

تحليل السلوك التطبيقي (ABA)



تابعنا لمعرفة آخر المستجدات

ما هو تحليل السلوك التطبيقي؟

تحليل السلوك التطبيقي (ABA) هو مجال يعتمد على علم التعلم والسلوك.

يساعدنا مجال تحليل السلوك على فهم:

- كيفية عمل السلوك
- كيفية تأثير السلوك بالبيئة
- كيفية التعلم

مجال تحليل السلوك التطبيقي يطبق فهمنا لكيفية عمل السلوك في المواقف الحقيقية. الهدف هو زيادة السلوكيات الجيدة وتقليل السلوكيات الضارة أو التي تؤثر على التعلم.

يمكن أن تساعد برامج تحليل السلوك التطبيقي في:

- زيادة مهارات اللغة والتواصل.
- تحسين الانتباه والتركيز والمهارات الاجتماعية والذاكرة والمهارات الأكاديمية.
- تقليل المشاكل السلوكية.

تم استخدام طرق تحليل السلوك التطبيقي ودراساتها لعقود من الزمن. لقد ساعدت الطرق على اكتساب الأشخاص مهارات مختلفة من المهارات الاستقلالية والحياة الصحية إلى تعلم لغة جديدة. استخدم الأخصائيين مجال تحليل السلوك التطبيقي لمساعدة الأطفال ذوي التوحد والاضطرابات النمائية ذات الصلة منذ الستينيات.

مجال تحليل السلوك التطبيقي:

يتضمن مجال تحليل السلوك التطبيقي العديد من الاستراتيجيات لفهم السلوك وتغييره. تحليل السلوك التطبيقي هو مجال مرن بحيث:

- يمكن تكييفه لتلبية احتياجات كل فرد على حده.
- يتم توفيره في العديد من الأماكن المختلفة، في المنزل والمدرسة والمجتمع.
- يعلم المهارات المفيدة في الحياة اليومية.
- يمكن أن يشمل على التدريس الفردي أو الجماعي.

التعزيز الإيجابي:

التعزيز الإيجابي هو أحد الاستراتيجيات الرئيسية المستخدمة في مجال تحليل السلوك التطبيقي. عندما يتبع السلوك شيئاً ذو قيمة (مكافأة) فمن المرجح أن يكرر الشخص هذا السلوك؛ وبمرور الوقت يشجع هذا على زيادة السلوك الإيجابي والجيد. أولاً: يحدد الأخصائي السلوك المستهدف. في كل مرة يطبق الشخص السلوك أو المهارة بنجاح، يحصل على مكافأة. من المهم أن تكون المكافأة معززة ومحبة للشخص مثل المدح والثناء أو لعبة أو كتاب أو مشاهدة مقطع فيديو أو الخروج إلى ساحة الألعاب أو أي مكان آخر محبب للشخص. تشجع المكافآت الإيجابية والمحبة الشخص على الاستمرار في استخدام السلوك أو المهارة؛ وبمرور الوقت يؤدي هذا إلى تغيير سلوكي ذو معنى.

السوابق، السلوك، التوابع

ما يحدث قبل السلوك، السلوك، ما يحدث بعد السلوك (النتيجة):

يعتبر فهم السوابق (ما يحدث قبل حدوث السلوك) والتوابع (ما يحدث بعد السلوك أو النتيجة) جزءاً مهماً من أي برنامج تحليل السلوك التطبيقي.

تساعدنا الخطوات الثلاث التالية على فهم السلوك وتعليمه:

1. السابق: هو ما يحدث قبل السلوك المستهدف مباشرة. يمكن أن يكون لفظياً، مثل أمر أو طلب. يمكن أن يكون أيضاً مادياً، مثل لعبة، أو ضوء، أو صوت، أو أي شيء آخر في البيئة. السابق قد يأتي من البيئة، أو من شخص آخر، أو يكون داخلياً (مثل فكرة أو شعور).
2. السلوك الناتج: هو استجابة الشخص أو عدم استجابته لسابق السلوك. يمكن أن يكون فعلاً أو استجابة لفظية أو أي شيء آخر.
3. التابع (النتيجة): هذا ما يأتي مباشرة بعد السلوك. يمكن أن يشمل التعزيز الإيجابي للسلوك المرغوب، أو عدم وجود رد فعل للاستجابات إذا كانت غير الصحيحة / غير المناسبة.

يساعدنا النظر إلى الثلاث خطوات السابقة على فهم:

1. لماذا قد يحدث السلوك؟
2. كيف يمكن لنتائج السلوك المختلفة أن تغير احتمالية حدوث السلوك مرة أخرى؟

مثال:

- السابق: يقول المعلم "حان وقت ترتيب الألعاب".
- السلوك: يصرخ الطالب "لا!"
- النتيجة: يرتب المعلم الألعاب ويقول "حسناً".

كيف يمكن أن يساعد مجال تحليل السلوك التطبيقي الطالب على تعلم سلوك مناسب وجيد في هذه الحالة؟

- السابق: يقول المعلم "حان وقت ترتيب الألعاب".
 - السلوك: يتم تعليم الطالب أنه بالإمكان طلب وقت إضافي للعب، فيقول الطالب "هل يمكنني الحصول على 5 دقائق أخرى للعب؟"
 - النتيجة: يقول المعلم "بالطبع يمكنك الحصول على 5 دقائق أخرى!"
- مع الممارسة المستمرة، سيتمكن الطالب من استبدال السلوك غير المناسب بسلوك أكثر فائدة ومقبول اجتماعياً. هذه هي أسهل طريقة للطالب للحصول على ما يريده!

ماذا يتضمن برنامج تحليل السلوك التطبيقي؟

برنامج تحليل السلوك التطبيقي الجيد للأشخاص ذوي اضطراب طيف التوحد ليس "مقاس واحد يناسب الجميع". لا ينبغي اعتبار مجال تحليل السلوك التطبيقي كمجموعة واحدة من التدريبات. بدلاً من ذلك، يتم كتابة كل برنامج لتلبية الاحتياجات الفردية لكل شخص.

الهدف من أي برنامج تحليل السلوك التطبيقي هو مساعدة الأشخاص على تطوير المهارات والقدرات التي تساعدكم على أن يصبحوا أكثر استقلالية ونجاحاً على المدى القصير وكذلك في المستقبل.

التخطيط والتقييم المستمر:

يقوم محلل السلوك التطبيقي المؤهل والمدرّب (BCBA) بتصميم البرنامج والإشراف عليه مباشرة. حيث يقوم بكتابة خطة برنامج تحليل السلوك التطبيقي وفقاً لمهارات كل متعلم واحتياجاته واهتماماته والأشياء التي يفضلها و وضعه الأسري.

يبدأ محلل السلوك المؤهل بإجراء تقييم مفصل لمهارات كل شخص ومفضلاته. سوف يستخدم هذا التقييم لكتابة أهداف محددة. قد يتم تضمين أهداف الأسرة وتفضيلاتها أيضاً. تتم كتابة أهداف البرنامج بناءً على عمر وقدرة الفرد ذو اضطراب طيف التوحد.

يمكن أن تشمل الأهداف العديد من مجالات المهارات المختلفة، مثل:

- التواصل واللغة.
- مهارات اجتماعية.
- الرعاية الذاتية (مثل الاستحمام واستخدام دورات المياه).
- اللعب والترفيه.
- المهارات الحركية.
- مهارات التعلم والمهارات الأكاديمية.

خطة التعلم تقسم كل من هذه المهارات إلى خطوات صغيرة ملموسة. يقوم الأخصائي بتعليم كل خطوة على حدة، من البسيط (مثل تقليد الأصوات الفردية) إلى الأكثر تعقيداً (مثل إجراء محادثة). يقيس محلل السلوك والأخصائيين تقدم الشخص وذلك من خلال جمع البيانات في كل جلسة علاج. جمع البيانات يساعدهم على مراقبة تقدم الشخص نحو الأهداف بشكل مستمر. يجتمع محلل السلوك بانتظام مع الأسرة والأخصائيين الآخرين في برنامج الشخص وذلك لمراجعة المعلومات حول التقدم. يمكنهم بعد ذلك من التخطيط للأهداف المستقبلية وكذلك تعديل الخطط والأهداف حسب الحاجة.

تقنيات وفلسفة تحليل السلوك التطبيقي:

يستخدم محلل السلوك مجموعة متنوعة من ممارسات تحليل السلوك التطبيقي (ABA). يتم توجيه بعضها من قبله بينما يتم توجيه البعض الآخر من قبل الشخص ذو التوحد. يتلقى الوالدين وأفراد الأسرة ومقدمي الرعاية للطفل، التدريب حتى يتمكنوا من دعم التعلم من خلال ممارسة المهارات التي تعلمها الشخص على مدار اليوم. سوف يتوفر لدى الشخص ذو التوحد العديد من الفرص للتعلم وممارسة المهارات كل يوم. يمكن أن يحدث هذا في كل من المواقف المخطط لها والتي تحدث بشكل طبيعي. على سبيل المثال، شخص يتعلم إلقاء التحية على الآخرين بقول "مرحباً" قد يحصل على فرصة لممارسة هذه المهارة في الفصل مع الأخصائي (مخطط له) وفي ساحة الألعاب (بشكل طبيعي). يتلقى المتعلم الكثير من التعزيز الإيجابي عند أداء المهارات الجيدة والسلوكيات المناسبة اجتماعياً. ينصب التركيز على التفاعلات الاجتماعية الإيجابية والتعلم الممتع. لا يتلقى المتعلم أي تعزيز للسلوكيات التي تسبب الضرر أو تمنعه من التعلم. مجال تحليل السلوك التطبيقي فعال للأشخاص من جميع الأعمار. حيث يمكن استخدامه من الطفولة المبكرة حتى سن الرشد.

من الذي يقدم خدمات تحليل السلوك التطبيقي؟

يقدم محلل السلوك التطبيقي المعتمد من البورد الأمريكي (BCBA) خدمات تحليل السلوك التطبيقي. لكي تصبح محلل سلوك تطبيقي المعتمد من البورد الأمريكي (BCBA)، يلزم ما يلي:

- الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس أو تحليل السلوك.
- اجتياز امتحان الرخصة.
- طلب ترخيص الولاية للممارسة (في بعض الولايات).

تتضمن برامج تحليل السلوك التطبيقي أيضاً الأخصائيين أو فنيي السلوك التطبيقي (RBTs). يتم تدريب هؤلاء الأخصائيين والإشراف عليهم من قبل محلل سلوك تطبيقي BCBA. حيث أن فنيي السلوك التطبيقي يعملون مباشرة مع الأطفال والبالغين من ذوي اضطراب طيف التوحد لممارسة المهارات والعمل نحو تحقيق الأهداف الفردية التي تمت كتابتها من قبل محلل السلوك التطبيقي. قد يشار إليهم بأسماء مختلفة، مثل أخصائيي السلوك وتقنيي السلوك وغيرها.

ما هي الأدلة والبراهين على أن مجال تحليل السلوك التطبيقي فعال؟

يعتبر تحليل السلوك التطبيقي من أفضل البرامج المثبتة علمياً من قبل الجراحين العامين في الولايات المتحدة والجمعية الأمريكية لعلم النفس. تعني عبارة "مستند إلى الأبحاث" أن تحليل السلوك التطبيقي قد اجتاز الاختبارات العلمية لفائدتها وجودتها وفعاليتها. يتضمن تحليل السلوك التطبيقي العديد من الممارسات والاستراتيجيات المختلفة. تركز جميع هذه الممارسات على السوابق (ما يحدث قبل حدوث السلوك) والتوابع (ما يحدث بعد حدوث السلوك). أثبتت أكثر من 20 دراسة أن البرنامج المكثف وطويل الأمد باستخدام مبادئ تحليل السلوك التطبيقي يحسن من النتائج للعديد من الأطفال من ذوي التوحد ولكن ليس جميعهم. تشير كلمة "مكثف" و "طويل الأمد" إلى البرامج التي توفر 25 إلى 40 ساعة أسبوعياً من العلاج لمدة سنة إلى ثلاث سنوات. تظهر هذه الدراسات تطور في الوظائف العقلية وتطور اللغة ومهارات الحياة اليومية والتفاعل الاجتماعي. تظهر الدراسات التي أجريت على البالغين باستخدام مبادئ تحليل السلوك التطبيقي على الرغم من قلة عددها فوائد مماثل

هل تحليل السلوك التطبيقي مغطى من خلال التأمين الصحي؟

بعض الأحيان. هناك العديد من أنواع التأمين الصحي الخاص مطلوب منهم تغطية خدمات تحليل السلوك التطبيقي. هذا يعتمد على نوع التأمين الذي لديك والولاية التي تعيش فيها. جميع خطط Medicaid يجب أن تغطي العلاجات الضرورية طبياً للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 21 عاماً. إذا وصف الطبيب تحليل السلوك التطبيقي وقال إنه ضروري طبياً لطفلك، فيجب على Medicaid تغطية التكلفة.

أين يمكن أن أجد خدمات تحليل السلوك التطبيقي؟

للبدء، اتبع الخطوات التالية:

1. تحدث مع طبيب الأطفال الخاص بطفلك أو أي مزود طبي آخر حول تحليل السلوك التطبيقي. يمكنهم مناقشة ما إذا كان تحليل السلوك التطبيقي مناسب لطفلك. يمكنهم كتابة وصفة لتحليل السلوك التطبيقي إذا كان ذلك ضرورياً من أجل التأمين الطبي.
2. تحقق مما إذا كانت شركة التأمين الخاصة بك تغطي تكلفة برنامج تحليل السلوك التطبيقي وما هي الفوائد العائدة لك.
3. ابحث في دليل مواردنا عن موفري برنامج تحليل السلوك التطبيقي القريبين منك، أو اسأل طبيب طفلك ومعلميه للحصول على توصيات.
4. اتصل بمزود خدمات تحليل السلوك التطبيقي وتقييم الأخصائيين. هناك بعض الأسئلة المقترحة في الأسفل.

ما هي الأسئلة التي يجب أن أ طرحها؟

من المهم العثور على مقدم برنامج تحليل السلوك التطبيقي وأخصائيين مناسبين لطفلك. الخطوة الأولى هي أن يني الأخصائيين علاقة جيدة مع طفلك. إذا كان طفلك يثق بالأخصائي ويستمتع بقضاء الوقت معه، فسيكون التدخل أكثر نجاحاً ومتعة! يمكن أن تساعدك الأسئلة التالية في تقييم ما إذا كان مقدم الخدمة مناسباً لطفلك أم لا. تذكر أن تثق في حدسك أيضاً!

- كم عدد محلي السلوك التطبيقي في فريق العمل؟
- هل هم مرخصين من البورد الأمريكي وعبر الولاية؟
- كم عدد الأخصائيين السلوكيين في فريق العمل؟
- كم عدد الأخصائيين الذين سوف يعملون مع طفلي؟
- ما نوع التدريب الذي يتلقاه الأخصائيين وكم مرة؟
- ما مقدار الإشراف المباشر الذي يتلقاه الأخصائيين من قبل محلي السلوك التطبيقي أسبوعياً؟
- كيف يتم التعامل مع مخاوف السلامة؟
- كيف تبدو جلسة تحليل السلوك التطبيقي المثالية؟
- هل يتم تقديم خدمات التدخل في المنزل أو في العيادة؟
- كيف يتم تحديد الأهداف لطفلي؟ هل تهتمون برأي الوالدين؟
- كم مرة سوف تعيدون تقييم الأهداف؟
- كيف يتم تقييم التقدم؟
- كم ساعة في الأسبوع من التدخل؟
- هل لديكم قائمة انتظار للتسجيل؟
- ما نوع التأمين المقبول لديكم؟

