الفصل الرابع

التدريب على مهارات مساعدة الذات

obeikandl.com

obeikandl.com

التدريب على مهارات مساعدة الذات

Training on Self-Help Skills

يعتبر هذا الفصل مقدمة للفصول التالية التي تتعامل مع مهارات مساعدة الذات المتنوعة. وسيتم ترتيب جميع الفصل بنفس الطريقة التي تم بها ترتيب هذا الفصل. ولذا يسعى هذا الفصل لتزويد القارئ بعض التوجيهات والإرشادات العامة لتكون واضحة في ذهنه عند تعليم الطفل تلك المهارات. وبعد قراءة هذا الفصل يمكن الانتقال إلى الفصل الذي يقدم المهارة التي يرغب القارئ في تعليمها لطفله أولاً من مهارات مساعدة الذات.

تحديد السلوك بدقة: *Pinpointing Behaviour*

من أكثر الأخطاء التي يقع فيها الآباء والمعلمون البدء بتعليم جزء كبير من السلوك بدلاً من **البدء بجزء صغير جداً من ذلك السلوك**. وينبغي أن يكون واضحاً من البداية، بل حتى قبل أن نبدأ أول درس مع الطفل، ما الخطوة التي نريد أن نبدأ بها في تعليم الطفل لمهارة معينة أو سلوك معين. والمهارات التي سنعرضها في الصفحات التالية جميعها مقسمة إلى خطوات تبعاً لترتيب حدوثها. ويمكن لكل والد أو معلم أن يختبر طفله بأن يطلب منه أن ينفذ كل خطوة في ترتيبها حتى يصل إلى النقطة التي عندها يبدأ الطفل في **التعثر**؛ ومن ثم **يضع يده على المشكلة**، ويعلم بوضوح **من أين يبدأ**. وعندها يبدأ التعليم الفعلي، بأن يبدأ من البداية الصحيحة التي تم تحديدها بدقة، ثم يمضي قدماً ويواصل الانتقال **من خطوة لأخرى** من الخطوات المعروفة والمحددة، معززاً الطفل على كل تقدم يحرزه. وعليه أن يكون جاهزاً

للاستفادة من المثيرات المضخمة (مثيرات الأطفال) والمعززات المضخمة (معززات الأطفال)، والأساليب الخاصة التي سنقدمها، لاسيما في النقطة التي يبدأ عندها في تعليم الخطوة الجديدة.

المثيرات: *Cues*

على الوالد أن يبدأ بتحديد **جزء هادئ في المنزل** لا يتعرض فيه للإزعاج، وحبذا لو توافر من يرد على التليفون، ويفتح الباب، ويتعامل مع أي أمر طارئ ربما يقاطع جلسات التعليم.

المثيرات اللفظية: *Verbal Cues*

سبق لنا عند تناول المثيرات أن عرضنا **المثيرات اللفظية** التي تصاحب كل خطوة من خطوات تعليم الطفل مهارة ربط الحذاء. وغالباً ما تكون تلك المثيرات عبارة عن **تعليمات** تتمثل في كلمة أو كلمتين، وتصف تلك التعليمات الفعل المطلوب من الطفل – "**اجذب**"، "**ادفع**"، "**اجلس**"،...الخ. وفي الفصول التالية سنقدم المثيرات اللفظية التي ثبت نجاحها مع السلوكيات التي تقابلها. وربما يعدّل الوالد أو المعلم تلك المثيرات بما يتناسب مع الأسماء التي يستخدمها الطفل لتلك المصطلحات. وعلى الوالد أو المعلم أن يحرص دوماً على تقديم أبسط المثيرات التي تصف السلوك الذي يريد تعليمه للطفل بدرجة كافية. وعليه أيضاً أن يقلص المحادثات الأخرى ويقلل منها بقدر المستطاع، وأن يركز على المثيرات المنطوقة، والمعززات اللفظية. وربما يكون من المفيد هنا استخدام فنية **التعليم في صمت**؛ وهي باختصار تعتمد على توجيه الطفل نحو المهمة باستخدام الإشارات والإيماءات، وعدم استخدام

الألفاظ، وادخارها للتعزيز. حيث إن ذلك يكسب الألفاظ مزيداً من القيمة والمعنى؛ لأن الإفراط في استخدام الألفاظ في التوجيه ربما يفقدها قيمتها ومعناها.

المثيرات المضخمة (مثيرات الأطفال): *Exaggerated Cues*

في الفصول التالية سنعرض **مثيرات الأطفال**. فإذا وجدت أن المشكلة التي تواجه طفلك في ارتداء الملابس تتمثل في إدخال الأزرار في فتحاتها، فعليك تعليمه ذلك من خلال تدريبه على ممارسة ذلك باستخدام **أزرار كبيرة وفتحات واسعة**. وإذا كانت ملابسه لا تحتوي على أزرار كبيرة، فيمكن الاستعانة ببعض المعاطف الشتوية الخاصة بالكبار. وكذلك ربما يحرز الطفل مزيداً من النجاح عن طريق البدء بربط **حذاء والده**، ثم **حذاء أخيه الأكبر**، قبل أن ينتقل إلى **ربط حذائه**.

التعزيز: *Reinforcement*

في النهاية يتعلم الأطفال أن يرتدوا ملابسهم بأنفسهم، دون الحاجة إلى تشجيع الكبار. ويتعلمون الاعتناء بمظهر ملابسهم، وتناسق الألوان، .... الخ. إلا أن **معززات الكبار** ستكون من القوة بحيث تساعد في تثبيت السلوك والاحتفاظ به في النهاية. وينطبق ذلك على جميع المهارات الأخرى. ففي النهاية سيمارسها الطفل بنفسه إن شاء الله.

ولكن هذه المعززات ليست من القوة بالقدر الذي يسمح باستخدامها في بداية التدريب. ولذا فعلينا أن نحدد **معززات الأطفال** أو مجموعة المعززات التي تتمتع بالقوة الكافية لأن تستخدم **في البداية** وتساعد في إنجاز المهمة.

ويمكن استخدام الحلوى والعصائر كمعززات إضافية. وأياً ما كان المعزز المستخدم فعلينا أن نقرن معه معززاً لفظياً ومعززاً اجتماعياً من قبيل الابتسامة، حضن، ربتة على الكتف، "ولد رائع"، ... الخ. فهذه أقوى المعززات التي يمكن أن نقدمها. وعلينا أن نستخدمها بأكبر درجة ممكنة من الكفاءة والكفاية. بمعنى تقديمها بعد حدوث السلوك المرغوب مباشرة، وفقط بعد حدوث ذلك السلوك.

وقد وجد أن استخدام الحلوى، وأقراص النعناع والعلك، ورقائق البسكويت لا يساعد الطفل فحسب، بل يساعد الوالدين أيضاً؛ فهي صغيرة الحجم، **ويسهل التعامل معها**، ومن السهل تقديمها للطفل بعد السلوك **مباشرة** وبسرعة. ومن ناحية أخرى إذا اعتاد الآباء على أن يقرنوا بين تقديم قطع الحلوى وبين تقديم ألفاظ الثناء وغيرها من المعززات الاجتماعية، فإن تقديم قطعة حلوى للطفل سيصبح مرشداً للآباء ومذكراً لهم بتقديم التعزيز الاجتماعي، أي أنه يصبح **مرشداً لسلوك الآباء**. وعندما يتمكن كل من الطفل والآباء من إحراز التقدم دون استخدام قطع الحلوى، فإن ذلك يعتبر إشارةً إلى أنه قد آن الأوان لإطفاء تقديم تلك الحلوى بالتدريج عبر فترة من الزمن.

كما أن المثيرات والمعززات اللفظية تخدم في تحقيق هدف آخر. حيث يتعلم الطفل في النهاية أن يؤدي بمفرده مهارة مساعدة الذات التي يحاول الآباء تعليمها له. وبينما يبدأ في ممارسة المهارة على نحو يتسم بالاستقلال، فلربما يسمعه الآباء **يردد الكلمات** التي اعتاد الآباء أن يقدموها له كمثيرات ومعززات لسلوكه. فربما يلاحظ الآباء أن الطفل عندما يبدأ في المهمة بمفرده يقول لنفسه: "ولد رائع،" أو غيرها من العبارات التي اعتاد الآباء أن

يستخدموها لاستثارة وتعزيز سلوكه. وهذه خطوة مهمة على طريق النضج، كما أنها تبرز **أهمية استخدام المعززات اللفظية والاجتماعية**.

فنيات خاصة: Special Techniques

وغالبا ما تحدث المشكلات السلوكية في سياق تعليم الطفل مهارات رعاية الذات. وبينما يبدأ الآباء في مطالبة الطفل بأداء سلوك معين، فإنهم ربما يتلقون الرفض في البداية. والفصول التالية توضح كيفية تبني فنيات سلوكية في مواقف تعليمية معينة. وسواء كنا نعلم الطفل تناول الطعام، أو ارتداء الملابس، أو غسل اليدين، فإن المبادئ والأساليب المتبعة واحدة. ولعل من أفضل الأساليب المتبعة مع الرفض، أن ننحي المواد التعليمية جانباً لبرهة قصيرة من الوقت. فهذا ربما يزيل أي تعزيز يحصل عليه الطفل، ويوحي بأننا **لن نساوم** الطفل، ولن نحاول أن نقنعه بالعمل. وعلينا بعد عشرين أو ثلاثين ثانية أن نعيد المواد التعليمية، وأن نكرر على الطفل الطلب الذي قوبل بالرفض. وإذا كرر الرفض فلنكرر نفس الإجراء. وإذا اتصف عملنا **بالتناسق**، وأحسنا اختيار المعززات القوية، فإنه سيطيع التعليمات في النهاية، ويجب أن يتم **تعزيز** تلك الطاعة على نحو يتسم بالقوة.

ولعل من المفيد أن توجد بعض **الأحداث الخاصة** التي تلي جلسات التدريب اليومية. والأحداث الخاصة ببساطة يمكن أن تكون أي شيء يتيح للطفل فرصة الحصول على **انتباه الوالدين**. وإذا استطعنا أن نظهر ذلك الشيء على أنه مهم فسيراه الطفل مهماً، وسيؤمن بأنه مهم. ولنتذكر أن هذا الشيء الخاص يحدث **بعد جلسة التدريب**.

وربما يرفض الطفل أداء السلوك على الإطلاق. فربما يكون من المفيد عندئذٍ أن **ننهي جلسة التدريب**، وأن نمتنع عن الحدث الخاص. وربما يكون من المفيد أن نراجع الجلسة التدريبية، وأن نسأل أنفسنا: "**هل المهمة التي طلبنا من الطفل أن يؤديها كانت صعبة أو معقدة جداً بما يفوق قدرات الطفل؟**"، "**هل تسرعنا في إطفاء قطع الحلوى أو المعززات التي كنا نقدمها للطفل؟**" وإذا كان الأمر كذلك فربما نحتاج إلى تغيير المدخل الذي تبنيناه. أما إذا كانت المشكلة مجرد عناد، فإن علينا أن نستعيد التدريب في اليوم التالي، حسب الجدول المنظم للتدريب. وفي بعض الأحيان ربما يكون من الواضح أن فقدان الحدث الخاص جعل الطفل يدرك خطأ طريقته. وفي هذه الحالة ربما يكون من المفيد أن **نستعيد التدريب** في نفس اليوم، وأن نتيح للطفل فرصة إصلاح ذاته.

الاحتفاظ بالمسار: *Keeping Track*

في كل فصل سيتم عرض طرق بسيطة ومباشرة **لمتابعة ما يحدث**، ومتابعة تقدم الطفل. ولا تخفى **أهمية الجداول والرسوم البيانية** في هذا المجال، لأنها تضع أيدينا على مدى تحسن أدائنا، وعلى مدى تحسن أداء الطفل. وربما تساعدنا في تحديد الوقت المناسب للانتقال إلى الخطوة التالية في المهارة التي نعلمها للطفل، وفي تحديد الوقت الذي ربما تسرعنا فيه في الانتقال من خطوة لأخرى؛ ومن ثم نحتاج للرجوع خطوة للوراء. وجملة القول أن هذه الجداول والرسوم تستحق الوقت الذي يخصص لها، ولن نندم لحظة على استخدامها.

المراجع :

جمال الخطيب، ومنى الحديدي (٢٠٠٤): برنامج تدريبي للأطفال المعاقين. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

علي عبدالله على مسافر (٢٠٠٤): التعليم الملطف: مدخل غير تنفيري لمساعدة ذوي الاحتياجات الخاصة والقائمين برعايتهم. القاهرة: دار السحاب.

محمد محروس الشناوي، محمد السيد عبدالرحمن (١٩٩٨): العلاج السلوكي الحديث، أسسه وتطبيقاته. القاهرة: دار قباء.

Baldwin, V. L.; Fredericks, H. D.; Brodsky, G. (1980): ***Isn't It Time He Outgrew This: A Training Prgramme for Parents of Retarded Children.*** Illinois: Charles Thomas Publisher.

Connor, F. P.& Talbot, M. E. (1966): An Experimental Curriculum For Young Mentally Retarded Children. Tc Series In Special Education. N/A (Ed014182).

Duncan, T. M. (1989): ***The placement of prompts in self-help training for persons with severe and profound retardation.*** Ed.D., University of South Carolina, 56 pages; AAT 9005100.

Durlak, C. M.; Short, J. M. (1986): The Use of Peer Helpers to Facilitate Social and Play Skills in Students with Autistic Characteristics. N/A (ED275121).

Fredericks et al., (1977): Curriculum for the Severely Handicapped. ***Education and Training of the Mentally Retarded, 12, 316-324.***

Hamre, S. (1974) ***An Approximation of an Instructional Model for Developing Home Living Skills in Severely Handicapped Students.*** N/A (ED113880).

Hyman, S. B., (1997): ***Curriculum reform: Increasing the learning effects for students with severe disabilities.*** Ph.D. Temple University, AAT 9737953.

Joiner, L. M. (1973): Training and Utilizing Teaching Aides for Trainable Mentally Retarded Children. Evaluation Report. N/A (ED078626).

Kraijer, D. (2000): Review of Adaptive Behavior Studies in Mentally Retarded Persons with Autism/Pervasive Developmental Disorder. ***Journal of Autism and Developmental Disorders ,30, 39.***

Linford, M. D. (1970): ***Systematic Instruction for Retarded Children: The Illinois Program. Part III: Self-Help Instruction.*** N/A (ED056448).

Matheson, P. B. (1986): ***Evaluation Of A Total Communication Approach For Preschool Age Children With Down Syndrome (Language, New York).*** Ph.D., Hofstra University, AAT. 8629827.

Matson, J. L. (1990): Teaching Self-Help Skills to Autistic and Mentally Retarded Children. ***Research in Developmental Disabilities, 11, 361-378.***

McGee , J. J. ; Menolascino , F. J. (1991) : *Beyond gentle teaching : A non-aversive approach to helping those in need* . New York : Plenum .

Moore, M. et al., (1979): The Longitudinal Impact of Preschool Programs on Trainable Mentally Retarded Children. N/A (ED177779).

Murphy, J. K. (1981): *A Paraprofessional's Handbook For Home Care Of Exceptional Children.* Educat.D., University Of Northern Colorado, AAT. 8114108.

Peters, Mavis E. (1974): Great Expectations in the Trainable Classroom. ***Pointer, 19, 124-125.***

Shimizu, N. (1987): Parent Training: An Investigation of a Home-Based Teaching Program for a Mentally Retarded Infant by a Parent. ***RIEEC Report, 36, 57-70.***

obeikandl.com