



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

תוכנית המפגשים

- מפגש 1: הרצאת מבוא.
- מפגש 2: תמיכה בהתנהגויות חיוביות: כיצד לבקש מהילדים באופן שיגביר את הסיכוי להיענות, וכיצד לעודד להמשיך ולהתנהג באופן חיובי.
- מפגש 3: תמיכה בהתנהגויות חיוביות (המשך).

תוכנית המפגשים

- מפגש 4: התמודדות עם התנהגויות שליליות שאינן תוקפנות, למשל התפרצויות זעם, צעקות, נטייה לווכחות מוגזמת וכיו"ב.
- מפגש 5: בניית תוכנית עידוד התנהגויות חיוביות בבית; התמודדות עם התנהגויות תוקפניות.
- מפגש 6: סיכום; חזרה ותרגול נוסף; שאלות ותשובות.

ייתכנו שינויים בתוכנית.

תוכן הפגישה היום

(1) המשך סימולציות:

- הורה-ילד
- מטפל-הורה

פרוייקט גושן לחיזוק המשפחה

- בחירת ההורים לפרוייקט: דגש על מניעה, לא טיפול בבעיות קיימות.
- שלושה מפגשים - העברת מיומנויות בסיסיות.
- מדידת התוצאות.
- המדידה תבוצע על-ידי גושן, מבחינתכם רק העברת המפגשים.
- מדדים יחושבו לפי כלל ההורים, בלי קשר למטפל.



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

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 ?