

روش‌ها و فنون مشاهده‌ی رفتار

مؤلفین

احمد عرب زاده

مسئو له نسمتی

پاییز ۹۴

سرشناسه : عرب‌زاده، احمد، ۱۳۵۴ -
عنوان و نام پدیدآور : روش‌ها و فنون مشاهده‌ی رفتار/مولفین احمد عرب‌زاده، معصومه نعمتی.
مشخصات نشر : اهواز: انتشارات علوم و فنون پزشکی اهواز، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری : ۲۳۶ص.
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۲۵-۷۹-۶
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
موضوع : مشاهده (روش آموزش)
موضوع : مشاهده (روان‌شناسی) -- روش‌شناسی
شناسه افزوده : نعمتی، معصومه، ۱۳۴۸ -
رده بندی کنگره : ۳۶/۷۰۱۳۹۳ ۱۳۵۴/م
رده بندی دیویی : ۱۵۰
شماره کتابشناسی ملی : ۷۲۷۰۶۶



کتاب: روش‌ها و فنون مشاهده‌ی رفتار

هرگونه چاپ و تکثیر (اعم از: زیراکس، بارکپی، ضمیمه، کامپیوتری، تهیه CD) از محتویات این اثر بدون اجازت مستقیم مؤلف ممنوع است. متخلفان به موجب بند ۵ از ماده ۲ قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان و هنرمندان تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

مولفان: احمد رضا، زاده، معصومه نعمتی.

مرکز نشر و پخش: اهواز - امانیه - خیابان سقراط غربی جنب مجتمع
تصادفات دادگستری - کوچه خاکسار - پلاک ۱۲۰ تلفن
تماس: ۳۳۳۳۳۸۶۵ - ۳۳۳۶۲۸۹۳ - ۰۶۱

ناشر: انتشارات علوم و فنون پزشکی اهواز

دورنگار: ۰۶۱-۳۳۳۶۴۵۶۸

نوٲٲ چاپ: اول ۱۳۹۴

www.olfo.it

نشانی‌های اینترنتی:

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

www.parsinbook.ir

بہا: ۲۰۰۰ تومان

پست الکترونیکی:

olomofonon.pezeshki@gmail.com

فهرست

۱۱	مقدمه
۱۳	فصل اول
۱۵	تعریف مشاهده
۱۵	تفاوت مشاهده با دیدن
۱۶	رفتار
۱۶	معنای رفتار از دیدگاه روانشناسان
۴۹	فصل دوم
۵۰	موارد مشاهده
۵۰	وضعیت ظاهری
۵۳	سطح هشیاری فرد و نحوه تفاوت آشکار از سطح به هنجار
۵۳	ادا و اطوارهای خاص
۵۳	درجه‌ی جذابیت و دافعه‌ی فرد
۵۹	وضعیت عاطفی
۵۹	خوشحالی
۶۲	عصبانیت
۶۵	کنترل عصبانیت
۶۵	شیوه‌هایی برای کنترل عصبانیت
۷۱	افسردگی و غمگینی
۸۲	ترس
۹۰	اضطراب
۱۰۵	خودشیفتگی
۱۰۸	سطح واکنش‌پذیری هیجانی
۱۱۲	بی‌تفاوتی
۱۱۴	ارتباط چشمی
۱۱۸	خجالتی بودن و گوشه‌گیری
۱۲۱	در خود فروماندگی
۱۲۴	وضعیت حرکتی
۱۳۳	تیک

۱۳۷	جویدن ناخن.....
۱۳۹	حرکت دادن پا.....
۱۴۰	رفتار کلیشه‌ای.....
۱۴۱	رفتار تقلیدی.....
۱۴۳	نحوه نشستن، راه رفتن.....
۱۴۵	وضعیت کلامی.....
۱۴۵	تند تند صحبت کردن.....
۱۴۵	کند و بی حال صحبت کردن.....
۱۴۶	بلند یا کوتاه صحبت کردن.....
۱۵۰	لکنت زبان - بک زبانی صحبت کردن.....
۱۵۳	روش‌های درمانی گفتار.....
۱۵۹	نقش آموزگاران در کاهش لکنت زبان و ناروانی‌های کلامی کودکان.....
۱۶۱	اختلال تفکر.....
۱۶۶	مهارت ادراکی و بینش به خود.....
۱۶۶	مؤدب بودن.....
۱۶۷	رفتار.....
۱۶۸	واکنش در برابر تماس فیزیکی.....
۱۶۹	میزان رعایت مرزهای بدنی.....
۱۶۹	انواع حد و مرزهای فردی.....
۱۷۰	حد و مرزهای روانی.....
۱۷۱	تعیین مرزها.....
۱۷۳	حد و مرزهای سالم در مقابل حد و مرزهای ناسالم.....
۱۷۳	ویژگی‌های افراد با حد و مرز سالم.....
۱۷۴	ویژگی‌های افرادی با حد و مرز ناسالم.....
۱۷۴	مراحل تعیین مرز.....
۱۷۵	رهنمودهایی برای ایجاد حد و مرز سالم.....
۱۷۹	مرزهای درونی.....
۱۷۹	احساس گناه و خشم.....
۱۷۹	قرار دادن مرزهای مؤثر.....

۱۸۰	 میزان تمایلات گرایشی و اجتنابی
۱۸۲	 مکانیسم‌های دفاعی
۱۸۲	 تاریخچه مکانیسم‌های دفاعی
۱۸۲	 ویژگی مکانیسم‌های دفاعی
۱۸۲	 انواع مکانیسم‌های دفاعی
۱۸۵	 استفاده مداوم و مکرر از مکانیسم‌های دفاعی
۱۸۶	 برقراری ارتباط با دیگران
۱۸۶	 انواع ارتباط
۱۸۷	 ارتباط کلامی
۱۸۷	 ارتباط غیر کلامی
۱۹۱	 چه کنیم که تم کز - رسان به گوینده تقویت شود؟
۱۹۲	 شیوه‌های افزایش ارتباط خود با دیگران
۱۹۲	 صریح و صادق بودن
۱۹۲	 احساسات خود را بیان کردن
۱۹۲	 زمینه مشترک و نکات مشابه را یافتن
۱۹۳	 همدلی و همدردی کردن
۱۹۳	 شنونده خوبی بودن
۱۹۳	 سیستم روحی افراد را شناختن و تقلید از آن‌ها
۱۹۳	 شخصیت افراد را در نظر گرفتن
۱۹۴	 تقویت نمودن عزت نفس
۱۹۴	 محترم شمردن احساس طرف مقابل
۱۹۴	 سکونت نمودن
۱۹۴	 عدم افراط در موعظه
۱۹۵	 وقت و موقعیت شناس بودن
۱۹۵	 مخالف نمودن به شیوه مناسب
۱۹۵	 یکی بودن قول و عمل
۱۹۶	 زبان تن
۱۹۸	 چشم‌ها
۱۹۹	 به طور کلی افراد در ارتباطات خود به یکی از چهار سیستم عصبی زیر گرایش دارند

۲۰۴	حالت بدن در ارتباط غیر کلامی
۲۱۵	محاسن مشاهده
۲۱۵	معایب عمده روش مشاهده
۲۱۷	فصل سوم
۲۱۸	ثبت مشاهدات
۲۱۸	روش‌های ثبت مشاهدات
۲۱۹	چک لیست (فهرست وارسی - سیاهه‌ی رفتار)
۲۲۰	قواعد تهیه‌ی فهرست وارسی
۲۲۱	مقیاس درجه‌بندی
۲۲۱	انواع مقیاس‌های درجه‌بندی
۲۲۲	مقیاس درجه‌بندی عددی
۲۲۳	مقیاس درجه‌بندی نگاره‌ای
۲۲۴	مقیاس درجه‌بندی نگاره‌ی صیفی
۲۲۵	قواعد تهیه‌ی مقیاس درجه‌بندی
۲۲۶	واقعہ‌نگاری (رویداد نگاری)
۲۲۷	اجزاء عناصر گزارش رویداد نگاری
۲۲۹	منابع و مآخذ

هدف‌های کلی کتاب

مؤلفین کتاب روش‌ها و فنون مشاهده‌ی رفتار در تدوین این کتاب، هدف‌های کلی زیر را در نظر داشته‌اند و امیدوارند مشاوران، روانشناسان و خوانندگان محترم با خواندن مطالب کتاب و انجام دادن فعالیت‌ها و فنون آن به این هدف‌ها نائل آیند:

۱. کسب دانش لازم درباره‌ی روش‌ها و فنون مشاهده‌ی رفتاری.

۲. آشنایی با مفاهیم مختلف مرتبط با رفتار.

۳. کسب مهارت‌های لازم در زمینه‌ی مشاهده‌ی رفتار که بتوانند این فنون را با موفقیت به‌کارگیرند.

۴. علاقه‌مند شدن به تحقیق زمینه‌ی مشاهده‌ی رفتار به عنوان یک اقدام سودمند برای کمک به افرادی که در این زمینه نیازمند به خدمات روان‌شناختی هستند.

۵. شناسایی علائم رفتارها را احساسات مختلف و مداخله در بحران تا ارجاع فرد مورد مشاهده به متخصص

مقدمه

ما، مؤلفین این کتاب، به عنوان مدرس و مشاور همواره از سوی دانشجویان با سؤالاتی متعددی درباره شیوه مشاهده رفتار، جایگاه مشاهده و سودمندی آن قرارگرفته‌ایم. در بسیاری از کارگاه‌های آموزشی افراد تازه‌کاری را دیده‌ایم که در استفاده از فنون مشاهده رفتار و اینکه چه مواردی را باید در ارتباط با مراجعان و دانش آموزان مورد مشاهده قرار دهند، با مشکل روبرو بوده‌اند. کمبود منابع فارسی و مقالاتی که منحصرأ به این موضوع بپردازد بسیار محسوس بود و ما را به این واداشت که با تألیف کتابی در خصوص روش‌ها و فنون مشاهده، به این سؤالات پاسخ دهیم. به راستی مجموعه فنونی وجود دارد که هنگام وقوع هر رفتاری به متخصص جهت مشاهده علمی و ثبت و استفاده بهینه از آن کمک فراوانی می‌کند و با یادگیری و تمرین آن‌ها می‌توان به تقویت مهارت مشاهده گری پرداخت.

فرضیه اصلی ما در کتاب حاضر این است که با استفاده از فنون مشاهده، بتوانیم اطلاعات دقیق، گسترده و بی‌نظیری را در مورد افراد مورد مشاهده و کیفیت رفتارشان به دست آوریم. نکاتی را مورد دقت و بررسی قرار می‌دهیم که از چشم افراد عادی پنهان می‌ماند و توجه و مشاهده دقیق همان رفتار کوچک یا حتی تغییر رنگ چهره و تغییر ظریف صدای مراجع در تشخیص مشکل بسیار اثربخش بوده و به درمان و حل مشکل افراد کمک کند. نکاتی که تبحر در آن‌ها تفاوت بین دیدن افراد عادی و مشاهده یک روان‌شناس در حرفه‌ای است.

بهترین راه استفاده از این کتاب این است که بعد از مطالعه هر فصل آن، کتاب را کنار گذاشته و از خود بپرسید که فایده فنون توصیف‌شده برای شما، دانش آموزان و مراجعانتان چیست؟ این فنون چه کاربردی برایتان دارد؟ چگونه این فنون در آموزش و درمان به شما می‌تواند کمک کند؟

نکته قابل‌تأمل این است که این فنون را نمی‌توان به‌صورت جزئی و بدون در نظر گرفتن محیطی که رفتار در آن به وقوع پیوسته در نظر گرفت و رفتاری که با شدت و به تکرار در شرایط خاصی انجام می‌شود می‌تواند ما را به تشخیص برساند.

امیدواریم این کتاب بتواند محرک خوبی جهت ترغیب شما به مشاهده دقیق و تفکر پیرامون مهارت‌های عملی مشاهده رفتار باشد و باب تحقیق و تبادل نظر حرفه‌ای را به رویمان بگشاید.

ما این کتاب را مطابق برداشت خود از مطالعه منابع گوناگون جهت کمک به معلمان، اساتید و دانشجویان و متخصصان حیطه خدمات انسانی نگاشته‌ایم. این کتاب می‌تواند به عنوان منبع با ارزشی در تدریس دروس دانشگاهی مانند روش‌ها و فنون مشاهده رفتار، فنون تدریس و کارورزی استفاده شده و به تفکر و خلاقیت در زمینه مشاهده دقیق و علمی منجر شود.

احمد عرب زاده - معصومه نعمتی

مدرس دانشگاه فرهنگیان بوشهر - ساری