



תנועה ציונית בינלאומית של נשים מתנדבות  
לשיפור החברה בישראל

האגף לגיל הרך



בריאות ורווחת הילד בקהילה  
Community Child Health & Well Being  
صحة ورعاية الطفل في المجتمع المحلي

סדנת הדרכה

# Parent Management Training

מפגש 3: עידוד התנהגויות חיוביות

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

# תוכן הפגישה היום

(1) המשך סימולציות:

- הורה-ילד
- מטפל-הורה



# 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

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

- לעזור להורים ליישם, על ידי הכוונה ספציפית:
- להתחיל במצבים קלים שבהם סביר שהילד ייענה.
- לבקש מההורים לציין כמה בקשות.
- לשאול מתי מתכוונים להתחיל.
- כמה פעמים ביום (7-10 לכל הפחות, דף רישום אם צריך).



# סימולציות

- בהמשך יוכלו לשבח גם התנהגויות חיוביות אחרות, אך בתחילה חשוב להתמקד על היענות.
- גורמים שעלולים להקשות עליהם ליישם - ופתרונות אפשריים.
- שני השינויים החשובים ביותר ברוב המקרים: יותר שבח על התנהגויות חיוביות, פחות ענישה.
- 052-5446535 | [alon@4family.co.il](mailto:alon@4family.co.il)

# סימולציות

"תפסו אותם כשהם טובים"

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

# Parent Management Training

ראיון עם ד"ר אלן קזדין (Dr. Alan Kazdin)

ד"ר אלן קזדין מסביר על PMT



# סימולציות

## Fidelity Of Implementation

- חשיבות יישום הטיפול לפי המנואל שנבדק במחקרים.
- יישום עם גמישות על מנת להתאים למטופל.
- שילוב טכניקות אחרות מפחית את יעילות הטיפול, ומרחיק אותו מ - EBT\*.
- מאמר בסיליבוס.



**שאלות ?**