



ביצוע עצמאי של רצף פעולות בהתארגנות בוקר

דר' סיגל תדהר-פז, BCBA, נעמה לוי, ליאת דוד, BCBA
* ההתערבות בוצעה במסגרת פרקטיקום בתוכנית לימודי הסמכה בנייתוח התנהגות בבית ברל

תקציר

נער בן 13, מאובחן עם ASD בתיפקוד בינוני, למד התארגנות בוקר עצמאית ויעילה. לפני ביצוע ההתערבות הנער נעזר בסיוע פיזי מהוריו בהתארגנות הבוקר הן במעברים והן באופן ביצוע הפעולות עצמן. הוא לא נענה לדרישות חוזרות מצד ההורים לבצע את פעולות התארגנות הבוקר והיא היתה נמשכת זמן רב. לאחר שהערכה תפקודית הראתה כי יש לנבדק את מיומנויות הקדם לביצוע הפעולות הנדרשות לשם התארגנות הבוקר, נבנתה תכנית התערבות של למידת שרשור מטלה כוללת - Total Task Chaining. הלמידה לוותה בגירוי מבחין של לוח ויזואלי עם רצף הפעולות ובשימוש בטיימר להגבלת זמן התארגנות הבוקר. ההורים הודרכו לאופן העברת המשימה תוך שימוש בדרכי סיוע יעילות, ולמתן חיזוק של משחק בטלפון הנייד של הנער בזמן הנותר לו עד היציאה מהבית. נמצא כי תוך תקופה קצרה יחסית, למד הנער להתארגן ללא כל סיוע ובמהירות.

נבדק

נער בן 13, מאובחן עם ASD בתיפקוד בינוני, מטופל בתכנית התנהגותית ביתית מזה 7 שנים. כיום, משולב בכיתה ו' בליווי סייעת ולומד פרטנית בתכנית ביתית כ-20 שעות שבועיות. הנער אינו בעל קשיים מוטוריים כלשהם. הוא מבין כל שפה המופנית אליו, ומדבר באופן שוטף, בעיקר להבעת רצונות ופחות לשיתוף.

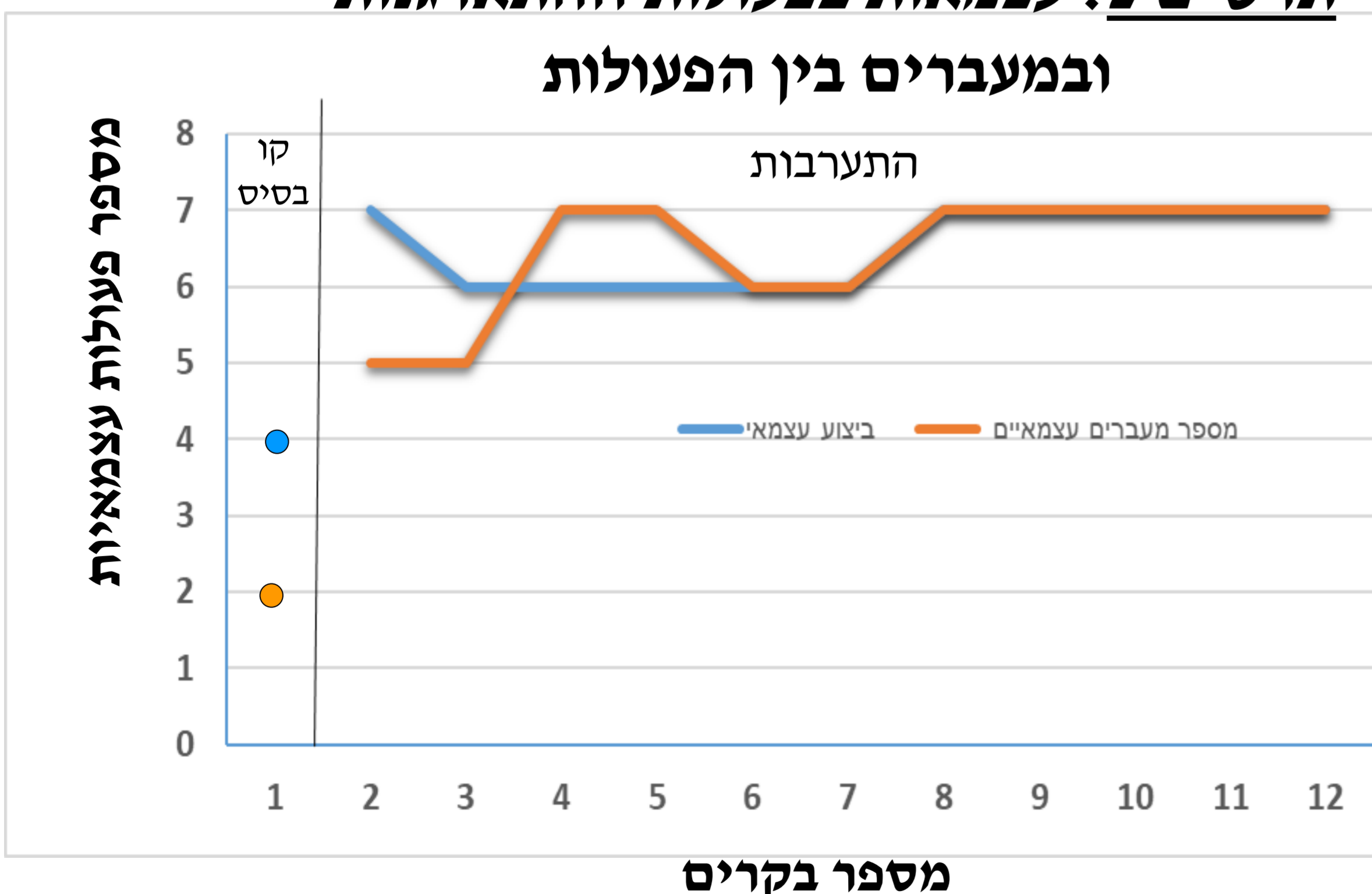
התערבות

מטרת ההתערבות הייתה הקניית ביצוע עצמאי של רצף פעולות בהתארגנות בוקר. בתצפית בזמן התארגנות הבוקר נמצא כי הוריו סייעו לו פיזית הן בביצוע הפעולות והן במעברים ביניהן, למרות שבהערכה תפקודית נמצא כי יש לנבדק את מיומנויות הקדם לביצוע הפעולות הנדרשות לשם התארגנות הבוקר. הנבדק לא היה עצמאי בכל פעולות ההתארגנות, ולא במעבר בין הפעולות. בהמשך לכך, היה קושי בהערכת משך ההתארגנות בגלל הסיוע הרב שניתן לו. תכנית ההתערבות כללה למידת שרשור מטלה כוללת - Total Task Chaining. המשימה נלמדה בליווי גירוי ויזואלי של רצף פעילויות הבוקר, שיסייע לו בניהול ובקרה עצמית, לביצוע הפעילויות והמעברים בין הפעולות. כמו כן, כוון טיימר למשך 30 דקות בהן יושלם רצף הפעילויות בהתארגנות הבוקר. הפעלה וכיבוי הטיימר היו באחריות הנער כחלק מביצוע הפעולות בהתארגנות הבוקר, ונכללו גם הן בלוח הויזואלי. אם הצליח לסיים את התארגנות הבוקר לפני שהטיימר צלצל, תוך מעבר בין כל הפעולות הנדרשות, קיבל הנבדק מחזק של משחק בטלפון הנייד שלו בזמן הנותר לו עד היציאה מהבית. ביצוע עצמאי של הפעולות ושל המעבר ביניהן לא נקבע כתנאי לקבלת המחזק, אך הובהר לנער והוזכר לו שאם יזדרז בהתארגנות יהיה לו זמן רב יותר למשחק בטלפון בטרם היציאה מהבית. ההורים הודרכו לפני הפעלת התכנית ולאורכה, כיצד לתת הוראה בצורה אסרטיבית וברורה, כיצד לתת סיוע יעיל, לא פיזי ולא מתערב, על מנת לאפשר לנער עצמאות ובכדי ללמד התארגנות תואמת גיל. כמו כן, הודרכו ההורים באופן מתן החיזוק – שבח וזמן בטלפון נייד, כשעמד הנער בזמן.

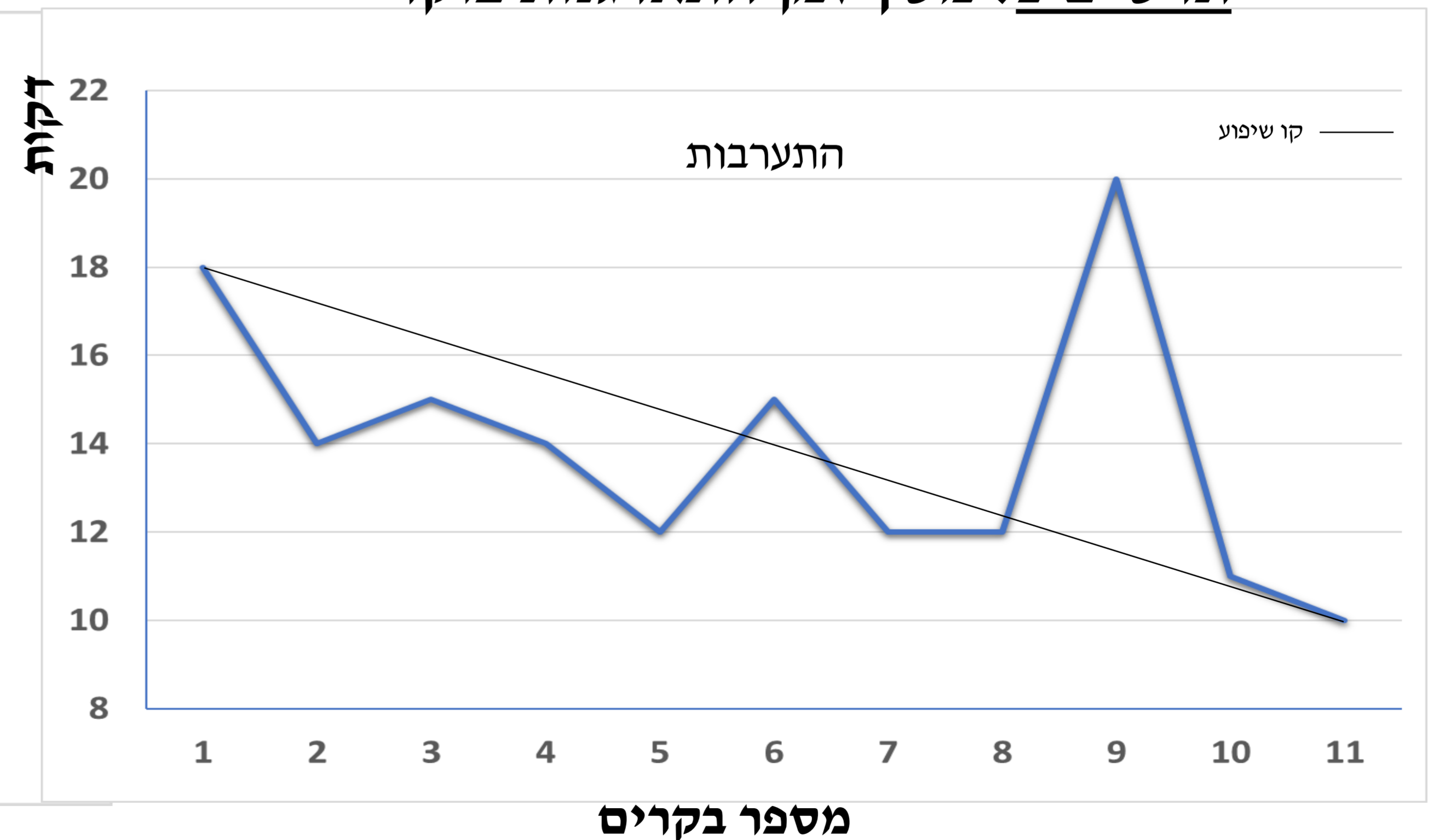
תוצאות

לפני ההתערבות הנער לא היה עצמאי בהתארגנות הבוקר כמעט בכלל. מיד עם הפעלת ההתערבות נצפתה היענות משמעותית מצד הנער לביצוע פעולות התארגנות הבוקר, והוא הפגין יעילות וזריזות בהתארגנות, עד שתוך 11 ימים בלבד משך ההתארגנות הצטמצם מ-18 דקות ל-10 דקות. גם העצמאות בהתארגנות השתפרה, עד שבתוך שבוע בלבד הנער ביצע את הפעולות ללא צורך בסיוע הן במעברים בין הפעולות והן בתוך כל פעולה מפעולות ההתארגנות.

תרשים 2: עצמאות בפעולות ההתארגנות



תרשים 1: משך זמן התארגנות בוקר



סיכום ומסקנות

הקניית מיומנויות יום-יום מאפשרת תיפקוד עצמאי ובעקבותיו השתלבות בקהילה. ביצוע הערכה התפקודית נתנה תמונה מלאה ליכולות של הנער ולביצוע המיומנויות אשר הוריו סייעו לו ללא מתן הזדמנות לביצוע עצמאי, ומכאן נראה כי בכל עבודה על התנהלות עצמאית חשוב לבצע תחילה הערכה תפקודית. ההדרכה והליווי של ההורים היה משמעותי ביותר עבור הצלחת ההתערבות. כך גם הוכחה יעילות הליך למידת שרשור מטלה כוללת המחולקת לפעולות נפרדות, ויעילות הלוח הויזואלי כגירוי מבחין להתנהלות.