

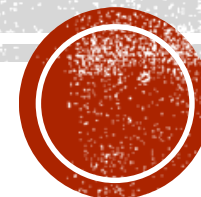
הפעלת תוכניות התנהגות כתהליך מניעתי

מירי ניקריטין

פסיכותרפיסטית

מטפלת משפחתית

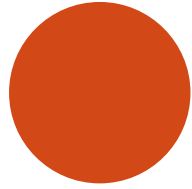
רכזת תחום לקויות מורכבות מתיא יחדיו



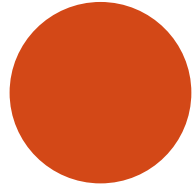
התנהגות
מפריעה



התפתחות מגנוני
גיסות



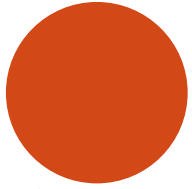
ביסוס תחושת
השייכות



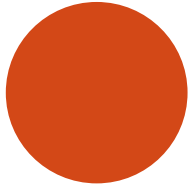
הפרעת
התנהגות



הפעלת תוכנית
התנהגותית, הפניה
לטיפול ועוד.



כניסת גורמים
נוספים לתהליך
(פסיכיאטר וכו')



מהי הפרעת התנהגות

הפרעה

- מפריע לילד או לסביבתו

התנהגות

- התנהגותי-יש אפשרות שלא יקרה



תיאוריות מרכזיות בהבנת ההתנהגות

קוגניטיבי	התנהגותי	דינאמי	
האדם בא לעולם לצורך מימוש עצמי שלו בתוך החברה, הוא לומד מתגובות הסביבה ומההדים של הסביבה, וביחד עם יכולותיו ומגבלותיו ינווט את דרכו הטובה ביותר לממש את עצמו.	האדם בא לעולם לוח חלק- מערכת ההדים שהסביבה נותנת לו תנווט אותו לכיוונים שונים.	האדם בא לעולם עם דחפים- ריסון הדחפים באופן הולם יעביר אותו לשלב ההתפתחותי הבא בצורה יעילה וטובה.	מיהו האדם?
היכרות עם הכוחות של האדם שיעמד לו מול שינוי שיבחר לעשות, תהליך משותף של המטפל והמטופל לצורך ניווט מחודש/ בחינה של מסלול חייו של האדם- תהליך מודעות ואימון התנהגותי.	הבנת ההתנהגות הנחקרת חיזוקים חיוביים ושלייליים להכחדת או הגברת התנהגות ספציפית.	חקירת הנסיבות בילדות המוקדמת שהביאו את האדם למקומות אליהם הגיע.	צורת העבודה הטיפולית

האחריות על מהלך הטיפול	מטפל בלבד	מטפל בלבד	אחריות משותפת
פרוגנוזה	תהליך ארוך טווח מותנה ביכולת האדם לעלות על פני השטח את ההדחקות השונות אשר מייצרות את הפתולוגיה, ובכך לפתור את הקונפליקט.	הצלחה מלאה מול ההתנהגות הנבחנת/ מטופלת	עבודת חיים ספירלית שכוללת תהליך מודעות שיביא שינוי וכשיהיו נפילות הן תמיד יהיו קשורות לאותו גרעין שהאדם כבר מכיר בעצמו ויוכל לשוב לתהליך.



מטרת העל

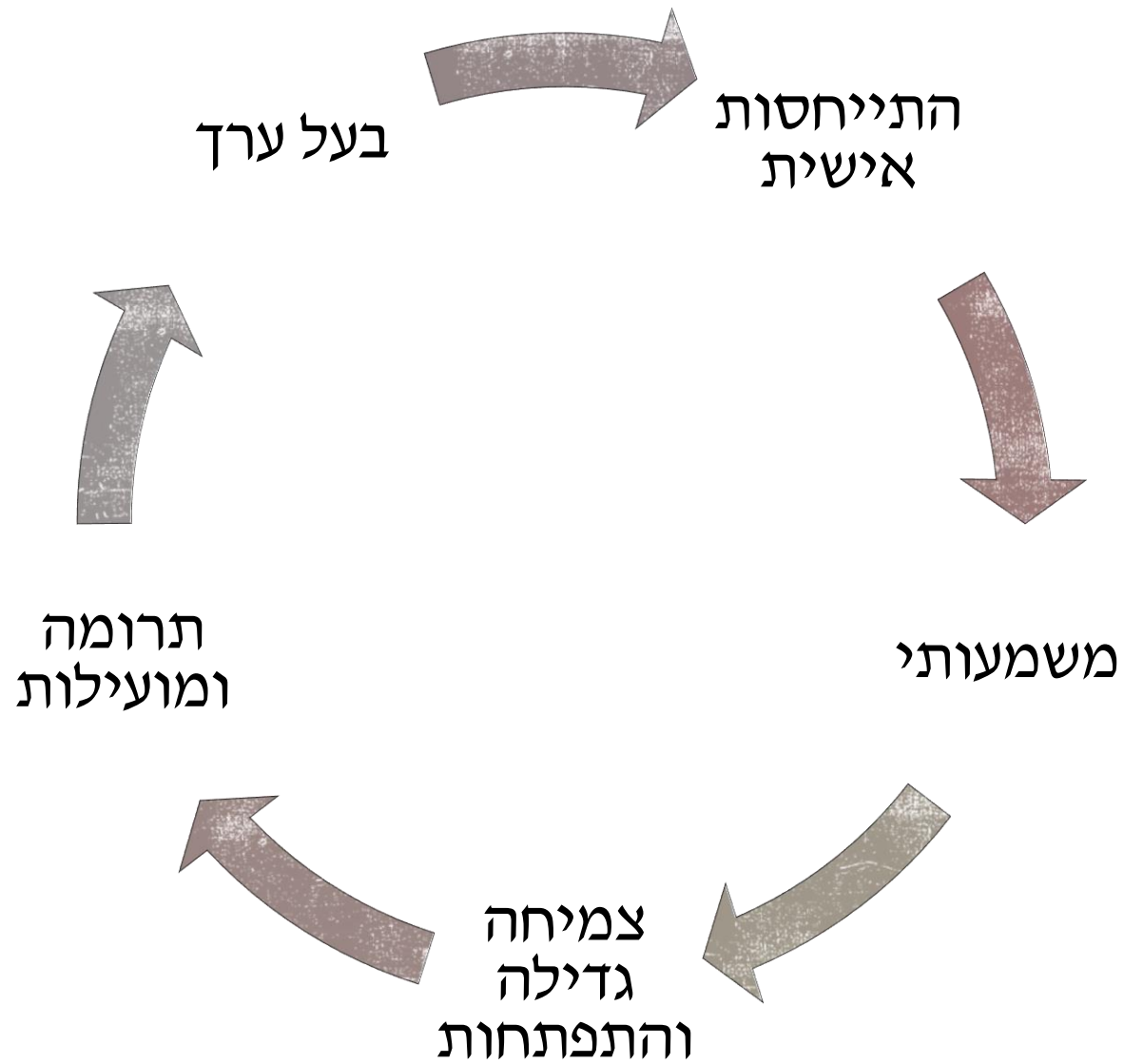
■ האדם בהיותו יצור נבדל משאר המין האנושי הינו ייצור חברתי, בהיותו כזה הוא

פועל ללא לאות לצורך מימוש תחושת השייכות באופן הטוב ביותר שהוא מבין.

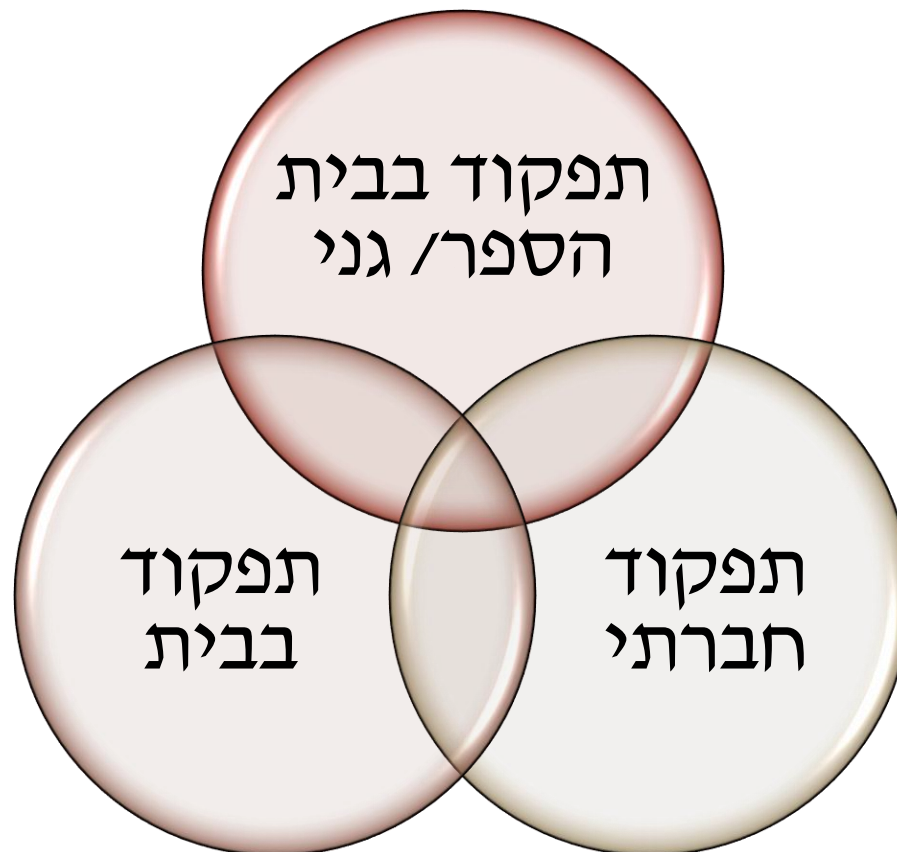
■ ככל שפתוחות בפניו יותר אפשרויות לקחת חלק ולהשתייך כך תחושת השייכות

שלו תהיה ברמה גבוהה.





- הילד עם רמת תחושת שייכות גבוהה צפוי שנראה אותו מתפקד באופן **סביר** בשלושת מעגלי חיים:



התפתחות מנגנוני ויסות

■ ויסות- היכולת של האדם להתאים את התנהגותו/ רגשותיו/ תחושתיו מול סיטואציות שונות.

■ ויסות- מנגנון נרכש, התפתחות מערכת ויסות תקין מותנית בכמה גורמים:

1. מודל לויסות עצמי של המבוגרים שמסביבו.

2. מערכת ויסות תחושתית סבירה- לעיתים דורש טיפול והתייחסות.

3. פניות רגשית.



תוכנית שנתית ללימוד מנגנוני ויסות

מטרות :

- לימוד היכולת להגמיש את המחשבה- תרגילים שונים ללימוד המושג גמישות תרגילים גופניים, תרגילי חשיבה, תמונות דו משמעיות.
- הכנסת תרגילי מיינדופלנס כחלק מתהליך הלמידה של מנגנון השהיית התגובה והשארות בכאן ובעכשיו
- לימוד על עולם הרגשות מהם הרגשות , בשביל מה אנו זקוקים להם, מאיזה מקום הם מגיעים.
- היכרות עם קשת הרגשות הקיימת קבלה של כל סוגי הרגשות כיצד הם משפיעים עלנו על הגוף
- "עמידות במצוקה"
- מיומנויות בין אישיות ופתרון בעיות



קשיים התנהגותיים בכיתות הקטנות

- תלמידים שמסיבות שונות לא תופסים את עצמם באופן חיובי בבית הספר ותחושת השייכות שלהם למסגרת נמוכה הן על רקע לימודי או אחר, סביר שהתפקוד שלהם יהיה פחות טוב.



ניהול התנהגות כיתתי

1. לימוד מיומנויות ויסות, איפוק וניהול רגשות.
2. ניטור קבוע וסיסטמטי של התנהגות הילד לאורך כל השנה.
3. יחס אישי וקשר חם עם הדמויות המשמעותיות בלתי מותנה בהתנהגות הילד.



רמות השגחה

1. רמת השגחה בסיסית שמתנהלת בדיאלוג ואמון.

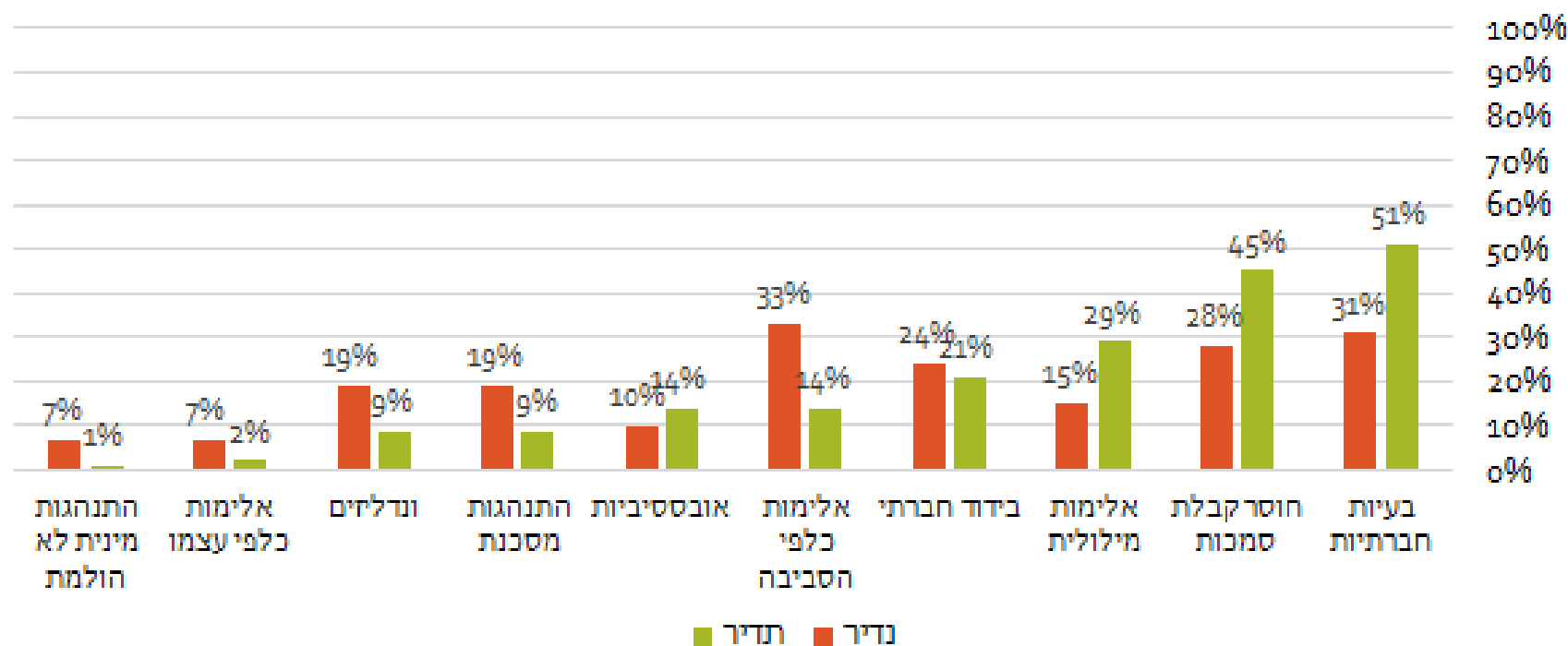
2. רמת השגחה גבוהה יותר של מעקב וניטור.

3. מעקב צמוד במקרים קצה



התנהגויות קווים אדומים נתונים

אחוז התלמידים בעלי התנהגויות אופייניות מוחצנות- תדיר ונדיר (n=95-97)



מנ"א יחיד

לימוד מיומנויות ויסות וניהול רגשות

- שעה קבועה במערכת הכיתתית, בה לומדים את הנושא בדיוק כמו שלומדים חשבון, קריאה, וכו'.
- בשעה זו לומדים על הרגשות השונים נחיצות שלהם, האופן בו אנו חשים אותם ועוד.
- ניתוח סיטואציות חברתיות שונות ועוד.
- אימון של תרגילי ויסות ואיפוק שונים ומגוונים (תרגיל המרשמו ועוד).

תרגול חוזר של המיומנויות בזמנים
שונים בשבוע.



ניטור התנהגותי

■ החל מהיום הראשון בכיתה ניהול שיח עם התלמידים על כללי הכיתה חלוקת הכללים

לפי סלים:



סל אדום: התנהגויות שלא
מקובלות ודורשות יציאה
לפעולה - עד 2-3 התנהגויות



סל צהוב - התנהגויות שמפריעות
אך לא מחייבות פעולה אקטיבית
וחזקה, והפסקתן במידי - יש
מקום ליותר



סל ירוק - רוב ההתנהגויות של
הילד שאנו מאפשרים ושמחים
בהם



מטרה אישית

- מנוסחת עם הילד כל חודש מחדש בהתאם להתקדמותו נעשית בדיאלוג משותף ובחשיבה משותפת על התקדמותו.

דוגמא: החודש אשתתף בשיעור בהצבעה ולא אתפרץ.



כרטיס צהוב ואדום

קווים אדומים וצהובים הם הדברים שלא ניתן שיקרו בבית ספרנו ונפעל לפי הנחיות חוזר מנכ"ל והתאם להחלטות שיתקבלו על ידי צוות רחב מבית הספר שיידון בכל מקרה.



כשתלמיד יעבור על כללים כאלו הוא יקבל כרטיס אדום או צהוב- (מטאפורית), ולאחר
שנרגע מחומרת האירוע נידון עליו ונחשוב על התגובה שתתקבל מול האירוע.



שעת ניהול התנהגות

- שעה שבועית בה סופרים את הניקוד כל ילד מול הטבלה שלו ובוחנים מה עבר עליי השבוע כיצד הצלחתי/ איפה נפלתי? , מה ארצה לעשות עם הנתונים הללו לשבוע הקרוב, ועוד ועוד בחינות של הנתונים.



עקרונות לעבודה



■ מניעת מעגל ההסלמה.

■ השהיית תגובה.

■ מעגלי תמיכה.

■ נוהל תיקון ופיצוי.



תוכניות חברתיות הולך ונצבר

- בחירת נושא כיתתי חודשי עליו אנו עובדים כקבוצה, לחיזוק הלכידות הקבוצתית ולצמצום השקפת העולם האנכית.



קשר

■ זמן אישי מחנך תלמיד מובנה במערכת קבוע ולא מותנה בהתנהגות.

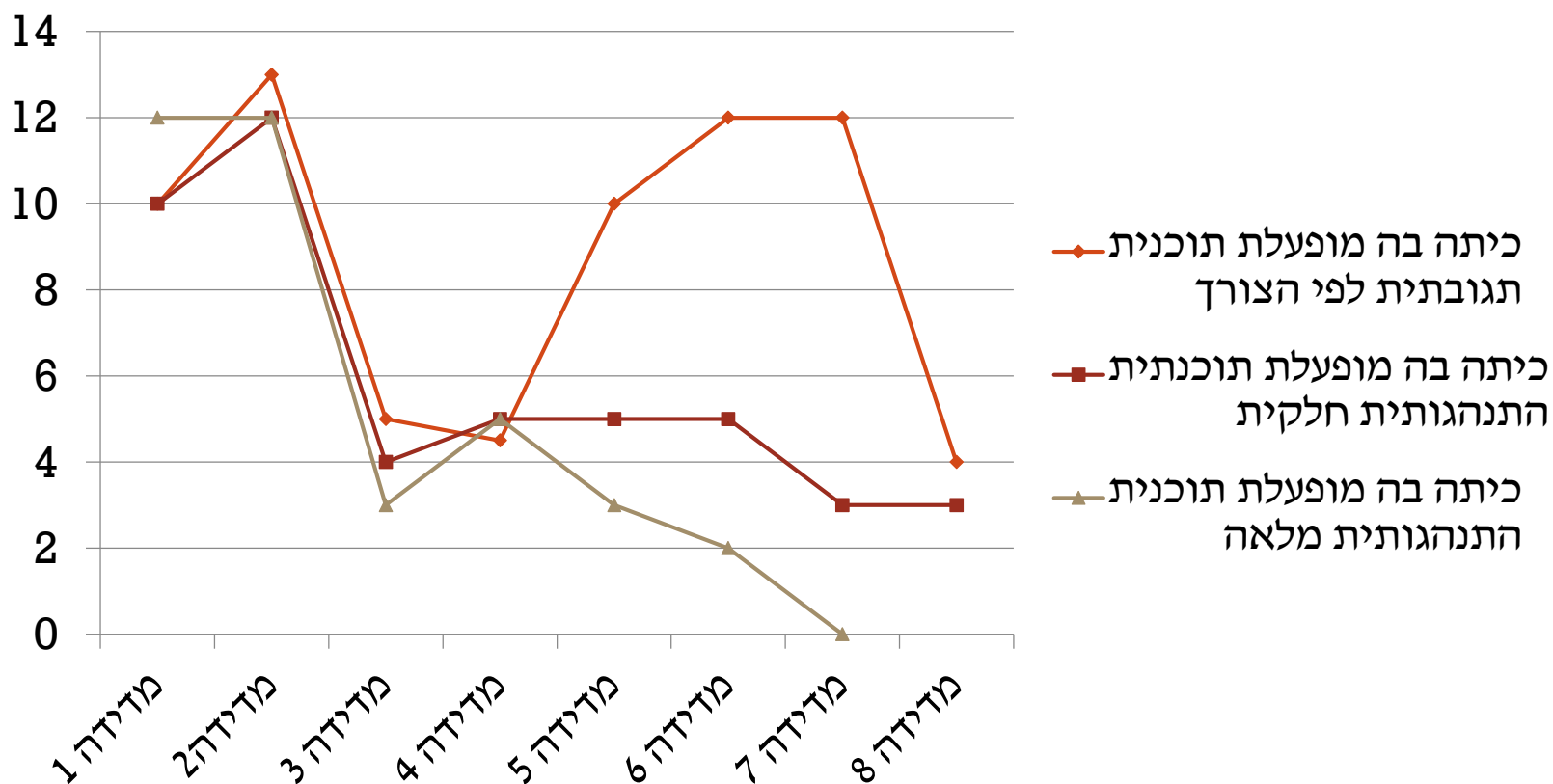


יישום התוכנית

- על מנת ליישם תוכניות מסוג זה נדרשת הדרכה ליווי , תמיכה של אנשי מקצוע חיצוניים למערכת על מנת שיוכלו לעזור למערכת להפעיל באופן נכון יותר את מנגנוני הויסות שלה, כדי שיוכלו להוות עבור התלמידים **מודל לויסות עצמי**.



נתוני הצלחות של תוכניות התנהגות :



התפתחות פתולוגיות

- רבות מההפרעות הפסיכיאטריות של הילדות הן הפרעות התנהגות / קשיים רגשיים, שמתפתחים עם השנים בהעדר טיפול טוב ונכון על ידי כל הגורמים המקיפים את הילד.
- תהליכים פסיכו-חינוכיים נחשבים מחקרית כיעילים בהפחתת עוצמת, משך וזמן ההפרעה של קשיים אלו.



בן אדם, עלה למעלה עלה,

כי כח עז לך.

יש לך כנפי רוח, כנפי נשרים אבירים.

אל תכחש בס פן יכחשו לך.

דרוש אותם - וימצא לך מיד.

(אורות הקודש, הרב חיים קוק).

