

جدول پاداش و فرم‌های ارزیابی رفتار کودک

ویژه کودکان طیف اوتیسم - پکیج فرم‌های تحلیل رفتار (ABC)، اقتصاد ژتونی و ردیابی عادات

بر پایه اصول ABA

پکیج ارزیابی در منزل

نشر تخصصی خانه اوتیسم

چرا ثبت و ارزیابی رفتار کودک در خانه اهمیت دارد؟

مدیریت رفتار کودکان طیف اوتیسم بدون ثبت دقیق داده‌ها، مانند رانندگی در یک جاده ناشناخته و تاریک است! بسیار پیش می‌آید که والدین احساس می‌کنند یک رفتار چالشی (مثل قشقرق یا جیغ کشیدن) «بی‌دلیل» رخ داده است؛ اما وقتی رفتارها روی کاغذ ارزیابی ثبت می‌شوند، الگوها و محرک‌های پنهان آن به روشنی آشکار می‌گردند.

استفاده از فرم‌های ارزیابی رفتار و جدول‌های پاداش‌دهی، به والدین و کاردرمانگران امکان می‌دهد تا روند رشد کودک را بر اساس معیارهای واقعی اندازه بگیرند، رفتارهای مثبت را تثبیت کرده و علت اصلی رفتارهای چالشی را کشف کنند.

راهنمای گام‌به‌گام تکمیل فرم‌های رفتاری در منزل

۱. رفتار را دقیق و بدون قضاوت بنویسید

به جای نوشتن «امروز بچه‌ام خبیث بود!»، بنویسید: «ساعت ۴ بعدازظهر به مدت ۳ دقیقه روی زمین پا کوبید».

۲. فرم ABC را حداقل به مدت ۱ هفته تکمیل کنید

پس از چند روز متوجه خواهید شد که بیشتر قشقرق‌ها در زمان‌های خاصی (مثلاً هنگام خستگی، گرسنگی یا قبل از شام) رخ می‌دهند.

۳. از جدول پاداش برای اصلاح یک رفتار استفاده کنید

هم‌زمان روی چند رفتار کار نکنید! ابتدا یک رفتار هدف کوچک انتخاب کنید و پس از موفقیت سراغ رفتار بعدی بروید.

نکته طلایی: فرم‌های رفتاری، نقشه راه تغییر هستند!

اطلاعات ثبت شده در این فرم‌ها بهترین راهنما برای آسیب‌شناسان، کاردرمانگران و رفتاردرمانگران کودک شما در جلسات توانبخشی خواهد بود.



نام فرم	محتوای فرم	هدف اصلی
جدول پاداش ستاره‌ای	جدول هفتگی ثبت رفتارهای هدف و تخصیص ژتون/ستاره	تقویت رفتارهای مثبت و ایجاد انگیزه
فرم ثبت تحلیل ABC	جدول ثبت زمان، پیش‌آیند (A)، رفتار (B) و پیامد (C)	کشف علل پنهان قشقرق و رفتارها
چک‌لیست عادات روزانه	فرم ردیابی مسئولیت‌پذیری و کارهای شخصی	افزایش استقلال کودک در منزل

فرم ثبت و تحلیل رفتار (ABC (Antecedent - Behavior - Consequence)

بر پایه اصول تحلیل رفتار کاربردی (ABA) جهت کشف علل رفتارهای چالشی

نام کودک:.....

تاریخ شروع: ۱۴۰۳ / ... / ...

تکمیل کننده:.....

تاریخ / زمان	پیش‌آیند (A) - دقیقاً قبل از رفتار چه اتفاقی افتاد؟	رفتار (B) - کودک دقیقاً چه کاری انجام داد؟	پیامد (C) - اطرافیان چه واکنشی نشان دادند؟	شدت (۱-۵)

راهنمای سریع:

- (پیش‌آیند) A صدای بلند، قطع کارتون، نه شنیدن، خستگی، تغییر برنامه، محیط شلوغ.
- (رفتار) B جیغ کشیدن، زمین زدن خود، گاز گرفتن، پرتاب اسباب‌بازی، گریه.
- (پیامد) C بغل کردن کودک، دادن خوراکی یا تبلت، بی‌توجهی فعال، خروج از محل، صحبت با لحن آرام/جدی.

★ جدول پاداش ستاره‌ای و اقتصاد ژتونی (Token Economy) ★

پاداش هدف:.....

هفته:.....

نام قهرمان:.....

جمع ستاره	پنجشنبه	چهارشنبه	سه‌شنبه	دوشنبه	یکشنبه	شنبه	رفتار مثبت هدف
	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	۱. مسواک زدن بدون مقاومت
	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	۲. جمع کردن اسباب‌بازی‌ها
	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	۳. انجام تکالیف/تمرینات
	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	۴. شستن دست‌ها قبل از غذا
	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	★ / ○	۵. رفتار دلخواه جدید:

🎯 **شرایط دریافت پاداش:** اگر مجموع ستاره‌های این هفته به تعداد ستاره برسد، پاداش مشخص شده (مثلاً رفتن به پارک، بازی محبوب یا خوراکی ویژه) آزاد می‌شود!

چکلیست عادات روزانه و ردیابی حسی - محیطی

جهت سنجش استقلال در کارهای شخصی و شناسایی محرک‌های حسی بی‌نظمی

۱. چکلیست عادات و مسئولیت‌پذیری روزانه

فعالیت / عادت روزانه	مستقل (بدون کمک)	با راهنمایی چشمی	با راهنمایی کلامی	با کمک بدنی	نیاز به تمرین
استفاده مستقل از دستشویی					
پوشیدن و درآوردن لباس/کفش					
غذا خوردن با قاشق/چنگال					
جمع کردن وسایل شخصی					
دنبال کردن روتین تصویری					

۲. فرم ردیابی محرک‌های حسی و محیطی (Sensory Tracker)

حس مربوطه	محرک‌های حساسیت‌زا (محرک منفی)	محرک‌های آرامش‌بخش (محرک مثبت)	واکنش
شنوایی (صدا)	صدای جاروبرقی، مخلوط‌کن، صدای شلوغی	موسیقی ملایم، هدفون کاهش نویز	
بینایی (نور)	نور شدید فلورسنت، فلش دوربین، نور مستقیم	نور ملایم زرد، اتاق کم‌نور	
لامسه (بافت)	اتیکت لباس، خیس شدن آستین، لجن/خمیر	پتو سنگین، پارچه مخمل، ماساژ	
تعادل/عمقی	ارتفاع، تاب خوردن تند، حرکت ناگهانی	فشار عمیق، تاب ملایم، ترامپولین	