

اصلاح رفتار کودکان

• دکتر احمد به پژوه

استادیار دانشکده علوم تربیتی دانشگاه تهران



پژوهش‌های علمی و تحقیقاتی
سال پنجم علوم انسانی

با توجه به مطالعات و تحقیق‌هایی که اخیراً روی رفتار انسان انجام شده است، به‌دانشنی‌هایی که تاکنون تحت عنوان «روانشناسی» نامیده شده‌اند، «رفتارشناسی» می‌گویند. به طوری که رفتار، آن پدیده انسانی است که قابل مطالعه، پیش‌بینی، تغییر و اصلاح می‌باشد. به ویژه در مکتب «رفتارگرایی» آن را می‌توان کنترل کرد و رفتار خاصی را در شخص خاصی بوجود آورد و خلق کرد، گرچه علت‌هایی که رفتار را حاصل می‌کنند، پیچیده و بی‌شمار می‌باشند. از آن جمله نقش عوامل ارثی و بیولوژیکی است. با وجود این در حال حاضر به «محیط» به عنوان عامل مشخص‌کننده و تعیین‌کننده رفتار ما در شرایط و موقعیت‌های گوناگون توجه خاص و بیشتری شده است. این محیط است که گاهی احساس نیاز و احتیاج را در آدمی یا شیر به وجود می‌آورد و او را «رویه مزاج» می‌کند و یا آدمی را مجبور می‌کند تا در لباس روباه ظاهر شود!!

یادگیری چیست؟ اغلب کتابهای نوشته شده درباره یادگیری، یادگیری را به تغییر یا تغییرات کم و بیش ثابت در رفتار، تعریف کرده‌اند. برخی عوامل که در یادگیری دخالت دارند «عوامل داخلی»^۲ نامیده می‌شوند که تغییر آنها در اختیار ما نیست. به عده‌ای دیگر «عوامل خارجی»^۳ گفته می‌شود که به «محیط اجتماعی یا فیزیکی» نیز موسومند، که تا حدی کنترل و دستکاری آنها در حد توانایی ماست.

هدف از اصلاح رفتار چیست؟ در مبحث اصلاح و تعدیل تدریجی رفتار سعی می‌شود برخی از روشها و راههایی را که به طور عملی برای ایجاد، تقویت، تغییر و اصلاح رفتار خاصی می‌توان به کار برد، آموخته و به بحث گذاشته شود و در واقع درباره قانون‌هایی که حاکم بر رفتار است به بحث و بررسی بپردازیم.

وسیله کار چیست؟ برای آگاهی از «قانون‌های رفتار» و به کار بردن آنها در تماس با کودکان نیازمند، احتیاج به وسیله یا آلت خاصی نیست. آنچه لازم داریم فقط

فهمیدن و ادراک این قانون‌ها و به کار بردن و عملی ساختن آنها می‌باشد. به دیگر زبان «ملکه ذهن ساختن» این قانون‌ها مورد نظر است.

قابل یادآوری است علت رفتار کودکان را اغلب باید در رفتارهای خودمان (مربیان) جستجو کنیم. ما به عنوان مربی همواره باید از واکنش و تأثیر متقابل رفتارمان روی کودکان آگاه باشیم. از سوی دیگر تأیید، عدم تأیید، محبت کردن یا مورد محبت واقع شدن توسط دیگران، به رفتار ما شکل می‌دهد و یا اینکه رفتار ما حاصل کل ارزیابیهای دیگران از ماست. لذا نتیجه‌ای که می‌توان گرفت این است که شخصیت ما و چگونگی رفتار ما بستگی مستقیم به میزان آگاهی از رفتار خودمان و رفتار دیگران دارد (آگاهی از رفتار خود و آگاهی از رفتار دیگران، به بیان دیگر: خودشناسی و دیگرشناسی).

رفتار، پدیده‌ای نیست که به سرعت ساخته شود، بلکه به تدریج از طریق تکرار و تجربه مکرر شکل می‌گیرد. به همین لحاظ ما می‌توانیم برای جلوگیری از وقوع یک رفتار نامطلوب با برنامه و به تدریج از تکرار وقوع آن پیشگیری کنیم. یا اینکه عوامل «نامطلوب» و «ناخوشایند» را که سبب پیدایش رفتار نامطلوب می‌شود از محیط دور کنیم و یا اثر آنها را به طریقی کاهش دهیم و یا خنثی نماییم. دهها روش برای اصلاح و تعدیل رفتار وجود دارد که به طور خلاصه از نظر شما می‌گذرد.

بدیهی است ما زورمان به خودمان و رفتارمان بیشتر می‌چربد تا به محیط. اغلب موارد که نمی‌توان محیط نامطلوب را ترک کرد و یا اصلاح نمود، باید به اصلاح خود بپردازیم. انکار نمی‌کنیم که این محیط نامتناسب است که رفتارهایی از قبیل فحشاء، اعتیاد، میخوارگی، بزهداری و... را شکل می‌دهد، اما نقش ما چه می‌شود؟ آیا باید خود را در برابر اثرهای محیطی رها کنیم و باز بگذاریم؟ و همرنگی با اجتماع را برای پیشگیری از رسوایی مان پیشه کنیم؟!

هدف چیست؟ در این مقاله سعی

□ شخصیت ما و چگونگی رفتار ما بستگی مستقیم به میزان آگاهی از رفتار خودمان و رفتار دیگران دارد.

می‌شود اصول عملی اصلاح و تعدیل رفتار مطرح شود که امید است بتواند به عنوان راهنما مورد استفاده قرار گیرد.

یکی از ویژگیهای قرن حاضر، وجود اضطراب و ناکامی در افراد و «ستیزه‌کاری» بین افراد است. (بین معلم و شاگرد - بین والدین و فرزند - بین کارگر و کارفرما و...)

معلم به خاطر اینکه دانش‌آموز، توجه کافی به کلاس ندارد، ناراحت است، عصبانی می‌شود، داد می‌زند و... دعوای بین نسل‌ها هم که همیشه شنیده می‌شود و دهها مسأله دیگر که مربوط به «رفتار» و چگونگی آن در آدمها می‌شود. زیرا که اکثر مشکلات رفتاری ناشی از: فهمیده نشدن، درک نشدن و پذیرفته نشدن می‌باشد. حال چگونه می‌توان از بروز این گونه مشکلات حداقل بین مربی و کودک پیشگیری کرد؟

اگر مربی بداند که چگونه با «مسائل رفتاری» روبرو شود و چگونه با این مسائل دست و پنجه نرم کند و از عهده برطرف کردن آنها برآید بهتر نیست؟! اگر دلتان می‌خواهد مورد احترام کودکان باشید، اگر دلتان می‌خواهد کودکان به دست‌ورهای شما گوش دهند، اگر دلتان می‌خواهد... پس باید «تکنیک‌هایی» را که باعث تقویت و پیشبرد یادگیری می‌شود، بشناسید و آنها را به کار ببرید. در این راه روانشناسان و به ویژه پیروان مکتب رفتارگرایی، کمک‌های شایانی به پیشرفت دانش و شناخت ما کرده‌اند. از آن جمله «اسکینر» را می‌توان نام برد که آزمایشهای متعددی با حیوانات انجام داده است.

اصلاح رفتار چیست؟ زمانی که روشهای علوم رفتاری و نتایج آزمایش‌ها را به طور سنجیده، منظم (سیستماتیک) و حساب شده به منظور تغییر رفتار به کار می‌بریم آن را «اصلاح رفتار» گویند.

هدف‌های به کارگیری و استفاده از این روشها و تکنیک‌ها متفاوت است. مانند افزایش وقوع رفتار، محدود کردن رفتار، ایجاد و آموزش رفتار، حفظ و نگهداری رفتار، کاهش وقوع رفتار و...

از طرف دیگر در مطالعه رفتار و رفتارشناسی هیچ قاعده یا قانون خاصی وجود ندارد که برای همه افراد به یک اندازه مؤثر و بامعنی باشد، به دیگر زبان موضوع «دو ضرب در دو می‌شود چهار» در اینجا مطرح نیست و روشها و اصول گفته شده «وحي مُنزل» و غیر قابل انعطاف نبوده بلکه در موقعیت‌های گوناگون برای افراد مختلف با ابتکار و خلاقیت اصلاحگر رفتار قابل انعطاف و تغییر می‌باشد. اگرچه باید اعتراف کرد که آگاهی از اصول کلی امری است حتمی که از آن گریزی نیست و پیش درآمد کار است.

تصمیم برای تغییر رفتار:
موضوع تغییر دادن یا ندادن رفتار مطرح نیست. بلکه مسأله این است که چه کسی باید تغییر دهد؟ رفتار به سوی چه هدفهایی تغییر یابد؟ و چه برنامه‌هایی باید بکار رود؟ و سؤالی از این قبیل مطرح است.

مسأله چگونه آغاز می‌شود؟
گاهی مربی مسأله تغییر رفتار را لازم می‌بیند، گاهی خود کودک، گاهی کودکان دیگر و گاهی کارکنان مؤسسه تقاضای تغییر رفتار کودک خاصی را دارند. به طور مثال، کودک با مربی صحبت می‌کند و می‌گوید چه کار کنم که شبها جا بدم؟ یا اینکه مربی در پرورشگاه می‌بیند که علی بچه لجوجی شده و هرچه دم دستش بیاید، پرت می‌کند و یا اینکه کودکی پیش مربی می‌آید و از کودک دیگر شکایت می‌کند و می‌گوید: خانم، شما یک کاری بکنید و یا یک چیزی به شهین بگویید، او مرتب مرا مسخره می‌کند! گفتنی است که شما در مقام اصلاحگر رفتار وظایف چند جانبه دارید به طوری که یکی از وظایف شما کسب دانایی‌های لازم درباره رفتار انسان می‌باشد. چرا که توانایی شما در امر اصلاح رفتار، بستگی به دانایی شما به کم و کیف رفتار انسان دارد.

□ اغلب موارد که نمی‌توان محیط نامطلوب را ترک کرد و یا اصلاح نمود، باید به اصلاح خود پردازیم.

برنامه تغییر رفتار: پس از شناخت مسأله یا مشکل رفتاری کودک، نوبت برنامه‌ریزی است. روشها و قدمهای گوناگونی وجود دارد که شما می‌توانید یکی یا چند تا از این قدمها را برداشته و با توجه به جنبه‌های اجتماعی، جسمانی و اخلاقی اقدام به برنامه‌ریزی کنید.

در اینجا یک برنامه تغییر رفتار را به اقتباس از «الن ریس» ارائه می‌دهیم. این برنامه شامل کلیه قدمها و اقدامهای لازم برای هر تغییر رفتار می‌باشد. مریبان باید قادر باشند با توجه به این الگو، کودکی را که دارای مشکل رفتاری است اصلاح کنند.

آموزگار مربی کودک

مدیر مؤسسه مشاور

انتخاب روش رفتاری

انتخاب سطح رفتار مورد نظر

تصمیم به تغییر رفتار

مشخص کردن هدفهای رفتاری

تعریف عملیاتی رفتار

توجه به مسائل اخلاقی

مشخص کردن هدفهای رفتاری:

اولین قدم در یک برنامه تغییر رفتار،

مشخص کردن هدف نهایی از اجرای برنامه

می‌باشد. یعنی پاسخ دادن به این سؤال که در

پایان برنامه انتظار ما از فرد چیست؟ این برنامه را اجرا می‌کنیم که چه بشود؟ اصولاً هر کسی از انجام هر عملی یک هدفی دارد. همچنان که شما از مطالعه این مقاله هدفی را دنبال می‌کنید.

هدفها با توجه به موقعیتی که فرد در آن قرار دارد متغیر است. هدفها ممکن است مربوط به رفتار کودک در کلاس درس و یا مربوط به رفتار کودک در پرورشگاه باشد و یا... مشکلات رفتاری نیز متنوعند مانند: درس نخواندن، ناتوانی در خواندن، کناره‌گیری و خجالتی بودن، بهانه‌گیری، پرخاشگری و...

قابلیت اجرایی هدف: بعضی

هدفها با توجه به محدودیت‌های محیطی و زمانی و یا نبودن اشیای مورد نیاز، قابل اجرا نیستند. پس حتی المقدور باید هدفهای قابل پیاده شدن و عملی انتخاب کرد.

هدفهای رفتاری معمولاً اینطور بیان

می‌شوند:

۱- افزایش یا حفظ سرعت انجام کاری،

مانند: انجام تکلیف یا خواندن.

۲- پیشبرد میزان مهارت‌های لازم برای

شرکت در فعالیتهای کلاسی، مانند: شرکت

در بحث کلاسی.

۳- کاهش یک رفتار، به طور مثال: فریاد

کشیدن و یا حمله به دیگران.

به منظور بررسی اینکه آیا رفتار خاصی

در کودک تشکیل و تثبیت شده است، بایستی

به صورت‌های زیر اقدام کرد:

- کودک چند بار در روز. این رفتار

خاص را انجام می‌دهد؟



□ همواره باید نیازهای واقعی کودک را تشخیص داد و به همان اندازه که نیازها برآورده شود با او رفتار کرد.

- چه مدت انجام این رفتار طول می کشد؟ بدیهی است رفتارهای قابل مشاهده و قابل مطالعه مورد نظر است.

تعریف عملیاتی رفتار: وقتی مفهوم وسیعی مانند «پرخاشگری» را به اجزای کوچکتری که تا حدی قابل اندازه گیری و قابل مشاهده است تبدیل کنیم، در واقع آن مفهوم را به طور عملیاتی تعریف کرده ایم. به طور نمونه برای تعریف عملیاتی پرخاشگری کودک در کلاس باید مشخص کنیم: کودک در یک ساعت چند بار بلند می شود و می نشیند؟ چه مدت طول می کشد تا از جایش خارج شود؟ هر چند وقت یکبار داد می زند؟

مسائل اخلاقی: اصلاحگران رفتار به مانند دیگر افراد حرفه ای، از لحاظ اخلاقی و قضاوت، نظرهای گوناگونی دارند. بعضی فکر می کنند بچه ها در کلاس یا در مؤسسه باید آرام بنشینند و دستورات بزرگترها را بدون معطلی و بی چون و چرا بپذیرند. عده ای فکر می کنند که بچه ها باید آزادانه سؤال کنند و در جنب و جوش باشند، و برخی می اندیشند که...

- به هر حال همواره باید نیازهای واقعی کودک را تشخیص داد و به همان اندازه که نیازها برآورده شود با او رفتار کرد. از سوی دیگر از دنبال کردن نظرهای شخصی خودمان احتراز جوییم و بیشتر به هدفهای مؤسسه و خط مشی های آن بیندیشیم و این سؤال اساسی را از خود بکنیم که فلسفه وجودی آموزشگاه چیست؟ آیا صرفاً نگهداری و پرورش جسم کودکان مورد نظر است و یا چیزی بالاتر از آن؟

انتخاب روش رفتاری مناسب: پس از مشخص کردن هدف رفتاری و اینکه به چه سطحی از رفتار می خواهیم برسیم، قدم بعدی انتخاب یک روش رفتاری مناسب و معین کردن جهت تغییرات آن است.

جهت های گوناگون عبارتند از: افزایش، تقویت، تضعیف، گسترش یا تعمیم، تحدید یک رفتار در موقعیت خاص، ایجاد رفتار جدید، از بین بردن رفتار و...

مثال: بچه ای که از سر جایش برمی خیزد و دور کلاس یا اتاق می دود، باید به روشی برای تقویت نشستن او روی صندلی فکر کرد.

مثال دیگر: بچه ای که برای دیدن فیلم مدت ها روی صندلی می نشیند باید روشی برای تعمیم این رفتار به هنگام سخنرانی بکار برد.
مثال دیگر: بچه ای که با بچه دیگر دعوا می کند، رفتاری است که شما می خواهید آن را از بین ببرید و یا می خواهید آن را در ساعت ورزش به صورت کشتی گرفتن تعدیل کنید.

پی آمد رفتار: پی آمد یعنی رابطه بین یک پاسخ داده شده با پی آمدهایی که در محیط رخ می دهد. گاهی پی آمد رفتاری به طور «طبیعی» و «خودکار»^۴ حادث می شود. مثلاً اگر شما داخل آب بفتید یا شما را داخل آب بیندازند، خود به خود خیس می شوید. در این مثال خیس شدن پی آمدی است به دنبال داخل آب شدن یا داخل آب افتادن. در برنامه تغییر رفتار نیز پی آمد پاسخ ها بسیار مهم هستند. مثلاً علی به سؤال معلم جواب درست می دهد، معلم به عنوان پی آمد این پاسخ درست، تبسم می کند و می گوید «آفرین». ملاحظه می کنید که آفرین گفتن یک پی آمد «طبیعی» نیست بلکه معلم آگاهانه یاد گرفته است که در مقابل پاسخ درست علی، او را تشویق کند. پی آمد رفتار اثر قابل توجهی روی تقویت، حفظ یا تضعیف رفتار دارد.

آفرین S — R پاسخ درست.
تمرین: به منزل یکی از آشنایان رفته، رفتار مادری با بچه اش را مورد مشاهده قرار دهید (بدون آنکه مادر از هدف شما باخبر شود) پس از پایان مشاهده سه پی آمدی را که مادر به دنبال رفتار بچه اش انجام داد؛ یادداشت کنید. مثلاً: بچه دستهایش را شسته و به مادر نشان می دهد، مادر می گوید: بارک الله پسر خوبیم.

آماده کردن محیط: قدم بعدی پس از مشخص کردن نوع پی آمد رفتار، معین کردن شرایط و چگونگی محیط مناسب برای اجرای برنامه تغییر رفتار می باشد. منظور از محیط مناسب، محیطی است که احتمال وقوع رفتار در آن بیشتر است. به طور مثال اگر هدف نهایی افزایش تعداد ساعت های مطالعه خارج از مدرسه است بهتر است یک محیط ساکت و آرام تدارک دید و یا اگر هدف نهایی این است که به بچه «تشکر کردن» را یاد بدهیم، محیط به یک شخص دیگر احتیاج دارد تا عملاً تشکر کردن را نشان دهد. یا اگر هدف نهایی جلب توجه شاگرد به سخنان معلم است، بهتر است او را جدا از دوستش که همیشه با او حرف می زند، بنشانیم. در واقع با کنترل محیط امکان وقوع پی آمدهای رفتاری را افزایش می دهیم و در نتیجه امکان رسیدن به هدف نهایی را زیادتر می کنیم.

تمرین:

الف: برای هر یک از مثال های زیر محیط مناسب پیشنهاد کنید.

- 1- برای آموزش یک کودک کوردستانی که با بچه های دیگر بازی کند.
 - 2- آموزش به یک کودک در کتابخانه که آهسته صحبت کند.
 - 3- آموزش به یک دانش آموز دبیرستانی که در «بحث گروهی» مشارکت کند.
- ب: دلایل خود را ذکر کنید.

● پی نوشتها:

- 1- اقتباس از کتاب روشهای تعدیل رفتار برای کارکنان مدرسه اثر سولزر و رومایر - Both Sulzer and G. Roymayer, "Behavior Modification Procedures for School Personnel" Illinois: The Dryden Press Inc., 1972.

2. Intrinsic
3. Extrinsic
4. Automatic