

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه فنی و حرفه‌ای استان همدان

آموزشگاه فنی و حرفه‌ای زینب کبری (س)

جزوه درس روانشناسی تربیتی (شماره ۲)



تهیه و تنظیم: علی زارعی

فروردین ۹۹

ذهن ما باغچه ایست...
گل در آن باید کاشت

...تا نروید علف هرز در آن
زحمت کاشتن یک گل سرخ...
کمتر از زحمت برداشتن
هرزگی آن علف است

ذهن ما باغچه ایست...
گل در آن باید کاشت.

دانشجویان عزیز ادامه جزوه روانشناسی تربیتی شامل فصل ۴ و ۵ برای که برای ۴ جلسه آموزشی طراحی گردیده است پایان بخش جزوه شامل فصل ۶ و ۷ خواهد بود. لیکن قبل از ارائه فصول ۶ و ۷ دو فعالیت خواهیم داشت که زمان آنها متعاقبا و از طریق سایت آموزشکده اطلاع رسانی خواهد شد.

۱- برگزاری آزمون آنلاین از محتوی جزوه فصلهای ۱ تا پایان فصل ۵ به شکل آزمون تستی

(آمادگی برای آزمون هفته اول اردیبهشت ۹۹)

۲- ارائه یک کار عملی توسط هر دانشجو که شیوه آن و موضوعات مربوط به هر دانشجو در گروه فضای مجازی اطلاع رسانی خواهد شد.

فصل چهارم

سبک‌های یادگیری و تفکر: (شناختی ، عاطفی و فیزیولوژیکی)

یادگیرندگان از لحاظ توانایی های ذهنی ، روش های آموختن ، سبک و سرعت یادگیری ، علاقه و انگیزه نسبت به کسب دانش و انجام فعالیت های تحصیلی با یکدیگر تفاوت دارند. در نظر گرفتن تفاوت های فردی در آموزش و برخورد با ویژگی های خاص آنان از وظایف مهم معلمان است.

سبک‌های یادگیری:

سبک یادگیری روشی است که یادگیرنده در یادگیری خود آن را به روش های دیگر ترجیح می دهد. برخلاف هوش و استعداد که توانایی هستند ، سبک یادگیری توانایی نیست. سبک یادگیری به اینکه یادگیرنده چگونه یاد می گیرد اشاره می کند نه اینکه چقدر خوب از عهده ی یادگیری بر می آید. **سبک شناختی** به معنای روشی است که یادگیرنده به کمک آن اطلاعات را پردازش می کند ، گفته می شود. سبک شناختی زیرساخت سبک یادگیری است.

انواع سبک‌های یادگیری:

۱- **سبک یادگیری شناختی:** به روش هایی که شخص موضوعها را ادراک می کند ، اطلاعات را به خاطر می سپارد ، در باره ی مطلب می اندیشد و مسائل را حل می کند ، گفته می شود.

۲- **سبک یادگیری عاطفی:** شامل ویژگی های شخصیتی و هیجانی یادگیرنده مانند پشتکار ، تنها کارکردن یا با دیگران کار کردن و پذیرش یا رد تقویت کننده های بیرونی می باشد.

۳- سبک یادگیری فیزیولوژیکی: دربرگیرنده ی واکنش فرد به محیط فیزیکی موثر بر یادگیری او هستند. مانند: ترجیح دادن مطالعه در شب یا روز. ترجیح دادن مطالعه در محیط‌های سرد یا گرم. ترجیح دادن گوش دادن به توضیحات شفاهی معلم به جای خواندن متن. انجام دادن تکالیف.

از میان این سه سبک ، به بررسی و تبیین سبک‌های شناختی پرداخته می شود .

انواع سبک‌های یادگیری شناختی:

۱ - سبک های شناختی وابسته به زمینه: قضاوت‌های شخصی بعضی یادگیرندگان تحت تاثیر زمینه موضوع یادگیری قرار می‌گیرد. یعنی به راحتی نمی‌تواند محرک‌ها را از زمینه‌ها جدا کند. لذا ادراک‌های آنان به سادگی تحت تاثیر تغییرات زمینه‌ای قرار می‌گیرد. به افراد دارای این سبک «کلی نگر» می‌گویند. زیرا زمینه و شکل را در یک ترکیب کلی می‌بینند و جداسازی شکل از زمینه برای آنان دشوار است. این گروه به راحتی نمی‌توانند بر عناصر زمینه‌ای مزاحم غلبه کنند. مانند شاغلین در علوم اجتماعی.

۲ - سبک های شناختی ناپسته به زمینه: قضاوت‌های شخصی بعضی یادگیرندگان تحت تاثیر زمینه بسیار اندک است یا اصلا وجود ندارد. افراد ناپسته به زمینه به سادگی می‌توانند محرک‌ها را از زمینه‌ها جدا کنند. به این افراد «تحلیلی نگر» نیز می‌گویند. افراد ناپسته به زمینه مشاغلی که نیاز چندانی به تعامل اجتماعی ندارند مانند اخترشناسی و مهندسی را ترجیح می‌دهند و موضوعات درسی‌ای نظیر ریاضیات و علوم را که تاکید چندانی بر امور انسان‌ها ندارند انتخاب می‌کنند. این افراد ترجیح می‌دهند تنها کار کنند و قادرند کوشش‌های خود را در رابطه با انجام پروژه‌ها و حل مسائل سازمان دهند و دوست دارند هدف‌هایشان را خود تعیین کنند.

فرق این دو گروه به لحاظ برخورد با محیط:

- **وابسته به زمینه:** جذب دیگران می‌شوند. شغل‌هایی مانند معلمی را که مستلزم ایجاد رابطه با دیگران است ، بر می‌گزینند. موضوع‌های درسی‌ای که بیشتر با مردم سر و کار دارند را انتخاب می‌کنند. مانند علوم اجتماعی
- **ناپسته به زمینه:** مشاغلی را انتخاب می‌کنند که نیاز چندانی به تعامل اجتماعی ندارند مانند مهندسی و ستاره‌شناسی. موضوعات درسی انتخابی آنها ریاضیات و علوم طبیعی است که تاکید زیادی بر امور انسان‌ها ندارند.

فرق این دو گروه به لحاظ فعالیت‌های تحصیلی:

- **وابسته به زمینه:** ترجیح می‌دهند در گروه کار کنند. با معلم تعامل بیشتری داشته باشند. به تقویت بیرونی نیازمندند. دارای انگیزه بیرونی هستند. به هدایت و راهنمایی معلم نیاز دارند. به مطالب سازمان یافته به وسیله دیگران بهتر پاسخ می‌دهند.
- **ناپسته به زمینه: تنها کار می‌کنند.** قادرند کوشش‌های خود را در جهت انجام پروژه‌ها و حل مسائل سازمان دهند. هدف‌هایشان را خودشان انتخاب می‌کنند. دارای انگیزه درونی هستند. یادگیری‌شان را خودشان سازمان می‌دهند. راهبردهای مطالعه‌شان را خودشان تعریف می‌کنند.

فرق این دو گروه از لحاظ وابسته بودن یا مستقل بودن از دیگران:

- **وابسته به زمینه:** از لحاظ ادراک و عقاید شدیداً تحت تاثیر دیگران قرار دارند. بیشتر با دیگران می‌آمیزند. دیگران آنان را دوست دارند.
- **نابسته به زمینه:** در برابر فشارهای اجتماعی مقاومت می‌کنند و عقایدشان را بر اساس عقاید خودشان شکل می‌دهند. بیشتر مستقل عمل می‌کنند. دیگران آنان را سرد و خوددار تصور می‌کنند.

فرق این دو گروه از لحاظ روش آموزش معلمان:

- **وابسته به زمینه:** معلم‌ها در این گروه به برقراری تعامل با یادگیرندگان و بحث کلاسی علاقمندند. معلمان در این گروه سوال کردن را بیشتر وسیله‌ای برای واری یادگیری دانش آموزان پس از آموزش خود مورد استفاده قرار می‌دهند. تمایلی به انتقاد کردن از یادگیرندگان ندارند و بیشتر به ایجاد و حفظ رابطه‌ی اجتماعی مثبت با دانش‌آموزان علاقمندند و یادگیری موضوع‌های درسی برای آنها در درجه‌ی دوم است.
- **نابسته به زمینه:** معلمان این گروه موقعیت‌های آموزشی غیر شخصی یا باصطلاح خشک را بیشتر ترجیح می‌دهند. بر جنبه‌های نظری و شناختی آموزشی تاکید می‌کنند. سوال کردن را مهمترین وسیله‌ی آموزش موضوع‌های درسی می‌دانند و دانش‌آموزان را به پردازش اطلاعات وا می‌دارند. این معلمان از اینکه دانش‌آموزان پائین‌تر از توان خود کار کنند، ناخرسندند و اشکالات آنها را گوشزد می‌کنند. واقعیت این است که اکثریت افراد در حد وسط این دو قطب قرار می‌گیرند و تنها در بعضی جنبه‌ها متمایل به یکی از دو قطب وابسته به زمینه و نابسته به زمینه هستند. همچنین هیچ یک از این دو سبک بر دیگری برتری ندارند. به طور کلی افراد نابسته به زمینه در موقعیت‌هایی که تحلیل‌های شخصی مفیدند، توانا هستند اما افراد وابسته به زمینه در مهارت‌های بین شخصی و موقعیت‌های اجتماعی برتری دارند.

سبک‌های سرعت شناختی:

- **سبک تکانشی:** سریع کار می‌کنند اما اشتباهات زیادی را مرتکب می‌شوند. به سوالات با اولین جوابی که به ذهنشان می‌رسد، پاسخ می‌دهند. تنها چیزی که برایشان مهم است، سریع جواب دادن است.
- **سبک تاملی:** کند کار می‌کنند اما اشتباهات کمتری را مرتکب می‌شوند. این گروه پیش از حرف زدن یا جواب دادن، فکر می‌کنند و بجای سریع جواب دادن، ترجیح می‌دهند تا حد ممکن جواب درست بدهند.

اما به هر حال افرادی هستند که پاسخ‌های سریع و درست می‌دهند که به دلیل تسلطشان بر موضوع است نه به دلیل تکانشی بودن. و برخی نیز کند جواب می‌دهند که به دلیل تامل کردنشان در موضوع نیست و دلیل عدم تسلطشان بر آن (موضوع) است. این سبک‌ها عمدتاً در محیط خانه شکل می‌گیرند و مدرسه هم در شکل‌گیری آن موثر است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند، دانش‌آموزان تکانشی‌ای که سال تحصیلی را در کلاس یک معلم بسیار تاملی می‌گذرانند، خودشان نیز به صورت تاملی تغییر می‌یابند.

هیچکدام از این دو سبک یادگیری بر دیگری برتری ندارند. موفقیت در حل مسئله را منطبق بودن سبک مورد استفاده با ویژگی‌های تکلیف یادگیری تعیین می‌کند. در حل مسائل ساده که تنها یک جواب قابل قبول وجود دارد، سبک تاملی عملکرد بهتری دارد اما در

مسائل پیچیده که شامل ابعاد مختلف و چندین جواب محتمل است، یادگیرندگان تکانشی به سرعت درست‌ترین راه حل را مورد ملاحظه قرار می‌دهند.

سبک‌های تفکر:

وابرت استرنبرگ: اولین کسی بود که مفهوم سبک‌های تفکر را بیان کرد و انواع سبک‌های تفکر را ارائه داد. از نظر وی سبک تفکر یک توانائی نیست بلکه به چگونگی استفاده از توانائی‌هایمان اشاره می‌کند. افراد ممکن است عملاً در توانائی‌های مشابه اما در سبک‌های تفکر متفاوت باشند. وی در این دسته بندی از اصطلاحات حکومت‌داری برای توضیح مفاهیم خود استفاده کرده است.

۱- سبک تفکر قانون گذارانه: افراد دارای این سبک دوست دارند کارها را به میل خود انجام دهند. قوانین را خودشان وضع کنند. از شیوه‌های موجود در مدارس انتقاد می‌کنند که اغلب بجاست. علاقمند به خلق، تدوین و طراحی امور هستند. مسائل سازمان نیافته را ترجیح می‌دهند زیرا دوست دارند خودشان آنان را سازمان دهند. از علایق این افراد می‌توان به نوشتن مقالات ابتکاری، داستان‌های کوتاه، سرودن شعر، طرح مسائل ریاضی و تصمیم‌گیری در امور زندگی اشاره کرد.

۲- سبک تفکر اجرائی: دوست دارند به وسیله‌ی دیگران هدایت شوند. علاقه به اجرای قوانین و دستورالعمل‌ها دارند. مراحل پیچیده‌ی انجام کارهای اداری و مقررات سفت و سخت را می‌پسندند. علاقه به حل مسائل طرح شده به وسیله‌ی دیگران دارند. حفظ کردن داستان‌ها و شعرهای دیگران، نوشتن مقالاتی که دیدگاه معلم را انعکاس می‌دهد از علائق این گروه می‌باشد.

۳- سبک تفکر قضائی: به مسائلی علاقه دارند که بتوانند از طریق آنها به تحلیل و ارزیابی اندیشه‌ها و امور بپردازند. اگر در کار روزنامه نگاری باشند، نوشتن مقالات تفسیری و انتقادی را بیش از گزارش‌های خبری می‌پسندند. عموماً به اظهار نظر در پاره‌ی امور، داوری کردن درباره‌ی مردم و ارزشیابی برنامه‌ها و پروژه‌ها علاقمندند.

فصل پنجم

آموزش به کمک روش‌های تغییر رفتار

تغییر رفتار به کاربرد مجموعه‌ای از اصول و فنون یادگیری گفته می‌شود که هدف آن اصلاح رفتار از طریق ایجاد و افزایش رفتارهای مطلوب و حذف و کاهش رفتارهای نامطلوب است که معمولاً با رفتار درمانی معادل در نظر گرفته می‌شود. اما رفتار درمانی در درمان اختلالات روانی به کار برده می‌شود ولی در تغییر رفتار، آموزش مهارت‌های تحصیلی و اجتماعی به کودکان عادی و کم توان ذهنی، هدف می‌باشد. همچنین اصلاح مشکلات رفتارهای تحصیلی و اجتماعی کودکان و کمک به رفع مشکلات رفتاری نوجوانان بزه‌کار و ناسازگار مدنظر می‌باشد. فرض بنیادی در روش‌های تغییر رفتار و رفتار درمانی این است که یادگیری رفتارهای بهنجار و نابهنجار از اصول روان‌شناختی مشابهی پیروی می‌کنند. یعنی رفتار خوب و بد آموختنی است. بنابراین به تغییر رفتارهای نابهنجار و جانشین ساختن آنها با رفتارهای بهنجار باید اقدام گردد.

برنامه تغییر رفتار

۱ – تعیین هدف: ابتدا رفتاری را که قرار است در آن تغییر ایجاد شود ، باید مشخص کرد که به آن **رفتار آماج** می‌گویند. نوع تعریف در آماج مشخص می‌شود. پیش از اجرای برنامه باید رفتار نهائی (تحصیلی یا غیر تحصیلی) مشخص شود.

۲ – تعیین وضع فعلی رفتار و رسم خط پایه: ابتدا باید سطح فعلی رفتاری را که می‌خواهیم تغییر دهیم (رفتار آماج) به دقت اندازه‌گیری و آن را به صورت نمودار رسم کرد.

• **خط پایه:** سطح فعلی رفتار آماج را خط پایه گویند. فایده ی تعیین خط پایه این است که می‌توانیم پیشرفت‌های برنامه‌ی تغییر رفتار را از طریق مقایسه ی وضعیت رفتار با خط پایه در مراحل مختلف برنامه مورد ارزیابی قرار دهیم و میزان پیشرفت حاصل را به طور مرتب بسنجیم. تغییرات حاصل از روش‌های اجرای تغییر رفتار در ارتباط با رفتار خود آزمودنی ارزیابی می‌شوند و نه در ارتباط با افراد دیگر.

۳ – انتخاب روش تغییر رفتار: تغییر رفتار می‌تواند در زمینه‌های رفتاری مختلف باشد. گاه منظور ، افزایش دادن یا نیرومند ساختن رفتاری ضعیف است یا گسترش و تعمیم رفتار به موقعیت‌های تازه یا نگهداری و ادامه رفتاری خاص که به نظر می‌رسد ضعیف شده و یا کاهش دادن رفتارهای ناخواسته است.

۴ – انتخاب وابستگی های رفتار: وابستگی به رابطه‌ی بین رفتار و پیامدهای محیطی آن اشاره می‌کند. پیامدهای رفتار می‌توانند هم به طور طبیعی اتفاق بیفتند و هم به طور عمد ترتیب داده شوند. (خیس شدن زیر باران ، وابستگی طبیعی است. تشویق معلم وابستگی عمدی ترتیب داده شده است) پیامدهای رفتار یا وابستگی‌ها باید به دقت تنظیم شوند و آنها را به اطلاع دانش‌آموز رساند.

روش های افزایش رفتار: هدف آنها افزایش خزانه‌ی رفتار یادگیرنده است. گاهی کودک از انجام کاری بر می‌آید اما آن کار را به دفعات لازم انجام نمی‌دهد. مثلا گاهی سلام می‌کند و گاهی از این کار طفره می‌رود.

الف) تقویت مثبت: همان روش معمول پاداش است اما اندکی تفاوت بین پاداش و تقویت مثبت وجود دارد. در پاداش ، هدف ما قدردانی و سپاسگزاری از اعمال گذشته است. هدف ما از پاداش لزوماً تکرار آن رفتار نیست اما در تقویت مثبت ، هدف ما تکرار رفتار است و اگر رفتار تکرار نشود تقویت صورت نگرفته است. تقویت کننده‌های مثبت مهمترین عامل افزایش و ادامه رفتار هستند. بسیاری از آنها به طور طبیعی بعد از رفتار ما اتفاق می‌افتند و کسی آن را عمداً ترتیب نمی‌دهد اما هدف از تغییر رفتار ترتیب دادن عمدی تقویت کننده‌ها و وابسته کردن آنها به رفتار مورد نظر است. رعایت اصول زیر اثربخشی تقویت کننده‌ها را بالا می‌برد.

اصل اول: انتخاب تقویت‌کننده‌های مناسب: تقویت‌کننده‌های مختلف برای افراد مختلف تاثیرات متفاوت دارند. تاثیر یک تقویت کننده بر فرد معین ، در شرایط مختلف متفاوت است. شناسایی انواع تقویت‌کننده‌ها معلم را در استفاده درست و موثر از تقویت یاری می‌دهد.

انواع تقویت‌کننده‌ها عبارتند از:

۱ - تقویت‌کننده های نخستین ۲- تقویت‌کننده های شرطی ۳ - تقویت‌های کننده های پنه ای ۴ - تقویت‌کننده های اجتماعی ۵ - فعالیت های اصل پریماک

۱ - **تقویت‌کننده های نخستین:** این تقویت‌کننده‌ها نیازهای فیزیولوژیکی موجود زنده مانند آب و غذا را ارضاء می‌کنند که در شرایط آموزشی به طور بسیار محدود استفاده می‌شود و فقط در رابطه با خردسالان و کم توانان ذهنی کارآیی دارند.

۲ - **تقویت‌کننده های شرطی:** در مجاورت با تقویت‌کننده‌های نخستین خاصیت تقویت‌کنندگی پیدا کرده اند و ذاتاً خاصیت تقویت‌کنندگی ندارند و در شرایط آموزشی بسیار مورد استفاده قرار می‌گیرند. مانند مدرک ، مقام ، جایزه ، نمره و ...

۳ - **تقویت‌کننده های پنه ای (ستاره ای / ژتونی):** نوعی از تقویت‌کننده‌های شرطی هستند مانند یک علامت ضربدر ، یا نمره‌ای که زیر تکلیف دانش‌آموز داده می‌شود که پس از دریافت تعداد معینی از این تقویت‌کننده‌ها ، می‌تواند امتیازاتی مانند استفاده از زمین بازی ، دیدن فیلم ، خوردن شیرینی و سایر تقویت‌کننده‌ها را بدست بیاورد. به این روش اقتصاد پنه‌ای نیز گفته می‌شود. معلم و دانش‌آموزان توافق می‌کنند که در ازای هر رفتار مطلوب آموزشی یا اجتماعی معلم چند نمره به آنان بدهد و در ازای چند نمره پنه دریافت می‌کنند. همچنین در ازای هر رفتار نامطلوب مقداری نمره کسر می‌شود. در این شرایط پنه‌ای دریافت نمی‌شود.

۴ - **تقویت‌کننده های اجتماعی:** مانند لبخند زدن ، تعریف کردن ، نوازش کردن ، دادن کارت امتیاز و اعطای مدال از روش‌های قابل دسترس معلمان هستند و بهتر است از آنان زیاد استفاده شود.

۵ - **تقویت‌کننده های فعالیتی:** از فعالیتهائی که کودکان دوست دارند انجام دهند ، می‌توان به عنوان تقویت‌کننده برای فعالیتهائی که کمتر به آن می‌پردازند ، استفاده کرد. **دیوید پریماک** نشان داد که انجام رفتارهای دارای فراوانی زیاد را می‌توان به انجام رفتارهای با فراوانی کم یا ضعیف وابسته کرد و از این طریق رفتارهای ضعیف را نیرومند ساخت. این رابطه‌ی رفتاری را **اصل پریماک** می‌نامند. مانند اینکه معلم سر کلاس بگوید: هر کس تکالیف ریاضی خود را حل کند ، اجازه خواهد داشت بازی دلخواهش را انجام دهد. طبق اصل پریماک آن نوع فعالیتی که همیشه افراد خودشان انتخاب می‌کنند خاصیت تقویت‌کنندگی بیشتری خواهند داشت.

اصل دوم: فوریت تقویت : برای افزایش اثربخشی تقویت ، اسکینر معتقد است که تقویت فوری از تقویتی که بعد از مدتی دریافت می‌شود در ایجاد یادگیری موثرتر است.

وقتی بین بروز رفتار و تقویت فاصله می‌افتد در این بین کارهای دیگری هم انجام می‌شود. بنابراین نه تنها رفتار مورد نظر که رفتارهای بعدی هم تقویت می‌شوند و تاثیر تقویت بر رفتار مورد نظر کاهش می‌یابد ، از آنجا که تقویت بلافاصله پس از بروز رفتار اغلب امکان‌پذیر نیست ، بهتر است از جمله‌های تشویقی یا از پنه استفاده شود.

اصل سوم: مقدار تقویت : هیچ فرمول یا قاعده ای برای تعیین مقدار تقویت در دست نیست و تصمیم بر عهده ی معلم و تجارب وی است اما آنچه که مسلم است این است که در شرایط یکسان انجام کارهای دشوار از انجام کارهای آسان تقویت بیشتری می‌خواهد. همچنین اگر از تقویت کننده ی نخستین استفاده شود ، میزان محرومیت از آن تقویت کننده ، عامل مهمی در میزان ادامه ی تقویت است.

اگر آزمودنی گرسنه است مقدار کمی از غذا تقویت کننده است و دادن مقدار کمی غذا در دفعات متعدد برای او تقویت کننده ی مناسبی خواهد بود. اما اگر یک مرتبه مقدار زیادی غذا به او داده شود به سرعت سیر می‌شود و دیگر پاسخ نمی‌دهد.

تقویت کننده‌های شرطی و اجتماعی نیز می‌توانند به مدت طولانی اثر تقویتی داشته باشد اما اگر دانش‌آموزان ببینند معلم برای هر کاری و بی دلیل یا با دلیل افراد را تشویق می‌کند این تقویت کننده اثر خود را از دست می‌دهد.

اصل چهارم: تازگی تقویت کننده: هرچه معلمان از روش‌ها و موقعیت‌های تازه یادگیری و روش‌های جدید آموزشی استفاده کنند دانش‌آموزان با اشتیاق و علاقه بیشتری یاد می‌گیرند. افراد ، موقعیت‌های جدید یادگیری و انجام فعالیت‌های تازه را به موقعیت‌های تکراری ترجیح می‌دهند. بنابراین باید معلم در آموزش خود از فنون و روش‌های جدید استفاده کند تا شرایط تقویتی هم که ارائه می‌شود تازه شود. همچنین از یک تقویت کننده برای مدت طولانی و به طور تکراری نباید استفاده شود.

تقویت منفی یا محرک آزار دهنده: حضور این محرک موجب آزار فرد می‌شود. بنابراین اگر رفتار فرد موجب حذف یا کاهش آن محرک آزار دهنده یا تقویت منفی شود ، این رفتار تکرار خواهد شد. مانند کفش تنگی که ما را آزار می‌دهد و از پا در می‌آوریم تا راحت شویم. والدین و معلمان اغلب با استفاده از وابستگی‌های تقویت منفی ، رفتار دلخواهی را افزایش می‌دهند مانند تهدید به نمره کم برای افزایش درس خواندن. عیب این تقویت کننده این است که ابتدا باید محرک آزار دهنده را بر روی آزمودنی اجرا کرد. مانند تهدید به دادن نمره کم که یکی از شیوه‌های نامطلوب آموزشی است.

روش‌های نگهداری رفتار: برای نگهداری و ادامه ی یک رفتار تازه آموخته شده ضروری است که پس از یک دوره تقویت پیاپی که در آغاز یادگیری ضروری است بنابراین بر اساس اصل فوریت تقویت بلافاصله پاسخ داده می‌شود ، رفتار وارد یک مرحله ی تقویت ناپیایی شود تا بدین ترتیب تقویت کردن را کنار بگذاریم . تقویت پیاپی در مقابل خاموشی بسیار حساس است . یعنی بعد از قطع ناگهانی تقویت ، رفتار به سرعت خاموش می‌شود اما تقویت ناپیایی در مقابل خاموشی مقاوم‌تر است. یعنی قطع ناگهانی این نوع تقویت منجر به خاموشی فوری آن نمی‌شود.

تقویت ناپیایی انواع مختلف دارد که به آنها برنامه‌های تقویت گفته می‌شود:

۱ – برنامه ی نسبی ثابت: تقویت پاسخ ضعیفی که به ارائه ی تعداد ثابتی از آن نوع پاسخ وابسته شود. مثلاً در ازای چسباندن تمبر به هر ۷۰ پاکت نامه ، دو هزار تومان دریافت کند. سرعت پاسخ آزمودنی در این شرایط بسیار بالا است زیرا هرچه سریع‌تر پاسخ دهد به دفعات بیشتری تقویت می‌شود. مشکل اجرای این برنامه این است که اگر معلم بگوید بعد از هر ۵ تمرین نمره می‌دهد و همزمان چند دانش‌آموز کار خود را انجام دهند و معلم نتواند بلافاصله به همگی رسیدگی کند ، دانش‌آموزان از انجام تکالیف بیشتر خودداری می‌کنند. بنابراین معلم می‌تواند از برنامه نسبی متغیر استفاده کند.

۲ - برنامه نسبی متغیر: دانش‌آموز از قبل نمی‌داند بعد از دادن چند پاسخ تقویت می‌شود اما می‌داند دیر یا زود تقویت دریافت خواهد کرد. تعداد پاسخ‌ها باید حدود یک میانگین از پیش مشخص شده دور بزند اگر این میانگین ۵ باشد گاه پس از دو پاسخ و گاه بعد از ۸ پاسخ تقویت انجام می‌شود.

۳ - برنامه فاصله ای ثابت: آزمودنی بعد از گذشت مدت زمان ثابتی از پاسخ‌دهی تقویت می‌شود. مانند اینکه اگر نفس خود را یک دقیقه زیر آب نگه دارد تقویت دریافت می‌کند و یا دیدن تکلیف در آخر هفته و دادن نمره.

اشکال مهم این برنامه این است که چون فرد از قبل می‌داند که چه زمانی تقویت دریافت خواهد کرد ، بعد از هر بار تقویت شدن تا نزدیک شدن به تقویت بعدی پاسخ نمی‌دهد. مانند برخی دانش‌آموزان که در طول سال تا موقع امتحان درس نمی‌خوانند. به همین منظور بهتر است از برنامه‌ی فاصله‌ای متغیر استفاده شود.

۴ - برنامه ی فاصله ای متغیر: فاصله زمانی بین تقویت‌ها متغیر است و شخص از قبل نمی‌داند که چه وقت تقویت خواهد شد اما مطمئن است دیر یا زود تقویت می‌شود. میانگین زمانی که تقویت دریافت می‌شود باید مشخص باشد. مانند امتحان گرفتن از دانش‌آموزان به طور غیر منتظره.

نکته:

۱- تقویت پیوسته برای شروع یادگیری بهترین برنامه تقویتی است. کمترین میزان مقاومت در برابر خاموشی و حداقل سرعت با نرخ پاسخ‌دهی را در ضمن یادگیری ایجاد می‌کند.

۲- برنامه تقویتی نسبی متغیر بیشترین نرخ پاسخ‌دهی را تولید می‌کند و بعد از آن به ترتیب برنامه‌های نسبی ثابت ، فاصله‌ای متغیر ، فاصله‌ای ثابت و در آخر برنامه‌ی تقویت پیوسته قرار دارد. برنامه‌ی نسبی متغیر برای تثبیت یک رفتار بیشترین اثر را دارد.

روش‌های کاهش رفتار نامطلوب :

روش مثبت کاهش رفتار: جانشین ساختن رفتار مطلوب به جای رفتار نامطلوب و کاهش غیر مستقیم آن‌ها :

الف) تقویت رفتارهای دارای فراوانی کم: بعضی رفتارها اگر با فراوانی کم انجام شوند ، مطلوب هستند و اگر به میزان زیاد انجام شوند نامطلوب یا مضر هستند. مانند نوشتن تکالیف به سرعت و با بدخطی.

این تقویت وابسته به پاسخ‌هایی است که به تعداد کمتری داده می‌شود. به همین منظور باید در یک فاصله‌ی زمانی معین تعداد ، پاسخ‌های مطلوب مشخص شود. مانند معلمی که می‌خواهد پرحرفی دانش‌آموزی را در جریان بحث گروهی کاهش دهد و به او بگوید که هر ۵ دقیقه اجازه حرف زدن خواهد داشت. با استفاده از این روش برای کاهش رفتار نامطلوب نیاز به صبر و حوصله داریم و برای کاهش سریع باید از روش‌های دیگر استفاده شود .

ب) تقویت رفتارهای دیگر: در این روش هرگونه رفتار مطلوب فرد به جز رفتار نامطلوبی که قصد حذف آن را داریم تقویت می‌شوند. در این روش تقویت رفتارهای دیگر به حذف رفتار نامطلوب یعنی انجام ندادن آن رفتار وابسته است و نه به انجام دادن آن . مثلا وقتی

می‌خواهیم رفتار نامطلوب دانش‌آموزی را که در اکثر اوقات در کلاس خارج از صندلی خود و مشغول به بازی‌گوشی و صحبت کردن با دیگران است با این روش اصلاح کنیم باید همه‌ی رفتارهای مطلوب او را به جز ترک کردن صندلی تقویت کنیم.

ج) تقویت رفتار ناهمساز: برخلاف شیوه‌ی قبلی که هر رفتاری تقویت می‌شد، در این روش فقط رفتاری که با رفتار نامطلوب ناهمساز یا مغایر است تقویت می‌شود. امتیاز این شیوه این است که رفتار نامطلوب به سرعت از خزانه‌ی رفتاری حذف می‌شود و رفتاری دیگر جانشین آن می‌شود.

روش‌های منفی کاهش رفتار :

۱ - خاموشی: مهم‌ترین روش منفی کاهش رفتار است. عدم ارائه‌ی تقویت باعث از بین رفتن رفتار می‌شود. این روش در موقعیت‌های تحصیلی کاربرد فراوان دارد. قطع تقویت مثبت می‌تواند به رفتاری پرخاشگرانه منجر شود. روش خاموشی رفتار نامطلوب زمانی بهترین نتیجه را به بار می‌آورد که با استفاده از روش تقویت، رفتار مطلوبی به جای آن قرار گیرد. مانند پدری که متوجه می‌شود توجه بیش از حد به پسرش منجر به لوس شدن او می‌شود، توجه خود را از او می‌گیرد و با این روش رفتار نامطلوب او را خاموش می‌کند اما در عوض رفتارهای مستقلانه او را تقویت می‌کند.

۲ - سیری (اشباع): به کاهش رفتار حاصل از فقدان اثربخش تقویت‌کننده‌ای که آن رفتار را حفظ می‌کند، گفته می‌شود. پس اگر تقویت یک رفتار برای مدت طولانی ادامه یابد سرانجام ممکن است اثر تقویتی‌اش را از دست بدهد و منجر به کاهش رفتاری که برای کسب آن تقویت انجام می‌گیرد، بشود. این روش در محیط‌های آموزشی استفاده نمی‌شود و بیشتر در موقعیت‌های بالینی و درمانی استفاده می‌شود.

۳ - محروم کردن از تقویت: بخاطر رفتار نامطلوب، کودک برای مدتی از دریافت تقویت محروم یا برای مدتی از محیطی که در آن تقویت دریافت می‌کند، بیرون برده شود یا منبع تقویت را از دسترسش دور سازند. مانند اخراج از کلاس. باید دقت کرد کودک از محلی که تقویت دریافت می‌کند به محلی که تقویت بیشتری دریافت می‌کند، فرستاده نشود. مثلاً اگر از کلاس اخراج شود و در حیاط بازی کند ممکن است عمداً کاری کند که معلم او را از کلاس اخراج نماید.

۴ - جریمه کردن: کم کردن مقداری از تقویت‌کننده‌هایی که فرد قبلاً بدست آورده به خاطر رفتار نامطلوبی که انجام داده است. مانند جریمه کردن رانندگان متخلف با وجه نقد. یا کم کردن حقوق کارمندان به علت غیبت و کم کردن نمرات دانش‌آموزان بخاطر انجام ندادن تکالیف.

جریمه نباید خیلی سنگین باشد. کسر حقوق نباید به حدی باشد که فرد نتواند زندگی‌اش را اداره کند. روش جریمه کردن و محروم کردن بنظر خیلی شبیه به هم می‌باشند.

۵ - جبران کردن: در این روش وقتی فرد مرتکب عمل خلافی می‌شود از او می‌خواهند برای جبران عمل خلاف به اصلاح آن بپردازد. مثلاً معلم دانش‌آموزی را که خرده کاغذ یا خرده تراش مداد خود را در کف اتاق می‌ریزد و او می‌دارد تا کاغذهای ریخته شده را جمع کند و در سطل زباله بریزد. یا معلمی که شاگردی را که به یکی از همکلاسی‌های خود توهین کرده، وادار می‌کند از همه‌ی همکلاسی‌هایش معذرت خواهی کند، این روش را "جبران اضافی" گویند.

۱ - تنبیه : خشن‌ترین و نامطلوب‌ترین روش تغییر رفتار است. به معنای ارائه‌ی یک محرک آزاردهنده بعد از یک رفتار نامطلوب. منظور آن کاهش دادن نیرومندی آن رفتار می‌باشد.

فرق تقویت منفی و تنبیه: در تقویت منفی خلاصی یافتن یا دوری از محرک آزارنده (تقویت منفی) باعث افزایش رفتار می‌شود که آن محرک را دور سازد. در تنبیه ارائه‌ی محرک آزارنده به منظور جلوگیری از ارائه‌ی پاسخ نامطلوب در شرایط آتی انجام می‌شود.

تقویت کننده ی مثبت	تقویت کننده ی منفی	
تقویت مثبت	تنبیه	ارائه محرک بعد از رفتار
محروم کردن و جریمه کردن	تقویت منفی	حذف محرک بعد از رفتار

مشکلات ناشی از تنبیه :

۱ - تنبیه در کاهش دادن رفتار نامطلوب به طور موقت موثر است (رفتار نامطلوب موقتا عقب نشینی می‌کند): رفتار تنبیه شده همچنان در خزانه رفتاری فرد باقی می‌ماند. یعنی به محض اینکه عامل تنبیه کننده شرط از میان رفت آن رفتار مجددا ظاهر می‌شود.

۲ - ایجاد احساس ناخوشآیند: احساس ناخوشآیند حاصل از تنبیه موجب نفرت و انزجار تنبیه شونده از تنبیه کننده می‌گردد. حتی اگر تنبیه شونده بداند تنبیه به صلاحش است بازهم احساس انزجار نسبت به تنبیه کننده در فرد ایجاد می‌شود.

۳- تنبیه عملی مسری است: کسانی که شاهد تنبیه دیگران بوده اند بعدها خود رفتار تنبیه شده را تقلید می‌کنند.

۴ - پرخاشگری عارضه ی تنبیه است : اسکینر معتقد است که در انسان‌ها یک استعداد ارثی وجود دارد که نسبت به افرادی که با آنها رفتار محبت‌آمیز دارند با محبت رفتار می‌کنند و نسبت به کسانی که با آنها رفتار خصمانه دارند با پرخاشگری رفتار می‌کنند و این استعداد خاصیت تعمیم پذیری دارد. فردی که مرتب تقویت دریافت می‌کند با دیگران نیز رفتار محبت‌آمیز دارد و فردی که مرتب تنبیه می‌شود با دیگران رفتار پرخاشگرانه دارد.

۵ - جایگزینی رفتار مخرب تر: فرد برای احتراز از تنبیه ممکن است به رفتاری که تنبیه به دنبال دارد نپردازد اما رفتار دیگری جانشین آن کند که ممکن است مخرب تر و ناسازگارتر از رفتار اولیه باشد.

۶ - حمله به تنبیه کننده: تنبیه زیاد از طرف معلم موجب می‌شود دانش‌آموز به تخریب مدرسه یا آزار معلم و یا مسئول بپردازد.