

התערבות באכילה

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 אכילה.

בהצלחה!

הבהרה חשובה:

המידע שלהלן מוגש כשירות למנתחי ההתנהגות בישראל מטעם ארגון מנת"ה ומהווה אוסף קווים מנחים להתנהלות מקצועית מיטבית של מנתחי התנהגות העוסקים בהנחיה מרחוק. המידע אינו מהווה תחליף ליעוץ 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 בהנחיה מרחוק
- מתן דגשים להיערכות מנתחי התנהגות טרום התערבות להנחיה מרחוק של הורים בנושא אכילה.
- פירוט המרכיבים שחשוב לכלול בהתערבות אכילה בהנחיה מרחוק.
- תכנון אמצעים למעקב ובקרה של מנתחי התנהגות על יישום תכנית אכילה בהנחיה מרחוק.
- אמצעים למתן מענה להורים וכלים להתמודדות עם אתגרים ביישום תכנית במסגרת הנחיה מרחוק.

- **ביצוע הערכה** – התערבות ניתוח התנהגות באמצעות הנחיה מרחוק אינה מאפשרת תצפיות ישירות בשטח. עדיין, יש לוודא כי המידע שמגיע אלינו מדויק לפני התאמת תכנית הטיפול. יש להכיר את הקליינט ו/או לבקש את כל הרקע הרפואי והפרופיל הרלוונטי טרם תחילת התערבות. מומלץ לבקש מההורים העברת מסמכים, אבחונים ומידע. בהמשך מומלץ לצפות בסרטוני ארוחות, למלא שאלון מסודר/ראיון טלפוני לצורך ביצוע הערכה טרום התערבות באמצעי תקשורת הזמינים לקליינט.
- **הגדרה אופרטיבית** – הגדרה אופרטיבית מדויקת של התנהגות המטרה חשובה תמיד וחשובה אף יותר כשמדובר בהנחיה מרחוק. עלינו להגדיר את התנהגויות המטרה טרם באופן ברור טרם בניית התכנית ובהסתמך על איסוף נתונים מבוסס. יש לוודא כי אין מקום לפרשנות סובייקטיבית.
- **תיאום ציפיות** – הצלחת התכנית תלויה ביישום ההורים בשטח ובנכונות לקבל הדרכה ממנתח/ת ההתנהגות מרחוק. חשוב לתאם ציפיות בתחילת התהליך ולהסביר להורים מה נדרש מהם למשל מסגרת הזמן שיש לפנות לתרגול ו/או הדרכות טלפוניות, איסוף נתונים, העברת סרטונים, יישום התכנית באופן מדויק, שמירה על קשר שוטף עם מנתח/ת ההתנהגות ועוד. מומלץ לבצע תיאום ציפיות מראש.

שיחת תיאום ציפיות טרום התערבות הנה חיונית. יתר על כן, מומלץ לשלוח את תוכן השיחה גם בכתב

בניית תכנית התערבות באכילה מרחוק:

- **התאמת התכנית** – רק לאחר שצפינו בהתנהגות, אספנו את הנתונים וביצענו הערכה יש להתאים את מרכיבי התכנית באופן שתואם גיל ויכולות. מומלץ לכתוב את עיקרי ההנחיות בתכנית בשפה ברורה ולשלוח להורים בצורה מסודרת בתום שיחת הדרכה שנעשתה בנושא.
- **הדרגתיות** – יש להציג את תכנית הטיפול בהדרגה ולהדריך את ההורים ליישמה על פי שלבים ובהתאם להתקדמות. בשונה מתכנית בהנחיה ישירה ומאחר והיישום מורכב יותר בהנחיה מרחוק-יש חשיבות לסדרי עדיפויות ועבודה לפי שלבים, כאשר ההתקדמות לשלב הבא ביישום התכנית יסתמך על יכולתו של ההורה ליישם בהצלחה את השלב הקודם. פירוק מטרות התכנית לשלבים והתמקדות בשלב אחד כל פעם תגדיל את הסבירות להצלחה והתקדמות לעבר המטרה הסופית.
- **מרכיבי תכנית אכילה** – תכניות אכילה והאכלה הן מורכבות וחייבות להתבסס על מחקרי התערבות מתאימים. התכניות יכולות לכלול מטרות מגוונות כגון אכילה בקצב מתאים, הכנסת כמות מתאימה של אוכל לפה, אחיזה נכונה של סכו"ם, גיוון באכילה, ישיבה ליד השולחן ועוד. מנתחי התנהגות העוסקים בתכניות אכילה לרוב יתמקדו בפן ההתנהגותי והרגלי האכילה של המטופל. חשוב לפרט כל מטרה באופן ברור, מהם השלבים ליישום, סיוע מתאים לכל שלב, עזרים כמו כרטיסיות, תרשים, תמונות ועוד, חיזוק על התנהגויות שהגדרנו כהצלחה ובעיקר לקחת בחשבון את יכולת ההורה ליישם בשטח.

אמצעים לבקרה שוטפת מרחוק- אכילה

- **שמירה על קשר שוטף עם ההורים:** תכנית אכילה אינה פשוטה ליישום ע"י ההורים ומצריכה הקדשת משאבים של זמן והתמודדות מנטלית. חשוב לשמור על קשר שוטף במהלך יישום התכנית ובעיקר בהנחיה מרחוק, שם היכולת של מנתחי ההתנהגות לבקר בשטח, לתמוך ולהדגים מוגבלת. יש לתאם עם ההורים מראש מהי הדרך המועדפת עליהם לשמור על קשר שוטף מרחוק, מהי התדירות הרצויה והנדרשת בהתאם למטרות התכנית. דרכי ההתקשרות מרחוק יכולים לכלול ווטסאפ/זום/שיחת טלפון/אימייל.
- **איסוף נתונים:** איסוף נתונים חשוב מאין כמוהו בהתערבות אכילה, לצורך התאמת מענה נכון ועל אחת כמה וכמה כשהמענה ניתן מרחוק. כידוע לכולנו, ההורים אינם אנשי מקצוע ולא תמיד יהיה להם את הזמן או הידע הנדרש כיצד לאסוף נתונים במהלך ההתערבות. יחד עם זאת ומאחר ומדובר בהנחיה מרחוק יש לוודא איסוף נתונים שוטף ולהתאים להורה את הדרך הכי נוחה ויעילה עבורו לשם כך. למשל- שליחת סרטון של היישום בארוחות, שליחת מידע בווטסאפ בהתאם למדדי איסוף הנתונים הנדרשים בתכנית וכו'.
- שימו לב! בשונה מטופס איסוף נתונים שנבנה בהנחיה רגילה (אשר יתמקד לרוב בנתוני ההצלחה של המטופל במהלך ההתערבות) כאשר אנו מעוניינים בטופס איסוף נתונים להנחיה מרחוק נכלול בטופס גם את נתוני היישום של ההורים – כך נוכל להתאים עבורם את ההדרכה הנדרשת בהמשך.

זכרו! איסוף נתונים הממוקד גם ביישום ההנחיות ע"י ההורה!

- **סרטונים:** שליחת סרטונים על ידי ההורים, ניתוח שלהם ומתן משוב יאפשר מעקב אחר התקדמות הילד/ה. ניתן לתאם פגישות זום בהם יוצג הסרטון להורה ותינתן הדרכה ממנתח ההתנהגות תוך כדי צפייה משותפת בסרטון והתמקדות/עצירה בנקודות הרלוונטיות לצורך פידבק.

מתן מענה להתמודדות עם אתגרים מרחוק- אכילה

- **אתגרים באכילה:** תכניות התערבות באכילה מאופיינות בהתמודדויות ואתגרים רבים, על אחת כמה וכמה בהנחיה מרחוק. להתמודדות מיטבית עם אתגרים מרחוק מומלץ להקפיד על איסוף נתונים שוטף ולקיים שיחות הנחיה קבועות עם ההורים. יש לקבל מידע רב ככל האפשר לגבי הקושי, לתשאל את ההורים שאלות ממוקדות, לצפות בסרטונים- איך זה נראה? מה קרה לפני ואחרי? ובהתאם לכך להנחות על פי הידע והניסיון בתכניות אכילה ולבצע התאמות בתכנית.

- **קשיי התנהגות באכילה:** התערבות בקשיי התנהגות בתכניות אכילה בהנחיה מרחוק מומלצת רק לאחר צפיה בסרטונים המתארים את הקושי. יש לנתח את ההתנהגות בסרטון, לבצע הערכה מסודרת אשר בסיומה נוכל להנחות מהי התמודדות ותגובה מתאימה עם התנהגויות מאתגרות.
- **קושי באיסוף נתונים:** יש לוודא עם ההורים (מומלץ טרם יישום התכנית) כי הטופס ברור להם ומותאם לאמצעי התקשורת הזמינים להם. במידה ועולה קושי בקבלת המידע המדויק מההורים במהלך היישום ניתן לעשות חשיבה מחודשת והתאמה לטופס או לאמצעי איסוף הנתונים על מנת להקל על ההורים. כמו כן, חשוב לשוחח על כך, לאתר את מקור הקושי ולוודא כי איסוף הנתונים מתבצע. במקרים מסוימים בהם נבצר מההורה לשלוח נתונים- מומלץ יהיה להשהות/לעצור את ההנחיה מרחוק עד למציאת פתרון שיאפשר הנחיה מקצועית, מדויקת ומבוססת נתונים.
- **אתיקה והנחייה מרחוק-** התערבות באכילה עשויה להיות מאתגרת ומחייבת כי מנתח ההתנהגות יהיה בעל הניסיון הרלוונטי בתחום זה, בעיקר לאור האתגרים הנוספים והדיוק הנדרש בהנחיה מרחוק. בנוסף, לפי קוד המקצועיות והאתיקה של מנתחי ההתנהגות יש להתייעץ עם מומחים בתחום הספציפי ולא לעסוק במקרים בהם אין ברשותנו את הידע הנדרש. יש לוודא כי המענה על אתגרים באכילה במסגרת הנחייה מרחוק הוא בהתאם לקוד האתי. במידה ועולה קושי שאינו מאפשר מתן מענה מרחוק מומלץ להתייעץ עם קולגות ולשקול את המשך או אף סיום ההתערבות.

מחקרים מראים כי ניתוח התנהגות אפשרי ואף נמצא אפקטיבי גם בהנחיה מרחוק, בהצלחה!!