمودار شماره ۵)

در سومین مرحله‌ی تغییر رفتار برنامه تقویت کنار گذاشته و به مهدی گفته شد که دیگر فرصت بازی کردن در اتاق بازی برای کمتر حرف زدن به او داده نخواهد شد. در طول چهارده جلسه‌ی این مرحله، نرخ حرف زدن مهدی به طور متوسط تا ۴ بار در هر ۳۰ دقیقه افزایش یافت؛ اگر چه این میزان نرخ رفتار از میزان رفتار در طول مرحله‌ی دوم (مرحله‌ی آزمایشی) بیشتر بود ولی هنوز بسیار کمتر از مرحله‌ی قبل از اعمال روش DRL و مرحله‌ی خط پایه بود؛ بنابراین معلوم شد که روش تغییر رفتار DRL حتی بعد

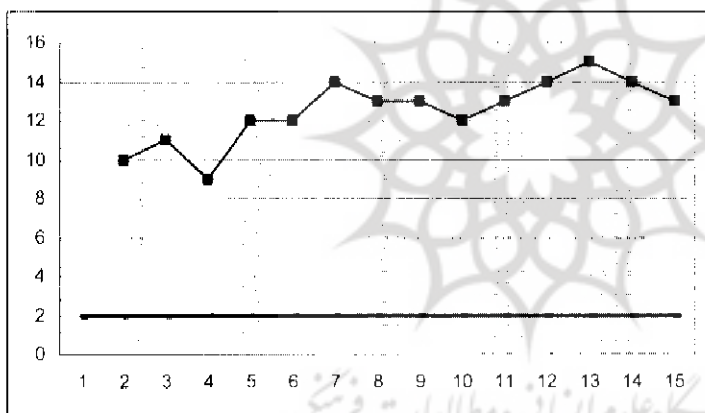
پیشنهادها

۱. نتایج نشان می‌دهد که برای کاهش رفتارهای نامطلوب می‌توان از روش‌های مثبت تغییر رفتار استفاده کرد ولی موفقیت، به انتخاب تقویت کننده مناسب، همکاری و یکسان عمل کردن اطرافیان بستگی دارد. لذا پیشنهاد می‌شود جلسات آموزشی برای آموزش روش‌های تغییر رفتار در جلسات آموزش خانواده در نظر گرفته شود.
۲. تا زمانی که برای تغییر رفتار روش‌های مثبت را به کار نگرفته‌ایم از روش‌های منفی نظیر جریمه، محروم کردن و... استفاده نکنیم.

تقویت می‌توان طرح را به صورت A-B-A-B-A نیز کامل کرد. اما از آنجا که در برنامه‌ی تغییر رفتار مهدی پرحرفی وی به حد مطلوبی کاهش یافته بود و به حد سه بار حرف زدن در طی یک جلسه‌ی درسی رسیده بود فعلاً اجرای مرحله‌ی آزمایشی ضرورتی نداشت و نتیجه‌گیری در مورد اثرات برنامه‌ی کاری درمانی برای غلبه بر بد خطنویسی نیاز به زمان و تداوم برنامه‌های کاردرمانی در کلینیک و منزل داشت. برای کاهش رفتارهای نامطلوب می‌توان از روش‌های مثبت تغییر رفتار استفاده کرد.

نمودار شماره « ۱ » نگاره تعداد دفعاتی که مهدی در هر جلسه‌ی درس، صندلی را ترک کرده است.

تعداد
دفعات

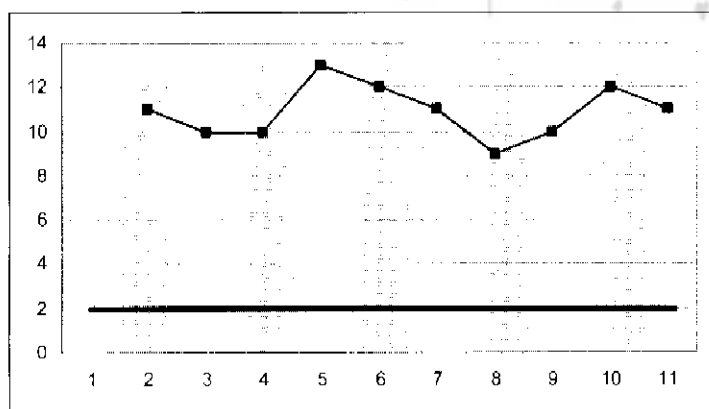


خط پایه
جلسه

نام کودک: مهدی - م
رفتار هدف: ترک صندلی بدون اجازه معلم
تاریخ:
تهیه‌کننده نگاره: ش. ک

نمودار شماره « ۲ » نگاره تعداد دفعاتی که مهدی بدون نوبت و اجازه معلم در کلاس درس صحبت می‌کند.

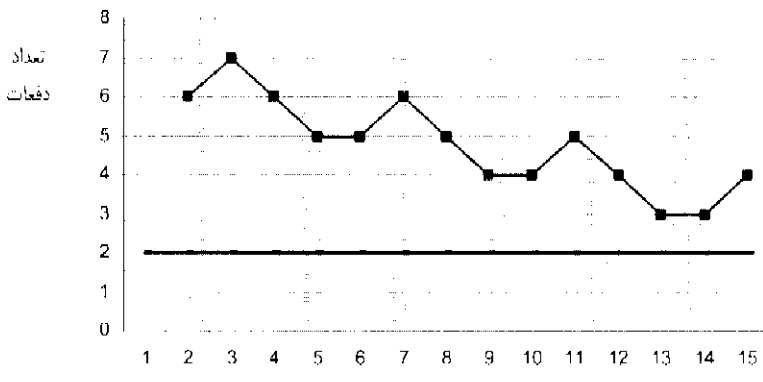
تعداد
دفعات



خط پایه
جلسه

نام کودک: مهدی - م
رفتار هدف: صحبت کردن بدون اجازه معلم
تاریخ:
تهیه‌کننده نگاره: ش. ک

نمودار شماره « ۳ » نگاره تعداد دفعاتی که پس از ارایه تقویت و اعمال روش DRO مهدی صندلی را ترک کرده است.

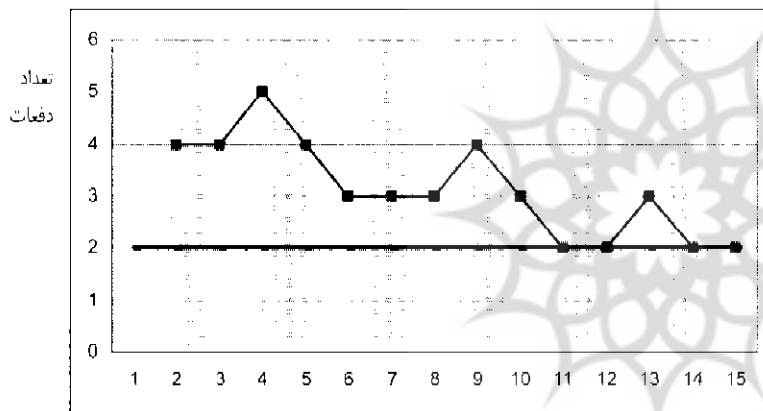


خط پایه

جلسه

نام کودک: مهدی - م
 رفتار هدف: ترک صندلی بدون
 اجازه معلم
 تاریخ: ...
 تهیه کننده نگاره: ش. ک

نمودار شماره « ۴ » نگاره تعداد دفعاتی که پس از افزایش فاصله‌ی زمان ارایه تقویت و اعمال روش DRO مهدی در هر جلسه درس صندلی را ترک کرده است.



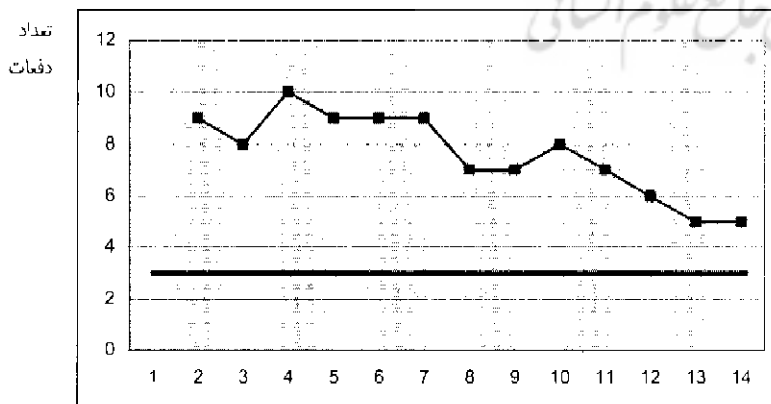
خط پایه

جلسه

نام کودک: مهدی - م
 رفتار هدف: ترک صندلی بدون
 اجازه معلم
 تاریخ: ...
 تهیه کننده نگاره: ش. ک

نمودار شماره « ۵ » نگاره تعداد دفعاتی که مهدی بدون اجازه معلم صحبت می کند پس از ارایه تقویت و

اعمال روش DRI.

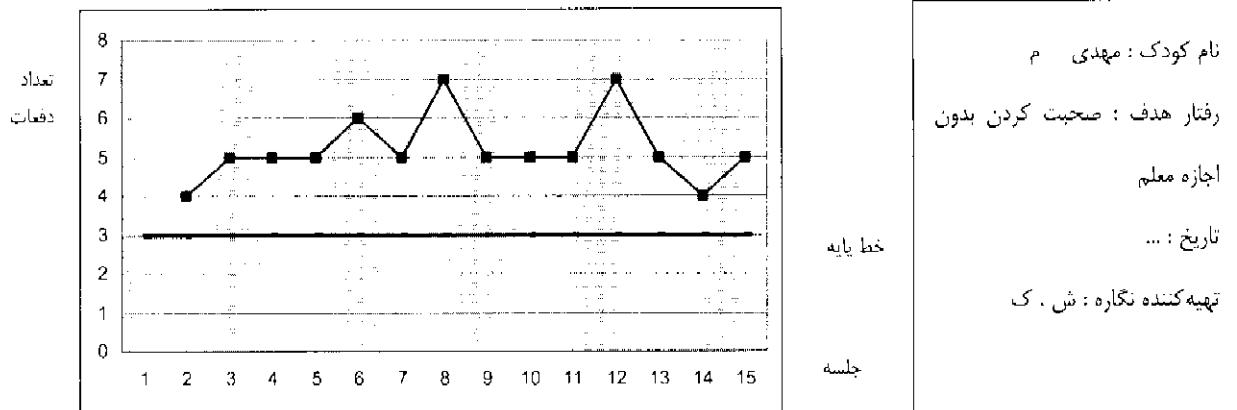


خط پایه

جلسه

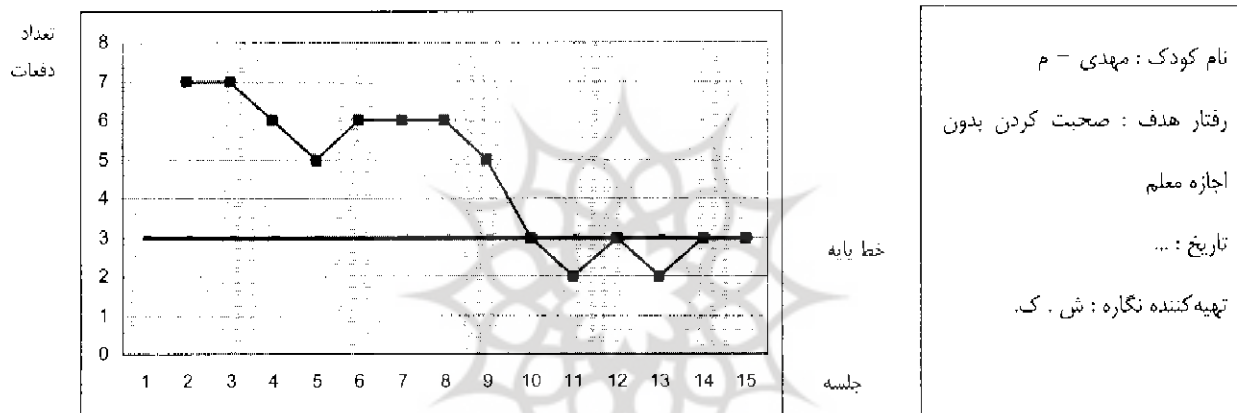
نام کودک: مهدی - م
 رفتار هدف: صحبت کردن بدون
 اجازه معلم
 تاریخ: ...
 تهیه کننده نگاره: ش. ک

نمودار شماره « ۶ » نگاره تعداد دفعاتی که مهدی بدون نوبت و اجازه معلم صحبت می کند پس از قطع ارزیاب تقویت



نام کودک: مهدی - م
 رفتار هدف: صحبت کردن بدون
 اجازه معلم
 تاریخ: ...
 تهیه کننده نگاره: ش. ک

نمودار شماره « ۷ » نگاره تعداد دفعاتی که مهدی بدون نوبت و اجازه معلم صحبت می کند پس از ارزیاب مجدد تقویت



نام کودک: مهدی - م
 رفتار هدف: صحبت کردن بدون
 اجازه معلم
 تاریخ: ...
 تهیه کننده نگاره: ش. ک

زیر نویس ها:

1. Target behavior
2. Differential reinforcement of low rates of behavior
3. Differential reinforcement of other behavior
4. Differential reinforcement of incompatible behavior
5. Token economy

منابع:

ساکي، رضا (۱۳۴۱). راهبردی برای بهبود و آموزش و تدریس با نوشته‌هایی از محمدرضا آهنجیان و دیگران. تهران - وزارت آموزش و پرورش، پژوهشکده تعلیم و تربیت (۱۳۸۳)

سیف، علی اکبر (۱۳۷۷). تغییر رفتار و رفتار درمانی. نظریه‌ها و روش‌ها. انتشارات آگاه: تهران.