

**الدليل في تحديد الأهداف**

**وفهم السلوك ووضع الخطط**

**لتحسين الحياة**

تأليف

**مصطفى محمد الفحام**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

□ فاتحة كل خير ...

□ وتمام كل نعمة

### إهداء

- إلى الله الذي شق سمعي وبصري وعلمني ألا أشرك به شيئاً.
- إلى الإنسان الذي خلق الله له كل شيء، وسخر له كل شيء من أجله.
- إلى أمي التي فارقت الحياة بعد مولدي بقليل، فلم أستمتع بها وتستمع بي، ولكن تركت لي الدعاء إلى الله الذي يسّر في حياتي الخير بالإيمان.
- إلى أبي الذي وفر لي حياة سعيدة، وتركني من داخلي أقرر كل شيء فجلست في انتظار ومشيت في وداعه.

## مقدمة للكتاب

إن تربية الأطفال هي أهم الأعمال للإنسان في مرحلة محددة، وهي أكثر الأعمال تحديًا لنا، وفي الحقيقة إننا مكلفون مرتين لتربية الأطفال، المرة الأولى لأسرتنا، والمرة الثانية للتكليف في أعمالنا التي اختارها الله لنا في هذا الطريق، فأصبح علينا أولاً أن نكون مسؤولين بسطاء ومنتجين متسامحين، وهو ما يبدو أنه مهمة عظيمة على مدى السنوات.

وعلىنا تعليم أطفالنا المهارات التي سوف يحتاجون إليها لكي يكونوا ناجحين في الحياة وسعداء ونحن نفعل ذلك قد نشعر بالثقة في قدرتنا على التوجيه وندعم الأطفال، وفي أحيان قد نشعر بالاضطراب والإحباط في أعمالنا؛ فقد تحس بالنجاح عندما يفعل أطفالنا بطلباتهم - وتحس بالإحباط في حالة الرفض.

وعلىنا أن نبحث عن توجيه متماسك مؤثر ثابت؛ لتشجيع أطفالنا على السلوك الإيجابي، ولا ننسى أنفسنا أن نكون مؤثرين سعداء منجزين، صادقين، إيجابيين في التعامل مع المشكلات وهذا من شأنه مساعدة الأطفال؛ لكي يصبحوا كبارًا سعداء وأكفاء وأن التغيير والتجديد منه الحياة والإبداع والبساطة في حل المشكلات، يساعد أطفالنا على الحياة السعيدة.

## المقدمة الأولى:

### ملاحظة إلى القارئ:

نحن خلقنا الله مكلِّفين بإعمار الأرض وإسعاد الإنسان، وقد يسّر الله لك العمل في مجال رعاية وتنمية وتدريب سلوك الإنسان، الذي هو من أسرتك. فقراءة هذا الكتاب يساعدك في حياتك الشخصية، وحياتك العملية في دعم السلوك الإيجابي، الذي هو يقوم على أساس تحسين حياة الآخرين بعد معرفة الأسباب، والمساعدة على حل المشكلات، وقبل ذلك منع المشكلات التي

تجعل الحياة غير سعيدة، فعليك قبل أن تبدأ في قراءة هذا الكتاب أن تفكر وتقرر ماذا تريد؟ وعليك أن تساعد نفسك أولاً، وأسرتك ثانياً ابتداءً من مساعدة الآخرين في تعديل السلوك.

### أسباب كتابة هذا الكتاب :

على مدى السنوات التي أعمل فيها في مجال التنمية وتعديل السلوك، لجعل نفس الإنسان سعيدة والعمل على تحسين حياته، وعلى مدار هذا العمل لاحظت أن العاملين في حيرة حول كيفية تحديد اتجاهاتهم وصعوبة معرفة هذه الأهداف، وكيفية وضع الخطط، وتنفيذ الخطط، ومراقبة وتعديل الخطط، والصعوبة الكبرى هي كيفية تجهيز نفسه لهذا العمل .

﴿ فِيمَا رَحِمَهُ مِنَ اللَّهِ لَئِنْ لَمْ يَأْتِ الْوَعْدَ لَظَنَّ أَنْ لَنْ يَأْتِيَهُ مِنَ اللَّهِ شَيْءٌ أَدَّاهُ وَنَادَى الْأُولَىٰ أَصْحَابَ الْأُولَىٰ أَسْمَاءُ لَقَدْ كُنْتُمْ فِي قُلُوبِكُمْ غَافِلِينَ ﴿١٥٩﴾ [آل عمران: 159].

عَنْهُمْ وَأَسْتَغْفِرُ لَهُمْ وَشَاوَرَهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ

﴿ ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِّ لَهُم بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ

رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١١٥﴾ [النحل: 125].

﴿ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَسَالَتْ أَوْدِيَةٌ بِقَدَرِهَا فَاحْتَمَلَ السَّيْلُ زَبَدًا رَابِيًا وَمِمَّا يُوقِدُونَ

عَلَيْهِ فِي النَّارِ ابْتِغَاءَ حِلْيَةٍ أَوْ مَتَاعٍ زَبَدٌ مِثْلُهٗ ۗ كَذَلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْحَقَّ وَالْبَاطِلَ فَأَمَّا الزَّبَدُ

فَيَذْهَبُ جُفَاءً ۗ وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُتُ فِي الْأَرْضِ ۗ كَذَلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ ﴿١٧﴾

[الرعد: 17].

لن يتحقق ذلك إلا بالإيمان، فالإيمان بالله والإيمان بقدراتنا والإيمان بما نفعل

هو الطريق السهل الصعب، لتحقيق هدف إنسان سعيد وطني مسؤول،

وبلد جميل، وإحساس الجميع بالمسؤولية، إنه دور ودور مؤثر. أول ما نتعلم

وتعلم الجميع، ألا إن الله لا يغير أنفسنا قبل أن نكون قادرين على تغيير فكر

أنفس الآخرين.

## كيف أقرأ هذا الكتاب:

إن الرفض من داخلك، وأفكارك السلبية والمعارضة، والطاقة السلبية التي

بداخلك هي المعوق الأول في عملك وحياتك، فعليك وأنت تقرأ هذا

الكتاب أن تبدأ في تغيير كل هؤلاء.

## طبق ما تتعلم وتقرأ:

الإبداع في العمل هو البعد عن النموذج المقرر لكل من في حياتك،

والعادات هي التي تتعارض بين الأجيال، فطبق ما قرأته على نفسك أولاً،

كيف ما قرأت وتعلمت على المكان وكن إيجابياً وسهلاً سعيداً مسروراً، كن

مرحباً مبتهماً وأنت تقرأ وتتعلم وتعلم الآخرين، هكذا قال النبي محمد

ﷺ. ثق في قدراتك بعد الدراسة الجيدة وجمع المعلومات والأمثال.

## كن إبداعيا في الاستراتيجيات [الأهداف البعيدة]:

عليك العلم في إبداع أن الذي أمامك هو رجل المستقبل، وهو القائد وأن

الذي أمامك هو أفراد المستقبل، وهي القائدة والمسؤولة وهي الاثني عشرة

المستقبل.

النماذج في الكتاب ربما تنفع في وقت ولا تنفع في وقت آخر، لا ترتبط بأفكار

محددة والأفكار المناسبة لك وفي هذا الوقت والآخرين هي الأصح، عليك

أن تجد الحلول وتساعد الآخرين على إيجاد الحلول، كل من مصادرك

واحتياجك.

## العمل مع الآخرين:

أنت القائد وأعظم قائد؛ لأنك معك الإيمان بما تفعل، منك المسؤولية ومعك

العلم، وقليل أن تبذل كل الجهد لتشارك الآخرين معك بعد تدريبهم،

فالآخرين لهم قدرة إما بتدعيمك أو التعارض لجهدك لتغيير السلوك،

فعليك أن تتعاون مع الآخرين القادرين على دعم السلوك الإيجابي.



أما الغير قادرين فإنهم مسؤوليتك لتحسين الحياة لهم بالسلوك الإيجابي.

### التكامل في عملك :

ما معنى التكامل في عملك، هو العمل مع فريق لتحقيق هدف واحد وهو

السلوك الجيد للآخرين، ومنع المشكلات، وحل المشكلات، لحياة سعيدة

وتحسين نوع الحياة.

هي تقرأ وتتعلم وتبدع ليكون الجميع سعداء.

وكيفية تطبيق النظريات التي تمت دراستها في الحياة الدراسية والنظرية،

فالحياة العملية هي قائمة على حب هذا العمل والاستعداد للعمل من

الناحية النفسية والعقلية، فإذا لم تكن تستطيع القيام بهذا العمل، فعليك أن

تُكوّن خطةً لتحسين حياتك، وهي نوع العمل والمكان الذي تعمل فيه،

وهذا أحسن لك وللآخرين، ربما الضرر الذي تسببه يكون عظيم فلا يمكن

تداركه في الحياة.

وإذا كنت على استعداد فعليك بالأهداف، لتحسين الحياة للآخرين، وهذا

الكتاب يوضح بعض الصعوبات المهنية وكيفية تحديد الأهداف - وهي

الأهم - لتحسين الحياة ومعرفة أسباب المشكلات والعمل على منع

المشكلات؛ لتحسين الحياة.

وهذا الكتاب فيه بعض الخبرات والمهارات التي تساعدنا على تحديد

الأهداف ووضع الخطط في تربية أنفسنا ومساعدة الآخرين في تحسين الحياة.

وهذا الكتاب يساعدك على تنمية المهارات، ولكن لا يغني عن إبداعك في

العمل، فأنت الذي ترى وستمع وتحس بالآخرين، وعن طريق الملاحظة

والتحدث مع الآخرين يتم معرفة المشكلات، وكيفية المساعدة في حلها.

أولاً: الهدف من هذه الكراسة.

ثانياً: اكتاب مهارات في العمل الاجتماعي - السلوكي.

ثالثاً: تقييم تحديد الأهداف بدقة - وضع الإستراتيجيات - تنفيذ الخطط -

تقييم الأهداف - النقد الذاتي - تطوير الذات.

### أولاً: الإحساس بالمسؤولية:

تكوين أسرة مصرية - سعيدة ومنسجمة - وأطفال قادرين على حل

المشكلات، فيصبح أب، أم، قادر على تطوير الذات - تربية الأطفال -

ناجح في الحياة - ومستمتع بالحياة - وذلك عن طريق دعم السلوك الإيجابي.

ويكون لاسلوك هو أهم الأعمال والتحديات لتشكيل إنسانٍ مسؤولٍ معطاءٍ

ومنتج، سعيد في الحياة.

والسلوك الإيجابي ودوره في تربية الإنسان ودعمه في حياته اليومية لحل

المشكلات، وتقبل الآخر، وتحديد الأهداف وتحقيقها.

ثانياً: ما هو السلوك؟ وفهم السلوك؟

1 - تحديد السلوك المرفوض.

2- معالجة السلوك المرفوض.

3- ما هو المطلوب في السلوكيات في المستقبل.

الكل ينظر إلى الأماكن الغير نظيفة ويعلق، ويبدو الأسى لهذا المنظر،

والسلوك من الناس والحكومة بسبب عدم النظافة.

الكل يسمع الصوت العالي وعدم الراحة يسبب الصوت العالي ويرفض هذا

السلوك ويرفضه.

الكل يرفض عدم النظام في السير في الطريق بعدم مراعاة شعور الآخرين

واحترام النظام، والكل يعيب ويشكوا ويرفض.

ولكن ماذا علينا أن نفعل لنواجه هذا السلوك السلبي؟

أولاً: أن نبدأ بمساعدة أنفسنا - أن ندعم السلوك الإيجابي - ونعترف أن ما

نفعل من سلوك سلبي يحتاج - إلى تدخلنا - لمعرفة أسباب هذا السلوك -

وكيفية المعالجة - والحاجات وألويات معالجة هذا السلوك.

هناك خمس نقاط للسلوك السلبي:

- 1- سلوك خطر: أن يكون السلوك مؤلماً.
- 2- مدمراً: تدمير المخلفات.
- 3- مزعجاً: يتعارض السلوك أو يحيط الانسجام في المكان، مثال سلوك غير سليم في الشارع - الجراج.
- 4- مقززاً: يؤدي السلوك إلى عدم القبول.
- 5- غير ملائم: حركات غير مناسبة - للسن - للعمل.

وهذه السلوكيات الخمس علينا - التوقع - ماذا نفعل في سلوكيات الأسرة

في المستقبل، ويجب تدعيمها بالسلوك الإيجابي، كيف؟

لكي نحدد أهدافنا في وضع الخطة، يجب أن نحدد قيم الفرد وظروفه -

الدرجة التي يؤثر بها السلوك - ويجب تحديد التفضيلات والأولويات -

لاختيار البداية.

## أولاً: كيفية تحديد الأهداف ووضع الخطط:

أ. معرفة الأولويات: السلوك: في بداية الخمس - السابقين - وتقرر

أي السلوك تستحق أن تبدأ بها أولاً في الخطة - لمعالجتها - وأخذ القرار في

معالجتها.

1- فعل خطر. 2- مدمراً. 3- مزعجاً. 4- مقززاً. 5- غير ملائم لمرحلة

النمو.

فيجب عند وضع الأهداف لعلاج هذه المشكلات - اختيار أولويات

الاحتياجات لبدء الخطة - للعلاج بتدعيم السلوك الإيجابي أولاً، وهو

المدخل لمعالجة السلوك المضطرب - والمعتقدات الخصائص المنفردة

والحاجات.

## الإحساس بالمسؤولية:

في بعض الحالات التدخل يكون مباشرًا - أو التدخل - في وقت آخر أو

بتأجيل التدخل، ولكن عندما يكون التدخل مهماً وضرورياً لإنقاذ حياة بشر

أو له تأثير على الآخرين يكون التدخل مسؤولية - ونكون مسؤولين عن هذا

التدخل - أمثلة: [الإهمال - النظافة - المعتقدات الخاطئة عن الوطن - المرأة

- الرجل - التدخين - السرقة - عدم العدل - الإيمان].

## الإحساس بالمسؤولية:

### كيفية التدخل:

يجب أولاً تقييم درجة مقبولة للسلوك - للتدخل، والسؤال: لماذا؟ متى

الوقت؟

ويجب أن ندرك أن محاولة تغيير سلوك أو أفكار فرد آخر قد يكون في ثلاث

حالات.

1- يحتاج وقت طويل - نوع من التدخل في حياة الآخرين، هو التطفل على الآخرين ويجب أن أتوقع ماذا سوف يراني الآخريين - قائمة - متحكم - متطفل.

وهل الوقت مناسب - وهل ما أفعله مناسب - ويجب التقييم كل وقت.  
هل سببت إزعاجاً شديداً - هناك الأولويات الأخرى - الوقت الذي أحتمه لتغيير السلوك، علينا أن نتوقف.

### قرار التدخل:

عند اتخاذ قرار التدخل نكون في حيرة ماذا نفعل - نتجاهل - ناقش أسباب قرار التدخل - نرتب الأولويات - نتجاهل الموقف - يكون على هذا أساس - تخطيط أفضل للتدخل - لمعرفة قيمنا الفردية - الخبرات الشخصية - معتقدات الآخرين - معرفة نصيحة الآخرين - وضع إستراتيجية جيدة للتعامل - المهم نحدد أي طرق ستكون ذات فائدة - والمهم أن نشعر



بالمسؤولية تجاه ما نقوله ونفعله وانعكاس ما نقوله ونفعله على الآخرين وتأثيره على الآخرين من سلبي وإيجابي مدى الحياة - أو نشعر بالغضب لعدم الاتجابة.

لدورنا واختيار سلوك آخر - وهذا يقودنا إلى فهم كثير من سلوك الآخرين والتوقعات وردود الأفعال - التي تساعد ولا تساعد على تغيير السلوك وإن فهم ما ندرکه تحدد ردود الأفعال لذلك يجب ضرورة النظر في السلوك.

### **بالموضوعية وحلول مؤثرة - ومتطورة:**

وهي فهم سلوك أطفالنا - هو الطريق الأساسي في دعم السلوك الإيجابي والقيم الموضوعية يعني توجيه الانتباه لما يحدث وليس إلى معتقدنا - أو افتراضاتنا القديمة - وهذا يؤثر في فهم السلوك للمعالجة - وكيفية المواجهة.

ويتعين ضرورة فحص الافتراضات بالموضوعية - عدم التحيز إلى الأفكار الخاصة والمعتقدات الشخصية - والانفعالات أو الاتجاهات. مثال ذلك [ييزن على طول] [مستفد] وهذا يتعارض مع الموضوعية - ويجب تجاهل أحكام الآخرين، لأنها تؤدي إلى حديث سلبي أو إيجابي - ويجب أن نجد طريقة للتخلص من عاداتنا الانفعالية - ونفتح أنفسنا على المعتقدات الجديدة عن السلوك والتغيرات.

سل نفسك سؤالاً - ما هو الموقف الذي يسبب لك الاضطراب؟  
اكتب ماذا تعتقد وتشعر نحو الموقف - وكيف الأكفار والمشاعر التي تؤثر على ما نفعله في استجابة للسلوك - وضع بعض المواقف تتعارض مع موضوعيتك؟ مثال: قام ابن أختك بفعل خطأ - لم تعاقب ابن الجيران إذا فعل نفس الخطأ - عملت مشكلة كبيرة - عندما تحدد طريقة تعاملنا مع السلوك تكون موضوعية مع أنفسنا.

## البحث عن طريقة أفضل:

في البحث عن سلوك أفضل يجب أن نبحث عن السلوك المطلوب تعديله أو

تغييره - ونبحث عن الأشياء التي تعمل على المساعدة في الأنشطة والتوجيه

الفعلي أو النفسي - بالسلوك الإيجابي - وهو ما يدفعنا للعودة إلى الأهداف

التي تم وضع التخطيط من أجل الوصول إليها.

وعلينا أن نبحث عن حلول واقعية بسيطة وربما تنجح أو لا تنجح - وعلينا

التجديد والتغيير في حالة النجاح، وعلينا ألا نجذب في حالة الفشل ونبحث

عن السبب بواقعية - فجميع السلوكيات والمشكلات تحتاج إلى واقعية

ونفس طويل للتغيير - واعلم أنك من السهل تغيير العالم المادي، ولكن من

الصعب أن تغير فكرة واحدة داخل عقل الإنسان.

ومن السهل أن نغير العالم والبشرية بمجرد تغيير فكرة واحدة داخل عقل الإنسان فابدأ بتغيير الأفكار - وابدأ بالسلوك الإيجابي - ابدأ بالحب وابدأ بالرغبة - وابدأ بالتدعيم - للمساعدة للتغيير إلى الأحسن.

واعلم أن تغيير السلوك يعتمد على:

1- تأثيرك في الآخرين.

2- الظروف التي فيها الناس.

3- وقيم الأفراد الذين يتعاملون.

4- رؤية الناس وأهدافهم.

5- الحاجات والأولويات.

6- التكلفة المادية.

وعلى هذا الأساس علينا أن نكون موضوعيين - ونبحث عن الحل الإبداعي -  
 - وتغيير الفكرة أولاً - تغيير السلوك السلبي إلى تدعيم السلوك الإيجابي.

### قبل أن أنتقل إلى مرحلة أخرى

هل قمت بتجديد السلوكيات التي يمكن أن تبدأ في تغييرها من المهام

الخمس المحددة؟

هل قمت بتجديد الأهداف والأولويات للتغيير؟

هل كنت موضوعي في اختيار البداية؟

هل قمت بتجديد السلوك الإيجابي؟

هل قمت بوضع الخطط - هي عبارة عن أهداف - مقترحة لوضع الخطة؟

### ونتعلم دعم السلوك الإيجابي

أولاً: دعم السلوك الإيجابي يقوم على:

1- البحث لحل المشكلات - الخمس السابقة.

2- معرفة المعلومات عن المشكلة.

3- تحليل أسباب المشكلة نفسياً مبدئياً.

4- هو مبادرة لمنع المشكلات.

5- معرفة حاجات الفرد والظروف ورغبته - لمعرفة السلوك.

6- دعم السلوك الإيجابي في حق الإنسان في صنع اختياراته والاشتراك في

القرارات.

7- توظيف الخطط لتحقيق الأهداف - وضع أفكار إيجابية جديدة تدعيم

الأفكار.

تغيير الأفكار السلبية - دعم السلوك الإيجابي.

## وأخيرا السلوك الإيجابي:

هو مجموعة من الأسس الثابتة المحددة بهدف لتحقيق كيفية التعامل مع

القضايا والمشكلات بإيجابية وموضوعية - والمبادرة بمنع حدوث

المشكلات - وبوضع بدائل لتعديل طريقنا في حل المشكلات ومنع حدوث

المشكلات عن طريق معرفة الأسباب والاحتمالات بدعم السلوك الإيجابي.

## إطار العمل - في حياتنا - دعم السلوك الإيجابي:

قلنا دعم السلوك الإيجابي. هو فهم السلوك وتشكيل - وتحديد الأهداف في

هذا السلوك الإيجابي - ومعرفة الأشياء التي قد تساعد على مواجهة

سلوكهم بفاعلية أكبر - وقد نفهم سبب حدوث السلوك الإيجابي - السلوك

الإيجابي - ونكون قادرين على تطوير العمل بفاعلية - لذلك فإن دعم

السلوك يتضمن:

1- العمل على فهم السلوك - السلبي أو الإيجابي - والهدف منه.

2- الموقف الذي مهد لحدوث - السلوك السلبي - أو الإيجابي.

3- الوقت الذي أدى إلى حدوث الموقف.

معرفة الأسباب - نكون قادرين على تطوير حلولاً أكثر فاعلية - وأكثر

الطرق لمنع السلوك السلبي وتدعيم السلوك الإيجابي - ومعرفة حاجات

الآخرين وتشجيعهم لأن يكونوا أكثر شعوراً بالمسؤولية عن أفعالهم -

وإحساسهم بالسعادة والتوافق النفسي.

إن فهم عملية السلوك تساعدنا في توجيه قراراتنا لاختيار الطرق الأكثر -

إيجابية وفاعلية لمواجهة ما يحتاجه الآخرون من تدعيم - فهو يقدم لنا دعم

السلوك إلى الإبداع لسلوك إيجابي - وتعديل السلوك السلبي - ليس

وصفات محددة فالموافقة العديدة تحتاج إلى سلوك إبداعي للتعديل أو

التدعيم.



كما علمنا المثل كيف تبذع في صيد الأسماك - والمحاولة أكثر في إعطاء السمكة - فقط.

### ملاحظات مهمة خلال دعم السلوك الإيجابي:

لفهم سلوك الآخرين والسلبي يجب معرفة - وفهم الآخرين وتتوقف على:

-

1- يتربط السلوك بالبيئة التي يحدث فيها - السلوك الإيجابي والسلبي

والتصرف بصورة محددة في هذا المكان أو طريق الحياة - مثل وجود الطالب

في المكتبة في حفل فناء المدرسة يوم رياضي - حفل غنائي.

فمن خلال المكان والبيئة - ندفع الأفراد السلوك الإيجابي - أو السلبي

ومعرفة مفهومه عن هذا المكان - والأفراد يتصرفون بشكل محدد عندما

يفهمون جيداً المتوقع منهم للمحيطين بهم - وعلى العكس.

2- إن لكل سلوك هدف - وإشباع حاجاتهم أما بالتواصل - مع ما يريدونه

من الأفراد الآخرين - أو عمل سلوك يلفتوا نظر الظروف إليهم ربما تكون

سيئة - أو يبحثون عن شيء يريدونه - والأفراد يستمرون في التصرف

بطريقة محددة فقط لإنتاج سلوك ذو فائدة مهمة.

3- يتأثر السلوك بالظروف - النفسية والانفعالية - مثال ذلك: متأخر عن

الحضور ولا أعرف العقاب - أيام امتحانات - مشاكل أسرية - والذي

مريض - استدعاء ولي الأمر عندما يكون الإنسان تحت ضغط نفسي كبير

يسلك طريق غير إيجابي - ويجب معرفة حاجاتهم لكي يسلكوا طريقة أفضل

- لا بد أن توضع حاجات الأفراد الطبيعية الانفعالية - والشخصية.

4- تأثير السلوك بالقضايا الحياتية في أول الأمر - والأكثر تأثيرا - مثال

ذلك: ارتباط الطالب بالمدرس في أول العام بسبب الإجابة عن سؤال وقدم

المدرس له سلوك إيجابي - أو سلبي - قد يسبب له إحباط طوال العام من

المدرسي أو تكيف - سعادة مستمرة - يمكن عن طريقها تغير السلوك - من إيجابي أو سلبي أو العكس .

### وأخيرا

التواصل الإيجابي من أول مرة وتلبية احتياجات الإنسان - والتعامل مع الموقف بمزيد من الموضوعية والإيجابية - يزيد الفرصة لتعديل السلوك السلبي - خلف سلوك إيجابي للإنسان - وانخفاض السلوك الغير مناسب - ويكون سلوكنا وأفعالنا هي التي تشكل أفعال الآخرين التي لا تستطيع التحكم فيها ولكي نستطيع التحكم في أفعالنا وهو المهم لدعم السلوك الإيجابي .

## التمييز في دعم السلوك الإيجابي:

دعم السلوك الإيجابي هو معرفة الأسباب وفهم السلوك للمساعدة في تطوير

ونمو السلوك - هو يساعد على تغيير الحياة - والعمل على تحديد الأهداف

ووضع الخطط ومنع المشكلات - تعلم حل المشكلات في الحياة.

وأهم النقاط في دعم السلوك الإيجابي هي:-

فهم الطابع، الأنماط، الشخصية، السبب.

النظر بموضوعية يعني عدم التحيز - التمييز - يعني الحق العلم فيما انسطر

- الصدق - وهو يعني فهم السلوك جيدا ودراسة الأسباب جيدا دون

عملية إسقاط نفسي ودون تحيز أو تميز.

دعم السلوك الإيجابي تشبه عملية التشخيص الجيد 0 فهي تقوم على الفهم

أكثر منه إصدارا للقرارات بناءً على الاعتراض أو التحيز أو إسقاط أو

خبرات سابقة أو غريزة - وهذا يطلب عملا للبحث عن مفاتيح لفهم

أفضل - وتحديد متى وأين ولماذا هذا الطريق - ويتطلب العمل لمحققين والتسجيل المستمر، مثال لذلك: طالب ضعيف في التركيز - كثير الحركة شارد الذهن - تقوم بالضرب وإعطاء واجبات أكثر - المنع من اللعب - دون معرفة السبب ربما يحتاج إلى تغذية سليمة - يحتاج إلى لعب ثم تنظيم للوقت للمذاكرة حافز لأداء العمل.

### ماذا يفيد في فهم الشخصية وأثرها في السلوك:

الوقاية من حدوث المشكلات، الوعي بالشخصية وأسلوبها - وتأثير في سلوكها تجعل من الممكن تغيير بعض المواقف الخاصة - التي تؤدي إلى سلوك بسبب مشكلة ويجعل حدوث المشكلة أمر صعب، وفهم الشخصية يساعد على تغيير الأشياء لتجنب المشكلا جميعا، ويصل بعض الظروف الصعبة أفضل - وتساعد على تشجيع السلوك الجيد، مثال لذلك: يمكن عن طريق معرفة - ما يجب مشاهدة الأطفال في التلفزيون.

أن تحدد موعد للمذاكرة قبل مشاهدة البرنامج المفضل - أو بعد البرنامج المفضل أو تحفيز الأطفال على ذلك لتجنب عمل مشكلة بسبب عدم فهم رغبتها وتنظيم الوقت ويكون بالتبصير والاتفاق - وهذا بسبب معرفة سلوكهم في عدم المذاكرة عن طريق دعم السلوك الإيجابي - في فهم الأسباب عدم المذاكرة ودراسة الشخصية - ويتم من خلالها معرفة الأسباب لبدء العلاج على أساس علمي.

عرفنا أن دعم السلوك الإيجابي هو معرفة الأسباب التي تؤدي إلى المشكلات ليتم حلها بأسلوب علمي والسلوك الإيجابي هو المعرفة ليتم من خلالها عدم وقوع مشكلات عرفنا الوقاية. فالوقاية هي دعم السلوك الإيجابي بتعليم مهارات جديدة. للمساعدة على تطوير السلوك إلى الأفضل - لمنع حدوث سلوك سلبي أو مشكلة والوصول إلى ما يريدون أو إلى حاجاتهم - مثال ذلك: يتم المشاركة في صنع صناديق جمع القمامة.. ووضعها في أماكن محددة

ليعرف من يستخدمها - وأين يجدها - وإرشاد الآخرين إلى وضع القمامة أو  
 المخلفات وعدم إلقاؤها على الأرض - دون - وعي . وينطبق هذا المثال على  
 استعمال الممامات دورة المياه في المدرسة من نظافة وترك لحنفية المياه دون  
 غلق الكتاب على الحائط داخل دورة المياه - ويقوم على تدعيم السلوك  
 الإيجابي بالإبداع في منع هذا السلوك - بالمشاركة في منع حدوث المشكلة -  
 ويستخدم مهارة التواصل - المشاركة التفاعل مع الأفراد الآخرين .

### **تقييم ردود على الفعل السلبي والإيجابي بالدعم :**

يجب استخدام مهارة التقييم في العقاب الذاتي في حالة استخدام سلوك  
 إيجابي، ومهارة الشكر النفسي الذاتي في استعمال سلوك إيجابي، مثال: أنا  
 تركت المكان نظيف أنا تركت المكان غير نظيف .

## دعم السلوك الإيجابي يمدنا إلى تغيير الحياة إلى الأحسن.. إلى السعادة:

حين يمدنا السلوك الإيجابي بفهم أسباب المشكلات - يتكون هناك هدف

إستراتيجي - لدعم السلوك الإيجابي - في الحياة منها:

- 1- اختيار طريقة لحل المشكلات.
- 2- المساعدة في تكوين أسرة قادرة على العمل والتواصل فيما بينهم.
- 3- المساعدة على الاحتفال بالأعياد والمناسبات والذهاب إلى الأماكن في المناسبات.
- 4- المساعدة في التغيير والتجديد في الحياة وتقبل ذلك.
- 5- المساعدة على تفريغ الطاقة السلبية بالطاقة السلبية [الغضب].
- 6- المساعدة في معرفة الأولويات والحاجة المهمة.



7- المساعدة في التواصل لتنظيم الوقت - وإدارة النفس.

8- يؤدي إلى السلوك الإيجابي إلى خنق المشكلات وتوقع حدوث مشكلات

يسبب عدم فهم الآخرين ويمكن عدم التواصل معهم.

9- بمعرفة نفسه يمكن تجنب الغضب والأخطاء في الوقت غير المناسب.

10- دعم السلوك الإيجابي في معرفة الأسباب يؤدي إلى معرفة الآخرين

وسهولة العمل معهم في فريق العمل الجماعي.

ولكي يقوم السلوك الإيجابي بدوره في تغيير الحياة إلى الأحسن والاستمتاع

بالحياة دون مشكلات كثيرة يجب العمل - معا لتحقيق هذا السلوك الإيجابي

لحياة سعيدة - مواطن قادر على التفاعل مع الآخرين قادر على حل

المشكلات - ومواجهتها بأسلوب علمي - وإنشاء أسرة سعيدة جيدة -

ويقوم بالعمل بطريقة جيدة - وتربية الأطفال - وقادر على وضع الأهداف والإستراتيجيات والخطط لتحقيقها.

والعمل معا - قد يحتاج إلى الاتصال ببعض الأفراد ومعرفة التواصل معهم  
مثلا في المدرسة: التواصل مع الإدارة - مدرس التربية الرياضية - مدرس  
التربية الفنية - بعض الأصدقاء - الأسرة - الأب بمفرده - الأم بمفردها -  
أو أحد الأخوت.

وهذا التواصل لشرح الأهداف من العمل لمنع وقوع المشكلات - أو  
المساعدة في حل بعض السلوك السلبي - ووضع الخطة معا للوصول إلى  
الهدف - عن طريق إستراتيجية - منظومة واحدة إلى النجاح.

عرفنا أن دعم السلوك الإيجابي هي معرفة أسباب وقوع المشكلات  
للمساعدة في حلها - وعرفنا أننا نحتاج إلى فريق عمل وتواصل مع الآخرين  
لمعرفة الأهداف والخطط للوصول لمنع المشكلات في المستقبل - حل

والمساعدة في حل المشكلات. وهذا يقودنا إلى وضع نقاط - للتركيز عليها

لتحسين الحياة، والتفاعل معها في سعادة هي:

أولاً: تحديد المشكلة دون إسقاط نفس عليها منها [الموضوعية وعدم

التحيز] وتحديد الوقت الدقيق للمشكلة - والتغيير المحدد الدقيق المرغوبة

فيه وهو المستطاع.

ثانياً: جمع المعلومات - عن المشكلة - وأسباب المشكلة في البيئة -

والآخرين وتستعمل الأسئلة - لجمع المعلومات - متى - أين - لماذا -

كيف - لمعرفة كيفية وقوع المشكلة ولماذا هذا التصرف من الآخرين.

ثالثاً: معرفة الشخصيات التي تتعامل معها - لمعرفة كيفية التواصل.

رابعاً: بناءً على المعلومات ومعرفة الشخصيات يتم تحديد الأهداف الأولية

- والإبداع في وضع الخطط لمنع المشكلات أولاً - ثم يتم حل المشكلات

عن طريق إستراتيجية لتغيير السلوك.

خامساً: مراقبة كل ما تفعل وكل ما يحتاج إلى تجديد في المخطط - تغيير مع

فريق العمل لتحقيق الهدف المطلوب.

وهذه النقاط التي تحدد الأهداف والإستراتيجيات لوضع الخطط لتحسين

السلوك - والمساعدة في منع المشكلات - وحل المشكلات وتحتاج إلى

توضيح - لهذه الأهداف - هي ليس على سبيل الحصر - ولكن الممكن

أمامك.

## 1- منع حدوث المشكلات: تغيير الظروف - الوقت - المكان -

المعرفة - أسهل الطرق لتحقيق التغيير - دون حدوث مشكلات.

2- **تعريف السلوك:** إذا فعلت - العمل الفلاني تكون النتيجة -

سلبية - فعلت العمل تكون النتيجة إيجابية.

3- **التعريف بالنتيجة:** عملك بهذا الأسلوب تكون النتيجة.

4- **إدارة المعلومات والنتائج:** بناءً على خطتي التي وضعتها

لتحقيق الأهداف ظهرت نتائج - معلومات جديدة - تحتاج إلى إعادة تقييم

للموقف - ويتم تغيير الخطة المترتبة على المعلومات الجديدة لتحقيق الهدف.

قبل أن تنتهي من دعم السلوك الإيجابي لمعرفة أسباب السلوك السلبي -

ومنع المشكلات - وفهم السلوك - وتغير الحياة.

علينا أن نسأل سؤالاً مهماً: ما هي الأهداف لوضع الخطط؟ ما هي

المشكلات التي تحتاج إلى دعم السلوك الإيجابي؟ ما هي الحياة الجديدة؟ ما

هي الأنماط في الشخصيات التي سوف أتعامل معهم؟ ما هي المعلومات وتحليلها؟

وقبل أن أبدأ دعم السلوك الإيجابي ومعرفة الأهداف ووضع الخطط العملية إبداعية - وشخصية - وفردية - لتحقيق سلوك جيد - وحياة سعيدة.

### مثال ونموذج لوضع الأهداف: لوضع أهدافنا معرفة ما نحن في

حاجة إلى توجيهه لذلك نسأل أنفسنا:

- 1- ماذا وجدنا في سلوك يمثل مشكلة يحتاج لتعديل.
- 2- ما النظريات التي أتخيلها في السلوك في الوقت القريب.
- 3- ما النتائج الأولية.

وماذا تحتاج - لأنفسنا لتعامل مع الأهداف:

- 1- دعم الإسقاط.
- 2- النظر إلى السلوك أو المشكلة بموضوعية [بدون تحيز أو انفعالات].
- 3- أن تكون أكثر إيجابية في محاولة فهم السلوك ومواجهته.
- 4- التواصل [فهم الآخرين] مع كل ما نريد مساعدته ومع فريق العمل.
- 5- الشرح للجميع بالأسلوب المعرفي المنطقي لهذه الأهداف.
- 6- تحديد السلوك جيدا بعيدا عن الأوصاف الغير واضحة.
- 7- قائمة بالأهداف المطلوب دعم السلوك الإيجابي.

### ثانياً: وضع الأهداف الأكثر احتياجاً للدعم الإيجابي:

ليس المهم تحديد الأهداف فقط، ولكن المهم وضع الأهداف الأكثر احتياجاً

للعمل عليه، ودعم إيجابياً - مثال ذلك.. أهداف تحسين الصحة العامة -

أكثر أهمية من رفع المستوى العلمي أو المنع من اللعب أو الغياب - البعد

عن العنف - أكثر أهمية من التواجد في الفصل لا حاجة الطفل إلى الحركة  
والحب - وتحديد الأولويات - التحفيز.

### ثالثاً: الأهداف ذات التخطيط المتميز هو التخطيط

**العام لهدف محدد والتركيز على فرد:** مثال لذلك: الطالب

عديم الثقة في نفسه - يحتاج إلى دعم إيجابي خلاف تنظيم ندوة بإسناد

بعض الأعمال البسيطة تدعم الثقة في النفس وتقديم الشكر عكس

بعض الطلاب الأكثر إيجابية يحتاجون إلى تخطيط لتحديد الأولويات

وتقسيم العمل، والعمل الجماعي التعاوني.

قبل أن ننتهي من وضع الأهداف أو معرفة الأهداف المطلوب تحقيقها يجب

أن نعلم أن العمل معاً؛ لتحديد الأهداف تعني فريق عمل مهتمين بحياة

الآخرين وخلق سلوك إيجابي للمستقبل - وتكون أكثر واقعية للعمل على



حدوث المتغيرات - وتحسين الحياة - وخلق حياة سعيدة على المدى القصير  
- والمدى الطويل - (المستقبل).

عليك أن تفكر في البيئة التي حلوك.

ما هي الأهداف المطلوب العمل عليها - دعم السلوك الإيجابي.

وتكون واقعي - والأكثر أهمية - وتكون خاصة بالوقت والحالة - والقرب.

ويجب الآن معرفة العثور على نقطة [البداية للأهداف].

صمم طريقة على الورق الخاص بك لتحديد السلوك المطلوب دعمه إيجابياً.

استخدام وقت السلوك المطلوب تدعيمه.

السبب عدد المرات - جمع المعلومات.

حدد طريقة البداية بواقعية - وفريق العمل.

حدد الطريقة التي تعمل بها مع فريق العمل - والأهداف البسيطة لتحسين لاسلوك ويمكن أن تكون الأهداف بسيطة قصيرة - أهداف طويلة الأجل.

واعلم: أن الإنسان هو الأهم، وأي سلوك هو أي شيء يقوله الفرد أو يفعله - عندما نكون قادرين على وصف السلوك ومعرفة أسباب السلوك بوضوح يمكننا البدء في التفكير حول أهدافنا التي نضعها طويلة المدى - أو أهداف قصيرة تهدف إلى تعديل السلوك عن طريق دعم السلوك الإيجابي - بخطة تهدف لتحسين الحياة للإنسان التي تؤدي إلى تحسين الأسرة والمجتمع.

فن تعديل السلوك - تغير أنماط السلوك - إضافة سلوك جديد.

وكل هذا يعتمد على فكرة وهي الهدف - إلى الأحسن.

عليك أن تسأل نفسك وأنت تتخصص في المكان الذي أنت فيه ما هو السلوك المحتاج لتعديل - أو تغيير - بوضع - حدد هدفك؟

أهدافك - قصير - طويل المدى - المهم الموضوعية [عدم التحيز - عدم الإسقاط] لتحقيق - التغيير المطلوب.

### جمع المعلومات والاستفادة منها - تحليلها :

**أولاً :** يعد معرفة أهدافنا - وماذا نريد أن نصل إليه - وما هو

المطلوب لتجديد السلوك، أو تغيير السلوك - وتنشأ سلوكاً جديداً -

أو طريقة تفكير - أو تغير نمط التفكير - تكون الخطوة - التالية - هي

جمع المعلومات - وتحليلها - وتكون المعلومات خاصة بالهدف الذي

تريد تحقيقه - ليكون لدينا فهم جيد عما تفعله - وما يسبب هذا

السلوك.

### والهدف في جمع المعلومات :

1- اكتشاف ما يؤثر في السلوك.

2- وما لا يؤثر في السلوك.

3- ما يحدث قبل السلوك المطلوب تعديله - أو تغييره.

4- ما يحدث بعد السلوك المطلوب تعديله أو تغييره لتحقيق الهدف.

وعند جمع المعلومات لا بد الأخذ الموضوع باهتمام - والموضوعية [عدم

التحيز لمعتقدات شخصية - وعدم الإسقاط الشخصي والزمني] فلا بد من

الأخذ في الاعتبار أدوات الاستفهام - محور الاهتمام [متى - أين - ماذا -

كيفية] لجمع المعلومات.

ويمكن جمع المعلومات عن السلوك بسبب المتطلبات الشخصية - وجود

الإخوة - وجود الأب [استدعاء ولي الأمر].

### كيفية جمع المعلومات : لتحقيق الهدف يتم جمع المعلومات

الخاصة بالهدف المطلوب تحقيقه - وقد يكون تعديل سلوك وتكون

حاجة لبعض المعلومات الكشفية، جمع المعلومات، البحث عن

مفاتيح لهذا التغيير - الاتصال بالآخرين لمعرفة أسباب السلوك -

الاتصال بالعلماء والمثقفين - وهناك طرق بسيطة وشخصية نجمع بها

المعلومات، مثال: الملاحظ - التحدث - والتسجيل - وهي طرق جمع

المعلومات ذات الفائدة.

**مثال الملاحظ:** أهم ما في الملاحظ هو الموضوعية وهي عدم تأثير

الانطباعات السابقة على إدراكنا وقراراتنا - فنحن نريد أن تكون أكثر

انتباهاً لسلوك المطلوب تغييره أو تعديله وأسباب وقع هذا السلوك -

والوقت - وما يدور حول السلوك - ويجب تسجيل هذه الملاحظات

- مثال ذلك تكديس الطلاب أمام الجمعية التعاونية في الفسحة

الدراسية - والتزاحم للشراع [ملاحظ] معرفة متى والأسباب -

لوضع هدف حل هذا السلوك.

**التحدث:** والطريقة الأخرى لجمع المعلومات لمعرفة الهدف -

لوضع الخطة - هو الاتصال المباشر بعد معرفة السلوك المطلوب

تعديله أو تغييره - والتحدث مع الأطفال الآخرين ومعرفة ما هو

موضوع الاهتمام والاستماع إلى ما يدلي به الآخرون يؤدي إلى فهم

أفضل للشخصية وتطوير السلوك - فالاستماع أكثر للآخرين يمكن

معرفة استبصارات حول سلوكهم - فالتحدث مع أطراف السلوك

يمكن أن يؤدي إلى استبصار أكثر لفهم الموضوع.

**التسجيل:** تسجيل الملاحظات والمقابلات فهم لموقف الهدف

الأول لنبداً به ومعرفة طريق الخطة للوصول إلى الهدف - ومعرفة

الأشخاص التي يمكن أن تساعد والأشخاص التي تحتاج إلى أولوية

للبدأ بها - ويمكن عن طريق التسجيل معرفة:

**السلوك المتكرر:** وهو السلوك الغير مطلوب تعديله أو تغييره عن طريق

معرفة الأسباب بدعم السلوك الإيجابي - ومعرفة البداية بأي سلوك نبدأ.

بعد معرفة المعلومات يتم - تحليل المعلومات - ومعرفة السلوك المطلوب

تعديله أو تغييره ومعرفة الأسباب - ومتى يبدأ السلوك - وأين يتم السلوك

- وكيف يتم هذا السلوك - ولماذا يفعل السلوك - وبعد ذلك نبدأ في معرفة

كيفية البدء - في الخطة لتحقيق الهدف.

قبل أن نستمر في توضيح كيفية وضع الخطة تسأل نفسك هل جمعت

معلومات - هل لاحظت - سلوك يجب تعديله - هل حددت الأشخاص

الذين يجب الاتصال بهم.

## للبداء في وضع الخطة:

**أولاً:** ما نفعل في وضع الخطة هو معرفة أهدافنا في هذه الخطة - وأي

سلوك نريد تعديله - وأي فكرة نريد تغييرها، وأي فكرة نريد أن نوصلها

إليهم.

**ثانياً:** الظروف التي تعمل بها الخطة - والإمكانيات.

**ثالثاً:** الأشخاص والأنماط التي تعمل معها.

**رابعاً:** المعلومات التي جمعناها قبل تحديد - الهدف - عن طريق الملاحظة -

والتسجيل والمقابلة والبيئة. بعد ذلك يتم تحديد الإستراتيجيات وهي

الطريق المستقبلي الطويل لتحقيق الهدف ثم البرنامج الزمني للوصول إلى

الهدف - وتقييم النتائج للتعديل وهي المرونة.



## وتشمل الخطة – لتحقيق هدف:

1- منع المشكلات وذلك من خلال تغيير الظروف التي تسبب المشكلات

- والأشياء التي تثير المشكلات.

2- استبدال فكرة أو سلوك بغيرهما يكون أكثر إيجابية – مثال ذلك مساعدة

الأطفال أن يكون أكثر تواصلًا مع المدرسين – مع زملائه – التعلم مواجهة

المواقف الصعبة.

3- الاستمتاع بالوقت والحياة ويكون أكثر إيجابيةً في الحياة – تكوين

شخصية سوية.

4- مساعدة الأطفال في معرفة مهاراتهم والمواهب الخاصة بهم والمساعدة

على إظهارها – وتنميتها.

- 5- مساعدتك أنت على تقييم نفسك وهدفك - وتعديل هدفك وإدارة النتائج في تنفيذ الخطة - واكتساب الخبرة والمهارات - وتحسين الظروف إلى الأحسن لتحقيق الهدف - وتنفيذ الخطة.
- وإليك بعض الأهداف العامة - للخطة - والأمثل - لنشأة مواطن سعيد في الحياة مشارك إيجابي - مجدد - متعاون - قادر على المشاركة.

### وضع الخطة:

- 1- ما هو موضوع اهتمام المحيطين بك - ما هو السلوك الذي تريد أن يفعلونه والفكرة التي تريد أن توصلها إليهم - والفكرة التي تريد تحريكها.
- 2- ما هي الظروف التي نعمل فيها لتحقيق أهداف الخطة.
- 3- ما هي المعلومات التي عندنا لتحسين الخطة وتنفيذ الأهداف.
- 4- معرفة الإستراتيجيات التي حددناها لتحقيق أهدافنا والبداية.

5- ماذا أعددنا لتغيير أنفسنا - وتدريب أنفسنا - والتثقيف الذاتي - والنقد الذاتي.

6- الارتقاء بالسلوك الإيجابي لأنفسنا أولاً حتى يتعود الأطفال على السلوك الإيجابي - والتغلب على ظروف حياتهم.

7- العمل على منع المشكلات عن طريق السلوك المعرفي - مثال المعرفة ما يحدث إذا تأخرت.

8- استبدال السلوك السلبي إلى السلوك الإيجابي، مثال الكلام بصوت عالٍ وجود صندوق للقامة.

**أخيراً:** إدارة النتائج للخطة وتقييم خطتك - ونفسك - وأهدافك -

وأولوياتك - ومعرفة المدخلات المهمة - والمخرجات - لتجنب

المشكلات في المرات القادمة، مثال ذلك معرفة المواقف والظروف التي

تعمل استشارة سلوك الأطفال وتسبب المشكلات - قد نكون قادرين على منع بعض المشكلات.

عن طريق تغيير بعض الظروف وقد تكون بعض الأهداف في الخطة قائمة على الوقائية - ونسأل أنفسنا أي المواقف بالتحديد يمكن تغييرها لمنع حدوث سلوك بسبب المشكلات - أي المواقف التي تساعد على السلوك الإيجابي، مثال حضور المعسكرات مع وجود عرض مسرحي للعرائس - مباراة كرة القدم - شهادات تقدير.

### معرفة المواقف التي تسبب مشكلات للأطفال: بإدارة نتائج

الخطة يمكننا إحداث تغيير في الخطة التي تؤدي إلى الوقاية من المشكلات وتجنب المواقف السيئة - وهي حماية الأطفال من خبرات بعينها - أو مواجهاة أفضل لاحتياجاتهم وتجنب الشعور بعدم الارتياح الذي يؤدي إلى السلوك والمشكلات، مثال ذلك: عدم الرغبة في نشاط

فعلي خلال المعسكر احترامنا لسلوك أطفالنا يؤدي إلى دعم السلوك

الإيجابي - وتغيير في أنفسنا حتى يمكننا في تغيير سلوك الآخرين.

### ويمكن عن طريق إدارة النتائج في الخطة: تحسين الظروف

الصعبة - يمكننا جعل المواقف الصعبة أكثر إمتاعاً وذلك بإضافة بعض

الأشياء التي يجبها الأطفال في هذا الوقت، مثال ذلك:

1- وضع اختبارات لاختبار الطفل منها ما يريد.

2- التواصل مع الأطفال أثناء المواقف الصعبة.

3- حرية اتخاذ القرار - للاعتماد على أنفسهم - تقديم الفرصة لهم - للعمل

وهي أحد الطرق لدعم السلوك الإيجابي في تكوين الشخصية السوية ومهارة

صنع القرار الجيد، مثال لذلك:

1- اختيار ما ينفذون أو المهام المختارة للتنفيذ.

2- أن يقرروا ترتيب حاجاتهم.

3- اختيار الملابس المناسبة لكل مناسبة.

4- اختيار أنواع الطعام.

5- اختيار الأصدقاء.

6- تنظيم الوقت وإدارته وتحديد المواعيد.

7- رفض بعض الحاجات والموافقة على بعض الحاجات.

قلنا إن إدارة النتائج في الخطة لمعرفة السلوك السلبي والإيجابي وما يجبه

الأطفال في الخطة للوصول إلى الهدف هو منع المشكلات - أو تعديل

السلوك السلبي إلى إيجابي أو حل المشكلات لحدوث توافق نفسي وفكري

وجسماني مع الحياة للاستمتاع بالحياة للعيش سعيد، وكل ذلك عن طريق

دعم السلوك الإيجابي هو معرفة الأسباب التي تؤدي إلى النتائج السلبية للتعديل - والإيجابية للتدعيم.

ومن خلال تحليل نتائج الخطة يتبين لنا آثارًا إيجابية - وآثارًا سلبية - والتي تساعدنا على تحسين الخطة ووضع الإستراتيجيات - والعديل لهما.

### الآثار الإيجابية:

وهي المميزات التي تحصل عليها علامات من خلال تنفيذ الخطة - لتحقيق هدف الخطة وهو السلوك الجيد ولدعم السلوك الجيد يجب توزيع مكافآت على المشتركين - المميزين.

أولاً: التسامح - عن الأشياء الصغيرة مع التنبه - لزيادة الشعور بالسعادة.

ثانياً: المكافآت المعنوية النفسية من شكر - أداء التحية.

ثالثاً: المكافآت المادية [انت عايز ايه].

رابعاً: الرغبة في تحسين الخطة لمعرفة ماذا يريد في تنفيذ الخطة لتحقيق الهدف، وقد عرفنا الآثار الإيجابية للخطة وكيفية المكافآت المعنوية – والمادية.

في الآثار الإيجابية يتم إثاب الأطفال على السلوك الإيجابي – وتقديم الشكر عما يفعلون لزيادة الشحن المعنوي – الوجداني الإيجابي لزيادة الفعل – هي ضرورة للتعامل مع أطفالنا أو أي شخص للإحساس بالأهمية والألفة – بين الآخرين.

**السلوك السلبي:** وهو السلوك المشكل وهو السلوك المطلوب

تعديله وتغييره أو منع وقوع هذا السلوك. وهو السلوك المطلوب

توقيع العقاب بسبب هذا السلوك.

**والعقاب:** قد يكون بدني أو وجداني – أو منطقي – مثال ذلك:

تنظيف المكان الذي تسبب فيه وقوع المشكلة – عقاب إهدار الوقت في



عمل شيء غير مفيد يحرم من اللعب قدر الوقت - عمل سلوك غير

مناسب الحرمان في حضور بعض المناسبات بسبب السلوك.

### وفي تطبيق العقاب في السلوك السلبي تلاحظ:

1- العقاب الوجداني هو الأفضل من العقاب البدني - للإحساس

بالمسؤولية.

2- معرفة أسباب المشكل قبل توقيع العقاب هو الأفضل ربما يكون السبب

يمكن التغلب عليه لمعرفة الأسباب - مثل حاجة الطفل إلى الطعام هي

السبب الحاجة إلى دخول الحمام - هي سبب الخوف من عقاب الآخرين

سبب له التوتر والقلق - الزهق من تكرار الواجب والدرس دون راحة.

ويمكن منع المشكل فيه حدوثه - هو الأنسب المطلوب ويكون ذلك عن

طريق تحليل النتائج - وإدارة المعرفة والمعلومات - والخبرات السابقة.

وأخيراً يجب التقليل من استخدام العقاب عن طريق منع المشكل التبصير -  
 بالمواقف إدارة المعلومات - عن طريق التبصير بالملعون والسلوك المصري،  
 وهو الدور الإيجابي للتفاعل المشحون بالاحترام والضبط الذاتي - لكل  
 الأسباب - لتقليل من المشكل المسبب.

**إدارة الأزمات:** وهي المقصود بها منع المشكلات - منع الضرر - طلب

المساعدة من الآخرين للقدرة على منع الضرر - ويأتي ذلك عن طريق

المعرفة الذاتية - الخبرات السابقة - تحليل المعلومات - التبصير بالمشكلة

قبل أن تقع. مثال ذلك:

1- من الطفل بالاتصال بالآخر عندما يكون في حالة غضب أبعاد الطفل أو

الطالب عن الآخر في وقت العنف - الوقوف بين الاثنين - لعدم العنف.

2- طلب مساعدة الآخرين - استدعاء الطالب أو الطفل إلى مكان آخر حتى تنتهي حالة الغضب.

3- التبصير بنتائج الفعل والعقاب في حالة حدوث هذا الفعل مثال ذلك: في حالة تقطيع الكراسة سوف يتم خصم درجات ويتم إعادة الكراسة كاملة مرة أخرى - سوف ترسب وتعيد العام الدراسي.

4- وفي جميع الأحوال يجب التسامح في المشكلات البسيطة ومنع العقاب البدني.

5- طلب مساعدة الآخرين - لمنع المشكلات - حل المشكلات - أو التبصير لمنع المشكلات.

مثال ذلك: طالب أصيب في الفسحة الدراسية عند الجمعية التعاونية خلاء

الشراء لتزاحم الطلاب للشراء.

يجب عمل الآتي:

1- تحليل المعلومات      2- معرفة هدفنا هو منع حدوث المشكلة مرة

أخرى

- وضع الخطة لتحقيق الهدف - الهدف طويل المدى - هدف قصير - هو

عن طريق دعم السلوك الإيجابي - معرفة أسباب المشكلة - لمنع السلوك

السلبى - تحليل النتائج والمعلومات:

1- طالب أصيب عند الشراء من الجمعية التعاونية المدرسية خلال الفسحة

الدراسية.

2- السبب الزحام وعدم النظام وتدفق الطلاب على مكان الشراء.

3- مكان الشراء غير مناسب - ضيق جداً - عدم وجود أكثر من منفذ

لكثرة الطلاب والشراء في هذا الوقت.

## الهدف:

1- تعديل السلوك السلبي لدى الطلاب في طريقة الشراء بالعودة على النظام

عدم التزاحم استعمال طريقة الطابور في الشراء - السرعة من العاملين

والسرعة في الشراء والبعد عن المكان.

2- تعديل مكان الجمعية ووضعها في مكان مناسب إن أمكن - زيادة عدد

منافذ البيع - أو عدد العاملين - زيادة وقت العمل في الجمعية.

3- التوعية والمعرفة بأسلوب توقع حدوث مشكلة سبب الزحام عدم

التسلق سلوك سلبي - تكوين فكرة لتنظيم الوقت - وتعلم الصبر والهدوء

في الشراء - عدم قيام المعلمين بالضرب والترجيع للطلاب خلال الشراء

وتعلمهم القدوة في النظام ومدى خطورة التزاحم.

نشاط في إدارة الخطة لتحقيق النتائج في تحقيق الهدف لمنع حدوث مشكلات

خلال الفسحة وإضافة سلوك إيجابي للمستقبل في تكوين شخصية منظمة في

### الحياة العامة.

تبدأ في استغلال النتائج والمعلومات التي حصلنا عليها لمعرفة أسباب

المشكلة – بالسؤال:

ما النتائج التي حصلت عليها من خلال سلوك التزامم:

-1

-2

ما النتائج التي حصلنا عليها من خلال السلوك المنتظم – وقت الشراء:

-1

-2

تكوين فكرة لدى الآخرين أن النظام سلوك إنساني جميل يسعد الآخرين عن

طريق:

-1

-2

وبذلك تكون الإستراتيجيات التي تختارها لمنع المشكلات - واستبدال

السلوك وإدارة النتائج لا بد أن تناسب وتكون جزء في خطة النشاط الشاملة

- لتعليم النظام أو النظافة أو الصوت العالي حتى يكون السلوك الإيجابي -

لتحقيق منع المشكلات داخل وخارج المدرسة وفكرة أساسية داخل عقلية

الطالب - وطريقة حياة في الحاضر والمستقبل.

## وأخيراً:

هذا مثال للتوضيح ولكن إبداعك الشخصي والعملي واحتياج المكان - هو

هدفك - ومسئوليتك لتحقيق نظام السلوك الإيجابي، فعليك الإبداع -

لتحقيق - هدف محدد.

فعندما تفهم أسباب وأهداف السلوك - يمكننا أن نضع خطة لتعليم

الأطفال والطلاب والمدرسين والعاملين الطرق المناسبة للسلوك الذي يمنع

المشكلات - ويشجع على استبدال السلوك السلبي - ومعرفة النتائج

مستقبلاً.

## قبل أن أنتهي وأبدأ مرة أخرى:

هل حددت بعض السلوكيات التي تريد أن تغيرها أو تواجهها في نفسك

أولاً - أنت الأول في المكان الذي أنت فيه أولاً - في علاقتك مع الآخرين.

من أين نبدأ مع الآخرين؟ من أين أبدأ - مع مسؤوليتي؟.



حتى أبداً - وأين البداية؟ هل حددت السلوك - المطلوب؟

1- منع السلوك المشكل؟

2- تشجيع استبدال السلوك.

3- المعلومات - إدارة المعلومات - إدارة النتائج - ولا تنسى قول الله

تعالى: ﴿ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِهِمْ بِالَّتِي هِيَ

أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ﴾

[النحل 125].

### السؤال كيفية - تنفيذ الخطة؟

بعد أن عرفنا أهدافنا من تعديل وتغيير السلوك ومنع المشكلات قبل أن نقع

وعرفنا معلومات عن السلوكيات وعرفنا أسباب دعم السلوك - الإيجابي -

لتحقيق الهدف - وتحليل المعلومات عن السلوك والأشخاص - مصدر

السلوك - والخبرات السابقة للمساعدة لتحقيق الهدف - بعد ذلك يجب

علينا - وضع الخطة موضوع التنفيذ - قبل أن نضع الخطة - موضع التنفيذ

علينا - وضع الخطة موضوع التنفيذ - قبل أن نضع الخطة - موضع التنفيذ

علينا، أن نحدد بعض الاستراتيجيات في اعتبارنا - خلال تنفيذ الخطة.

1- اختيار إستراتيجيات جيدة - مثال ذلك - عدم الإسقاط النفسي والبيئي

من نفس على الآخرين يعني ايه - كل زمان وله طابع - وله طريقة في

التدريس والمعاملة - اختلاف الحريات بين زمني وهذا الزمن - الهدف

مواطن صالح أي يعرف واجباته قبل حقوقه وحقوق الآخرين - واحترامها

- وله هدف - التوافق النفسي والعصبي - مع الحياة السعيدة.

2- مصادر السعادة في دعم الهدف - الاتصال بهم لمعرفة الهدف المطلوب -

ويكون له دور ومهتم به مقتنع بما يفعل - معلومات - عن طريق الأطفال أو

الطلاب المطلوب تدعيمهم.

3- انتظار الطرق الجديدة لتغيير السلوك وتحقيق الأهداف - تناسب المكان

- والمرحلة السنوية.

4- البدء - بالأهداف الأكثر حبا وترحيبا من الأطفال أو الطلاب أو

العاملين - المساعدين لك في تحقيق الأهداف.

5- تحفيز الرغبة في الآخرين - ومساعدتهم - في:

1- اختيار وقت البدء 2- اختيار النشاط أو الخطة.

3- اختيار الوقت المناسب 4- اختيار المكافآت أو الحوافز.

5- اختيار التعديل المناسب للخطة.

6- تحسين الحياة والوقت السعيد - تحقيق الأهداف بطريقة سهلة اكتشاف

رغبة الآخرين وتنفيذها في الوقت المناسب - اكتشاف قدرات أخرى ويتم

تدعيمها.

## كيفية التأكد من كفاءة الخطة:

للتأكد من كفاءة الخطة يجب أن تختار من بين مجموعة متنوعة من الاختيارات

صممت لمساعدتنا على علاج سلوك وتعديل سلوك - وتغيير سلوك ونشأة

سلوك جيد أو كيفية الحياة السعيدة.

ويكون أفضل هذه الاختيارات هي المناسبة، للمكان - للأطفال - للطلاب

- للأسرة - فعند اختيارنا للخطة - والإستراتيجيات وهي الأهداف

البعيدة في في تكوين السلوك والحياة السعيدة، لابد أن تؤخذ في اعتبارنا:

1- مناطق القوة في الآخرين، الأطفال، الطلاب، المساعدين في تنفيذ الخطة

أو البرنامج.

2- مهاراتهم الخاصة واحتياجاتهم في تنميتها - وإظهارها.

3- نقاط ضعفهم - تفصيلاتهم - احتياجاتهم - مثل ذلك ما يجب ما

يكرهون؟.

- 4- أولويات أطفالنا وطلابنا المساعدين - وما هي أهدافهم؟.
- 5- ماذا يحتاجون لتحقيق الأهداف - من وقت مال أشخاص معاونين -  
الصبر - إدارة الوقت - التنظيم - طرق الاتصال بالآخرين - والأماكن.
- 6- التوجيهات: خلال التوجيهات يجب عمل الآتي:
- 1- أن تكون التوجيهات أكثر احترامًا - وتبدأ بالشكر والثناء والمرح في قدرتهم وذكر الأحسن دائماً.
- 2- البعد عن التوجيهات الصادمة التي فيها عقاب.
- 3- حرية الاختيار في البدء وما يفعلون ورغبتهم وعدم الإجبار على الفعل والتدرج في الفعل لعدم الصدمة من الفشل والإحراج أمام الآخرين - وهذا لتحقيق الهدف في السلوك.

7- لا بد من مناقشة أفكارنا - ونشرح لهم أهدافنا أي السلوك - موضوع الاهتمام ولماذا تفعل ذلك - وكيفية التغيير في أفكارنا - وأفكارهم إلى سلوك إيجابي.

8- التأكد من ارتياح في اختيارهم لأن في حالة عدم الارتياح يكون التغيير صعباً والعكس صحيح - ويكون الغير حسب الارتياح والرغبة.

9- كما يجب أن يكون أفعالنا لمعالجة السلوك وتعديل السلوك - وتغيير سلوك ونشأة سلوك جيد - مناسبة للهدف - مثال ذلك احترام الوقت يجب أن أحترم أنا أولاً المواعيد حتى يكون هدف تعديل سلوك من احترام مواعيد الحصة أو المدرسة أو الدرس والذهاب إلى النوع - الصحيان في سلوك من احترام مواعيد الحصة أو المدرسة أو الدرس والذهاب إلى نوع - الصحيان في الصباح حتى يكون سلوكي معالج للخطة والهدف - مثال قطع

الاجتماع للتحدث في المحمول - سلوك يعود الطلاب أو الأطفال على فعل

نفس السلوك فلا يمكن تعديله دون تعديل سلوكي أولاً.

10- عدم التفكير بالروتين يجب الإبداع لحل المشكلات - والتفكير في

مصادر أخرى لتنفيذ الخطة - وتحقيق الهدف - استغلال كل الإمكانيات -

وعدم عمل السهل لكي ترتاح وتقول [ما ينفعش] وعلينا أن نعرف أن هناك

جزء صغير يتحقق وهناك جزء كبير يتحقق من الخطة والجميع يتأثر من

تنفيذ الخطة بالفشل أو النجاح.

11- هناك عناصر أساسية لتنفيذ الخطة تؤثر على كفاءة / تحقيق الهدف وهي

مهمة لتحقيق إستراتيجية لتعديل السلوك - مثال ذلك.

الزمن: عدد ساعات الاجتماعات الطول يؤثر سالب - موعد الحضور بعد

يوم شاق في الدراسة - وموعد العودة إلى المنزل والدروس - مشاهدة مباراة

كرة القدم - موعد السيارة - كل ذلك وآخر يجب التنسيق - في بداية تنظيم وتنفيذ الخطة.

### **الطاقة [القدرة]:** الشعور بالإرهاق يجعل من الصعب تعديل

السلوك ومساعدة الآخرين - وطلب من الآخرين المساعدة.

معرفة حجم الميزانية: قبل أن تقرر شراء أي شيء لتنفيذ الخطة يجب

وضع القدرة المالية ومعرفتها قبل البدء في الاختيارات للشراء.

**الأماكن:** يجب اختيار المكان المناسب والمكان المناسب - هو الموافق

قانوني - واختيار الآخرين - مناسب لتنفيذ الخطة الأقرب والأكثر

أماناً.

**12- التعاون:** يجب اختيار الآخرين للتعاون مهم بشروط:



1- الموافقة على تحقيق الهدف - حب ورغبة لهذا العمل - توضيح يهم الدور الذي سوف يقمن به - في تحقيق الهدف.

2- الاتصال بالآخرين للتعاون مثل الأسرة يجب الاقتناع بالهدف التعاوني - المدرسين - بعض المدرسين والمشرفين والآخرين الغير مشتركين ونوضح لهم الخطة والهدف لعدم العمل على تعطيل التنفيذ بقرارات عكسية - ويحدث تضارب في تنفيذ الخطة - وشخصية المطوب تعديل السلوك.

### 13- الأسرة - والبيئة الخارجية

في وضع الخطة يجب الاتصال بالأسرة والبيئة الخارجية لتحقيق الهدف - فقد تقوم الأسرة بفعل مغاير للخطة دون قصد لعدم المعرفة - وتقوم الأسرة بزيادة الحافز لدى الأطفال والطلاب والمساعدة مثل تقديم الشكر أنت أحسن المساعدة في تنفيذ دوره في الخطة، النزول في موعد غير محدد الاخير

عن الحصول السؤال ماذا فعلت اليوم في الأنشطة، تنظيم الوقت الطاقى  
لوضع الخطة وتنفيذها - توفير المال والطاقة الكامنة بصفة مستمرة.

تناسب الأهداف الإستراتيجية مع أهداف وسلوك الأسرة واحتياجاتهم  
وتحقيق الرغبة الجماعية في الحياة السعيدة - والتوافق النفسى والعصبى

والاجتماعى ومعرفة ماذا تريد؟ مثال ذلك

معرفة مواعيد الاجتماعات وتحفيز الطالب على تنظيم الوقت وتحديد

الأولويات لحضور موعد النشاط - في الوقت المحدد - بتعاون الجميع -

مراجعة جدول أعمال ومتابعته لزيادة الحافز - وبهذا يكون الجميع على وجه

من الوعى بالهدف والخطة والتوافق والتعاون لتحقيق سلوك إيجابى وحياة

سعيدة - التى تبدأ فى احتياجات الإنسان والطبيعة الجسمية التى قد تؤثر فى

السلوك لماذا ذلك. مشكلات مع التغذية السليمة [الضعف العام] الشعور

بالممل من عدم قضاء وقت للعب - عدم النظام فى النوم، الحساسية -

الغضب - وعدم الميل لمكان محدد - ولتحسين الحياة يجب العمل على المساعدة في القضاء على هذه الأشياء بتغيير كثير من السلوكيات عن طريق السلوك الإيجابي بتعريفه سبب هذا المشكل - وكيفية تغييره - وتعديله - لحل المشكل - ويسأل أطفالنا عن الأنشطة السارة التي يرغبون في ممارستها - الأماكن التي يستمتعون فيها - عمل الأشياء التي يحبونها - متى يشعرون بالممل ومتى يرغبون في التغيير.

ويجب خلال العمل في تنفيذ الخطة لتحقيق الهدف في تنظيم الوقت - واختيار موعد أداء الواجب المدرسي - والمذاكرة مشاهدة التلفزيون والقراءة الحرة - وموعد العشاء وهذا يساعد على تنمية مهارة تنظيم الوقت - والرضا في الحرية بالختيار لعدم فرض أسلوب محدد عليه - ومعرفة هل لدى أطفالنا فرصة كافية لعمل اختياراتهم وممارسة بعض الضبط على حياتهم الخاصة بهم - وتنظيم الاختيارات والقدرة على اتخاذ القرار.

ومعرفة هل يبدو أن أطفالنا سعداء بجدواهم وتنظيم اليوم - وهل أطفالنا سعداء مع الأصدقاء ومع المحاطين بهم - وأعضاء فريق العمل - ومنح أطفالنا أو الطلاب فرصة لتحسين الحياة والفرصة في الحياة التي يفضلونها. ويعطينا الفرصة لتعديل الإستراتيجيات الخاصة بالأهداف لتحسين الحياة ومنع المشكلات - وتعديل السلوك - أو تغيير سلوك بسلوك آخر - لمعرفة رغبة الطلاب والأطفال عن طريق معرفة الطعم المطلوب للسلوك الإيجابي بمعرفة السبب ومعرفة التغيرات التي يمكنها عملها في حياة الطلاب التي تحسن سلوكهم - ويجعل الحياة سعيدة وعلينا أن تسأل نفسك.

ما التغيرات التي يمكن عملها لتحسين الخطة لتحقيق الهدف المطلوب - لتحسين السلوك.

ما هي التغيرات المطلوبة في نفسي أو في طريقتي لتحسين العمل - ومساعدة الآخرين لتعديل السلوك.

-1

-2

ما هي احتياجاتي في المرة القادمة أو في الاجتماع السابق لتحقيق الهدف

وتحسين سلوكي وطريقتي لنجاح الخطة.

ما هي أسباب دعم السلوك الإيجابي التي تؤدي إلى سلوك سلبي وهي

معلومات لتحسين وضع الخطة بالاستفادة من المعلومات.

-1

-2

ما هي الخبرات التي اكتسبتها من خلال تنفيذ الخطة لتحسين الحياة في خلال

العمل؟.

-1

-2

ما هي الخبرات التي سوف أستعملها - أو أتجنبها في الاجتماع السابق

لتجنب المشكل؟.

-1

-2

من هم الأشخاص الذين سوف أعتد عليهم من المحاطين والمتعاونين من

أطفال والطلاب في الاجتماع السابق؟

-1

-2

من هم الأشخاص المحتاجين إلى تدريب؟

-1

-2

من هم الأشخاص المحتاجين للتحفيز لزيادة المهارة في العمل؟

-1

-2

من هم الأشخاص الذين رأيت بعض التغيير في سلوكهم من معاونين أو

أطفال أو طلاب؟

-1

-2

ما هي الإمكانيات التي رأيت الاستعانة بها في المرة القادمة؟

-1

-2

ما هي الأماكن التي يجب أن أتجنبها في الاجتماعات والنشاط القادم؟

-1

-2

ما هو الوقت المناسب والوقت الغير مناسب لتنفيذ الخطة؟

-1

-2

ما هي طريقة تسجيل هذه الملاحظات وعدم الاعتماد على الذاكرة؟



-1

-2

### وضع الخطة موضوع التنفيذ:

لابد من تحديد الأهداف ومعرفة المطلوب من تعديل سلوك أو تغيير سلوك أو منع المشكل.

ثم وضع الخطة المناسبة لتحقيق الأهداف - علينا أن نبدأ بالتنفيذ - وقبل التنفيذ يجب علينا أن نراعي بعض النقاط، وهي:

1- اقتناعنا بالخطة وإقناع الآخرين - والطلاب والأطفال بالخاصة.

2- حان الوقت لبدء التنفيذ ووضع الخطة موضع التنفيذ العملي.

3- تسجيل الخطة كتابتاً ليكون مرجعاً مقيداً خلال تنفيذ الخطة والمراة القادمة وتتضمن الخطة الأهداف والسلوكيات موضع الاهتمام والأنواع المحددة للتعديل أو التغيير أو لمنع المشكل.

4- وأساليب خطة العمل والتنفيذ - مثال - اختيار مكان الاجتماع يكون بعرض الأفكار واحتياجاتنا في الاجتماع وعرض الأماكن المناسبة باقتراح المشاركين لمعرفة كيفية اختيار المكان المناسب - ويكون هنا أسلوب حرية الاختيار مع الأحسن والأفضل للاجتماع - كيفية التنفيذ بالسؤال بطريقة رسمية عن المكان والمواعيد لاختيار الأفضل ويكون هنا التدريب على سلوكيات النظام والتنظيم من اختيار الأوقات والأنواع وكيفية الاتصال بالآخرين سلوك إيجابي.

5- الاتصال بالآخرين المعاونين والمشاركين لمعرفة الموعد المناسب لتنفيذ الخطة ومعرفة الدور الذي سوف يقوم به الأعمال التي تسند إليه - والمواعيد ومراجعة الأهداف من هذا العمل بدقة - مثال ذلك.

مواعيد الحضور وعدم الغياب أو الاعتذار - فتح المكان - للاجتماع وتحديد جيدا - شرح بعض السلوكيات من الطلاب التي يمكن تقبلها - طريقة استقبال الطلاب في الاجتماع - التعليقات الخاصة بالمكان - بداية الاجتماع والنهاية.

6- التحدث والمراجعة مع الطلاب أو الأطفال عن الخطة وجدول الأعمال اليومي مع عدم التغير إلا في الضرورة - والمرونة - شرح الهدف من هذا الاجتماع - وشرح السلوكيات المتوقعة والممنوعة - التعريف بالمساعدين والمعاونين وشرح الدور - تحديد النتائج المطلوبة من هذا الاجتماع وتكون

بسيطة وواضحة.. ومركز على الهدف تحديد مكافآت معنوية للمشاركين

[تقديم الشكر] تحديد السلوك غير المناسب.

7- مراجعة الخطة مع الآخرين مثل الأسرة - القيادات من الطلاب أو

الضيوف الزائرين لعدم الخروج - عن الخطة أو الأهداف - وتوحيد العمل

لتحقيق الخطة والهدف.

8- تأكد من وجود الموارد المادية المطلوبة لتنفيذ الخطة - وتأكد من موجود

الضروريات التي تساعد على نجاح الخطة وتحقيق الهداف في هذا اليوم.

9- تقبل بعض السلوكيات من الآخرين التي تساعدك لتجنب في الاجتماع

السابق لتعديلها.

10- تأكد إن كل فرد يعرف دوره في الخطة والخطوات والمواعيد وعدم

الخروج عن الخطوات أو إهمالها.

11- تأكد أن الجميع يعرف الخطة والهدف وأنهم سوف يواصلون العمل -

[وأن يفعل ما يقول وأن تقول ما سوف تفعل] وأن الكل مستعد لبدء التنفيذ

وعليك بعد ذلك أنت القائد في مراقبة الخطة.

### السؤال كيف مراقبة الخطة؟

فهم الهدف الذي هو السلوك المطلوب تعديله أو تغييره - أو بإضافة سلوك

جديد وكل هذه السلوكيات تهدف إلى تحسين الحياة أو إضافة السعادة إلى

الإنسان.

فهم هذه الأهداف تجعل مراقبة تنفيذ الخطة شيء سهل - لمراقبة التغيرات

البسيطة خلال التعاون في تنفيذ الخطة عن طريق الملاحظات - التوافقات

بين العاملين.

والمهم تكوين موضوعين قدر الإمكان عند الملاحظة وعند اتخاذ القرارات

التي هي لصالح الخطة - ومدى تحسين الخطة وجعلها مرنة - وتحقيق

أهدافها - عن طريق التنفيذ والموافقة على رغبة الآخرين في حدود الهدف -  
هو تعديل أو تغير أو إضافة سلوك جديد وتكون الملاحظة موضوعية عدم  
التحيز - النفسي أولاً وللآخرين ثانياً لمتابعة ما هو التغير قبل النشاط وبعد  
النشاط في الخطة - مثال ذلك مقترحات الأعضاء كانت كثير غير منظمة -  
هوائية - كثير - بعد النشاط أصبحت أكثر تنظيم أكثر وضوح أكثر انضباط  
إحساس بالسعادة في العمل - وهذا يؤكد مدى النجاح وما هو التغيير  
المطلوب؟ - والتعديل المطلوب في الخطة القادمة؟ ومن خلال الملاحظات  
يمكن إضافة جديد تقصير في بعض الأنشطة تغير نظام تغير مكان - تغير  
وقت تغير أشخاص وهذا من خلال مراقبة الخطة - والملاحظات كما هي  
موضوعية [يعني عدم التحيز] تحتاج إلى تسجيل بسيط للملاحظات كما تم  
تسجيل وكتابة الخطة في نقاط بسيطة ومحددة وواضحة للجميع - كما يمكن  
عن طريق مراقبة الخطة بالتسجيل منع المشكلات قد تحدث خلال تنفيذ

الخطوة - مثال ذلك مشكلات خاصة بالمكان وجود أشياء خطيرة تعرض الأشخاص للخطر خلال التواجد، مشكلات خاصة بالأشخاص ووجد شخص عريض يحتاج إلى علاج مستمر - عدم توافق الأشخاص مع بعض خلال الخطوة - وجود شخص عصبي وسريع الغضب - مشكلات خاصة بتنفيذ الخطوة الوقت قصير في التنفيذ - وصعوبة إنهاء الخطوة في الوقت المناسب.

وهذه بعض المشكلات التي قد تحدث خلال تنفيذ الخطوة - وعن طريق الملاحظة والتسجيل يمكن علاجها وتجنبها - خلال النشاط أو في المرات القادمة - وتكون إستراتيجية تعود إليها في زيادة خبراتك - وتحسين العمل والحياة - والمرونة في تحقيق الأهداف ووضع الخطوة - وبعد ذلك يمكن أن تسأل نفسك خلال تنفيذ الخطوة - وبعد الانتهاء من الخطوة مجموعة من التساؤلات التي يمكن توجيهها عند مراقبة الخطوة - والانتهاء من الخطوة.

## مثال هذه التساؤلات: سل نفسك أولاً:

ماذا أحتاج في المرات القادمة؟

ما هي الأهداف التي أريد تحقيقها في المرات القادمة من سلوك؟

ما هو التعديل المطلوب في الخطة طريق التنفيذ؟ المواعيد المكان

الأشخاص؟

هل تم إضافة سلوك جديد للأطفال أو الطلاب خلال الخطة؟

هل تم استخدام أفكار مساعدة للأطفال أو الطلاب لتحسين الحياة؟

هل أنا قادر على استخدام إستراتيجيات جديدة والاستمرار؟

## سؤال عن الخطة:

1- هل تم توفير كل المعلومات الضرورية للخطة؟

2- هل تم مراجعة كل التعديلات اللازمة في الخطة خلال التنفيذ؟



3- هل لاحظت زيادة في عدد المشتركين في النشاط هل أهد قدم لك الشكر

هل لاحظت بعض التغيرات في السلوك؟

### سير خطة العمل:

ضع قائمة باخطوات التي عليك استكمالها لكي تنفيذ خدتك - ولا تنسى

ما قلنا:

1- تشرح خطتك ودور كل فرد للطلاب أو الأطفال المشتركين في الخطة.

2- التواصل مع الأفراد الآخرين - وتأكد أن كل فرد عرف دوره في الخطة

وأنه حصل على كل ما تحتاج إليه للتنفيذ - تعريف أثر الخطة ونتائجها

المطلوب مثال ذلك.

ماذا تريد أن يحدث الآن؟ بواسطة من؟ متى يتم؟

وهي خطوات تنفيذ وتوزيع الأدار حيث إننا نتعلم أنواعاً جديدة من السلوك أو تغير أنواع من السلوك أو منع مشكلات - وتهدف الخطة إلى تحسين الحياة - وتوفير السعادة وعند بدء العمل علينا أن تعول ماذا ستفعل الآن؟ - وبعد ذلك تفعل وعلينا الاستمرار - في حالة وجود صعوبة في تنفيذ جزء من الخطة علينا التوقف في تنفيذ هذا الجزء - والاستمرار في الخطة - ومن المهم مراجعة الخطة من فترة إلى أخرى والتأكد من أن كل العاملين في تنفيذ الخطة يستخدم الخطة لتحقيق الهدف منها.

وعليه الصبر في تنفيذ الخطة لأن السلوك الإيجابي يحتاج إلى وقت للظهور ويحتاج إلى تغيير فكر وغرس قيم جديدة وسلوك الماضي يحتاج إلى صبر وجهد في التغيير.

وقد تلاحظ خلال تنفيذ الخطة بعض السلوك السلبي أو الخاطئ - وعلينا أن نختار دعم هذا السلوك بسلوك إيجابي آخر في الوقت المناسب - أو

الاستعلام لهذا السلوك لذا الأمور تسير لتعديل الخطة لدعم السلوك  
 الإيجابي لمعرفة أسباب هذا السلوك وما تحتاجه الخطة من دعم ومرونة -  
 وهذا يساعد لعدم وجود مقاومة في تنفيذ الخطة - وظهور مشكلات كثيرة  
 عند تطبيق الخطة التي تم وضعها - وهذا للأسباب الآتية:

1- إن وضع الخطة ب هدف المستقبل ومنع المشكلات.

2- النتائج الفورية غالباً تكون قليلة.

3- المطلوب أن يعيش الطلاب والأطفال مواقف تساعد على تغيير

سلوكهم عن طريق تغيير الفكر وأسلوب الحياة - واكتساب مهارات جديدة

وهو الأمر الذي يستغرق وقتاً ومع التسليم بكل ذلك فإنه من المهم لنا من

الصبر وبذلك الجهد لتحقيق الثابت في تنفيذ الخطة.

## تغذية الخطة:

وهي الإضافة المطلوبة لخطة من خلال سير الخطة أو في المرات القادمة وهي

تتم عن طريق مراقبة تنفيذ الخطة لتحقيق الهدف - وكيفية تحسين السلوك

والعمل ومن المراقبة تحصل على المعلومات التي تساعد على تحسين الخطة.

وخلق أهداف تحتاج إلى تعديل أو تغيير - أو منع المشكلات - واكتشاف

المواقف الجديدة التي يتم وضعها في الاعتبار هذه المعلومات تساعدنا

على وضع إستراتيجيات جديدة بعد مراقبة الخطة - تحتاج إلى نشاط مراقبة

## التائج؟

وعلىنا أن نسأل أنفسنا بعض الأسئلة للتأكد من تحقيق بعض الأهداف:

1- ماذا ستفعل في المرات القادمة وما هي احتياجات الخطة.

2- من خلال الخطة من هم الأفراد الذين سوف أحتاج إليهم وما هو

العكس؟

3- متى شعرت بالإحباط؟

4- ما هي المهارات التي تحتاج إليها - ويجب دعمها - النقد الذاتي.

5- بعد الانتهاء هل سألك أحد الأفراد متى المرة القادمة - تحتاج يوماً

آخر؟.

6- هل سألت نفسك هل المكان كان مناسب (نعم - لا) هل كانت الخطة

مناسبة للطلاب والشخصيات الحاضرة (نعم - لا) هل كانت المشكلات

الجديدة بسيطة (نعم - لا).

### وبعد ذلك:

هل وضعت في اعتبارك كل شيء مهم للمرة القادمة وتحتاجه وما هم

الأشخاص الذين تحتاج إليهم؟

وقبل أن تواصل الحديث عن الأهداف التي تسعى إليها لوضع الخطط لتحسين الحياة - ومعرفة الإستراتيجيات لمنع المشكلات عن طريق تغيير الظروف المرتبطة بالسلوك المشكل لاستبداله بدائل أكثر إيجابية - بعد معرفة أسباب السلوك المشكل.

هل وجدت سلوك تريد تغييره في أطفالك داخل المؤسسة التي تعمل بها؟

هل فكرت في الأشخاص الذين سوف أحتاج إليهم؟

هل فكرت في الأماكن التي تريد وضع خطط لتغييرها لأنها تسبب مشكل

للأطفال.

هل فكرت في مهارات الأطفال الذين تتعامل معهم للمساعدة في تنميتها

للاستفادة من تحسين حياتهم وحياة الآخرين ليكونوا سعداء؟

هل وظفت خطة عمل لوضع استراتيجيات موضع التنفيذ؟

هل قررت كيفية جمع المعلومات عن الأهداف التي تريد تحقيقها لتحسين

الحياة؟

هل قررت كيفية الاستفادة من هذه المعلومات لصالح الخطة؟

هل قررت كيفية مراقبة تنفيذ الخطة للوصول إلى الهدف؟

هل قررت مراقبة النتائج لتحسين الخطة؟

وبعد أن عرفنا - أهدافنا لتحسين السلوك وتحسين الحياة - يدعم السلوك

الإيجابي الذي هو معرفة أسباب المشكل ومعرفة أسباب السلوك السلبي

إليك بعض النماذج - من الأهداف لتحسين الحياة داخل مؤسسة تعليمية

والهدف من هذه النماذج هو:

1- معرفة الهدف السلوكي المطلوب تعديله.

2- كيفية جمع المعلومات وتحليلها بسبب المشكلة والسلوك المالي.

3- كيفية وضع الخطة بناءً على المعلومات وتحليلها.

4- كيفية وضع الخطة والبدء بالأولويات لاحتياجات لتنفيذ الخطة.

**القصة:** بعد انتهاء الفسحة الدراسية فناء المدرسة به جمع من أكياس

الشيبيسي والشمعدان وجميع أنواع الحلويات التي تباع في كشك البيع في

المدرسة.

هدفي تغيير السلوك السلبي للأطفال بالمحافظة على نظافة المكان، هدفي تغيير

سلوك سلبي إلقاء المهملات إلى سلوك إيجابي وهو المحافظة على نظافة

المكان.

**المطلوب:** جمع المعلومات لمعرفة أسباب هذا السلوك.

الطرق التي استخدمتها لجمع المعلومات:



1- الملاحظة 2- سؤال الطالب لماذا فعلت هذا السلوك.

3- السلوك المعرفي - لماذا الفناء نظيف قبل الفسحة ولماذا به كثير من

القمامة بعد الفسحة؟

4- من فعل هذا السلوك - ماذا تتوقع وماذا تريد ليبقى الفناء نظيف بعد

انتهاء الفسحة الدارسية؟.

### وضع الخطة:

بعد معرفة الهدف هو المحافظة على نظافة المكان.

وبعد معرفة المعلومات عن سبب عدم النظافة والسلوك السلبي.

يتم تحليل المعلومات - لمعرفة الخطة لمنع عدم النظافة في الفناء بعد الفسحة.

### الخطة: الأولويات:

1- وجود أماكن لوضع المهملات في أماكن كثيرة وواضحة في متناول

الأطفال [خطة خاصة بالمكان].

2- عمل لوحات عن النظافة في أماكن محددة؟.

3- تنمية الفكر الإيجابي - عن طريق استغلال الأشخاص.

مثال ذلك: 1- الإذاعة المدرسية 2- رائد الفصل قبل بدء الدرس 3-

الكتاب المدرسي.

4- الطلاب القيادات عن أهمية النظافة 5- بعض المشرفين في المدرسة

التنبيه لمن يقوم بالسلوك السلبي التنبيه الفوري 6- القدوة قيام بعض

المشرفين بالذهاب إلى صندوق القمامة أمام الطلاب لتعلم السلوك الإيجابي

- وبعد أن عرفنا هدفنا وجمعنا المعلومات وتم تحليلها ووضعنا الخطة -

علينا مراقبة النتائج - لوحظ أن بعض الطلاب تذهب إلى صناديق القمامة

القريبة منه لوضع الورقة زيادة القمامة في الصندوق بعد أن كانت فارغة -

وجود بعض الطلاب المهتمين بالنظافة خلال المقابلة الشخصية معهم وجود

فكرة المكان النظيف والسلوك الإيجابي - الفناء بعض انتهاء الفسحة

الدراسية قل فيه حجم الورقة.

بعد مراقبة النتائج نعمل على تحسين الخطة - التي تهدف إلى تحسين السلوك

السلبى وهو عدم النظافة.

1- ربما تحتاج إلى زيادة عدد صناديق القمامة وتوزيعها على بعض الأماكن

المهمة.

2- التوعية الفكرية لزيادة السلوك الإيجابي.

3- التحفيز عن طريق الشكر - المسابقات المقترحة.

والآن هل عرفت كيفية تحديد الأهداف وسير الخطة بعد جمع المعلومات وتحليلها لمعرفة الأولويات وكيفية مراقبة الخطة - لتحسين النتائج.

1- إحساسك بالمسؤولية.

2- الإبداع فيما تفعل.

3- الموضوعية وأهمها عدم الإسقاط وتحيز لفكرة سلبية أو قديمة في معتقداتك.

4- الرغبة في تحسين حياتك أولاً وحياة الآخرين والحب في العطاء والتسامح - مع الآخرين وهو سرًا بين العبد والرب.

بعد أن عرضنا في الحالة السابقة كيفية دعم السلوك الإيجابي بمعرفة أسباب عدم نظافة فناء المدرسة بعد الفسحة الدراسية - وتم المساعدة بعد تحديد الهدف وجمع المعلومات - وتحليل المعلومات - معرفة الأولويات ووضع

الخطوة موضع التنفيذ - ثم مراقبة النتائج لتحسين الخطوة - للوصول إلى

الهدف الذي هو تحسين الحياة.

### والآن نموذج آخر في دعم السلوك الإيجابي:

والهدف من هذا النموذج هو توضيح كيفية تحديد الأهداف والوصول إليها

تحسين حياتك وحياة الآخرين يكون إحساسك بالمسؤولية - أنك أنت

المسؤول عن تحسين سلوك الآخرين - ومنع المشكل - والمساعدة لتحديد

أهدافهم - والمثال السابق هو عن نظام الشخصية التي هي سلوك إنسان

أولا - والمثال التالي هو التعود على النظام وهو سلوك إيجابي - مهم للحياة -

أول طرق النجاح هو النظام في كل شيء - النظام في المؤسسة التعليمية التي

أنت فيها هو تعود من الجميع على هذا السلوك فعليك أ، تختار سلوك سلبي

يحتاج إلى تعديل أو إلغاء - أو تطوير - يكون هدف في خطتك - فسل

نفسك هل تبدأ في الملاحظة؟ وأنا اختر لك سلوك الطلاب خلال الشراء من

الجمعية التعاونية بطريقة غير منظمة تؤدي إلى مشكل التزاحم - بسبب سلوك غير إيجابي - يحتاج إلى تعديل لتعود الطلاب على نظام في السلوك - هنا - بداء.

**أولاً:** من خلال الملاحظة والإحساس بالمسؤولية التي هي واجب -

في عمل وهي تحسين حياة الآخرين - وتعديل السلوك - وتغير

السلوك - وإضافة سلوك جديد منظم - ثم ملاحظة عدم النظام

والتزاحم والتسابق والصوت العالي وأخذ مكان الآخرين - فحددت

هدفي هو تعديل هذا السلوك - بعد معرفة هدفي وهو تعديل السلوك

خلال الشراء كان هدف محدد واضح - وله إستراتيجية بعيدة المدى

وهو تعود الجميع على احترام النظام - داخل المدرسة - أو المؤسسة

وخارجها في الشراء لتحسين الحياة.

**ثانياً:** الخطة الثانية هي جمع المعلومات لمعرفة الأسباب لدعم

السلوك الإيجابي للوصول إلى الهدف وهو تعديل هذا السلوك المشكل.

**ثالثاً:** بعد جمع المعلومات - يتم تحليل المعلومات - لوضع الخطة -

ومعرفة الأولويات للبدء في التنفيذ.

ويتم جمع المعلومات عن طريق الملاحظة - للموقف المشكل - معرفة

المكان - السبب للمشكل - السلوك - والطريقة الثانية جمع المعلومات -

هو السؤال أو المقابلة.

سؤال الآخرين عن أسباب هذا السلوك العاملين في المكان المشرفين على

المكان - الطلاب المستخدمين لهذا المكان - وهي معلومات يتم تحليلها -

لمعرفة كيفية تعديل السلوك للوصول لتحسين الحياة - ومنع وقوع مشكل

بسبب هذا السلوك مثال ذلك.

سؤال العاملين قال أن سبب التزاحم - خلال الفسحة الدراسية هو:

1- المكان صغير - الجمعية في مكان غير مناسب - الوقت قليل للشراء -

صغر منفذ الشراء - وجود شباك واحد.

ومن خلال هذه المعلومات يمكن تحليلها لمعرفة الأولويات لاحتياج تعديل

هذا السلوك المشكل.

2- سؤال بعض الطلاب قال أن البائع لا يهتم بعمله ويقوم خلال البيع

بالتحدث في المحمول - والتحدث مع مشرف آخر ويترك الطلاب - عدم

أخذ النقود بالنظام وعدم وضوح المنتجات في مكان واضح للشراء عدم

وجود بعد السلع مما يؤدي إلى الرجوع وعدم الشراء بعد الوصول إلى

الشباك.



وهذه بعض المعلومات التي يجب تحليلها - من خلال التحليل يمكن وضع الخطة ومعرفة الأولويات - لتنفيذ الخطة.

### كيفية وضع الخطة :

بعد معرفة الهدف - هو تحسين السلوك السلبي والمشكل من خلال الشراء من الجمعية وبعد معرفة المعلومات التي هي احتياجات لتعديل السلوك يتم وضع الأولويات للخطة: مثال ذلك:

إمكانية - تغيير مكان البيع - تعديل مكان البيع - زيادة منافذ البيع، إن أمكن.

تعديل سلوك المشرفين على البيع - العرض بطريقة مناسبة.

تعديل سلوك الآخرين عن طريق التوعية بأهمية النظام - واحترام الدور

والآخرين - عن طريق عرض سلوك الآخرين - في الإذاعة في ندوات عن

السلوك - استغلال النظام في الحياة - عن طريق الخطة في الفصل - مع رائد  
الفصل - يتم تنفيذها.

وبعد وضع الخطة - ماذا تعتقد؟ - لتعديل السلوك - ما هو وضعك لهذا  
السلوك - ما هي النتائج المتوقعة لتعديل السلوك؟

تحسين السلوك - وتحسين الحياة - هي مهمتي الأولى في عملي.

إحساس الآخرين بالسعادة هي مهمة من مهامك في الحياة.

بعد عرض هذه الحالة لتوضيح كيفية - تحديد الأهداف - ووضع الخطة

والأولويات وجمع المعلومات وتنفيذ الخطة على أساس المعلومات - ومراقبة

الخطة لتعديلها إذا احتاجت - ومراقبة النتائج - لتحسين الحياة والخطة في

المررة القادمة عليك أن تسأل نفسك ماذا تحتاج - في الخطة القادمة - لتعديل

السلوك - أو تغيير سلوك - أو منع مشكل؟ ما هو الاهتمام بتحديد في المرة

القادمة - من سلوكيات 1- سبباً للخطر 2- سلوك مدمر 3- سلوك مزعج 4- مقززا [مقرف] 5- سلوك غير ملائم لمرحلة النمو 6- عدم الثقة بالنفس 7- أفكار سلبية 8- ماذا تريد أن يتغير.

بعد عرض بعض السلوكيات يجب أن يكون لذلك أهداف واسعة المستقبل في سلوك الطلاب ولكن يجب أن يكون الطالب نفسه وليس أنت - أو أحد والديه أي الموضوعية في الأهداف والخطة - وتقييم النتائج - والبعد عن الفكر السلبي - والتعصب - وأن نسأل أنفسنا كيف يمكن أن نساعد الآخرين - وكيف يمكن أن نساعد أنفسنا في تنظيم علاقتنا بالآخرين - وعلينا أن نسأل أنفسنا لماذا فعل الآخرين هذا السلوك؟.

## وأخيرا:

الهدف هو الارتقاء بحياة الآخرين عن طريق تحسين السلوك عن طريق تغير

السلوك السلبي إلى سلوك إيجابي - والسلوك هو كل ما يفعله الإنسان من

قول وفعل.

وعن طريق منع المشكلات وعن طريق كيفية التواصل مع نفسك أولا

والآخرين ثانيا عن طريق معرفة أهداف وكيفية جمع المعلومات عن أهدافي

وكيفية الاستفادة من المعلومات لتحقيق أهداف للوصول إلى حياة سعيدة -

وتحسين نوع الحياة.

وإليك حالة أخرى تكون أهدافها أكثر شمولا للجميع وتنظر إلى إستراتيجية

تخدم الوطن والمواطن - وهي تعود إلى السلوك الذي هو هدفنا في تعديله أو

تغيير - أو منع المشكل قبل أن تقع.

في جميع الأماكن العامة توجد دورات للمياه يتم استعمالها من الجميع ويتم التعامل مع هذا المكان بسلوك سليم - يحتاج إلى تعديل في هذا السلوك وهذا هو هدفي الذي لاحظت من خلال عملي - وعلمي - وإحساسي بالمسؤولية فيما أفعل أن أمنع - أو أعول - هذا - السلوك أو يتم تغييره - لمنع وقوع المشكلة - فالسلوك في بعض الأحيان في هذا المكان يكون:

1- مسبباً للضرر، ترك المياه لعدم غلق الحنفية جيداً، يؤدي إلى غرق المكان بالمياه وعدم قدرة الآخرين على الاستعمال.

2- مسبباً للضرر، الإسراف في المياه مسبباً ضرراً إستراتيجياً للبلاد من كثرة استعمال المياه بدون حاجة.

3- مسبباً للقرف بسبب المياه التي هي عنصر من عناصر النظافة يعيب المكان غير صالح للإستعمال للآخرين.

بعد أن عرفت هدي في - في تغييره تعديل السلوك علينا أولاً - جمع المعلومات:

1- جمع المعلومات عن هذا السلوك - موضوع الخطة لتعديل السلوك - أو

تغييره لمنع وقوع المشكل.

2- **إدارة المعلومات:** وتتم إدارة المعلومات التي حصلت عليها من

خلال الملاحظات والمقابلة في وضع الخطة.

احتياج المكان إلى صيانة دورية - احتياج الإنسان إلى الإحساس بالمسؤولية

- والتوعية - سؤال الناس عن سبب السلوك المشكل وكيفية علاج هذا

السلوك.

تنمية الوعي المعرفة بكيفية المحافظة على المكان مثل سؤال ماذا تفعل عندما

تجد المكان غير نظيف - المياه غير موجودة - وتكون الأسئلة لتنمية الوعي

المعرفي لزيادة الإحساس بالمسؤولية - ومدى الضرر الذي يعود على

الآخرين - ويعود عليك بسبب فعل الآخرين - زيادة عدد وسائل التوعية

لتعديل السلوك مثل اللافئات - الإرشادات - المقابلات الشخصية.

وبعد جمع المعلومات وتحليلها يبدأ في وضع الخطة موضوع التنفيذ - وكيفية

البدء في الخطة:

1- تحديد الأولويات.

2- ماذا أعتقد لتعديل هذا السلوك السلبي.

3- الأشخاص الذين أحتاج إليهم.

4- ماذا يحتاج المكان ليكون أكثر راحة - وإيجابية.

5- الطريقة التي أوجه بها الناس.

6- كيفية مواجهة السلوك السلبي - العقاب.

7- ما هو التغيير المتوقع في البداية؟.

بعد البدء في المخططة يجب مراقبة النتائج التي حدثت في تنفيذ الخطة وكيفية التطوير ومعرفة النتائج مثال ذلك احتياج المكان إلى صيانة أكثر - قلة كمية المياه المستخدمة بسبب عدم الإسراف في المياه وغلق مصادر المياه والصيانة المستمرة يؤكد أن الخطة - تبشر بالنتائج.

زيادة الحافز لتحقيق الأهداف - عن طريق إعلان أرقام عن استهلاك المياه تنمية الإحساس لوجود المكان نظيف - الإعلان عن الشكر لنظافة المكان.

### وبعد أن عرفت:

النتائج والمطلوب لتحديد الخطة - عليك أن تسأل ماذا سأفعل بعد ذلك.

### التوصيات:

1- دعم السلوك الإيجابي هو عملية يكون استخدامها للارتقاء بحياة

الآخرين - ولتحسين الحياة وعدم وقوع مشكلات - ذلك بتحديد الأهداف



التي تحسن السلوك - فيتم تحسين السلوك داخل الأسرة والمؤسسة -

والشارع - وهي عملية تغيير إلى الأحسن.

2- الآن هل لديك رؤية وتوقعات محددة للسلوك المطلوب تعديله؟ لنبداً

بالعلم؟.

3 هل حدد المكان المطلوب تعديل السلوك فيه؟ هل حدد الزمان - الموعد.

4- هل فحصت جيداً المعلومات وعرفت أسباب السلوك المشكل -

ووضعت تغييرات مطلوبة.

5- هل أنت على استعداد للنظر في السلوك المشكل.

6- أن تغير السلوك بصورة جيدة يتطلب منا أيضاً تغير سلوكنا بوصفة

خاصة كيف نلاحظ وكيف تستجيب للمواقف الصعبة - ونتقبل الفكر

الجديد ونكون قادرين على النظر بموضوعية إلى المواقف والسلوكيات

وأسباب حدوثها، ثم بعد ذلك تكون على استعداد لإدارة وضبط سلوكنا

حيث نستطيع أن نكون صابرين وناجحين ونسأل أنفسنا - هل كنا

موضوعيين في المساعدة - هل كنا قدوة في السلوك - هل عرفنا رغبات

الآخرين - هل عرفنا أسباب السلوك المشكل؟ كيف يمكن مساعدة

الآخرين في تعلم صنع القرارات الجيدة؟ تنظيم الذات - تنمية القيم -

تعليم أسس دعم السلوك الإيجابي.

إن دعم السلوك الإيجابي هو إطار وعملية يمكن استخدامها للارتقاء بحياة

الآخرين وأسرنا وتحسين سلوك أطفالنا الذين يواجهون مشكلات سلوكية

- ويمكن استخدام دعم السلوك التي تؤثر على سلوك أعضاء أسرنا وعمل

التغييرات اللازمة في استجاباتنا لتشجيع السلوك الإيجابي ومقاومة السلوك

المشكل، فإذا ما استخدمنا دعم السلوك الإيجابي في حياتنا اليومية وصنع

قراراتنا يمكننا تحقيق حياة أكر متعة وأكثر إشباعا.

والآن عليك أن تسأل نفسك ماذا تريد؟ من أين أبدأ؟ ما هو المطلوب

تعديله في نفسي أولاً؟ هل جمعت المعلومات جيداً؟ ما هو المطلوب تغييره أو

تعديله أو منع وقوع المشكلة لأسرتنا - ولا غيرنا - هل أنا على استعداد

للنظر فيما وراء سلوك أطفالنا المشكل.

هل أنا على استعداد لتغيير هذا السلوك المشكل؟ هل أنا على استعداد لتعليم

أطفالنا تعديل السلوك السلبي إلى سلوك إيجابي وهل الوقت مناسب لهذا

الفعل؟

هل أنا على استعداد لمساعدة كل الأفراد الذين حوّلوا للنجاح في منع

المشكلات أو تعديل سلوك سلبي إلى سلوك إيجابي وهل الوقت مناسب لهذا

الفعل؟.

هل أنا على استعداد لمساعدة كل الأفراد الذين حوّلوا للنجاح في منع المشكلات أو تعديل سلوك سلبي أو تغيير سلوك سلبي إلى إيجابي - هل أنا قادر للنظر بموضوعية إلى جميع المواقف للوصول إلى فهم أفضل لحدوث السلوكيات وأسباب حدوثها لتكون جاهزة وعلى استعداد لإدارة وضبط سلوكنا؛ حيث نستطيع أن نكون صابرين وناضجين، حتى في الظروف الصعبة ولهذا علينا أن نسأل أنفسنا ونوجه أنفسنا ونقيم سلوكنا - وردود أفعالنا.

وعلىنا أن نسأل أنفسنا:

هل نحن نموذجاً للسلوك الإيجابي الجيد؟

هل نحن نتحدث ونسلك سلوكاً وطريقاً إلى السلوك الجيد أم العكس؟

هل نحن نشجع أطفالنا على الاعتماد على أنفسهم وفهم أسباب السلوك

المشكل والسلبى - ونتائج السلوك الإيجابي مثال ذلك:

عند وقوع مشاجرة بين الأطفال بسبب السب والألفاظ غير المهذبة - هل

سألنا أنفسنا: هل نحن نقول هذه الألفاظ أمام أطفالنا أم لا - وما هي ردود

أفعال أطفالنا عند إغضابهم - يكون الرد من غضبنا فعلينا الالتزام بالسلوك

الجيد لنكون قدوة في كل شيء.

وتكون قدوة للأطفال والمساعدة على إدارة سلوكهم ليكونوا سعداء أصحاب

أكفاء مسؤولين منتجين ومستقلين وعندما يكون أطفالنا أكثر إستقلالية فإنه

من المهم أن يتعلموا كيفية تنظيم سلوكهم وصنع لقرارات صحيحة فنحن

لا نستطيع صنع كل القرارات لأطفالنا ومن الأفضل أن نقوم بتوجيههم

وتمكين أطفالنا بالتعليم - لنقل التدخل في قراراتهم - وهذا يتم عن طريقين:

1- تنمية القيم الشخصية التي يمكن أن يستخدمها أطفالنا لترشدهم إلى

كيفية التصرف مثل الصدق - الأمانة - المنهج العلمي - المحافظة على  
الصحة - الأصدقاء.

2- تعليمهم معرفة الأسباب والنتائج المرتبة عن السلوك عن طريق عدم  
السلوك الإيجابي لمعرفة أسباب هذا السلوك حتى يستطيعون فهم وإدارة  
سلوكهم، مثال ذلك معرفة أسباب غضب الوالدين في حالة التأخر - في  
حالة السهر الكثير - استعمال المحمول والكومبيوتر بطريقة خاطئة.

## 7- من أهدافنا تنمية القيم الشخصية:

والقيم الشخصية الضرورية التي يمكن لأطفالنا استخدامها في تقييم  
وتوجيه أفعالهم، مثال - الإحساس بالمسؤولية - الإحساس بالمخاطر -  
الإبداع في حل المشكلات - رهافة الحس للآخرين - الصحة العامة -  
النظافة الشخصية - المكان - تنظيم الوقت - إدارة الذات - معرفة  
الأولويات مثل أيام الامتحانات - احترام المواعيد - ماذا يفعلون عندما

- يفعلون شيئاً خطأ - احترام وجود الآخرين - مثال: لمس الآخرين برفق -
- احترام الحيز الشخصي لعرض المساعدة - المجاملات - التحية والسلام -
- احترام الفروق الفردية واحترام الرأي الآخر - الاستماع إلى الآخر - وهذا يتم عن طريق البدء بأنفسنا في تنفيذ هذه السلوكيات وتقديم على حسن
- معاملة الأطفال - حسن معاملة الآخرين أمام الأطفال - توجيه السلوك الإيجابي للأطفال.

- وعلينا أن نسأل الأطفال: ماذا سوف يحدث إذا فعلت هذا السلوك السلبي؟
- نسأل ما هي النتيجة المتوقعة لو فعلت هذا السلوك؟ مثال ذلك: ماذا سوف يحدث في حالة عدم حضور الحصة في الموعد المناسب؟ ماذا سوف يحدث إذا لم أغلق حنفية الماء جيداً؟ ماذا سوف يحدث إذا قمت بضرب زميلي بقوة؟ وبهذه التوجيهات المستمرة كدرس خصوصي يساعد الأطفال على مساعدة أنفسهم لتقييم سلوكهم - في أي وقت البعد عن السلوك المشكل

ومساعدة الأطفال على تطبيق المبادئ الأساسية للسلوك، وهذا يساعد أطفالنا على دعم السلوك الإيجابي ووضع الأفكار الإيجابية والإستراتيجيات على أنفسهم، ويتم توضيح كل السلوكيات الموجهة للأطفال بهدف استخدام هذه المعرفة لتغيير سلوكهم - وكما يمكن أن نشجع أطفالنا على أن يسألوا أنفسهم أسئلة من نوع ماذا كان يحدث عندما تصرفت بتلك الطريقة، كيف كان تصرفي أثناء هذه الظروف؟ وهل كان هناك طريقة أفضل؟ ماذا حققت بطريقتي في السلوك؟ وماذا تجنبت؟ بهذه الطريقة والمعرفة يمكن لأطفالنا أن يطوروا خططاً لسلوكهم ويمكنهم من المشكلات من الحدوث بتغيير الظروف التي تعمل على تفجير المشكلات الخاصة بسلوكهم - وتعديل نتائج سلوكهم ويتعلم الأطفال مهارة ضبط النفس وتحسين السلوك - ولا تقدم لهم النتائج جاهزة وعدم الاعتماد على الآخرون في حل المشكلات.. ونعلم أطفالنا حرية الاختيار وكيف يتصرفون ويفكرون -



وكيف يوقفون سلوكهم في كل الأوقات، ولكي ينجحوا في ذلك لا بد وأن

نستمع إليهم بعناية - ونوجه انتباهنا لأطفالنا ونحاول أن نفهم ماذا

يواجهون.

### **العمل مع الآخرين لتحسين السلوك:**

إن أحد المتطلبات المهمة - وغالبا ما تكون أصعب المهام - لتنفيذ دعم

السلوك الإيجابي هو أن يجتمع الجميع - مع فريق العمل المهمتين بتحسين

السلوك ودعم السلوك الإيجابي - وتحسين الحياة - بالاتفاق بالالتزام

بالأهداف والإستراتيجيات الخاصة بخطط دعم السلوك - ونحن العاملين

على تحسين الحياة نحتاج إلى الآخرين مثل المدربين والمدرسين والعاملين في

المجال وبالأسرة وغيرهم لتنفيذ الخطط لتحقيق الأهداف - والسير على

نظام واحد.

## وهذه المشكلات أو الصعوبات :

1- التوجهات الخاصة والمواقف الخاصة التي تقابلنا وأنواع السلوك.

2- انشغال البعض في مهام خاصة.

3- وجود أشخاص غير راغبين.

4- بعض العلاقات الشخصية السلبية.

5 عدم الانجذاب لبعض الأفكار.

ويجب العمل على إنهاء هذه التحديات بتدريب الأفراد المشتركين والاستماع

الجيد للأفكار ترتب الأمور للنجاح - العمل على الالتزام بتحقيق أهدافنا

باستخدام الإستراتيجيات - العمل على ضم بعض الأفراد الذين يمكنهم

المساعدة على تحقيق الأهداف - الاعتراف بالفروق الفردية بين الأفراد -

واختلاف الأسلوب وطريقة التنفيذ - العمل على تقسيم الأهداف -

والخطط - والمسؤوليات.

التواصل بشكل جيد بطريقة ثابتة عن طريق الحديث مع بعض أعضاء الفريق - وضع اجتماع تمهيدي قبل التنفيذ - توزيع الأدوار والملاحظات - عرض الأفكار والحاجات - العمل على حل المشكلات معاً - أخذ القرارات معاً - عدم توجيه اللوم لبعض أعضاء الفريق والاستمرار في التواصل خلال التنفيذ.

العمل على فهم السلوك لمنع الصراعات المستقبلية مع أعضاء الفريق.  
العمل معاً على الاستفادة لتحسين السلوك في الخطط المستقبلية.

### وأخيراً - المهم:

- 1- فهم السلوك والانفتاح على وجهات النظر للآخرين - التواصل مع الآخرين - استخدام العلم للسلوك (ماذا - أين - متى - من - لماذا).
- 2- أن تكون فاعلاً في منع المشكلات عن طريق تنظيم حياتنا.

3- تعليم المهارات - النظر إلى المشكلات السلوكية ببساطة - إشباع حياتنا

- واحتياجاتهم - وعلينا بالتطوير والتغيير والتجديد.

4- التصرف الموجه إلى الهدف أن يكون تصرفنا متعمد لتشجيع السلوك

الإيجابي لتحقيق الهدف لتحسين حياة أطفالنا في المستقبل فعلياً أن نسأل

أنفسنا ما هو الهدف؟.