

סדנת הדרכה

Parent Management Training

מפגש 2: עידוד התנהגויות חיוביות

אלון בבצ'וק, פסיכולוג
מוסמך המרכז להורות באוניברסיטת ייל (YALE), ארה"ב

תוכן הפגישה היום

(1) סימולציות:

- הורה-ילד

- מטפל-הורה

(2) העברת Psychoeducation להורים.

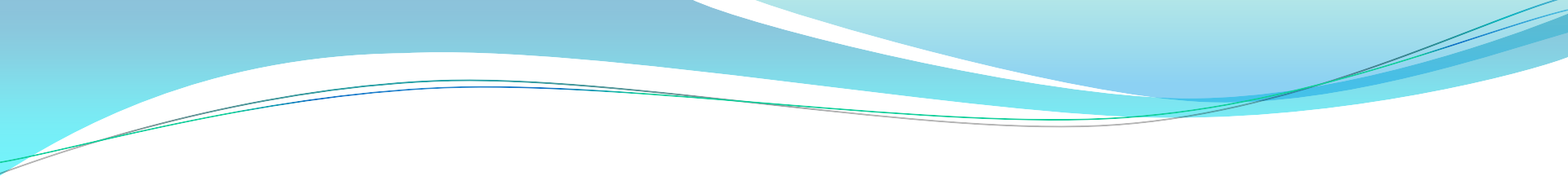
(3) סוגי התנגדויות להדרכה וכיצד להתמודד עימן.

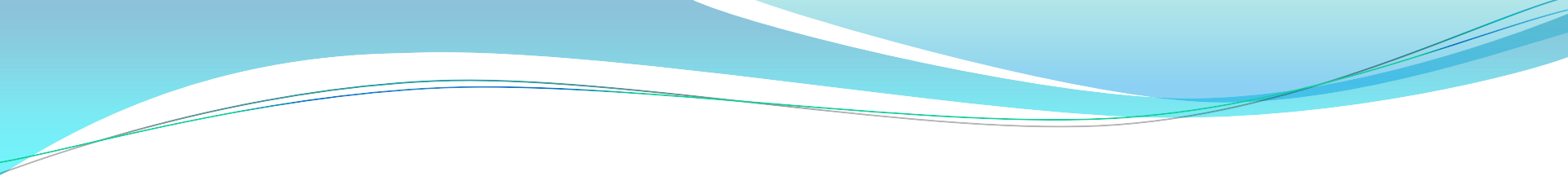
*חשיבות הסימולציות

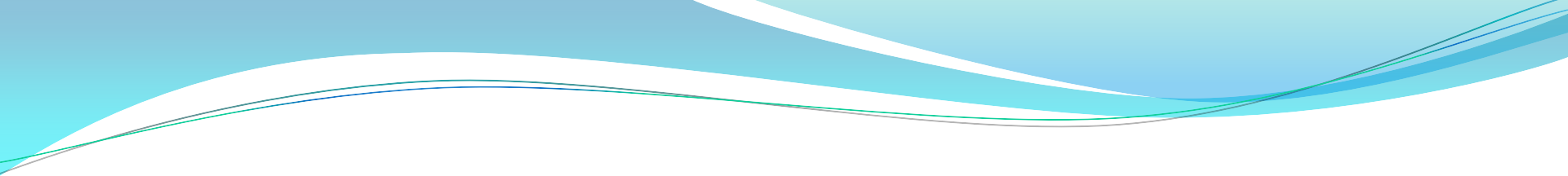
- PMT כ'גורם מחסן' את הילדים מפני בעיות נפשיות: סטרסורים כגון גירושין, מצב סוציאקונומי נמוך וכו' - ישפיעו רק אם הסטרס יבוא לידי ביטוי באינטראקציות החברתיות עם הילדים.

When child mental health problems are conceptualized from an ecological model, there are many different potential targets, including the child, the school, the home environment, and adult mental health problems, to name a few. Family management problems are central to all of these issues and have been shown in research to serve as a strong mediator between early childhood problems and later problem behavior (Patterson & Dishion, 1985). Family management also shows significant predictability to several other risk factors, including deviant peer formation, poor achievement, and depression (Dishion, Patterson, Stoolmiller, & Skinner, 1991; Stormshak, Bierman, McMahon, Lengua, & Conduct Problems Prevention Research Group, 2000). Developmental research clearly suggests that solid family management skills are the strongest predictor of mental health and positive outcomes for youth of all ages (see Figure 10.1).

- Dishion & stormshak, 2009

- 
- חשוב להדגיש שההורים אינם אשמים, הם בדר"כ לא יוכלו להגיע למיומנויות אלו דרך ניסוי וטעיה.
 - איכות החיים של ההורים והמשפחה במקרים כאלו.
 - פער דרמטי בין ידע מחקרי לבין הידע עליו הורים מסתמכים.
 - חשיבות ההתערבות בילדות המוקדמת.

- 
- המטרה שלכם תהיה להביא את ההורים ליישם את המיומנויות הבאות.
 - מגבלות ההדרכה שתעבירו.
 - ההמלצה: להתחיל במקרים קלים והורים מאוד משתפי פעולה.



סימולציות

סימולציות

בקשות יעילות

- היו ספציפיים: מה אתם רוצים שילדכם יעשה?
- הישארו רגועים: טון נייטרלי + בבקשה.
- היו קרובים לילד.
- מייד לפני.

סימולציות

- באמירה, לא בשאלה.
- לא יותר מפעמיים.

סימולציות

שבח יעיל:

- מיידיו.
- קרוב לילד.
- התלהבות.
- שלבו מגע של עידוד.
- ספציפיות.

סימולציות

- קשיים ביישום בקשה יעילה.
- קשיים ביישום שבח יעיל.
- סימולציה (examples+non examples).

סימולציות

שבח יעיל:

- מיידיות.
- קרוב לילד.
- התלהבות.
- שלבו מגע של עידוד.
- ספציפיות.

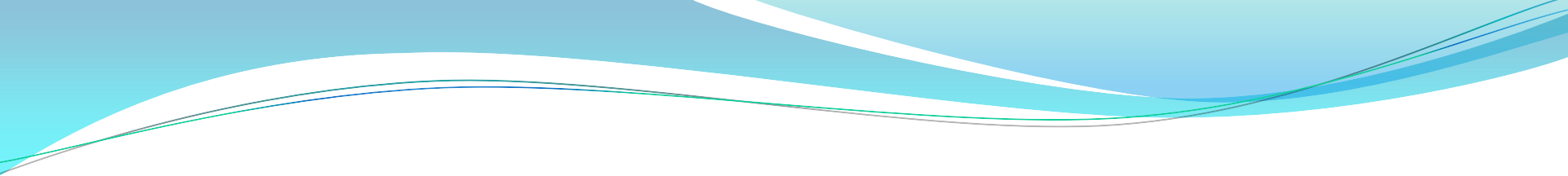
כיצד לגרום להתנהגויות לקרות?

- היו ספציפיים: מה אתם רוצים שילדכם יעשה?
- הישארו רגועים: טון נייטרלי + בבקשה.
- היו קרובים לילד.
- מייד לפני.
- באמירה, לא בשאלה.
- בקשו לא יותר מפעמיים.

סימולציות

סוגים נוספים של התייחסות להתנהגות

- חיוך, קריצה, מבט.
- התעניינות במה שהילד עושה.
- Thumbs up.
- כל התייחסות שהיא.
- יחס של 4:1.



העברת Psychoeducation להורים

psychoeducation

- Psychoeducation: הגדרה.
- חשיבות Psychoeducation:
- ההורה לא אשם (בדומה למחלות פיזיות).
- הבנה שהילד לא 'השתגע'.
- הפחתת הפחד מהלא ידוע.
- כיוון לטיפול יעיל.

psychoeducation

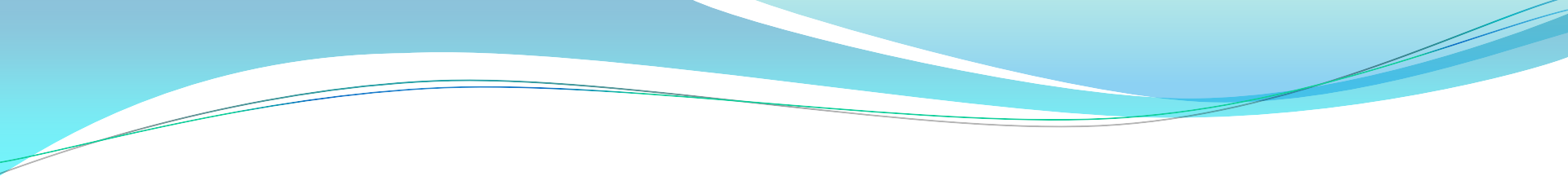
- כיוון לטיפול יעיל.

- הגברת המוטיבציה לטפל (מה אפשר לעשות עם סיבות שקושרות את הבעיה לאופי הילד או ההורה?)

- ועוד.

psychoeducation

- חוסר הבנה בסיסי בתחום הבנת הנפש ובעיות הקשורות אליה, ולכן חשוב מאוד להסביר.
- Psychoeducation במקרה של בעיות התנהגות אצל ילדים.
- הפנייה לאתר 'איך גדלת'.
- הפנייה לספרות רלוונטית (כיום באנגלית בלבד).



שאלות ?