



تربويات
رفقا في تعديل السلوك

إعداد

أ.د/ خالد محمود محمد عرفان
عميد كلية التربية بنين القاهرة

تربويات

رفقا في تعديل السلوك

السلوك هو كل ما يصدر منك أو من غيرك معرفيا كان أم مهاريا أم وجدانيا أم اجتماعيا.

وليس كل السلوك يكون صحيحا، فهناك سلوك صحيح وسلوك خطأ، ولا يوجد شخص سلوكه صحيح في جميع المواقف ومع جميع الأشخاص ومجالات التعلم إلا الأنبياء فهم معصومون، وإذا صدر منهم سلوك غير ذلك فيكون يهدف التشريع وتعليم الناس.

فالخطأ من سمات الإنسان، ومن يريد إنسانا بلا أخطاء فليبحث عنه في عالم آخر، يقول رسول الله- صلى الله عليه وسلم:- " كل بني آدم خطاء، وخير الخطائين التوابون". (الترمذي وابن ماجه والحاكم)

مع إتاحة الفرصة لهذا الإنسان للعودة وتعديل سلوكه بالتوبة قال تعالى: "إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ" (البقرة: 222) وقوله تعالى: "وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ". (الشورى: 25)

تعديل السلوك أسلوب يستخدم لتعديل السلوكيات الخاطئة بصورة علمية، من تنمية الضبط الذاتي لدى الفرد، مع إعطائه نوعا من الاستقلالية، من خلال التطبيق المباشر لمبادئ وفنيات التعلم.

ويتبع في تعديل السلوك المبادئ التالية:

- التعزيز: وذلك بجانبه الإيجابي والسلبي،.
- العقاب: ويكون بالشكل المناسب والطريقة المناسبة وبلا إفراط.
- المحو: بإضعاف السلوك من خلال محو المثير المحفز للسلوك.
- ضبط المثير: فضبط المثير يؤدي إلى ضبط الاستجابة المرتبطة به، فالاستجابة مرتبطة بالسلوك .
- التمييز: فالتمييز بين المثيرات يحدد الاستجابة المناسبة لكل مثير، وبالتالي تأتي الاستجابة للمثير استجابة صحيحة وهي تعني سلوكا صحيحا.
- التعميم: تعميم الاستجابة الصحية في كل مرة يظهر فيها المثير مستقبلا، وبالتالي تكون الاستجابة السلوكية دائمة.

إن تعديل السلوك يتطلب منا أن نؤمن بأن السلوك متعلم، وقابل للتقييم والتعديل، وأنه نتيجة لمثير.

لقد عني علماء التربية خاصة علماء النفس بتعديل السلوك عناية كبيرة منطلقين من مدارس نفسية مختلفة كالمدرسة السلوكية .. وغيرها.

وبالنظر إلى تراثنا الإسلامي نجد أنه قد سبق كل العلوم التربوية المعاصرة في مجالات تعديل السلوك، وأسس لنا مدرسة رائعة على يد المعلم الأعظم والتربوي الأول محمد- صلى الله عليه وسلم- ويمكن أن نوضح تعديل السلوك في الإسلام من خلال كتاب الله وسنة رسوله على النحو التالي:

إذا نظرنا إلى الإسلام نجد أنه عقائد وعبادات ومعاملات وحدود، والمسلم يسلك تجاه كل فرع منها السلوك الصحيح معرفياً وتطبيقياً ووجدانياً واجتماعياً، وفي حالة صدور سلوك خطأ من المسلم تجاه واحدة منها قولاً أو فعلاً يجد المجتمع يتصدى له ضابطاً ومعدلاً سلوكه نحو الاتجاه الصحيح مستخدماً في ذلك العديد من الإجراءات أهمها:

- التعليم الصحيح للسلوك: الوقاية خير من العلاج، والوقاية من السلوك الخطأ هو تعليم السلوك الصحيح من البداية؛ قال الله عز وجل مبيناً نعمه على الأميين فقال: "هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِّنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ (الجمعة: 2) ووقعوا في الخطأ طول حياتهم، ولولاه لضلوا وأضلوا.
- إتاحة الفرصة: ليس معنى صدور سلوك غير صحيح من شخص ما أن نغلق أمامه الطريق؛ بل علينا أن نمنحه الفرص تلو الفرصة للتعديل حتى يصبح سلوكه في أفضل صورة ممكنه، وقد بين لنا رسول الله ذلك فعن عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: أَنَّ رَجُلًا أَتَى رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ! إِنَّ لِي خَادِمًا يُسِيءُ وَيَظْلِمُ أَقْضَرِيئَهُ، قَالَ: «تَعْفُو عَنْهُ كُلَّ يَوْمٍ سَبْعِينَ مَرَّةً» (إسناده صحيح، على اختلاف في سنده: أخرجه أحمد: (وأبو داود، والترمذي)
- النمذجة: عندما يسلك شخص ما سلوكاً غير صحيح فإننا نقدم له نموذجاً للسلوك الصحيح، ويظهر ذلك جلياً في بيوتنا فعندما لا يحسن طفل الوضوء نتوضأ أمامه، وعندما لا يحسن الصلاة نصلي أمامه، وعن مالك بن الحويرث رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "صلُّوا كما رأيتموني أصلي، وإذا حضرت الصلاة

فليؤذن لكم أحدكم، وليؤمكم أكبركم" متفق عليه. وعن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما أنه رأى النبي صلى الله عليه وسلم يرمي على راحلته يوم النحر، يعني: رميه للجمرة في يوم العيد، ويقول: (لِتَأْخُذُوا مَنَاسِكَكُمْ) (رواه مسلم)

- القدوة: القدوة هو النموذج ولكنه النموذج الأمثل وليس أي نموذج، وإنما نموذج أكثر استمرارية وبقاء وشمولا، قال تعالى: "لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا (الأحزاب: 21)

- إعادة توجيه السلوك: قد يكون السلوك خطأ في موقف، وصواب في موقف آخر، وبالتالي توجيه السلوك كاستجابة لا بد أن يوجه للمثير المناسب، فعلى سبيل المثال التأديب يستخدم مع الأبناء ولكن لا يستخدمه مع الوالدين، ومن ثم ما يصلح تجاه مثير لا يصلح تجاه مثير آخر، وقد علمنا رسول الله ذلك فن جابر بن عبد الله - رضي الله عنه - أن رسول الله صلى الله عليه وسلم - قال: "إِنَّ الْمَرْأَةَ تُقْبَلُ فِي صُورَةِ شَيْطَانٍ وَتُدْبِرُ فِي صُورَةِ شَيْطَانٍ فَإِذَا أَبْصَرَ أَحَدُكُمْ امْرَأَةً فَلْيَأْتِ أَهْلَهُ فَإِنَّ ذَلِكَ يَزِدُّ مَا فِي نَفْسِهِ". وليس هذا ذم للمرأة وإنما كون المرأة محببة إلى نفس الرجل ولا يستطيع أن يقاوم هذا الحب فيستغل الشيطان ذلك فيسوقها أمامه إقبالا وإدبارا ليقع في الفاحشة.

- استدراك السلوك الخطأ قبل وقوعه: إن من أساليب تصويب السلوك الخطأ في الإسلام استدراكه قبل وقوعه وأخذ الحيطة والحذر، لذا فخوف الإسلام المرء من الوقوع في الزنا بصفته سلوك مرضي فحرم عليه النظر إلى الحرام وحرم عليه الاقتراب منه كي لا يقع فيه، قال تعالى: "قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ؛ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ (30) وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا؛ وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ؛ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوْ التَّابِعِينَ غَيْرِ أُولِي الْإِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوِ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَى عَوْرَاتِ النِّسَاءِ؛ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ؛ وَتَوْبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهُ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ" (النور: 30، 31). لقد وضعت خريطة وقائية حفاظا على الرجل والمرأة من الوقوع في السلوك الجنسي المنحرف، ويلاحظ القاسم المشترك بين الرجل والمرأة في هذا الأمر.

- **الصحة:** إن الصحة للأخيار تكسب السلوك السوي، وتعديل السلوك الخطأ لاسيما إذا كان صحة العلماء، ولنا في قصة موسى والخضر خير مثال على ذلك: "قَالَ لَهُ مُوسَى هَلْ أَتَّبِعُكَ عَلَىٰ أَنْ تُعَلِّمَني مِمَّا عَلِّمْتَ رُشْدًا" (الكهف: 66) فصاحبه وتعلم منه وعدل سلوكه.
- **الإقناع:** لا يمكن أن تجبر شخصا على تعلم سلوك أو تعديل سلوك ما لم تكن مقنعا له عقليا ونقليا، هكذا فعل رسول الله مع الشاب الذي أراد أن يسمح له رسول الله بالزنا، فعن أبي أمامة رضي الله عنه قال: إن فتى شاباً أتى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله، ائذن لي بالزنا! فأقبل القوم عليه فزجروه، وقالوا: مه مه! فقال: ((ادنه))، فدنا منه قريباً، قال: فجلس، قال: ((أتحبه لأمك؟))، قال: لا والله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لأمهاتهم))، قال: ((أفتحبه لابنتك؟))، قال: لا والله يا رسول الله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لبناتهم))، قال: ((أفتحبه لأختك؟))، قال: لا والله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لأخواتهم))، قال: ((أفتحبه لعمتك؟))، قال: لا والله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لعماتهم))، قال: ((أفتحبه لخالتك؟))، قال: لا والله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لخالاتهم))، قال: فوضع يده عليه، وقال: ((اللهم اغفر ذنبه، وطهر قلبه، وحصن فرجه))، فلم يكن بعد - ذلك الفتى - يلتفت إلى شيء؛ رواه أحمد بإسناد صحيح.
- **التدريب:** إذا كنا نريد أن نكسب سلوكا أو نعدل سلوكا فحتما لابد أن ندرج على ذلك، ونصبر ونثابر في هذا الأمر، قال تعالى: "وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْأَلُكَ رِزْقًا نَحْنُ نَرْزُقُكَ وَالْعَاقِبَةُ لِلتَّقْوَىٰ" (طه: 132) فليس الأمر مرة واحدا لتصبح الصلاة سلوك طاعة دائم لدى الأهل، وإنما المداومة على أمرهم بالصلاة، والمداومة تدريب لهم على الالتزام بسلوك الطاعة.
- **التدرج:** قد يكون السلوك الخطأ متملكا من النفس ومتجذرا في القلب (كإدمان الخمر مثلا) فيكون انتزاع النفس منه أمرا صعبا؛ فيلجأ المرء إلى التدرج في تغيير هذا السلوك؛ فتدرج الله مع الناس في تحريم الخمر على ثلاث مراحل.
- المرحلة الأولى: قال الله تعالى: (يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِن نَّفْعِهِمَا وَيَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنْفِقُونَ قُلِ الْعَفْوَ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ" (البقرة: 219)

المرحلة الثانية: قال الله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّى تَغْتَسِلُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفْوًا غَفُورًا) (النساء: 43).

المرحلة الثالثة: "قال الله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رَجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ* إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَن ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ" (المائدة: 90) وهذا يتبع الآن في علاج الإدمان.

بدأ بالتنفير "إنهما أكبر من نفعهما" ثم بتحريمها جزء من الوقت وهو وقت الصلاة "لا تقربوا الصلاة وأنتم سكارى" ثم التحريم طول الوقت "فاجتنبوه".

- الثواب: فيثاب الطفل أو المرء على إتيان السلوك الصحيح ويثاب أيضا على تركه السلوك الخطأ، وهناك أناس يصلح معهم الثواب لتعديل السلوك، والثواب يبدا بالتلميح بالثواب وانتهاء بالمكافأة المادية، ولكن علينا أن نستخدمه بانضباط بلا افراط ولا تفريط وأن يكون مناسباً للسلوك الذي تم القيام به.
- العقاب: إذا كان هناك من يحب المكافأة لتعديل سلوكه فهناك آخرون لا تقنعهم المكافأة بل يردعهم العقاب، وهو متدرج أيضا من مجرد التلميح بالعقاب إلى العقاب البدني بدون إفراط، وأن يكون مناسباً لحجم السلوك.

وقد جمع الاثنين معا في قوله تعالى: "وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا* وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا* وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا اصْرِفْ عَنَّا عَذَابَ جَهَنَّمَ إِنَّ عَذَابَهَا كَانَ غَرَامًا* إِنَّهَا سَاءَتْ مُسْتَقَرًّا وَمُقَامًا* وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا* وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا* يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا* إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا* وَمَنْ تَابَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَإِنَّهُ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ مَتَابًا* وَالَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا* وَالَّذِينَ إِذَا ذُكِّرُوا بِآيَاتِ رَبِّهِمْ لَمْ يَخِرُّوا عَلَيْهَا صُمًّا وَعُمْهَانًا* وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا ذُرِّيَّتًا قَرَّةَ أَغْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا* أُولَئِكَ يُجْزَوْنَ الْغُرْفَةَ بِمَا صَبَرُوا وَيُلَقَّوْنَ فِيهَا تَجِيَّةً وَسَلَامًا* خَالِدِينَ فِيهَا حَسُنَتْ مُسْتَقَرًّا وَمُقَامًا* قُلْ مَا يُعْبَأُ بِكُمْ رَبِّي لَوْلَا دَعَاؤُكُمْ فَقَدْ كَذَّبْتُمْ فَسَوْفَ يَكُونُ لِزَامًا} (الفرقان: 77.63).



فقد تضمنت على الثواب لمن سلك السلوك السوي أو أقلع عن السلوك غير السوي فقال (أولئك يجزون الغرفة بما صبروا ويلقون فيها تحية وسلاما) وعلى الجانب الآخر أصحاب السلوك المرضي سيكون جزاؤهم "ومن يفعل ذلك يلق أثمًا يضاعف له العذاب يوم القيامة ويخلد فيه مهانًا" وكلاهما قادر على ضبط السلوك لدى الناس.

إن أساليب تعديل السلوك في الإسلام متنوعة كي نختار منها ما يناسب السلوك وما يناسب صاحب السلوك وسماته النفسية المختلفة؛ وهي أكثر عمقا من تلك التي أوردها علماء النفس وتلتقي معها في بعضها.

هذا وبالله التوفيق

أ.د/ خالد محمود محمد عرفان

عميد كلية التربية بنين القاهرة