

חיזוקים וגבולות

מאת רחלי צעיר

תהליך יישום מחקר הפעולה התחיל כאשר התמקדתי בילד אחד.

י' ילד בכתה ב, ילד גדול וחזק, שמוציא אותי מדעתי, ולא רק אותי, אלא גם את כל צוות ההנהלה וצוות המורים כולל המנהלת שלא יודעת מה לעשות ואיך להתמודד אנו. בעיותיו ההתנהגותיות חמורות ביותר, הוא מקלל, מרביץ, מרים כסאות, הופך שולחנות וכדומה. בנוסף לא מכבד את אמו, ואפילו יום אחד כשהיא באה לשיחה, הוא התחיל להכות אותה בגלל שהיא לקחה לו את הכדור. הוא הילד הכי קטן בבית, לרוב לבד, הוריו בעבודה, אחיו בצבא וחלקם גרים מחוץ לבית. ילד שדורש הרבה תשומת לב. ולדעתי זוהי הסיבה להתנהגותו!!!!

ילד שזקוק להרבה חיזוקים, אבל גם גבולות!!!!!!

- במהלך שיעורי נתתי לו תפקידים אחראיים, כגון: אחראי סדר, אחראי ציוד.
 - הכנתי לו טבלת התנהגות – מעקב בכל השיעורים ופרס שבועי (אחודשי) בעזרת מנתחת (התנהגות) - קבלת חייכן בסוף שיעור טוב.
 - שיעור צ'ופר אחר הצהריים למצוינות בספורט, במידה והגעת ל 20 חייכנים בחודש.
 - עוזר למורה רחלי בשעת ההפסקה הפעילה שמתקיימת פעם בשבוע.
 - חום ואהבה: ליטוף לחיבוק\מחמאה, שזה מקרב ביננו, ולכן הוא מקשיב.
- המחשבות שעברו בראשי במהלך התהליך:** האם אני אצליח להגיע ללב? האם אני אצליח לשנות את התנהגותו? האם התהליך שהתחלתי אתו יצליח? ומפה, מהם הדברים שאני יכולה ללמוד לעתיד או בכלל עם דפוסי התנהגות דומים\שונים? .

איסוף נתונים על הילד: קיבלתי מהיועצת, מנתחת התנהגות, מחנכת הכתה ומהמנהלת וכמובן ממה שאני חוויתי אתו במהלך השיעורים ובשעות בית הספר בהיותי בתפקיד רכזת המוגנות בבית הספר. לאחר בירור עם צוות ההנהלה, יועצת ביה"ס, מחנכת הכתה ומחנכות תחום מסתבר שהבעיה קיימת אצל כולם!!!!

בישיבה בשיתוף היועצת, מנתחת התנהגות, המנהלת והפסיכולוגית, מחנכת וצוות המורים שמלמדים את יוסף נודע כי ישנן בעיות נוספות שהתגלו שבהם גם הרווחה מעורבת. אנחנו התייחסנו לתוכנית התנהגותית קבועה אצל כל הצוות על מנת שיהיו תוצאות בשטח.

התוכנית ההתנהגותית :

התנהגויות יעד להגברה: ישיבה נאותה, ביצוע מטלה, הישמעות להוראות.

התנהגויות יעד להפחתה: אלימות פיזית, הצקה, יציאה מהכיתה ללא רשות, עזיבת עמדה.

מחזקים אופציונאליים: משחקי קופסה, מחזקים אכילים, פרסים קטנים.

במהלך השבוע יתקיים מפגש פרטני אחד. במהלך המפגש יתבצע רישום ומעקב התנהגותי בקלסר התנהגותי, עם דפי מעקב אישיים. המודל לפיו נעבוד: 3 משימות אקדמיות ו-3 הפסקות למחזק, כגון: משחק קופסה. אורך המשימה 8 דקות ומיד לאחר מכן מחזק של 7 דקות. בנוסף למפגש השבועי, תבצע המחנכת והמורים המקצועיים ינהלו המשך מעקב ורישום בקלסר עצמו. בסוף כל יום ייעשה סיכום ניקוד, במידה והצליח

להימנע משני קווים אדומים (אלימות פיזית) והצליח להשיג 3 נקודות מהניקוד הפוטנציאלי- יהיה זכאי לפרס יומי ותעודת הצטיינות, שיינתנו ע"י המנהלת. לאחר ששיג 80% הצלחה בקריטריון הראשון נעלה את רמת הקושי ונתאים יעדים לשלב השני. בכל יום תהיה לי "אתנחתא"- פעילות שונה עם המורה רחלי (אתי).

יישום התכנית

אני פועלת על פי מה שנאמר לי, על פי דרישת המנהלת והצוות המקצועי... אני חייבת לציין שהתחלנו בתוכנית וכבר רואים שינויים חיוביים. לצערי, לאחר תקופה מסוימת התוכנית לא הכי עבדה, הילד הרגיש שחייבים לו, ולא ראה את מה שעומד מאחורי החיזוקים.

לדעתי: כן לתת חיזוקים, אבל לדעת גם לתת גבולות!!!!

בשיעורי, השתפר פלאים, כשרציתי לתת לו חיזוק, הוא לא רצה כי הוא רצה להשתתף בשיעור, היה לו כייף, מצד אחד נתתי ליטוף או מילה טובה, אבל מצד שני העמדתי אותו במקום כשהוא לא היה בסדר! **הוא למד להפסיד בכבוד, שזה דבר עצום בעיני** (בעבר כשהיה מפסיד, הוא היה דואג להרוס את השיעור, לקלל, להרביץ וכדומה).

תיאוריה מעוגנת בשדה

התיאוריה שלי: כן לתת חיזוקים, אבל לדעת גם לתת גבולות ברורים ומדויקים!!!!

כלומר, אם ילד משתדל לשנות את התנהגותו, יש להגיד **מילה טובה**. כמובן, שהשינוי לוקח זמן, בתחילה שינוי ב"אוצר מילים", הפחתה במעשה באלימות, מילולית ופיזית, שיתוף פעולה במהלך השיעור, קבלת הפסד, התמודדות במידה והילד לא מביא תלבושת מלאה - ישיבה על הספסל וכדומה. **גבולות ברורים** יכולים לגרום לשינוי קיצוני בהתנהגותו של הילד, האסרטיביות והעקביות של המורה לחינוך הגופני גורמת לשינוי, ואף גורמת לשינוי אצל הילד במקצועות האחרים. למדתי מהתהליך שעברתי: "שאם רוצים אין זו אגדה", כלומר, אם באמת רוצים לשנות דברים, כגון: התנהגויות חריגות - הכל אפשרי!!!! הכל תלוי במידת ההתמדה שלי באיסוף מידע, ברקע מקדים, בשיחה אישית עם הילד ובדרכי התמודדות שונים להצלחתו.

קעת הבעיה בה בחרתי להתמקד לא נראית "תורה מסיני", לא מפחידה וחסרת יכולת להתמודדות, אינה נראית בלתי אפשרית, כי הכל אפשרי כשרוצים, גם אם הדרך קשה, יש מורדות ויש עליות כמו בחיים!!!! לדעתי התהליך בקורס היה דיי ארוך, אבל מובן וברור לגבי מחקר הפעולה ולאן זה יכול להוביל אותי בסופו של דבר (ההצלחה נתונה בידינו ויש לנו את הכוח להצליח). בנוסף, שמחתי לשמוע שאני לא לבד, ולכולם יש את אותן בעיות, ופתרונות שהציעו בקורס, עזרו לי מאוד. גם המשחקים שכל אחד תרם למערכת המורים, הוסיף מאוד בשיעורי.

מה שאני מציעה למורים בחינוך גופני: **לא להתייאש, גם אם הדרך להצלחה היא ארוכה ומפותלת!!!!** יש לנו את הכוח לשינוי, בעיקר בחינוך גופני, שיכול להביא לתוצאות בספורט ובכלל במקצועות האחרים.

מה שאני מציעה למשתתף הבא בקורס: **להבין מה בין השורות של המנחים**, מה בעצם מטרתם: שיפור איכות ההוראה. בנוסף: **להבין שהכוח לשינוי- בידינו בלבד!!!!** דבר נוסף: **הקשבה לאחרים**- כך ניתן ללמוד דרכי התמודדות שונים ומגוונים שגם אתה יכול להיעזר בהם, משחקים חדשים וכדומה.