

اصلاح رفتار چیست و چگونه انجام می‌شود؟

نویسندگان

گری مارتین و جوزف پیر

مترجم

مهرداد فیروزبخت



تهران - ۱۴۰۰

سخنی با شما مدرس محترم و دانشجوی عزیز

چندی است که همه شاهد کاهش شمارگان چاپ در کتاب‌های دانشگاهی هستیم و نظاره‌گریم که چگونه شمارگان کتاب‌ها که زمانی نه چندان دور با هزارگان چاپ می‌شد، اکنون با صدگان منتشر می‌شود. آیا فکر نمی‌کنید که با این روند رو به افول، چنین شتابان به کجا می‌رویم؟

شما مدرس محترم ممکن است صرفاً بخاطر کمک به دانشجو و صرفه‌جویی در هزینه تهیه کتاب به آنان توصیه کنید که به جای خرید کتاب، از کپی بخش‌هایی از آن استفاده کنند و یا شما دانشجوی عزیز ممکن است بپندیشید که با اقدام به کپی از روی کتابی، هزینه‌ای کمتر برای تهیه کتاب پرداخت کرده‌اید، هر چند که اغلب چنین نیست، اما نتیجه و حاصل کار چیزی جز نابودی فرهنگ و عدم رغبت به ارائه دستاوردهای جدید در عرصه علم نخواهد بود.

لطفاً بپایید به آینده کشورمان و فرزندانمان بیشتر ببیندیشیم و به آینده علم و دانش در کشور عزیزمان ایران، که زمانی مهد علم و ادب بود، بیشتر بها دهیم و در مقابل آیندگان از خود سلب مسئولیت نکنیم. و در نهایت با ترویج استفاده از کپی و Pdfهای غیرمجاز که بدون رضایت نویسنده و مترجم و ناشر تهیه می‌گردد:

۱. موجب ترک کار و بی‌انگیزگی از فعالیت فرهنگی و بروز مشکلات و خسارت‌های جبران‌ناپذیر به قشر فرهنگی جامعه نشویم.
۲. باعث ورشکستگی صنعت نشر کشور به دنبال آن بیکاری قشر عظیمی از کارکنان این عرصه از ناشر تا حروفچین، طراح و صحاف و ... نگردیم.
۳. و سرانجام افرادی غالباً ناآگاه و به‌ندرت نادرست را تشویق به کار نامشروع و خلاف قانون نکرده، خود و خانواده و فرزندان آنان را به عواقب ارتزاق از راه حرام و تعدی به حقوق دیگران نسازیم.

مارتین. گری. ۱۹۴۱ - م. (Martin, Garry, 1941)

اصلاح رفتار چیست و چگونه انجام می‌شود؟/ تألیف گری مارتین و جوزف پیر؛ مترجم مهرداد فیروزبخت.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات رشد، ۱۴۰۰.

شاپک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۱-۱۵۹-۰۰

مشخصات ظاهری: ۷۷۶ ص

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Behavior modification: What it is and how to do it, 11th ed, 2019

یادداشت: کتابنامه: ص ۷۲۹-۷۷۱.

یادداشت: نمایه.

عنوان دیگر: اصلاح و تغییر رفتار: چیست و چگونه انجام می‌شود.

موضوع: رفتار - تغییر و تعدیل (Behavior modification)

شناسه افزوده: پیر، جوزف، ۱۹۳۸ - م. (Pear, Joseph, 1938)

شناسه افزوده: فیروزبخت، مهرداد، ۱۳۴۷ - مترجم (Firoozbakht, Mehrdad)

شماره کتابشناسی ملی: ۷۶۷۳۱۰۱

رده‌بندی دیویی: ۱۵۳/۸۵

رده‌بندی کنگره: BF۶۳۷

حق چاپ محفوظ است

اصلاح رفتار چیست و چگونه انجام می‌شود؟

نویسندگان: گری مارتین و جوزف پیر

مترجم: مهرداد فیروزبخت

چاپ اول: تابستان ۱۴۰۰ - شمارگان ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: آرمانسا



مرکز نشر و بخش کتاب‌های روان‌شناسی و تربیتی

ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، خیابان شهدای ژاندارمری، شماره ۴۱، تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: میدان انقلاب، روبه‌روی سینما بهمن، خیابان شهید منیری جاوید (اردیبهشت)، شماره ۷۲

تلفن: ۶۶۴۱۰۲۶۲ - ۶۶۴۹۸۳۸۶ - ۶۶۴۹۷۱۸۱

تهران - ۱۴۰۰

فهرست

۱۷	درباره کتاب
۱۹	مقدمه
۱۹	■ درباره ویراست یازدهم این کتاب
۲۱	■ تغییرات ویراست یازدهم
۲۴	■ راهنمای مدرسی به همراه آزمون‌ها و تمرین
۲۵	■ سپاسگزاری‌ها
۲۵	■ خطاب به دانشجو
۲۷	■ استفاده از این کتاب برای مطالعه جهت امتحان هیئت اعطای گواهینامه تحلیل رفتار

بخش یک: رویکرد اصلاح رفتار

۳۱	فصل ۱	مقدمه
۳۳	■ رفتار چیست؟	
۳۸	■ اصلاح رفتار چیست؟	
۴۰	■ سنجش رفتاری چیست؟	
۴۱	■ برخی وقایع تاریخی مهم در اصلاح رفتار	
۴۳	■ استفاده فعلی اصطلاحات «اصلاح رفتار»، «اصلاحگر رفتار» و «اصطلاحات مرتبط	
۴۵	■ برخی تصورات غلط در مورد اصلاح رفتار	
۴۶	■ رویکرد این کتاب	
۴۹	■ خلاصه فصل ۱	
۵۱	■ تمرین‌های کاربردی	
۵۱	■ یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر	

فصل ۲

۵۵	حوزه‌های کاربرد: مرور
۵۶	■ پدر و مادری کردن و مدیریت کودک
۵۷	■ تعلیم و تربیت: از پیش دبستانی تا دانشگاهی
۵۹	■ ناتوانایی‌های رشدی

- ۶۳ ■ اسکیزوفرنی
- ۶۳ ■ مشکلات روانشناختی که در موقعیت‌های بالینی درمان می‌شوند
- ۶۴ ■ مدیریت خود مشکلات شخصی
- ۶۵ ■ مراقبت پزشکی و بهداشتی
- ۶۸ ■ پیری‌شناسی
- ۶۹ ■ روان‌شناسی اجتماع‌نگر رفتاری
- ۷۰ ■ کسب و کار، صنعت، و دولت
- ۷۱ ■ روان‌شناسی ورزش رفتاری
- ۷۱ ■ اصلاح رفتار جمعیت‌های متنوع
- ۷۳ ■ نتیجه‌گیری
- ۷۴ ■ خلاصه فصل ۲
- ۷۵ ■ تمرین کاربردی
- ۷۵ ■ یادداشت برای یادگیری بیشتر

فصل ۳

- ۷۷ ■ تعریف، اندازه‌گیری، و ثبت رفتار هدف
- ۷۸ ■ فازهای حداقلی یک برنامه اصلاح رفتار
- ۸۱ ■ سنجش‌های رفتاری غیرمستقیم، مستقیم، و آزمایشی
- ۸۷ ■ خصوصیات رفتار جهت سنجش مستقیم
- ۹۵ ■ راهبردهای ثبت رفتار
- ۹۸ ■ راهبردهای زمانی حداقلی برای اندازه‌گیری مقدار رویش‌های ثبت رفتار
- ۱۰۰ ■ سنجش دقت مشاهدات
- ۱۰۳ ■ سنجش دقت درمان
- ۱۰۴ ■ داده‌ها! داده‌ها! داده‌ها! چرا خودمان را اذیت کنیم؟
- ۱۰۸ ■ خلاصه فصل ۳
- ۱۰۹ ■ تمرین کاربردی
- ۱۰۹ ■ یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر

فصل ۴

- ۱۱۵ ■ اصلاح رفتار پژوهی
- ۱۱۶ ■ طرح تکرار وارونه (ABAB)
- ۱۲۱ ■ طرح‌های چند خط پایه‌ای
- ۱۲۵ ■ طرح تغییر ملاک
- ۱۲۶ ■ طرح درمان‌ها (یا چنددرمانی) متناوب
- ۱۲۸ ■ تحلیل و تفسیر داده‌ها
- ۱۳۲ ■ خلاصه فصل ۴
- ۱۳۲ ■ تمرین‌های کاربردی
- ۱۳۳ ■ یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر

بخش دو: اصول و رویه‌های رفتاری بنیادی

فصل ۵

- شرطی‌سازی پاسخگر (کلاسیک، پاولفی) رفتار رفلکسی ۱۳۹
- اصول و رویه‌های رفتاری ۱۴۰
- اصل شرطی‌سازی پاسخگر ۱۴۰
- شرطی‌سازی سطح بالاتر ۱۴۴
- پاسخ‌های شرطی پاسخگر رایج ۱۴۵
- رویه‌های حذف رفلکس شرطی ۱۴۸
- تعمیم و تمیز رفتار پاسخگر ۱۵۰
- کاربردهای شرطی‌سازی پاسخگر و خاموشی ۱۵۱
- مقدمه‌ای بر شرطی‌سازی کنشگر: نوع دیگری از یادگیری ۱۵۳
- خلاصه فصل ۵ ۱۵۴
- تمرین‌های کاربردی ۱۵۶
- یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر ۱۵۶

فصل ۶

- افزایش رفتار با تقویت مثبت ۱۵۹
- تقویت مثبت ۱۶۰
- عوامل موثر بر تاثیرگذاری تقویت مثبت ۱۶۳
- دام‌های تقویت مثبت ۱۷۹
- راهنماهای کاربرد موثر تقویت مثبت ۱۸۳
- خلاصه فصل ۶ ۱۸۵
- تمرین‌های کاربردی ۱۸۶
- یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر ۱۸۷

فصل ۷

- افزایش رفتار با تقویت شرطی ۱۸۹
- تقویت‌کننده‌های غیرشرطی و شرطی ۱۹۰
- عوامل موثر بر تاثیرگذاری تقویت شرطی ۱۹۵
- دام‌های تقویت شرطی ۱۹۶
- راهنماهای کاربرد موثر تقویت شرطی ۱۹۷
- خلاصه فصل ۷ ۱۹۹
- تمرین‌های کاربردی ۱۹۹
- یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر ۲۰۰

فصل ۸

- کاهش رفتار با خاموشی کنشگر ۲۰۳
- خاموشی کنشگر ۲۰۴

- ۲۰۶ عوامل موثر بر تاثیرگذاري خاموشي كنشگر
- ۲۱۵ دام‌های خاموشي كنشگر
- ۲۱۷ راهنماهای کاربرد موثر خاموشي كنشگر
- ۲۲۰ خلاصه فصل ۸
- ۲۲۰ تمرین‌های کاربردی
- ۲۲۱ یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر

فصل ۹

- ۲۲۳ رسیدن به رفتار جدید با شکل‌دهی
- ۲۲۴ شکل‌دهی
- ۲۳۰ عوامل موثر بر تاثیرگذاري شکل‌دهی
- ۲۳۳ دام‌های شکل‌دهی
- ۲۳۵ راهنماهای کاربرد موثر شکل‌دهی
- ۲۳۷ خلاصه فصل ۹
- ۲۳۸ تمرین‌های کاربردی
- ۲۳۹ یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر

فصل ۱۰

- ۲۴۳ پرورش استمرار رفتاری با برنامه‌های تقویت
- ۲۴۴ برخی تعاریف
- ۲۴۶ برنامه‌های نسبی
- ۲۴۹ برنامه‌های فاصله‌ای ساده
- ۲۵۲ برنامه‌های دارای محدودیت
- ۲۵۶ برنامه‌های مدت‌دار
- ۲۶۰ مرور شش برنامه تقویت متناوب رایج در افزایش و نگهداری رفتار
- ۲۶۱ برنامه‌های تقویت همزمان
- ۲۶۲ دام‌های تقویت متناوب
- ۲۶۲ راهنماهای کاربرد موثر تقویت متناوب
- ۲۶۳ خلاصه فصل ۱۰
- ۲۶۵ تمرین‌های کاربردی
- ۲۶۵ یادداشت‌هایی برای یادگیری بیشتر

فصل ۱۱

- ۲۶۹ پاسخدهی در زمان و مکان درست: تمیز و تعمیم محرک كنشگر
- ۲۷۰ یادگرفتن پاسخدهی در زمان و مکان درست
- ۲۷۲ انواع محرک‌های کنترل‌کننده رفتار كنشگر: محرک تمیزی و محرک خاموشي
- ۲۷۳ تمیز محرک كنشگر
- ۲۷۴ تعمیم محرک كنشگر
- ۲۷۹ عوامل موثر بر تاثیرگذاري تعمیم‌آموزی محرک كنشگر

درباره کتاب

کتاب اصلاح رفتار: چیست و چگونه انجام می‌شود، ارائه‌ای عملی و جامع از اصول اصلاح رفتار و راهنماهای کاربرد آن است. این کتاب که برای دانشجویان و خوانندگان عمومی مناسب است، و شکل‌های مختلف اصلاح رفتار را از کمک به کودکان برای یاد گرفتن مهارت‌های ضروری زندگی تا آموزش حیوانات خانگی و حل مشکلات رفتاری شخصی، تعلیم می‌دهد. همچنین مهارت‌های عملی «چگونه‌ای» را تعلیم می‌دهد که این موارد را دربر می‌گیرند: تشخیص تأثیرات بلندمدت؛ طراحی، اجرا، و ارزیابی برنامه‌های رفتاری؛ تفسیر دوره‌های رفتاری؛ مشاهده و ثبت رفتارها؛ و تشخیص موارد تقویت، خاموشی، و تنبیه.

این کتاب برای واحدهای درسی اصلاح رفتار، تحلیل رفتار کاربردی، رفتاردرمانی، روان‌شناسی یادگیری، و مباحث مرتبط با آنها مناسب است. همچنین برای دانشجویان و متخصصان حرفه‌های یاریگر (از قبیل روان‌شناسی بالینی، مشاوره، تعلیم و تربیت، پزشکی، پرستاری، کاردرمانی، فیزیوتراپی، روانپرستاری، روانپزشکی، مددکاری اجتماعی، و روان‌شناسی ورزشی) که به طور مستقیم با ارتقای شکل‌های مختلف پرورش و تحول رفتار سروکار دارند، مناسب است. مطالب کتاب با این فرض که به دانش پیشین در مورد اصلاح رفتار یا روان‌شناسی نیازی نیست، به شکلی جالب و خواندنی، ارائه شده‌اند. موردهای اختصاصی و مثال‌های این کتاب، معضلات را روشن می‌کنند و اصول را واقعی می‌سازند. راهنماهای سراسر کتاب اصلاح رفتار: چیست و چگونه انجام می‌شود، منبع آسان و آماده‌ای است که می‌توانید از آن به عنوان مرجعی در زمینه کاربرد اصول اصلاح رفتار استفاده کنید. منابع برخط [یا آنلاین] این کتاب، شامل راهنمای مدرسان هم در نشانی www.routledge.com/9780815366546 موجود است.