

קשיי התנהגות

הנחיה מרחוק ע"י מנתח/ת התנהגות



מנתחי/ות התנהגות יקרים,

הנחיה מרחוק מזמנת אתגרים לא פשוטים, אך גם הזדמנויות ללמידה!

ריכזנו עבורכם מה חשוב לדעת רגע לפני שמתחילים להנחות מרחוק כיצד ליישם תכנית להתמודדות והפחתת

קשיי התנהגות. **בהצלחה!**

הבהרה חשובה:

המידע שלהלן מוגש בשירות למנתחי ההתנהגות בישראל מטעם ארגון מנת"ה ומהווה אוסף קווים מנחים להתנהלות מקצועית מיטבית של מנתחי התנהגות העוסקים בהנחיה מרחוק. המידע אינו מהווה תחליף לייעוץ משפטי ו/או רפואי רלוונטי לעבודתו של מנתח ההתנהגות. כמו כן, מנתחי התנהגות מחויבים לעבודה בהתאם להנחיות [המפורטות בקוד המקצועיות והאתיקה של מנתחי ההתנהגות](#).

מטרות:

- קווים מנחים להתנהלות מקצועית של מנתחי התנהגות בהתערבות בקשיי התנהגות בהנחיה מרחוק.
- פירוט המרכיבים שחשוב לכלול בתכנית טיפול בקשיי התנהגות בהנחיה מרחוק.
- תכנון אמצעים למעקב ובקרה שוטפת על יישום תכנית טיפול בקשיי התנהגות בהנחיה מרחוק.
- מתן מענה להורים וכלים להתמודדות עם אתגרים ביישום התערבות בקשיי התנהגות בהנחיה מרחוק.

התנהלות מקצועית - טרם התערבות:

- **ביצוע הערכה ואיתור הקשיים :** איסוף נתונים על ההתנהלות טרם תחילת התערבות מאתגר יותר במסגרת הנחייה מרחוק. עלינו לוודא כי יש בידינו מספיק מידע טרם התאמת תכנית טיפול ויישומה וכן לוודא היכרות מקיפה שלנו עם פרופיל המטופל טרם התערבות. ניתן לעשות זאת על ידי ראיון טלפוני עם ההורים, בקשת מסמכים/סיכומים/אבחונים רלוונטיים במידה וקיימים כאלה, לצפות בסרטון המראה את התנהלות המטופל ותפקודו. לאחר הכרות עם המטופל יש לקבל את המידע לגבי ההתנהגויות לשינוי והפחתה. ניתן לעשות זאת באמצעות בקשה מההורים למלא טופס איסוף נתונים ABC (לאחר הסבר כיצד למלא את הטופס בצורה מדויקת) על מנת שנוכל לקבל מידע אודות הנסיבות בהן מופיע הקושי, איך נראית ההתנהגות ומהן התוצאות המשמרות את ההתנהגות. בנוסף ניתן להעביר שאלון/ראיון טלפוני ולצפות בסרטונים.
- **הגדרה אופרטיבית:** לאחר שאיתרנו את הקושי ובידינו מידע רב על ההתנהגות, נגדיר אופרטיבית את התנהגות המטרה בה נרצה להתערב. קשיי התנהגות יכולים לכלול למשל: חוסר היענות להוראות, אמירות סירוב, מחאות, צעקות, זריקת חפצים, אלימות ועוד. יש להגדיר את ההתנהגות בצורה מפורטת ואופרטיבית.
- **תיאום ציפיות:** יש להסביר להורים כי יישום תכנית לקשיי התנהגות בדומה לתכניות אחרות דורשת עקביות ביישום ובאופן מדויק על פי מרכיבי התכנית ועשוי להיות מאתגר. מומלץ להכין את ההורים מראש ולהסביר כי לעיתים קרובות בטיפול בקשיי התנהגות (ביישום הכחדה למשל) נצפה לראות קודם עלייה מיידית בתדירות ועוצמת ההתנהגות ורק אחר כך ירידה הדרגתית וזאת בשל היסטוריית הלמידה של הילד/ה ומה שהיה רגיל לקבל בעקבות ההתנהגות הלא נאותה לאורך זמן. הורה שיהיה מוכן לכך מראש ידע לא להיבהל מהשינוי וימנע מצב שבו ייראה להורים שהתכנית אינה יעילה.

מומלץ להכין את ההורה מראש לתסריטים שונים העשויים להתרחש כשנתחיל בהתערבות. כך נגביר את יכולתו להתמודד בסיטואציות שונות ואת מידת המוכנות שלו והסבירות להצליח ליישם את ההתערבות.

מומלץ לשלוח בכתב!

תכנית התערבות מרחוק- קשיי התנהגות:

- **מטרת התכנית:** הפחתת התנהגויות לא נאותות וחיזוק או הקניית התנהגויות חלופיות נאותות. עלינו לוודא כי התנהגויות שהגדרנו להגברה הן התנהגויות אשר קיימות ברפרטואר של המטופל, בעיקר לנוכח הנחיה מרחוק וחוסר היכולת להיפגש פנים אל פנים עם המטופל ו/או לצפות בו בסביבה. נבדוק עם ההורים מה הוא/היא מסוגלים לעשות? האם ההתנהגות האלטרנטיבית שהגדרנו להגברה הנה התנהגות אשר תואמת את הפרופיל שלו? את יכולתו והשלב ההתפתחותי בו נמצא? את נורמות ההתנהגות המצופות בסביבה בה הוא חי? את התפיסות ההוריות? במידה והמטופל אינו יודע לבצע את ההתנהגות (ולא מדובר בקושי מוטיבציוני) יש ללמד קודם את ההתנהגות האלטרנטיבית באמצעות הדרכת ההורים מרחוק.
- **התייחסות לנסיבות:** כמנתחי התנהגות נרצה לבחון מהן הנסיבות בהן מתרחשת ההתנהגות? גם בהנחיה מרחוק. כידוע, נסיבות מעוררות נפוצות לקשיי התנהגות עשויים להיות זמני המתנה ארוכים, הפסקת/מניעת פעילות מועדפת, מעברים, דרישה קשה. נרצה לבקש מההורה להעביר מידע לגבי הנסיבות, למשל- האם ההתנהגות מתרחשת בנסיבות קבועות? האם ההתנהגות מתרחשת בזמן מסוים? האם מדובר בזמנים בהן עייף? רעב? ניתן לבקש מעקב של יום יומיים והעברת מידע בווטסאפ. לכל קושי יינתן מענה באופן שונה, כך למשל אם מדובר בהתנהגות המופיעה בנסיבות של דרישה קשה אולי נשקול מראש להקל על הדרישה, התנהגות שמופיעה בזמני המתנה ארוכים נשקול מראש לצמצם את זמני ההמתנה ועוד.
- **הכנה מראש:** מטופלים אשר מתקשים למשל בזמני המתנה - לעיתים על מנת לסייע אפשר להראות הכנה מראש ולהסביר/להמחיש מה עושים למשל "אני הולך להביא לך מה שביקשת", "קודם מקלחת ואחר כך נקרא סיפור". במקרים מסוימים ועם מטופלים מסוימים כדאי להתאים אמצעי המחשה בתמונות/כרטיסים, כך שיידעו מה עומד לקרות בכל רגע ומתי. מומלץ לשלוח להורים חומרים מתאימים.
- **תיווך להתנהגות נאותה:** מרכיב חשוב בתחילת תכנית כחלק מהתערבות בנסיבות הוא זיהוי מראש של סימני תסכול של המטופל. נרצה ללמד את ההורה כיצד לזהות סימנים מקדימים אלה באמצעות צפיה בסרטונים משותפים בזום או ניתוח סרטוני ווטסאפ. כך למשל ילד/ה אשר מגלה תסכול במצבים בהם הוא צריך לפנות ולבקש רשות/לבקש משהו מהאחר – נוכל להנחות את ההורה כיצד לתווך ולסייע להתנהגות נאותה, למשל, במצב שתואר- אפשר להתקרב לרמוז לו: "תגיד אני רוצה"/"תבקש X" ובכך לסייע לתגובה נאותה שתחזק באמצעות מתן הפריט המבוקש.
- **לימוד/חיזוק התנהגות חלופית נאותה:** בחירת התנהגות נאותה שתחליף את ההתנהגות הלא נאותה. אם הגדרנו למשל שהתנהגות חלופית נאותה לצעקה היא בקשה בטון רגוע, נחזק את ההתנהגות הזו בכל פעם שהילד/ה ידגים אותה. במידה והילד/ה לא רכש/ה את ההתנהגות שהגדרנו כנאותה כמו במקרה של קושי תקשורתי נלמד קודם התנהגות תקשורתית נאותה ונחזק שימוש בהתנהגות הנאותה.

אמצעים לבקרה שוטפת מרחוק- קשיי התנהגות

- **שמירה על קשר שוטף עם ההורים:** כדאי לתאם מראש באיזה אופן יהיה להורים הכי נוח לעדכן ולתקשר מרחוק בווטסאפ/זום/מייל/שיחת טלפון ולתאם את אופן ותדירות שליחת הנתונים. לאחר מספר ימים ראשונים של התנהלות מול ההורה בפורמט שנקבע מומלץ לעצור ולבצע הסתכלות רחבה על מנת לבדוק האם יש להתאים את אופני התקשורת, האם המידע מועבר בצורה מהירה מספיק? מדויקת מספיק?
- **טופס איסוף נתונים:** נתאים טופס איסוף נתונים ספציפי להתערבות מרחוק על מנת שייתן לנו מידע אודות התנהגות המטופל וההורה כאחד. מאחר ובהנחיה מרחוק מי שמיישם בשטח הוא ההורה, חשוב שטופס הרישום יכלול את ביצועי ההורים בהתאם להנחיות שניתנו להם ולא רק את מדדי אפקטיביות ההתערבות או התנהגויות המטופל.
- למשל בהתנהגות של אמירות סירוב נרצה למדוד תדירות כמה פעמים הילד סירב אך לא פחות חשוב- נרצה לוודא האם ההורה פעל לפי ההנחיות רגע לפני התרחשות ההתנהגות והאם הגיב נכון לאחר הסירוב.
- **בקרה מרחוק:** מאחר ומדובר בהנחיה מרחוק והצלחת התכנית תלויה במידה רבה ביישום נכון של ההורים, מומלץ שטופס איסוף הנתונים יכלול גם את פירוט קשיי ההורים ביישום לצורך מתן משוב, התאמה וסיוע במקרה הצורך. ניתן לבקש מההורה להקליט איך עבר היום או לצלם את היישום.
- **ניהול מצבי משבר ותמיכה בהורים בעת יישום ההתערבות:** כשמדובר בקשיי התנהגות ייתכן וההורים יהיו זקוקים בתחילת ההתערבות לסיוע בזמן אמת, כך שמומלץ להיות זמינים למענה טלפוני או בווטסאפ בשעות שייקבעו מראש במצבים ובזמנים בהם בדרך כלל מופיעה ההתנהגות.

מה עושים כשהתנהגות מתרחשת? מסבירים להורה ניתוח התנהגות:

- **הופעת התנהגות לא נאותה:** כאשר ההתנהגות אינה מסכנת את הילד/ה או את הסביבה נעדיף, במקרים מסויימים, להתעלם מההתנהגות הלא נאותה ולחזק באופן דיפרנציאלי את ההתנהגות הנאותה. במקביל עלינו לכוון ולסייע לילד/ה להדגים את ההתנהגות הנאותה ולחוות הצלחה. במידה ויש צורך בתגובה להתנהגות הלא נאותה יש להגיב באופן מותאם לכל קושי בהתאם לתוצאה המשמרת את ההתנהגות כך למשל:
- **התנהגויות אשר מחוזקות ע"י חיזוק חיובי:** לדוג' במקרה של חיזוק באמצעות מתן תשומת לב - התגובה תהיה קצרה במקום מתן הסברים ארוכים, זאת על מנת לא לחזק בטעות את ההתנהגות הלא נאותה.
- **התנהגויות אשר מחוזקות ע"י מחזק מוחשי:** לא נאפשר גישה לחפץ הרצוי בעקבות התנהגות לא נאותה אלא רק לאחר הדגמה של ההתנהגות הרצויה.
- **התנהגויות שמחוזקות ע"י בריחה:** לא נאפשר בריחה מדרישה, מתן הפסקה או הקלה בדרישה לאחר הדגמת התנהגות לא נאותה.