

جلسة تعديل السلوك الأولية: "أنا بطل التغيير" (7 سنوات)

(Initial Behavior Modification Session: "I Am the Hero of Change")

(Learning Objectives) أولاً: الأهداف التعليمية/السلوكية

(في نهاية هذه الجلسة، سيكون المتعلم (الطفل):

- **بناء الألفة والثقة:** يشعر بالراحة والأمان مع الميسر/المعلم/المعالج.
- **(تحديد القوة:** قادرًا على تسمية 3 من نقاط قوته أو اهتماماته (غير مرتبطة بالسلوك المستهدف).
- **(تعريف النجاح:** يحدد بشكل مبسط سلوكًا واحدًا بديلًا وإيجابيًا يرغب في تحقيقه (مثلًا: بدل البكاء، سأطلب المساعدة).
- **(التدريب الأولي:** يتدرب عمليًا على "أداة" واحدة بسيطة للمساعدة الذاتية (مثل تمرين تنفس).

(Materials Needed) ثانيًا: المواد المطلوبة

- أوراق بيضاء وأقلام ملونة/تلوين.
- مكعبات ليجو أو لعبة تركيب بسيطة (لتحطيم الجليد).
- ("مكافأة رمزية صغيرة (ملصقات، نجمة "مهمة مقبولة).
- (مقياس المشاعر" مطبوع أو مرسوم (وجه مبتسم، وجه حزين، وجه غاضب).

(Session Flow and Sequence) ثالثًا: الإجراءات والتسلسل

(Management Notes: Handling the Aunt/Caregiver) ملاحظات إجرائية حول إدارة الجلسة والتعامل مع الخالة

استراتيجية التعامل مع المعارضين: يجب توضيح أن الجلسة مخصصة لتمكين الطفل ودعمه. إذا تدخلت الخالة بمعارضة أو تعليق سلبي، يتم استخدام عبارات مهنية هادئة لإعادة التركيز:

- **شكرًا لوجودك.** هذه الجلسة هي وقت خاص لنا أنا والبطل [اسم الطفلة] للعمل " **(Setting the Stage) في البداية** ". على اكتشاف أدوات جديدة. دورك اليوم هو الملاحظة والتشجيع فقط، حتى لا نشعر [اسم الطفلة] بأنها في موقف اختبار.
- **أشكرك على مشاركة رأيك.** نحن الآن في مرحلة " **(If the Aunt Intervenes Negatively) أثناء التدخل** ". التدريب، ودعونا نرى كيف تستطيع [اسم الطفلة] استخدام هذه الأداة الجديدة أولاً. سنتحدث عن الملاحظات في نهاية الجلسة.
- **بعد الرد على الخالة، يجب العودة فورًا إلى الطفلة: (Focusing Back on the Child) التواصل مع الطفلة** ". بابتسامة وتعزيز إيجابي: "هيا بنا يا بطل، أنتِ تقومين بعمل رائع

1. (دقيقة 10-15) - (The Hook & Rapport Building) المقدمة وبناء الألفة

(The Greeting & Setup) أ. التحيّة والتهيئة

(المعلم/الميسر يبدأ - I Do)

- **الابتعاد عن لغة الأم):** تجنب عبارات مثل "لماذا فعلت ذلك؟" أو "يجب أن - (Communication Style) الحديث تكوني أفضل". استخدم لغة الأبطال والفضول.
- **عبارة الافتتاح:** "مرحبًا يا [اسم الطفلة]! أنا سعيد جدًا للقائك. أنا لست هنا لأكون معلمة أو أمًا جديدة؛ أنا هنا لأكون "مدربتك الخاصة في مهمة الأبطال السريّة". مهمتنا اليوم هي اكتشاف القوى الخارقة التي تمتلكونها بالفعل

- اطلبي من الطفلة أن تبني معكِ شيئًا بسيطًا بالليجو أو أن ترسم شيئًا تحبه، أثناء: **نشاط كسر الجمود (Icebreaker)**: ذلك يتم التعرف عليها.

ب. خريطة القوة الخارقة (The Superpower Map)

(نشاط تشاركي - We Do)

- النشاط:** اطلبي منها رسم نفسها في منتصف الصفحة.
- السؤال الإيجابي:** "ما هي الأشياء التي تحبها وتبنيها؟ هل أنت سريعة في الجري؟ هل تجيدين مساعدة الأصدقاء؟ (هل تحبين رسم الألوان؟) (الميسر يكتب هذه القوى حول رسمتها).
- الهدف:** ترسيخ أن هذا المكان ليس مكانًا للحديث عن الأخطاء، بل مكان لتنمية القوة.
- معيار النجاح:** تسمية الطفلة لثلاثة أشياء تحبها أو تبنيها.

2. (دقيقة 15-20) - جسر التحدي وتحديد الهدف (Identifying the Challenge and Goal)

أ. فهم المشكلة (Understanding the Challenge)

(توجيه وتسهيل - I Do)

- اللغة:** يتم استخدام لغة القصص الخيالية أو الألوان بدلاً من المصطلحات السلوكية.
- السؤال الموجه:** "في بعض الأحيان، هل تشعرين بأن هناك 'وحش' صغير يسيطر عليك ويجعلك تشعرين بالغضب الشديد "أو الحزن الشديد؟ ما هو شكل هذا الشعور؟"
- استخدام مقياس المشاعر:** "عندما يسيطر هذا الشعور القوي جدًا، أي وجه يمثلك؟ هل هو الوجه الغاضب جدًا؟ (الأحمر؟)"
- يتم بالاتفاق مع الطفلة، ولكن يتم صياغته إيجابيًا: **(T-B) تحديد السلوك المستهدف**.
- مثال:** إذا كان السلوك هو الصراخ. **يُصاغ الهدف كالتالي:** "مهمتنا هي أن نكتشف أداة سحرية تجعلك قادرة على أن 'تتوقفي' قبل أن يصل صوتك إلى السقف، وتستخدمي صوت الهدوء بدلًا من ذلك."

ب. اختيار الأداة السحرية الأولى (Choosing the First Magic Tool)

(ممارسة موجهة - We Do/You Do)

- الخيار:** في الجلسة الأولى، نبدأ بأداة بسيطة يمكن تطبيقها في أي مكان (الاستجابة الفورية). نختار "تنفس الفراشة الهادئ".
- الشرح بلغة الطفلة:** "هذه الأداة هي 'تنفس الفراشة'. عندما تشعرين باللون الأحمر، تتذكر أن الفراشة تطير بهدوء. دعينا نضع أيدينا على بطننا (مثل أجنحة الفراشة). نستنشق الهواء ببطء (1-2-3) ونخرجه بهدوء (4-5-6). هذا يجعل وحش الغضب ينام."
- الممارسة:** يمارس الميسر مع الطفلة هذا التنفس 3 مرات.

3. (دقائق 10) - التطبيق والمراجعة (Application and Review)

أ. لعب الأدوار (Role Play/Simulation)

(الممارسة المستقلة مع الدعم - You Do)

- (نقوم بتمثيل موقف بسيط يثير الغضب (مثلًا: أخذ لعبة): **سنياريو (Scaffolding)**.
- الميسر:** "أوه لا! لقد أخذ أخوك لعبتك المفضلة! تخيلي أنك تشعرين الآن باللون الأحمر. ما هي خطواتك الأولى؟"
- التوجيه:** ندع الطفلة تمارس "تنفس الفراشة" فورًا.
- التعزيز الإيجابي:** "يا إلهي! أنت محترفة في تنفس الفراشة! لقد نجحت في ترويض وحش الغضب سريعًا."

ب. تحديد معيار النجاح (Success Criteria/Homework)

- **مهمة البطل:** "مهمتك لهذا الأسبوع هي أن تتدربي على استخدام 'تنفس الفراشة' مرتين على الأقل عندما تشعرين "باللون الأحمر (الغضب) أو اللون الأزرق (الحزن). هل أنت مستعدة لقبول المهمة؟"
- **التذكير العائلي:** يتم تسليم الخالة/الولي أمر ملصقاً أو ورقة بسيطة مكتوباً عليها "تنفس الفراشة" لتذكير الطفلة بشكل (إيجابي) بدون نقد.

4. (دقائق 5) - الختام والإغلاق (Conclusion and Closure)**أ. التلخيص والمكافأة (Recap and Reward)****(تقييم ختامي - I Do/We Do)**

- **(الميسر):** "ما هي القوة الخارقة التي اكتشفناها اليوم لمساعدتك؟" (تنفس الفراشة).
- **التشجيع:** "أنت بطلة قوية جداً ومستكشفة ممتازة لأدواتك. أتطلع لرؤيتك الأسبوع القادم لنرى كيف نجحت في مهمتك."
- أو ختم نجمة على يدها "Mission Accepted" **المكافأة:** تقديم ملصق.

ب. التغذية الراجعة للولي الأمر/الخالة (Feedback for the Caregiver)**(خارج نطاق سمع الطفلة إن أمكن)**

- **ملخص السلوك:** "في هذا الأسبوع، نركز على مساعدة [اسم الطفلة] على استخدام 'تنفس الفراشة' عندما تبدأ بالانفعال. يرجى محاولة تذكيرها بهدوء، باستخدام عبارة: 'هل حان وقت تنفس الفراشة؟' بدلاً من 'توقفي عن الصراخ'.
- **تجنب العقاب:** التأكيد على أهمية الاحتفاء بالنجاحات الصغيرة بدلاً من معاقبة الفشل في هذا الأسبوع التجريبي.
- **تحديد موعد الجلسة التالية.**

(Differentiation and Adaptation) خامساً: التمايز والتكيف**(Scaffolding) للمتعلم المتردد**

إذا رفضت الطفلة التحدث عن السلوك، ركز على مرحلة بناء الألفة بالكامل. استخدم الرسم أو اللعب كطريقة غير مباشرة للتعبير عن المشاعر بدلاً من السؤال المباشر.

استخدام التعزيز الملموس فوراً (ملصق/نجمة) مقابل أي محاولة ناجحة للتدريب على التنفس، حتى لو كانت قصيرة.

(Extension) للمتعلم المتقدم/المتعاون

إذا كانت الطفلة متعاونة جداً، يمكنها رسم "خريطة مشاعر" أكثر تفصيلاً، حيث تضع لكل شعور (غضب، حزن، فرح) لوتاً، وتحدد الأسباب المحتملة لكل لون.

إضافة "أداة ثانية" اختيارية (مثل: الذهاب إلى مكان هادئ في المنزل/الغرفة الخاصة بها) لاستخدامها بعد تنفس الفراشة.