

מדינת ישראל
 משרד החינוך
 המנהל הפדגוגי
 אגף א' חינוך מיוחד

פירוט תמיכות: ניתוח התנהגות והתערבות בגישה הקוגניטיבית-ההתנהגותית - CBT

מידע לצורך הדין בצוות הרב-מקצועי בהרכב הסל האישי של התלמיד (פילוח תמיכות)

תמיכות לתלמידים עם מוגבלויות שונות המתמודדים עם קשיי התנהגות ניתנות על ידי מנחי התנהגות ו/או על ידי עובדי הוראה מוסמכים מתחום הטיפול הקוגניטיבי-ההתנהגותי - CBT. תמיכות אלה נכללות במערך התמיכות שהתלמיד יכול לקבל בהתאם לצרכיו, והן נקבעות בדין של הצוות-הרב מקצועי, הכולל את התלמיד ואת הוריו (פילוח תמיכות).

מטרת מסמך זה היא לתאר את התמיכות הניתנות לתלמיד בתחומים שפורטו לעיל כדי לסייע לצוות הרב-מקצועי בבחירת מענים המותאמים למאפייני התלמיד ולצרכיו. הטבלאות שלהלן כוללות פירוט של הקשיים העיקריים המקבלים מענה על ידי כל אחת מהתמיכות.

בהחלטה על סוג התמיכה יש לקחת בחשבון שכדי להחליט על מענה זה או אחר די בכך שרק חלק מהקשיים המתוארים להלן יבואו לידי ביטוי אצל התלמיד. חשוב להדגיש כי הפירוט שלהלן אינו תחליף להערכה המקצועית שיש לקיים בתחילת ההתערבות.

תמיכה באמצעות התערבות בגישה של ניתוח התנהגות

דוגמאות לקשיים	תחומי ההתערבות החינוכית
<p>מצבים שכיחים להופעת התנהגויות מאתגרות לשינוי</p> <ul style="list-style-type: none"> - קושי בישיבה לאורך זמן בעת מפגש/שיעור פרונטלי - קושי בהתמודדות עם משימה בזמן עבודה עצמאית - קושי בהפסקה של פעילות מהנה - קושי בארגון של סביבת הלמידה ושל האבזרים הנדרשים - קושי במצבים מתסכלים ובמצבים הדורשים איפוק <p>התנהגויות מאתגרות המופיעות בשכיחות גבוהה</p> <ul style="list-style-type: none"> - התנהגות משתנה בעוצמות קיצוניות המתבטאת בהתפרצויות זעם, במלל שאינו מותאם, בהתחצפות למבוגרים, בסרבנות ובבריחה מכיתת הלימוד - פגיעה גופנית ו/או מילולית של התלמיד בעצמו או באחרים - הימנעות מכניסה לכיתה או יציאה מהכיתה בתדירות גבוהה במהלך השיעור - סירוב להשתתפות או הימנעות מהשתתפות בלמידה ובפעילויות בית-ספריות במהלך תקופות ארוכות בשנת הלימודים (סרבנות פסיבית) - התנהגות בניגוד לכללי בית הספר והפרה קיצונית של הוראות צוות החינוכי - סירוב להגעה לבית הספר או הימנעות ממנה באופן סדיר 	<p>בנייה והפעלה של תוכניות התערבות לקידום מיטבי של מיומנויות אישיות וחברתיות המקדמות את היחיד ומאפשרות לו התנהלות תקינה בסביבה החינוכית; הערכה וניתוח של הפרופיל התפקודי של התלמיד; הנחיית הצוות החינוכי והטיפול המלווה את התלמיד; הפחתה ומניעה של קשיי התנהגות; ביסוס אקלים מיטבי בסביבת התלמיד</p>

דוגמאות לקשיים	תחומי ההתערבות החינוכית
<p>מצבים שכיחים להופעת התנהגויות מאתגרות לשינוי</p> <ul style="list-style-type: none"> - מצבים חברתיים מתסכלים, כגון הפסד וניצחון, המתנה בתור, צורך בשיתוף פעולה עם חברים <p>התנהגויות מאתגרות המופיעות בשכיחות גבוהה</p> <ul style="list-style-type: none"> - תגובה קיצונית או בלתי-מותאמת להקשר מבחינת העוצמה, שימוש במלל שאינו הולם, התרחקות ממקום האירוע ו/או הפעלה של אלימות מילולית/פיזית - קושי ביצירה וביזום של קשרים חברתיים, בהתמדה בקשר ובשימורו - הימנעות ממצבים חברתיים והתבודדות בזמן השיעור וההפסקה - התעלמות מרצונות, מצרכים ומרגשות של האחר - קושי בהשתלבות בפעילויות חברתיות והתנהגות בלתי-מותאמת לפעילות - השתלטות כוחנית על מהלך משחק והפעלת אלימות במהלך סיטואציות חברתיות רבות - עימותים מרובים עם חברים במהלך משחק - התגרות מרובה באחרים במהלך פעילויות מובנות או בזמן משחק חופשי 	<p>קידום מיומנויות חברתיות והפנמת נורמות וערכים (באמצעות הנחיית הצוות והתערבות כיתתית ואישית)</p>
<p>מצבים שכיחים להופעת התנהגויות מאתגרות לשינוי</p> <ul style="list-style-type: none"> - קושי במעבר בין השיעורים השונים ובין השיעורים להפסקות במהלך היום - קושי במעקב אחר ההוראות הניתנות בכיתה ובביצוען - קושי בפתרון בעיות <p>התנהגויות מאתגרות המופיעות בשכיחות גבוהה</p> <ul style="list-style-type: none"> - איחורים, פאסיביות, סרבנות לעבודה בכיתה - תגובה בעוצמה שאינה מותאמת להקשר, התנהגות שאינה מותאמת לפתרון הבעיה 	<p>פיתוח מיומנויות עצמאות, התארגנות וניהול עצמי (הנחיה לסביבה, התערבות אישית)</p>

תמיכה באמצעות התערבות בגישה הקוגניטיבית-ההתנהגותית - CBT

דוגמאות לקשיים	תחום ההתערבות החינוכית
<ul style="list-style-type: none"> - התנהגות המשתנה מרגיעה לאי-שקט, לעיתים ללא גירוי ברור לסובבים ו/או תגובה בעוצמות רגשיות שאינן מותאמות למצב, כגון התפרצויות זעם, התכנסות, חלימה בהקיץ, קושי בריכוז, קושי בהשלמת פעולות עד תומן, הבעת דאגה באופן בלתי-מותאם למצב, הימנעות מלמידה ו/או מהשתתפות חברתית, בריחה, בכי ושימוש בהתנהגויות טקסיות פגיעה גופנית ו/או מילולית של התלמיד בעצמו או באחרים - קושי באיפוק ובדחיית סיפוקים - בלבול בין דחפים מידיים לבין מטרות אישיות לטווח ארוך או עימות ביניהם - הפגנת התנהגות תלותית וקושי בהתנהלות עצמאית בהתאם לגיל 	<p>פיתוח תגובות התנהגותיות מותאמות למצבי שגרה ולמצבי מצוקה והקניית מיומנות של שליטה עצמית</p>
<ul style="list-style-type: none"> - הבעת רגשות באופן קיצוני או בלתי-מותאם לנסיבות מבחינת עוצמה או תוכן, במצבים כגון קושי לימודי, הפסד, פחד או קונפליקט חברתי שינויים פתאומיים במצב הרוח - הבעת טווח מצומצם של רגשות; מיעוט בהבעת שמחה, עניין או סקרנות - קושי בזיהוי רמזים רגשיים אצל האחר - קושי בייצוב הרגשות השלייליים ובחזרה לתפקוד 	<p>פיתוח מיומנות לזיהוי רגשי ולהפחתת עוררות גופנית</p>
<ul style="list-style-type: none"> - קושי ליזום, ליצור ולשמר קשרים חברתיים - פרשנות לא נכונה של מצבים חברתיים או הימנעות ממצבים חברתיים הנתפסים כמאיימים - תקשורת לא יעילה עם בני הגיל, דלות במיומנויות השיח, קושי בהתייחסות לרצונות, לצרכים ולרגשות של האחר - קושי בהשתלבות בפעילויות חברתיות - קושי בגילוי הדדיות ואמפתיה לאחר 	<p>פיתוח מיומנויות חברתיות לניהול יחסים בין אישיים מיטביים</p>
<ul style="list-style-type: none"> - פרשנות מוטעית של מצבים יום-יומיים - נטייה להנמכת הערך העצמי - ניבוי שלילי של העתיד, ניבוי קטסטרופות - שימוש בדפוסי חשיבה נוקשים והבעת מחשבות טורדניות הגוזלות זמן ומפריעות לתפקוד - קושי בהגדרת בעיה, תפיסת הבעיה בחומרה ותגובה בעוצמה רגשית שאינה מותאמת לנסיבות, קושי באיתור מגוון הצעות לפתרון הבעיה, לעיתים בחירה בפתרון שאינו יעיל - קושי בחיזוי ההשלכות של ההתנהגות 	<p>פיתוח דפוסי לחשיבה מקדמת ולהתמודדות עם מחשבות טורדניות, כגון גמישות בחשיבה ופרשנות חליפית למצבים יום-יומיים; הקניה של מיומנויות לקבלת החלטות ולפתרון בעיות</p>

דוגמאות לקשיים	תחום ההתערבות החינוכית
<ul style="list-style-type: none">- חוסר אמון ביכולות ובחוזקות אישיות- הבעת חוסר אמון בסובבים- אימוץ סטיגמה עצמית שלילית, הכללת ביטויי המוגבלות על כל תחומי החיים	חיזוק תחושת הערך העצמי וטיפול מסוגלות עצמית, אופטימיות ותקווה