



پیام نوریها

public channel



✓ کانال پیام نوریها در سال 95 با هدف تهیه جزوات و نمونه سوالات افتتاح و از همان ابتدای تاسیس کوشیده است با تکیه بر تلاش بی وقفه، کارگروهی و فعالیت های بدون چشمداشت کاربران متمایز خود، قدمی کوچک در راه پیشرفت ارائه خدمات به دانشجویان این مرز و بوم بردارد.

@Payamnorria

telegram.me/Payamnorria

رایگان است و همیشه رایگان میماند

۳

پیوندگان دانشگاه
انتشارات طلایی

تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: دوم

نکات کلیدی، فصل دوم

- سنجش رفتاری به اندازه‌گیری، مشاهده و ارزیابی نظام‌دار تفکرات، احساسات و رفتارهای کودک در یک موقعیت یا بافت واقعی اشاره دارد.
- عینی کردن در روش‌های تغییر رفتار شبیه تعریف عملیاتی در روش تحقیق است.
- اولین گام در هر شیوه تغییر رفتار، تعیین هدف برنامه می‌باشد.
- رفتار هدف یا آماج، رفتاری است که مورد مشاهده قرار می‌گیرد و اندازه‌گیری می‌شود.
- ابعاد رفتار عبارتند از: شکل ظاهری، شدت یا نیرو، نرخ یا فراوانی و طول مدت رفتار.
- مشاهده مستقیم رفتار، موثرترین روش ارزیابی محسوب می‌شود.
- به موقعیت‌های ساخت‌دار، سنجش موقعیتی نیز می‌گویند.
- موقعیت‌های طبیعی برای سنجش رفتارهایی که فراوانی وقوع آن‌ها زیاد است و یا رفتارهای کلی موثرتر است.

۱

پیوندگان دانشگاه
انتشارات طلایی

تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: اول

نکات کلیدی، فصل اول

- آن بخش از روان‌شناسی که به تحلیل و تغییر رفتار انسان می‌پردازد، تغییر رفتار نام دارد.
- اصطلاح تغییر رفتار اولین بار توسط ثرندایک در سال ۱۹۱۱ به کار برده شد.
- روان‌شناسی یادگیری به طور اعم و شرطی‌سازی پاولفی به طور اخص، بیشترین کمک را به ایجاد و گسترش تغییر رفتار کرده‌اند.
- رفتار آشکار توسط دیگران قابل مشاهده است، اما رفتارهای نهان جنبه خصوصی دارند، مانند فکر کردن.
- فراوانی، تداوم و شدت، ابعاد فیزیکی رفتار به حساب می‌آیند.
- تحلیل رفتار کاربردی اصطلاحی است مشابه تغییر رفتار که بیشتر در حوزه‌های پژوهشی و آزمایشی مورد استفاده قرار می‌گیرد.
- به رفتارهای غیرارادی، رفتار بازتابی می‌گویند.
- شرطی شدن پاسخگر یا کلاسیک توسط پاولف کشف شده است.

۷

پیوندگان دانشگاه
انتشارات طلایی

تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: چهارم

نکات کلیدی، فصل چهارم

- در تقویت مثبت، فراوانی رفتار بر اثر محرک پاداش‌دهنده افزایش می‌یابد.
- تقویت مثبت، موثرترین و بهترین روش افزایش رفتار می‌باشد.
- تقویت‌کننده‌های ثانوی ارزش خود را از طریق تجربه کسب می‌کنند و عبارتند از: اجتماعی، فعالیتی، پنهانی و درونی.
- طبق اصل پریماک، می‌توان از فعالیت‌های مورد علاقه کودکان به عنوان تقویت‌کننده برای فعالیت‌هایی که کمتر به آن می‌پردازند، استفاده کرد.
- افزایش فراوانی رفتار بر اثر حذف یک محرک آزاردهنده (ناخوشایند)، تقویت منفی نامیده می‌شود.
- به عامل ناخوشایندی که به دنبال رفتار می‌آید و باعث کاهش احتمال وقوع آن می‌شود، تنبیه می‌گویند.

۵

پیوندگان دانشگاه
انتشارات طلایی

تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: سوم

نکات کلیدی، فصل سوم

- دو فرآیند اساسی در شرطی‌سازی پاولفی وجود دارد: فراگیری و خاموشی.
- فراگیری: یادگیری یک پاسخ بر اساس مجاورت محرک شرطی و غیرشرطی.
- خاموشی عبارت است از ارائه محرک شرطی (زنگ) بدون حضور محرک غیرشرطی (پودر گوشت).
- شرطی‌سازی تقابلی روشی مبتنی بر شرطی شدن کلاسیک می‌باشد.
- واتسون، بنیانگذار رفتارگرایی معتقد است: شخصیت مجموعه‌ای از بازتاب‌های شرطی می‌باشد.
- علاوه بر شرطی‌سازی کلاسیک یا شرطی‌سازی پاسخگر، نوعی دیگر از شرطی‌سازی وجود دارد که کنشگر یا ابزاری نامیده می‌شود.
- سه قانون اصلی نظریه ثرندایک عبارتند از: آمادگی، تمرین و اثر.

۲ **پیوندگان دانشگاه انتشارات طلایی** تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: اول

● محرک‌های پیش‌آیند یا رویدادهایی که قبل از رفتار واقع می‌شوند، به سر نخ‌ها معروف‌اند.

● به رفتار ارادی، رفتار کنشگر گفته می‌شود.

● شرطی شدن پاسخگر در رفتار غیرارادی دخیل است.

● فرض‌ها و اصول کلی درباره تغییر رفتار عبارتند از:

- ۱- مشکلات رفتار آموختنی هستند.
- ۲- یک‌به‌یک آموخته می‌شوند.
- ۳- فقط در موقعیتی معین بروز می‌یابند.
- ۴- بسیاری از آن‌ها را می‌توان با استفاده از روش‌های تغییر رفتار عوض کرد.
- ۵- تأکید بر درمان فرد در این زمان و مکان.
- ۶- روش‌های تغییر رفتار اهداف خاصی را دنبال می‌کنند.
- ۷- رفع یک مشکل رفتاری منجر به ایجاد یک مشکل جدید نمی‌شود.

● تأکید روش‌های تغییر رفتار بر تفاوت‌های فردی است.

۴ **پیوندگان دانشگاه انتشارات طلایی** تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: دوم

● روش‌های مختلف ثبت جنبه‌های مختلف رفتار آماج عبارتند از: ثبت مداوم، ثبت فرآورده، ثبت فاصله‌ای و ثبت نمونه‌گیری زمانی.

● در روش ثبت فرآورده، تغییردهنده رفتار سر فرصت به مشاهده و ارزشیابی فعالیت‌های آموزشگاهی، خاطرات مکتوب شخص و یا فیلم و عکس می‌پردازد.

● طرح بازگشتی و طرح چند خط پایه‌ای در میان طرح‌های مختلف رفتاری، از بقیه پرکاربردترند.

● هدف مرحله پیگیری مشخص شدن این مطلب است که آیا رفتار تغییر یافته به محیط‌های دیگر تعمیم پیدا کرده و ماندگار است یا خیر.

۶ **پیوندگان دانشگاه انتشارات طلایی** تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: سوم

● پنج قانون فرعی یا ثانوی نظریه ترندایک: پاسخ چندگانه، امایه یا نگرش، غلبه عناصر، پاسخ از راه قیاس و جایگشت تداعی.

● ترندایک (پدر روان‌شناسی تربیتی)، پاسخ چندگانه را اولین گام در تمام یادگیری‌ها می‌داند و با استفاده از مفهوم پاسخ از راه قیاس به تبیین انتقال یادگیری می‌پردازد.

● اسکینر با تأثیرپذیری از رفتارگرایی واتسون و اندیشه‌های ترندایک، نظریه شرطی‌سازی کنشگر خود را تدوین کرده است.

● کارهای اسکینر به ایجاد یادگیری برنامه‌ای و ماشین‌های آموزشی انجامیده است.

● مهم‌ترین صفت شرطی‌سازی فعال این است که رفتار توسط خود ارگانیزم در محیط ایجاد می‌شود.

● بندورا از طرفداران نظریه اجتماعی - شناختی است و کارهای او درباره یادگیری مشاهده‌ای، مخصوصاً در عطف توجه به عوامل شناختی، در رفتار درمانی مهم می‌باشد.

۸ **پیوندگان دانشگاه انتشارات طلایی** تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: چهارم

● تنبیه از تقویت منفی ناکارآمدتر است زیرا: الف) اثرات نامطلوب و غیرقابل پیش‌بینی دارد، ب) ممکن است عوارض جسمی و روانی ایجاد کند و ج) در موارد زیادی باعث لجبازی و پافشاری بیشتر می‌شود و نمی‌توان مطمئن بود که رفتاری را واقعاً تغییر دهد.

● عوامل موثر بر اثربخشی تقویت‌کننده‌ها عبارتند از: تقویت فوری و مداوم رفتار مطلوب، همراه کردن تقویت با تحسین، کمیت و کیفیت تقویت و تازگی و تنوع تقویت‌کننده‌ها.

● تقویت افتراقی عبارت است از کاربرد تقویت و خاموشی به منظور افزایش وقوع رفتار هدف مطلوب و کاهش وقوع رفتارهایی که در رفتار هدف تداخل ایجاد می‌کنند.

● مراحل تقویت افتراقی عبارتند از: تعریف رفتار مطلوب، تعریف رفتارهای نامطلوب، شناسایی تقویت‌کننده، حذف تقویت رفتارهای نامطلوب و استفاده از تقویت متناوب.

- نکات کلیدی، فصل پنجم**
- روش شکل دادن به روش تقریب‌های متوالی نیز مرسوم است.
 - در روش شکل دادن، مهم‌ترین کار، درست تقسیم کردن یک رفتار به اجزای تشکیل دهنده آن است.
 - در روش شکل دادن، به هر مرحله‌ای که رسیدیم، مراحل قبلی را تقویت نمی‌کنیم.
 - در روش زنجیره کردن رفتاری، هر جزء، خود یک رفتار کامل و مستقل است.
 - در روش زنجیره کردن، بیشتر اوقات فقط رفتار نهایی تقویت می‌شود.
 - عوامل موثر بر افزایش اثربخشی روش زنجیره کردن رفتار: تحلیل تکلیف، استفاده از توضیحات شفاهی و عملی یا سرنخ‌ها، استفاده از تقویت‌کننده‌های مختلف.
 - در روش سرنخ دادن، شخص رفتار مورد نظر را بلد است، اما زمان یا مکان مناسب آن را نمی‌داند.
- در برنامه فاصله‌ای متغیر، تقویت به ازای زمان‌های نامشخصی ارائه می‌شود اما با میانگین ثابت.
- برنامه‌های فاصله‌ای متغیر و نسبی متغیر، در برابر خاموشی مقاوم هستند.
- در مسابقات حضور ذهن و معلومات رادیویی از برنامه فاصله‌ای با زمان محدود استفاده می‌شود.
- از نظر سیف، برنامه تقویتی پیاپی از نظر اقتصادی به صرفه نیست و بسیار وقت‌گیر است.
- اصلی که گسترش رفتار به موقعیت‌های جدید را نمایندگی می‌کند، تعمیم نام دارد.
- تعمیم در شرطی‌سازی عاملی، به معنی دادن پاسخ یکسان به محرک‌های مشابه است.
- انواع تعمیم از نظر سیف عبارتند از: تعمیم محرک، نگهداری رفتار و تعمیم پاسخ.

- نکات کلیدی، فصل پنجم**
- در تنبیه مثبت، در صورتی که رفتار نامطلوب رخ دهد، رویداد ناخوشایندی ارائه می‌شود که برای فرد آزاردهنده است و باعث کاهش احتمال وقوع رفتار می‌شود.
 - روش‌های تنبیه مثبت عبارتند از: جبران اضافی، تمرین مشروط و تسلیم هدایت شده.
 - جبران اضافی به دو طریق صورت می‌گیرد، تمرین مثبت و جبران.
 - در روش تمرین مشروط، در صورتی که رفتار نامناسبی از فرد سر بزند او را وادار به انجام یک کار بدنی می‌کنند.
 - روش‌های تنبیه منفی رفتار عبارتند از: محروم کردن، جریمه کردن، جبران کردن و خاموشی.
 - محروم کردن بر دو نوع است: انحصاری و غیرانحصاری.
 - به متوقف شدن رفتار بعد از حذف تقویت، خاموشی می‌گویند.
 - عادت‌های رفتاری عبارتند از: عادت‌های عصبی، تیک‌های عضلانی و لکنت زبان.

- نکات کلیدی، فصل نهم**
- افسردگی، اضطراب و خشم اغلب به وسیله تفکر جانبدارانه و افراطی، تداوم و شدت می‌یابد.
 - مدل شناختی، بر نقش محوری شناخت در هیجان و پردازش طرحواره‌ای به عنوان عامل تعیین کننده پردازش اطلاعات تأکید می‌کند.
 - فرآیند ذهنی شامل فرآیندهای کوتاه مدت (هشیار) و بلند مدت (ناهشیار) می‌شود.
 - فرآیند ذهنی کوتاه مدت عبارتند از: انتظارها، ارزیابی‌ها و اسنادها.
 - در روش بازسازی شناختی، رفتارهای شناختی سازگار جانشین رفتارهای شناختی ناسازگار می‌شوند.
 - یکی از افکار ناتوان کننده، اسناد می‌باشد که عبارت است از: نظر فرد در این باره که چرا یک رویداد برای او اتفاق افتاده است و شامل سه بعد است:
- ۱- درونی - بیرونی ۲- با ثبات - بی ثبات ۳- قابل کنترل - غیر قابل کنترل.

- نکات کلیدی، فصل نهم**
- افسردگی، اضطراب و خشم اغلب به وسیله تفکر جانبدارانه و افراطی، تداوم و شدت می‌یابد.
 - مدل شناختی، بر نقش محوری شناخت در هیجان و پردازش طرحواره‌ای به عنوان عامل تعیین کننده پردازش اطلاعات تأکید می‌کند.
 - فرآیند ذهنی شامل فرآیندهای کوتاه مدت (هشیار) و بلند مدت (ناهشیار) می‌شود.
 - فرآیند ذهنی کوتاه مدت عبارتند از: انتظارها، ارزیابی‌ها و اسنادها.
 - در روش بازسازی شناختی، رفتارهای شناختی سازگار جانشین رفتارهای شناختی ناسازگار می‌شوند.
 - یکی از افکار ناتوان کننده، اسناد می‌باشد که عبارت است از: نظر فرد در این باره که چرا یک رویداد برای او اتفاق افتاده است و شامل سه بعد است:

۱۰ **پیوندگان دانشگاه** تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: هشتم
انتشارات طلایی

نکات کلیدی، فصل هشتم

- برنامه‌های متنوع تقویت عبارتند از: پیاپی و ناپیاپی.
- در تقویت پیاپی، هربار که رفتار رخ می‌دهد، تقویت می‌شود.
- در تقویت ناپیاپی، بعضی از رویدادهای یک رفتار تقویت می‌شوند اما رویدادهای دیگر تقویت نمی‌شوند.
- برنامه‌های تقویت ناپیاپی دو نوعند: ۱- برنامه‌های نسبی
- ۲- برنامه‌های فاصله‌ای یا زمانی که خود به دو دسته ثابت و متغیر تقسیم می‌شوند.
- در برنامه نسبی ثابت، تقویت به ازای تعداد یا مقدار مشخصی از پاسخ ارائه می‌شوند.
- در برنامه نسبی متغیر، تقویت به ازای مقدار نامشخصی از پاسخ ولی یا میانگین ثابت ارائه می‌شود.
- در برنامه فاصله‌ای ثابت، آزمودنی بعد از گذشت مدت زمان ثابتی از پاسخ‌دهی تقویت می‌شود.

۱۲ **پیوندگان دانشگاه** تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: هفتم
انتشارات طلایی

نکات کلیدی، فصل هفتم

- روش‌های مثبت کاهش رفتار عبارتند از:
- تقویت تفکیکی رفتار دیگر (DRO)، تقویت تفکیکی نرخ‌های کم رفتار (DRL)، تقویت تفکیکی رفتار ناهمساز (DRA) و اشباع.
- در روش تقویت تفکیکی رفتار دیگر، تقویت زمانی داده می‌شود که رفتار نامطلوب از فرد سر نزنند.
- روش DRO بر دو نوع می‌باشد: فواصل کوتاه در خلال یک جلسه و جلسه کامل.
- روش تقویت تفکیکی نرخ‌های کم رفتار بر دو نوع می‌باشد: پاسخ‌دهی با نرخ یا فراوانی کم و پاسخ‌دهی با فاصله.
- اشباع به این موضوع اشاره دارد که اگر تقویت‌کننده‌ای به کرات مورد استفاده قرار گیرد، اثر تقویت‌کنندگی‌اش را از دست می‌دهد.
- روش‌های منفی کاهش رفتار عبارتند از: تنبیه مثبت و تنبیه منفی.

۱۴ **پیوندگان دانشگاه** تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: هشتم
انتشارات طلایی

نکات کلیدی، فصل هشتم

- الگوبرداری یا سرمشق‌گیری فرآیندی است که از طریق آن فرد، رفتار فرد یا موجود دیگری را به طور مستقیم یا غیرمستقیم مورد توجه قرار می‌دهد و بر اساس آن به تغییر رفتار خود می‌پردازد.
- بندورا تنها کسی بود که دو مفهوم مشاهده و تقلید را از هم جدا کرد و عنوان نمود که یادگیری مشاهده‌ای می‌تواند شامل تقلید باشد یا نباشد.
- بندورا معتقد است که یادگیری و عملکرد از یکدیگر متمایزند.
- فرآیندهای موثر در یادگیری مشاهده‌ای عبارتند از: توجه، آموزش و یادسپاری، تولید رفتاری و تمرین، فرآیند انگیزشی و بازخورد.
- اطلاعات به دو صورت کلامی و تجسمی ذخیره می‌شوند.
- فرآیند تولید رفتاری تعیین می‌کند که آنچه یاد گرفته شده است تا چه اندازه به عملکرد تبدیل می‌شود.
- مایکن بام راهبردی را ابداع کرده است که طی آن به افراد یاد داده می‌شود با خودشان درگیری شناختی پیدا کنند (خودآموزی).

۱۶ **پیوندگان دانشگاه** تغییر و اصلاح رفتار کودکان - فصل: نهم
انتشارات طلایی

- اعتقادات یکی از فرآیندهای شناختی دراز مدت می‌باشد که در دسترس هوشیاری قرار ندارد.
- رفتارهای شناختی شامل افراط‌های رفتاری و نارسایی‌های رفتاری می‌شوند.
- روش توقف فکر توسط ولپی ابداع شده است و در آن از عبارت «بس کن» استفاده می‌شود.
- روش حل مسئله توسط گلد فرید گسترش یافته است و شامل چهار مرحله می‌شود:
- ۱- تعریف و صورت‌بندی مسئله
- ۲- تولید راه حل‌های بدیل و جایگزین
- ۳- تصمیم‌گیری و اجرای راه حل
- ۴- ارزیابی راه حل.



پیام نوریها

public channel



✓ کانال پیام نوریها در سال 95 با هدف تهیه جزوات و نمونه سوالات افتتاح و از همان ابتدای تاسیس کوشیده است با تکیه بر تلاش بی وقفه، کارگروهی و فعالیت های بدون چشمداشت کاربران متمایز خود، قدمی کوچک در راه پیشرفت ارائه خدمات به دانشجویان این مرز و بوم بردارد.

@Payamnorria

telegram.me/Payamnorria

رایگان است و همیشه رایگان میماند