

أبجديات السلوك

س.ج. فريدمان، درجة الدكتوراة، جامعة ولاية يوتا
تم النشر في اوريجينال فلاينق ماشين، العدد ٩: نوفمبر - ديسمبر، ٢٠٠١
العرض الأساسي في مؤتمر جاري بوبون جالنج، ديسمبر ٢٠٠٠

خلفية

كان بروفيسور علم النفس الذي يدرسنني في كل مرة يبدأ فيها الدرس يقوم بهز رأسه ويردد، "لا يعتبر الموضوع متعلقاً بالسلوك إن لم يكن معقداً" وكانت أكثر العبارات التي اسمعها صدقاً، هناك الكثير من التعقيدات عندما يتعلق الأمر بسلوك البيغاوات. مثل نزع الريش، الالتقاط، التنتيف، والقص ... الصراخ المتواصل، الإزعاج، النداء والصياح ... ولا ننسى ذكر العض، القضم، والأظافر الحادة - لست متأكدة لمن أتوجه للسؤال، د. سكينر أو د. سوس!

تبدأ التعقيدات عندما يتعلق الموضوع بالتقليل من المشاكل السلوكية. ويكون الأمر مشابه بلعبة الكرات الفضية التي تكون معلقة بالخيط ومتصلة بإطار خشبي وتوضع على المكاتب. في اللحظة التي تسحب فيها أحد الكرات وتطلقها، تبدأ بقية الكرات بالتحرك بشكل نمطي وتضرب في بعضها البعض لمدة طويلة قبل أن تتوقف، دائماً ما تتوارد هذه الصورة إلى ذهني. كهذه اللعبة، السلوك يتحرك بشكل متتالي ومتفاعل، فلذلك؛ تحليل كل سلوك على حدة يعتبر لا معنى له. السلوك هو جزء من التفاعل المتبادل وغير النهائي بين جينات الفرد الواحد، وتاريخه السلوكي والسياق البيئي الذي يعرض فيه السلوك.

مع كل هذه التعقيدات، فلا بد أن تكون هناك لحظات نشعر فيها بالإحباط وعدم تمكننا من فعل شيء عند تدريب بيغاواتنا. نحن نحتاج إلى أسلوب منهجي يوفر لنا إطار عمل منظم ومبسط للتعقيدات، وذلك للتطوير من مهارتنا في الفهم والتأثير على سلوكيات بيغاواتنا، وعدم حجب وجهة نظرنا.

سهولة الأبجديات

أحد هذه المناهج التي تساعد على فهم سلوكيات محددة تعرف بتحليل الأبجديات. وتتكون "المعادلة" السلوكية من ثلاث عوامل مبسطة، والتي تحتوي على السوابق، السلوك، والنتائج. من خلال هذه الاستراتيجية، يتم تحديد الأحداث والمواقف قبل حدوث السلوك المحدد وذلك من خلال المراقبة الجيدة - السوابق، وأيضاً تحديد النتائج التابعة للنتائج السلوكية. عندما يكون هذا

التحليل البسيط، مقرون مع مهارات المراقبة الجيدة وحل المشاكل بإبداع، ستتوضح لنا ترابط المكونات الأساسية للسلوك. وهذا الوضوح سيقودنا إلى أفكار مهمة واستراتيجيات التعليم.

كيف ذلك

هناك ست خطوات لتحليل الأبجديات: (١) وصف السلوك المطلوب بوضوح، من خلال مصطلحات يمكن ملاحظتها؛ (٢) وصف السوابق التي تحدث والمواقف التي تحدث مباشرة قبل صدور السلوك؛ (٣) وصف النتائج التي تحدث مباشرة بعد السلوك؛ (٤) فحص السوابق، السلوك والنتائج بشكل متسلسل؛ (٥) ابتكار سوابق جديدة و/ أو نتائج لتعليم سلوكيات جديدة أو تغيير السلوكيات الموجودة؛ (٦) تقييم المخرجات.

لنلقي نظرة على مثال: الببغاء النيبالي، فيدا، بيستيكولا يوباتريا، عندما أطلب منها الصعود على يدي من داخل القفص تعض بقوة وشراسة. عند رؤية المشكلة بشكل منفصل وبكامل تعقيدها، قد نفترض بأنها عدوانية، تحمي بيئتها، هرمونات، مدافعة، أو مهيمنة. وفي المقابل، قد تكون متمردة، عنيدة، غير متعاونة، أو ببساطة سيئة الطباع و مدللة بشكل زائد عن اللزوم! قد تكون جميع هذه الفرضيات أو واحدة منها صحيحة، ولكن هذه المصطلحات تستخدم كعنوان للسلوك فقط، وليس حل للمشكلة. وبما إنها لا تصف الملاحظة السلوكية بشكل دقيق، فلا يمكن لأي شخص أن يكون متأكدًا بشأن هذه المصطلحات.

تحليل الأبجديات

فيما يلي تحليل لسلوك العض لدى فيدا باستخدام منهج أبجديات السلوك:

أولاً، الأحداث والمكان: غالباً ما تقوم فيدا بالعض عندما أطلب منها الصعود على يدي من داخل القفص! هي لا تعض تحت أي ظرف آخر أو في أي موقف آخر. فهي تقوم بذلك في أي وقت خلال اليوم ومع أي فرد من أفراد الأسرة. ومع ذلك، وبمجرد خروجها من القفص، هي تصعد وتنزل من على اليد دون أي تردد، ومن أي مكان، بما في ذلك سطح القفص العلوي. تلعب فيدا بسعادة على مجثم الشجرة في الصالة، لمدة ثلاث أو أربع ساعات يومياً، وتحب المداعبة، وترتاح عند ترتيب الريش، تلعب بالألعاب وتقوم بقمصها. وتعتبر رفيقة رائعة رغم كل المقاييس.

الخطوة ١: وصف السلوك بمصطلحات يمكن ملاحظتها.

تقوم فيدا بتوسعة حدقة عينيها، تحكم اطباقتها على المجثم بقوة، تبعد جسدها نحو الخلف وتنتظر في هذه الوضعية لمدة ثانية أو ثانيتين. إذا لم ابعده يدي فستقوم بالعض بقوة.

الخطوة ٢: وصف السوابق.

في كل مرة أقرب فيها من قفص فيدا، أقوم بتحيتها لأخبرها بأنني هنا. افتح باب القفص، اضع يدي أمامها ببطء و أقول ”اصعدي، فيدا.“

الخطوة ٣: وصف النتائج.

أزيل يدي التي قامت بعضها (مع الشعور بالألم والانزعاج)، و تبقى فيدا في القفص. مع إبقاء الباب مغلقاً.

الخطوة ٤: فحص السوابق، السلوك، و النتائج بشكل متسلسل.

في كل مرة اقترب فيها من قفص فيدا، أقوم بتحيتها لأخبرها بأنني هنا؛ افتح باب القفص، و ببطء اضع يدي أمامها وأقول، ”اصعدي، فيدا.“ تقوم فيدا بتوسعة حدقة عينيها، وتحكم قبضتها على المجثم، تبعد جسدها نحو الخلف وتنتظر في هذه الوضعية لمدة ثانية أو ثانيتين. إذا لم أقم بإبعاد يدي، ستقوم بعضها بقوة. أزيح يدي التي قامت بعضها (مع الشعور بالألم والانزعاج)، و تبقى فيدا في القفص.

لنتوقف هنا دقيقة و لنفحص نتائج المعطيات من هذا التحليل، والتي ساعدت على توضيح عدة أمور مهمة. أولاً، بعيداً عن العض أو مشكلة العض بأي شكل من الأشكال، لاحظت بأن فيدا تقوم ببعض السلوكيات المحددة، وفي أماكن محددة مع سوابق مختلفة عن تلك التي كنت أتوقعها. قبل تحليل الأبجديات لسلوك العض لدى فيدا، لم أدرك بأنها تتوتر جسدياً، تبعد نفسها عن المجثم وتوسّع حدقة عينيها كمحاولة شجاعة منها لتحذيري بالانسحاب. إن ذلك مذهل!

وبذلك، فقد أصبح من الواضح بأن السوابق المؤدية للعض هي ليست بوضع يدي أمامها داخل القفص؛ ولكن تجاهلي للتواصل غير العدواني، والتي تطلب فيها إزالة يدي. عند إصراري

وتجاهلي لهذا التواصل تلجأ إلى العض. إذًا، من الذي يقوم بتحريك الكرات الفضية هذه المرة، فيدا أم أنا؟

وكان ذلك واضحًا عند إزالة يدي وتركها في القفص، بذلك، كنت أعزز العض. مع كل هذه التفاعلات، كنت، وبصراحة، ودون أي قصد، أعلم فيدا بأن العض هي الطريقة الفعّالة والضرورية لإزالة يدي من قفصها؛ وعلى ما يبدو كانت طريقة ناجحة، بما إن التحذير غير العدواني لم يكن ناجحًا. أنا متأكدة بأنها كانت ستقول بأن الموضوع لم يكن شخصي ولكنني لم .. أفهم! ألم تسمعها عندما شرحت لذلك لفرخ الكوكاتو الصغير؟. ”اسمع، يا صغيري. مهما كنت تريد أن تكون لطيفًا، هؤلاء البشر يستجيبون لشيء واحد فقط، وهو العنف. أليس الوضع جنوني!“

الخطوة ٥: ابتكار سوابق جديدة و/أو نتائج.

بعد طرح جميع الخيارات بشكل دقيق، قمت في هذه المرة بتغيير السوابق والتقليل من عض فيدا. أولاً، لا أقول، ”اصعدي!“ عندما أريدها أن تخرج من قفصها. ولكنني في المقابل أسأله، ”هل تريد الصعود؟“ إذا قامت بإصدار سلوكيات التحذير، أتفهم تحذيرها بطريقة أخرى ”لا، ولكن شكرًا على السؤال!“ وبهدوء أبعدها من القفص. ومن ثم أتركها داخل القفص مع ترك الباب مفتوح، وأسمح لها بالخروج عندما ترغب بذلك. وكاستراتيجية إضافية، في بعض الأحيان أقوم بتدريبها على الوقوف على مجثم صغير عندما لا يكون البقاء في القفص خيارًا لها. نقوم بتدريبات الوقوف على المجثم بضعة مرات خلال الأسبوع، وبذلك تحصل على سبل من المديح والقبولات.

الخطوة ٦: تقييم المخرجات.

لتقليل العض لدى فيدا كان تغيير السوابق ناجحًا جدًا. بالطبع هي لم تعد تعضني بعد الآن - ولكن من خلال الاستجابة لتحذيراتها، لا أترك المجال، أو السبب، لذلك. لازلت أسأله عند تقديم يدي إذا كانت تريد الصعود عليها. إذا توترت، أبعدها نفسها و / أو اتسعت حدقة عينيها أقوم بإزالة يدي واتجه لأداء أشياء أخرى (كتنظيف الأقفاس وتغيير ماء الشرب مثلاً).

بعد عدة أشهر من ترك الخيار لها في الخروج من القفص، أصبحت نادرًا ما ترفض طلبي عندما أضع يدي لها، وتختار الصعود بلطف، وكان ذلك غير متوقع! من يدرى .. ربما حرية الاختيار كان مهمًا بالنسبة لها، أو حصلت على بعض الاستفادة عند تحكمها بمصيرها بنفسها؛ ربما زادت ثقتها عندما قمت بالتقليل من السيطرة. كلها أسباب مثيرة للاهتمام.

أفكار ختامية

من وجهة نظري، للتأثير على السلوك غالباً ما نقوم بالتركيز كثيراً على النتائج. للتقليل من السلوكيات السلبية أو إزالتها يعتبر ذلك صحيحاً. بهذه الطريقة، نقوم بتقييد أنفسنا للحصول على المكافأة أو العقاب لا أكثر ولا أقل. أحد الفوائد المثيرة للاهتمام لهذا التحليل الاستراتيجي المبسط هو التعزيز وأخذ السوابق بعين الاعتبار، ذلك يعني، الأشياء التي نقوم بها للزيادة .. أو التقليل .. من السلوك. يجب أن تكون السوابق مرتبة بطريقة تسهل من أداء السلوك الصحيح. وبذلك يكون اختيار النتائج أسهل - عندما تكون السلوكيات مقبولة، تصبح النتائج إيجابية! أعتقد وبشدة (وتجربي بالعمل مع الأطفال تثبت ذلك) خلف كل سلوك سلبي هناك سوابق مرتبة بطريقة خاطئة.

قد يكون لدى البعض حلول أخرى مقترحة أو إضافات على التحليل. هناك أكثر من طريقة لتحليل تسلسل السلوك وأكثر من حل مفيد لاستخدامه. الحل والتحليل الصحيح هو الذي يقدم مخرجات مقبولة، وتتناسب معك ومع الطائر للتفاعل بأريحية لتطوير العلاقة فيما بينكما. مع فيدا، كل المعايير الثلاثة كانت موجودة. قدرتنا محصورة على الملاحظة خلال التعليم، ومدى إبداعنا للحل بتعاطف وإنسانية مع البيغاء.

بالطبع، السلوك لا يكون بمستوى واحد كما يبدو في تحليل الأبجديات؛ ولكن باعتقادي، الأهم من ذلك هو عدم التصرف بطريقة منفصلة عن الأحداث التي تكون حولنا، بما في ذلك ببغاواتنا. على الرغم من إن تحليل السلوك يمكن أن يكون مضلل في بعض الأحيان، وأحياناً أخرى مباشر جداً. ما نحتاج إليه هي تلك الأوقات التي يكون فيها المنهج مبسط لتحليل السلوك لزيادة فهمنا وتطوير استراتيجيات التعليم. وجدت بأن الكثير من الأمور ذات العلاقة بالسلوكيات المختلفة تتوضح عند تحليل أبجديات السلوك للببغاوات. عندما تكون العلاقات واضحة، يكون الطريق للإبداع، والحلول الإيجابية و الخطط التعليمية أكثر وضوحاً. أتمنى أن تقوم بتجربة تحليل الأبجديات والحصول على الاستفادة المرجوة لببغائكم.

الطبعة الأساسية لهذا المقال تمت طباعته بحقوق من تي جي بي سي ملتقى الانترنت، ديسمبر
٢٠٠٠.

Translated and posted with permission from Dr. Friedman.

تمت الترجمة والنشر بموافقة من د. فريدمان

ترجم من قبل فريق HealthyParrots، بإشراف UAE_FreeWings