קורס מעשי לגמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד
שיעור מספר 2

מרצה: ענבר בן ארי

מנתחת התנהגות מוסמכת BCABA

מרכז רפאל

שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

על מה נלמד היום?

1. מהו עקרון ההתנייה האופרנטית ואיך הוא בא לידי ביטוי בגמילה מטיטולים לילדים על הרצף?
2. איך מכינים את הסביבה לקראת תהליך הגמילה?
3. איך מכינים את הילד?
4. מה זה "בדיקות יובש", איך עושים אותן וביצד לוקחים עליהן נתונים?

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

-

5. מהם הקווים המנחים בגמילה יעילה?

6. איך מתפתחת יזימה עצמאית בגמילה?

7. שאלות ותשובות

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

קורס מעשי לגמילה מטיטולים לילדים על הרצף

1. מהו עקרון ההתנייה האופרנטית ואיך הוא בא לידי ביטוי בגמילה מטיטולים לילדים על הרצף?

עקרון ההתנייה האופרנטית אומר ש:

התנהגויות שנחזק – תדירות התרחשותן **תגדל**.

התנהגויות שלא נחזק – תדירות התרחשותן **תקטן**.

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

ABA - Applied Behavior Analysis – – או בעברית "ניתוח התנהגות יישומי", היא גישה מדעית הטוענת, כי כל התנהגויות המין האנושי (והמין החי בכלל) נחלקות לשתיים: להתנהגויות שנקראות:

"התנהגויות רספונדנטיות", ולהתנהגויות שנקראות **"התנהגויות אופרנטיות"**.

<u>כל יצור חי, "מעכבר ועד פרופסור" יפגין את אחת משתיהן.</u>

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

הסוג הראשון של ההתנהגויות – התנהגויות רספונדטיות, הן בעצם התנהגויות ש"משוחררות" כתוצאה מרפלקסים, והן קשורות *<u>בהישרדות</u>* שלנו. (פנס שמקרבים לעין של תינוק, יניקה, דופק לב מואץ במצבים של פחד...)

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

הסוג השני של ההתנהגויות – התנהגויות אופרנטיות הן *התנהגויות שנלמדות ונרכשות <u>כתוצאה מהאפקט של הסביבה עליהן.</u>* (חנות אהובה בקניון, קפה טעים, חברה טובה...).

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

אם נסתכל באופן מעמיק על חיינו, נראה שרוב רובן של ההתנהגויות שלנו, הן התנהגויות אופרנטיות, כלומר, התנהגויות **שלמדנו ורכשנו כתוצאה מהאפקט של הסביבה עליהן**, ולא התנהגויות שנולדנו איתן!

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

✓

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

2. מה צריך להכין בסביבה לקראת תהליך הגמילה?

א. **שתי קופסאות**: האחת, עם מחזקים שהילד הכי אוהב ורוצה לקבל.

השנייה, עם פעילויות ואביזרים שיכולים "להסיח את דעתו לאורך זמן", כשיש לו קקי.

ב. 3 תמונות של השירותים ב-3 גדלים שונים: גדול, בינוני וקטן (לא סמלים).

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בבל רמות התפקוד

(המשך) מה עוד צריך להכין בסביבה לקראת תהליך הגמילה?

ג. ג. סיר / ישבנון / מקטין אסלה (תלוי היכן בוחרים להתחיל את הגמילה)

ד. שרפרף (שיוכל לסייע לילד לשבת מבלי שכפות הרגליים שלו יהיו "באויר").

ה. שעון

ו. דפי נתונים וכלי כתיבה בהישג יד

ז._בגדי החלפה הכוללים תחתונים, מכנסיים, גרביים, מגבונים ו/או יכולת לשהות ליד מקלחת קרובה על מנת לקלח את הילד במידי בזמנים של פספוס במידת הצורך. בנוסף – נכון יהיה שבזמני הגמילה הילד ינעל נעלי קרוקס או נעליים אחרות קלות לניקוי.

כמה דגשים קריטיים לגבי המחזקים:

א. המחזקים ניתנים באופן מידי לילד, אחרי עשייה באסלה/בסיר....

ב. הם "לא נשארים לנצח" ומודהים עם הזמן.

ג. גם כשצריך להדהות את המחזקים, צריך לדעת **<u>מתי</u>** לעשות זאת **<u>ואיך:</u>**

את המחזקים צריך להתחיל להוריד באופן מבוקר ומדורג, רק <u>אחרי</u>

<u>שחודשיים/שלושה הילד יוזם באופן עצמאי הליבה לשירותים</u>.

בשום פנים ואופן לא לפני זה!

(המשך) כמה דגשים קריטיים לגבי המחזקים:

ד. אסור שהמחזקים יהיו נגישים לילד בזמנים אחרים (הם רק לגמילה!).

ה. אם הילד אוהב מחזקי אוכל (כמו ממתקים), מומלץ להשתמש בהם מאשר בצעצועים או בפרסים... הם נחשבים מאוד חזקים, כי הם עובדים מיד על בלוטות הטעם וגם "נעלמים" ברגע שהם נאכלים, לעומת צעצוע (שהילד צריך להחזיר אחרי כמה דקות...).

ו. תמיד צריך להיות עם "היד על הדופק" בנוגע למחזקים.

3. איך מכינים ילד לקראת גמילה?

א. יוצרים מצבים של כיף והנאה ליד איזור השירותים והאסלה.

ב. משחקים במשחקים שהילד אוהב באיזור השירותים.

ג. מקריאים לו סיפורים או משמיעים לו שירים העוסקים בגמילה מטיטולים (אם הילד יכול להיתרם מכך).

ד. מכינים לו סיפור חברתי.

3. (המשך) איך מכינים ילד לקראת גמילה?

ה. עושים לילד הצגה עם דמות, שאיתה הוא מזדהה ובהצגה להראות לו איך היא עושה פיפי/קקי בשירותים.

ו. מפנים את תשומת הלב של הילד ל"מה אחרים עושים בשירותים" (בני משפחה, חברים מהגן, מבית הספר...).

3. (המשך) איך מבינים ילד לקראת גמילה?

ז. מתחילים להחליף לו טיטול ליד האסלה/סיר.

ח. אם הוא עשה קקי בטיטול, "מעיפים" יחד איתו את הקקי לתוך האסלה (אחרי שהטיטול הורד).

ט. חושפים אותו לאביזרי משחק, שמדמים עשייה בשירותים (ניתן לקנות בעלי אקספרס).

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

4. מה זה "בדיקות יובש", איך עושים אותן וביצד לוקחים עליהן נתונים?

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

בדיקות יובש

איך ממלאים את הטופס?

לוקחים את.... <u>כל חצי שעה</u> ובודקים מה מצב הטיטול שלו.

תאריך בדיקה: _____

מי ממלא/ת?	מהי שעת הבדיקה?	יבש?	רטוב?	אם רטוב – אז כמה רטוב?
דוג': דנה	8:00	יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון

		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון
		יבש	רטוב	מעט/הרבה/המון

נתוני קקי:

שעה:_____ כמות:_____ מרקם:_____מה עשה לפני?_____

שעה:_____ כמות:_____ מרקם:_____מה עשה לפני?_____

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

אחרי קבלת נתוני בדיקות היובש, מגיע הניתוח שלהם...

-המטרה: למצוא זמן ממוצע של עשיית פיפי בטיטול ובהתאם לזמן הממוצע הזה, נובל להחליט מתי יהיה נכון לקחת את הילד לשירותים באופן יזום מצידנו, ברגע שתהליך הגמילה יתחיל.

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

טופס מעקב בדיקות יובש

איך ממלאים את הטופס?

לוקחים את יוסי **כל חצי שעה** ובודקים מה מצב הטיטול שלו.

אם יבש – מסמנים בטבלה שהוא יבש. אם רטוב – מחליפים לו, ו"על הדרך" מציינים בטבלה עד כמה הטיטול היה רטוב.

מה קורה אם יש קקי? כותבים בתחתית הדף את: שעת הפספוס, הכמות והמרקם שראיתן.

תאריך: 1.1.2024

מי ממלאת?	מהי שעת הבדיקה?	יבש?	רטוב?	אם רטוב – כמה רטוב?
דוג': גילי	8:00	יבש	רטוב	מעט/בינוני/הרבה
דנה	8:00	(יבש)	רטוב	מעט/בינוני/הרבה
אבי	8:30	(יבש)	רטוב	מעט/בינוני/הרבה
דנה	9:00	יבש	(רטוב)	מעט/(בינוני)/הרבה
דנה	9:30	(יבש)	רטוב	מעט/בינוני/הרבה
אבי	10:00	יבש	(רטוב)	מעט/בינוני/(הרבה)
דנה	10:30	(יבש)	רטוב	מעט/בינוני/הרבה
אבי	11:00	(יבש)	רטוב	מעט/בינוני/הרבה
דנה	11:30	(יבש)	רטוב	מעט/בינוני/הרבה
אבי	12:00	יבש	(רטוב)	(מעט)/בינוני/הרבה
אבי	12:30	יבש	(רטוב)	(מעט)/בינוני/הרבה
דנה	13:00	(יבש)	רטוב	מעט/בינוני/הרבה
דנה	13:30	יבש	(רטוב)	מעט/בינוני/(הרבה)

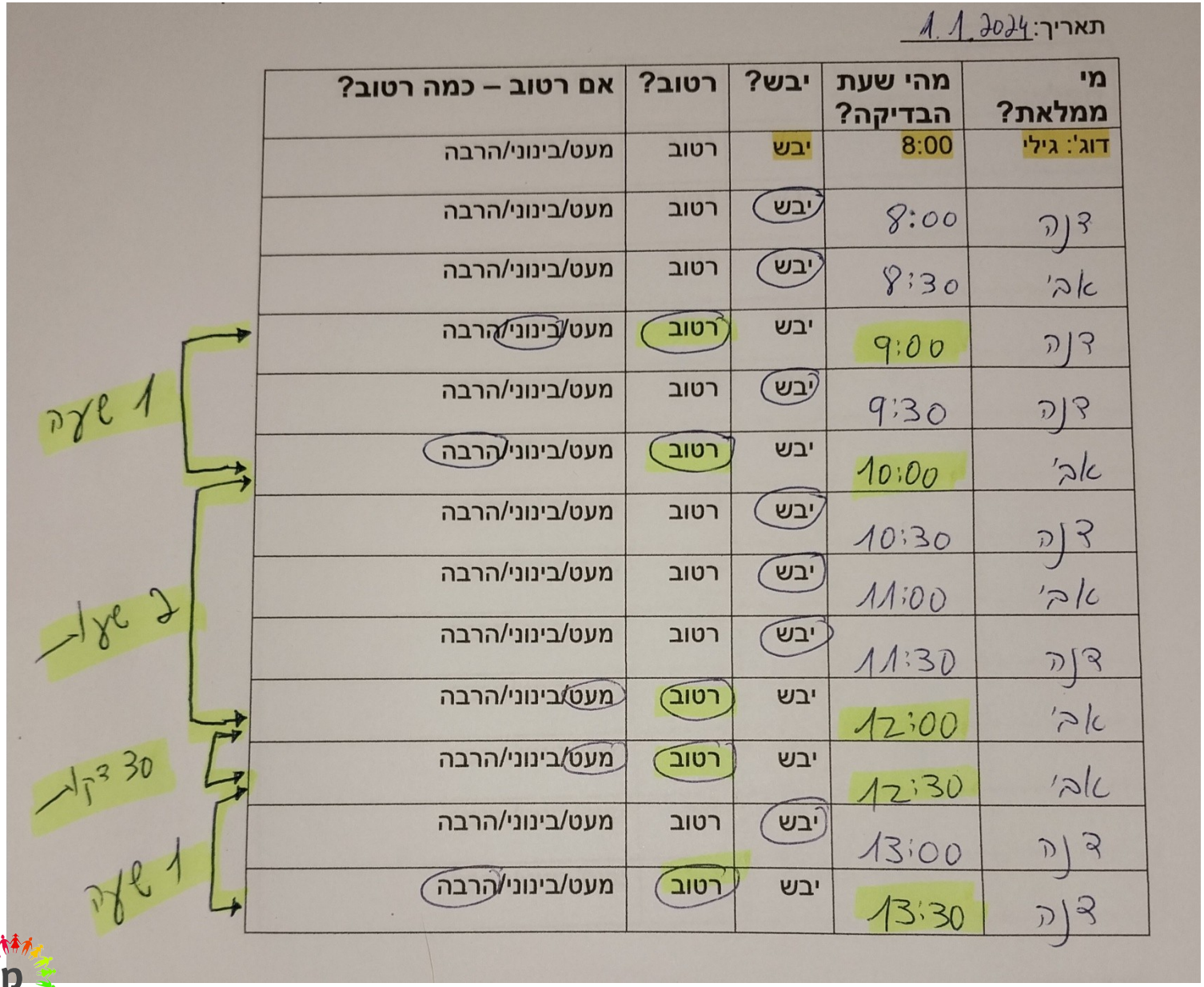
נתוני קקי:

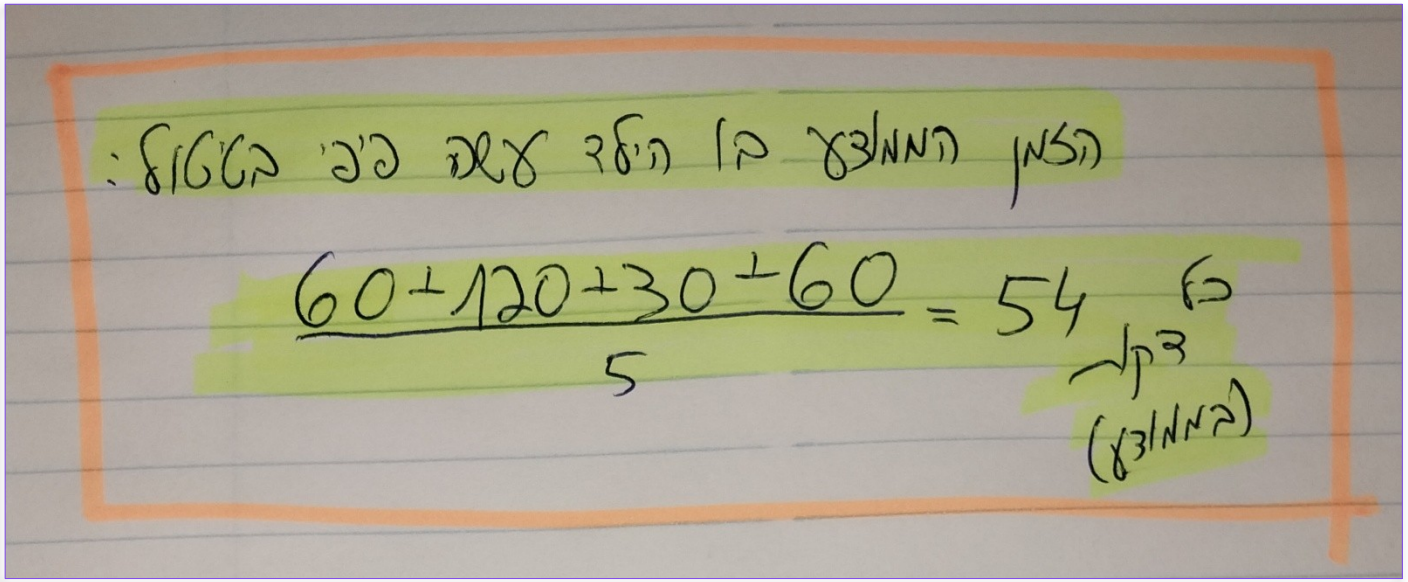
שעה: 15:25 כמות: גדולה מרקם: רך מה עשה לפני? שיחק בקלה"מ

שעה: _____ כמות: _____ מרקם: _____ מה עשה לפני? _____

שעה: _____ כמות: _____ מרקם: _____ מה עשה לפני? _____

איך מוצאים "מהו הזמן הממוצע של עשיית הפיפי של הילד" מבדיקות היובש?


תאריך: 1.1.2024
מי ממלאת?
מהי שעת הבדיקה?
יבש?
רטוב?
אם רטוב – כמה רטוב?
דוג': גילי
8:00
יבש
רטוב
מעט/בינוני/הרבה
דנה
8:00
אבי
8:30
9:00
9:30
10:00
10:30
11:00
11:30
12:00
12:30
13:00
13:30
1 שעה
2 שעות
30 דק'
1 שעה


הממוצע הוא הסכום של כל הנתונים:
60+120+30+60 / 5 = 54
דקות
(בממוצע)

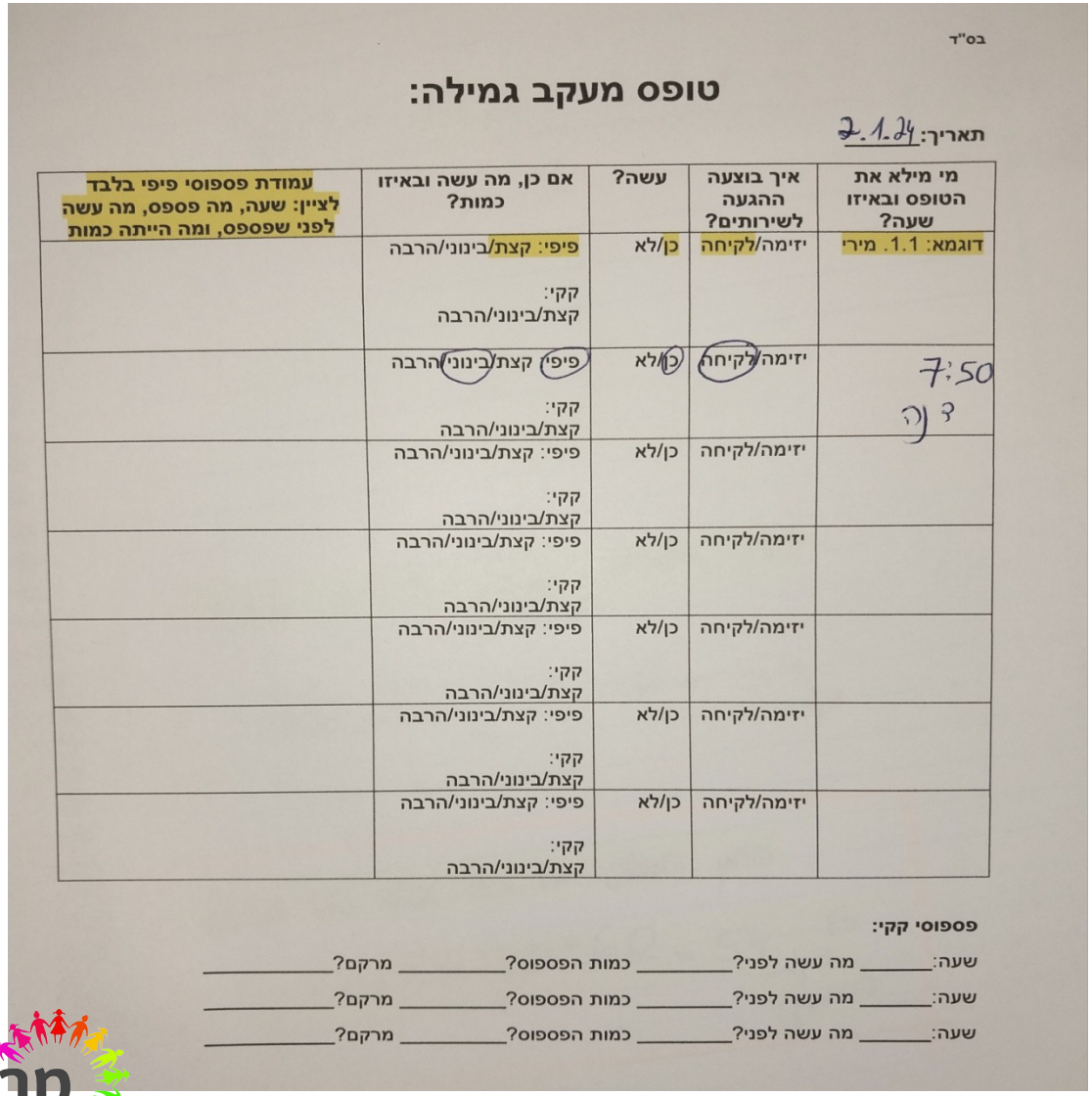
5. מהם הקווים המנחים בגמילה יעילה?

א. מחליטים על "יום פרידה" מהטיטול (ניתן גם להיפרד ממנו בדרכים יצירתיות...).

ב. נפרדים מהטיטול.

ג. מתחילים לקחת את הילד ב"זמן הברזל".

ד.בותבים נתונים באופן עקבי ורציף לאורך כל התהליך בולו, על פי מה שלמדנו.



בס"ד

טופס מעקב גמילה:

תאריך: ~~2.1.24~~

מי מילא את הטופס ובאיזו שעה?	איך בוצעה ההגעה לשירותים?	עשה?	אם כן, מה עשה ובאיזו כמות?	עמודת פספוסי פיפי בלבד לציין: שעה, מה פספס, מה עשה לפני שפספס, ומה הייתה כמות
דוגמא: 1.1. מירי	יזמה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
7:50 כן?	יזמה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזמה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזמה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזמה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזמה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזמה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	

פספוסי קקי:

שעה:_____ מה עשה לפני?_____ כמות הפספוס?_____ מרקם?_____

שעה:_____ מה עשה לפני?_____ כמות הפספוס?_____ מרקם?_____

שעה:_____ מה עשה לפני?_____ כמות הפספוס?_____ מרקם?_____

קווים מנחים לגמילה יעילה: (המשך)

ה. אם הילד עשה בשירותים בזמן הברזל שלנו, זמן הלקיחה מתאפס מחדש **<u>תמיד</u>**.

ו. אם לאחר הלקיחה בזמן הברזל הילד **לא עשה** – זמן הלקיחה מתקצץ ב-50% (פעם אחר פעם עד לעשייה מלאה...).

ז. אם "בקיצוצים עצמם" הגענו למצב בו הילד שוהה בתדירות גבוהה מאוד באיזור האסלה – מומלץ יהיה לשנות ולהאריך את זמן הברזל המקורי.

בס"ד

טופס מעקב גמילה:

תאריך: 21.24

מי מילא את הטופס ובאיזו שעה?	איך בוצעה ההגעה לשירותים?	עשה?	אם כן, מה עשה ובאיזו כמות?	עמודת פספוסי פיפי בלבד לציין: שעה, מה פספס, מה עשה לפני שפספס, ומה הייתה כמות
דוגמא: 1.1. מירי	יזימה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
ירה 7:50	יזימה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזימה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזימה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזימה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזימה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	
	יזימה/לקיחה	כן/לא	פיפי: קצת/בינוני/הרבה קקי: קצת/בינוני/הרבה	

פספוסי קקי:

שעה:_____ מה עשה לפני?_____ כמות הפספוס?_____ מרקם?_____

שעה:_____ מה עשה לפני?_____ כמות הפספוס?_____ מרקם?_____

שעה:_____ מה עשה לפני?_____ כמות הפספוס?_____ מרקם?_____

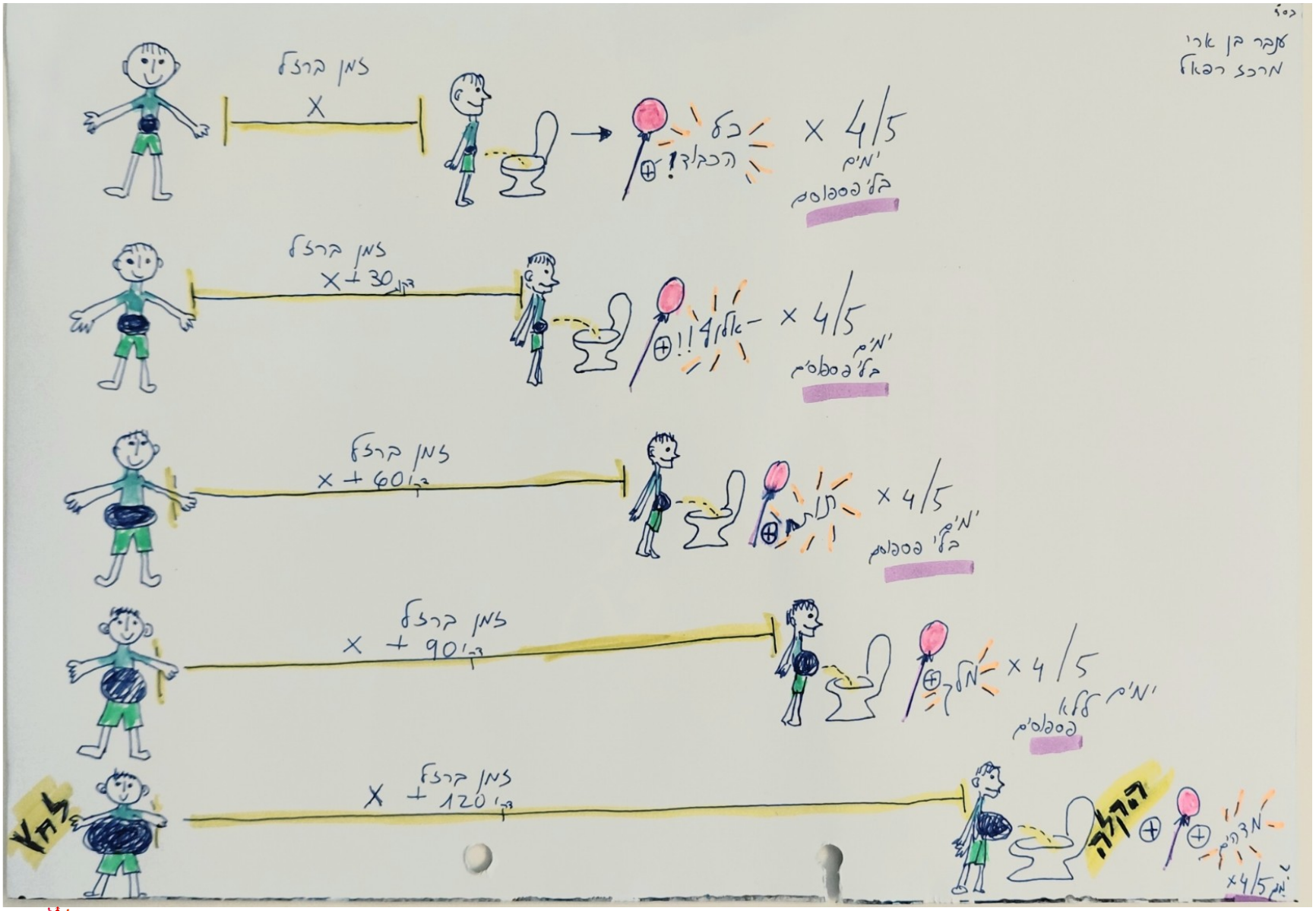
קורס גמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

קווים מנחים לגמילה יעילה: (המשך)

ח. מתי מותר להגדיל את זמן הברזל?
רק כשיש לנו 4/5 ימים רצופים, שבהם **<u>אין לילד שום פספוס</u>** בזמן הברזל המקורי!
ט. האם מומלץ או כדאי לדבר עם הילד בזמן שאנו לוקחים אותו לשירותים (בזמן הברזל)? **<u>לא!</u>**
י. מתי כן מדברים בתוך תהליך הגמילה?
רק אחרי שהילד עשה פיפי או קקי בשירותים. לא לפני!

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

איך גורמים לילד ליזום בשירותים או אם נדייק את השאלה: איך יזימה "פתאום מופיעה?"


מקור בן ארי
מרכז רפאל
מן הרצף
X
כל הכבוד!
X 4/5
ימים
בלי בפועל
מן הרצף
X + 30 דק'
אלוף!!!
X 4/5
ימים
בלי בפועל
מן הרצף
X + 60 דק'
X 4/5
ימים
בלי בפועל
מן הרצף
X + 90 דק'
מלך
X 4/5
ימים
בלי
בפועל
מן הרצף
X + 120 דק'
לחץ
הילה
מדהים
X 4/5 ימים

שימו לב!

גם כשמופיעות יזימות ראשונות אצל הילד, צריך **<u>להמשיך</u>** **<u>ברגיל</u>** בתהליך הגמילה ולא לעצור אותו שזה אומר:

א. להמשיך לקחת את הילד באופן קבוע לשירותים על פי זמן הברזל העדכני בו הוא נמצא (במידה ולא יזם בעצמו לפני).

ב. לחזק אותו בחיזוק גדול מאוד על יזימות ובחיזוק בינוני על לקיחות מצידנו.

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

שאלות ותשובות:

איפה צריך למקם את התמונות של האסלה בתהליך הגמילה?

-אחת – על תא השירותים בגובה העיניים של הילד (לא חובה).

-השנייה – צריכה להיות בהישג ידנו על מנת להציג אותה בשזמן הברזל מגיע.

-שלישית – הקטנה ביותר – תוצג לילד כשתהליך הגמילה יתקדם.

שאלות ותשובות:

האם נכון שאנשי מקצוע יעודדו גמילה בגילאים צעירים אצל ילדים על הרצף?

-בהחלט כן!

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

שאלות ותשובות:

מה ההבדל בין גמילה של בנים לבין גמילה של בנות?

- המנח

שאלות ותשובות:

מה עושים כשילד מפספס בגמילה?

-ראשית לא כועסים! שנית מנקים אותו במהירות, בלי תשומת לב או מלל מיותר.

מרכז רפאל
שיעורים בטיפול התנהגותי אונליין (ABA)

שאלות ותשובות:

האם במצב בו המסגרת החינוכית והבית מתחילים גמילה ביחד כדאי להסתנכרן בנתונים?

-בהחלט! רצוי גם להשתמש בטפסים זהים או בטופס אחיד לכולם.

שאלות?





קורס מעשי לגמילה מטיטולים לילדים על הרצף בכל רמות התפקוד

שיעור מספר 2

מרצה: ענבר בן ארי

מנתחת התנהגות מוסמכת BCABA