



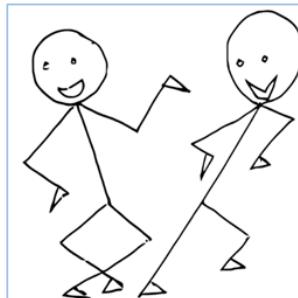
PMTO foreldrafærni

PMTO foreldrafærni

PMTO er gagnreynt meðferðarúrræði sem dregur úr hegðunarerfiðleikum barna og unglings, skv. víðtækum rannsóknum. Úrræðið er þróað hjá rannsóknarstofnuninni Oregon Social Learning Center (OSLC) í USA og aðlagað íslenskum aðstæðum í meðferðar- og forvarnaskyni. Þar sem foreldrar eru mikilvægustu kennarar barna sinna er áhersla lögð á ítarlega vinnu með þeim, þar sem þeir fá aðstoð við að tileinka sér nýjar leiðir í uppeldi. Unnið er með ákveðna grunnþætti til að stuðla að jákvæðri hegðun barnsins og draga úr vanlíðan og hegðunarvanda. Lögð er áhersla á skýr fyrirmæli, tilfinningastjórnun, samskiptatækni og tengsl heimila og skóla. Foreldrum er m.a. kennt að nota kerfisbundna hvatningu, að setja mörk, að nýta markvisst eftirlit, að leysa ágreining og að eiga jákvæða samveru með börnum sínum.

Hægt er að sækja um PMTO foreldranámskeið, 8 skipti, 2 ½ tíma í senn. Það hentar foreldrum yngri barna sem eru í tiltölulega litlum vanda. Ef hegðunarerfiðleikar barnsins eru miklir er hægt að sækja um PMTO einstaklingsmeðferð, sem unnin er í formi viðtala á fræðslusviði í allt að 20 vikur. Annar möguleiki er PMTO –PTC hópméðferð þar sem hópurinn hittist vikulega, unnin eru heimaverkefni og stuðningur veittur símleiðis milli funda. Sérstaklega þjálfaðir meðferðaraðilar, sálfræðingar eða félagsráðgjafar, sinna meðferðinni og námskeiðunum. Foreldrar geta sótt um PMTO þjónustu á sérstökum eyðublöðum: Tilvísun til sérfræðipjónustu leik – og grunnskóla og er umsóknum skilað á Fræðslusvið Akureyrarbæjar, til umsjónarkennara barnsins eða skólastjórnenda.

Guðbjörg Ingimundardóttir er verkefnastjóri PMTO. Netfang: gudbjorging@akureyri.is



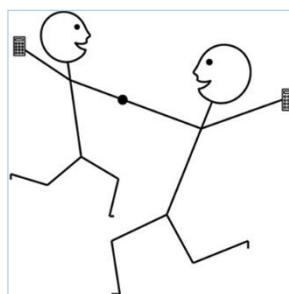
PMTO parenting skills

PMTO is a thoroughly tested treatment solution that reduces behavioral problems with children and teens according to comprehensive research. The solution was developed at the Oregon Social Learning Center (OSLC) in the United States and adjusted to Icelandic circumstances for treatment and preventive purposes. As parents are their children's most important instructors, emphasis is placed on thorough collaboration with them as they receive assistance with adopting new parenting skills. Certain basic factors are concentrated on in order to encourage positive behavior in the child and reduce a sense of unhappiness and behavioral problems. Emphasis is placed on clear instructions, emotional control, communication tools and a rapport between home and school.

Parents are taught, among other things to use systematic encouragement, to set limits, to make use of systematic supervision, conflict resolution and sharing positive quality time with their

children. It is possible to apply for a **PMTO parenting skills course, eight sessions**, 2 1/2 hours each. This is suitable for the parents of younger children with relatively minor problems. If the child's behavioral problems are acute, it is possible to apply for **PMTO individual therapy** which is conducted in the form of interviews at the Educational Department over a period of up to twenty weeks. Another option is PMTO-PTIC group therapy where the group meets on a weekly basis, homework assignments are completed and telephone support is available between sessions. Specially trained treatment professionals, psychologists or social counselors conduct the treatment program and courses. Parents can apply for PMTO services on special forms: *Reference for specialized nursery and elementary school services* and the forms should be handed in at the Akureyri Educational Department, to the child's head teacher or school administrators.

Guðbjörg Ingimundardóttir is the PMTO project manager. Email: gudbjorging@akureyri.is



PMTO Trening kompetencji rodzicielskich (polska)

PMTO. Jest sprawdzoną terapią, która ma na celu ograniczenie występowania problematycznych zachowań u dzieci i młodzieży, opartą na szeroko zakrojonych badaniach naukowych. Terapia ta została opracowana w instytucie badawczym Oregon Social Learning Center (OSLC) w USA i dostosowana do islandzkich warunków w zakresie terapeutyczno-prewencyjnych.

Ponieważ rodzice są najważniejszymi nauczycielami swoich dzieci, nacisk nakładany jest na kompleksową pracę z nimi, gdzie mogą uzyskać pomoc w zakresie nowych sposobów wychowania. Pracuje się nad konkretnymi podstawowymi elementami w celu promowania pozytywnego zachowania dziecka, zmniejszenia złego samopoczucia oraz zachowań problemowych. Nakładany jest nacisk na wydawanie prawidłowo poleceń, kontrolę emocjonalną, technikę komunikacji oraz relacje szkoły z domem. Rodzice m.in. uczą się używania systemu zachęt, wyznaczania granic, umiejętnego nadzoru, rozwiązywania sporów oraz pozytywnych relacji ze swoimi dziećmi.

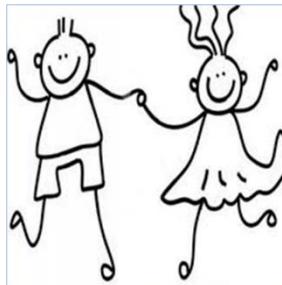
Można zapisać się na **kurs PMTO dla rodziców**. Obejmuje on **8 spotkań** po 2 ½ godziny każde. Kurs ten odpowiedni jest dla rodziców młodszych dzieci, które sprawiają stosunkowo mniejsze problemy. Jeśli trudności z dzieckiem są duże można zapisać się na **indywidualną terapię PMTO**, która ma formę wywiadów w kontekście szkolenia trwającym 20 tygodni.

Inną możliwością jest **PMTO –PTC terapia grupowa**, gdzie grupa spotyka się regularnie. Zlecone są zadania do wykonania w domu jak też, pomiędzy spotkaniami, oferowane jest wsparcie telefoniczne. Specjalnie wyszkoleni terapeuti, psychologowie czy pracownicy socjalni zajmują się terapią oraz kursami. Rodzice mogą złożyć wniosek o terapię PMTO na

specjalnych formularzach: *Tilvísun til sérfræðibjónustu leik – og grunnskóla* (wniosek o dodatkową pomoc specjalistyczną przedszkoli i szkół), który należy złożyć do Wydziału Oświaty miasta Akureyri, do wychowawcy dziecka lub władz szkoły.

Guðbjörg Ingimundardóttir jest kierownikiem projektu PMTO.

Email: gudbjorging@akureyri.is



PMTO հաշեպնդորց (tailenska)

PMTO เป็นเครื่องมือในการบำบัดรักษา ซึ่งช่วยลดพฤติกรรมที่ลำบากของเด็กและวัยรุ่น ดังที่ทำการวิจัยกันอย่างกว้างขวาง วิธีการนี้ได้รับการพัฒนาขึ้นมาจากการห้องปฏิบัติการของ Oregon Social Learning Center (OSLC) ใน สหรัฐอเมริกา และนำมาปรับให้เข้ากับสถานการณ์ของไอซ์แลนด์เพื่อการรักษา- และเป็นการป้องกัน

เนื่องจากพ่อแม่คือครูที่สำคัญที่สุดของบุตรตนเราจึงได้นำการทำงานกับพากษาอย่างเจาะจง ซึ่งพากษาจะได้รับความช่วยเหลือในการเสาะหาหนทางใหม่ๆในการเลี้ยงดู เราจะทำงานร่วมกับองค์ประกอบพื้นฐานบางส่วนที่จะส่งเสริมพฤติกรรมที่ดีของเด็กลดความเป็นทุกข์ และปัญหาด้านฟุติกรรม เน้นการอุகค่าสั่งที่ชัดเจน การจัดการด้านอารมณ์ เทคนิคด้านการสื่อสาร และความสัมพันธ์ทางบ้านและโรงเรียน ผู้ปกครองอาจจะได้รับการสอน เช่น การใช้ระบบแรงจูงใจ การกำหนดขอบเขต การค่อยเฝ้าติดตามอย่างมีประสิทธิภาพ การแก้ปัญหาความไม่เห็นด้วย และการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในเชิงบวกกับบุตรของตน

คุณสามารถสมัครเรียนหลักสูตร **PMTO สำหรับผู้ปนกรอง 8 ครั้ง 2 ½ ชม.ต่อครั้ง**

หมายสำหรับผู้ปนกรองเด็กเล็กที่มีปัญหาเล็กๆน้อยๆ

แต่หากพฤติกรรมของเด็กมีความลำบากมากสามารถสมัครหลักสูตร **PMTO บำบัดเฉพาะบุคคล** ซึ่งทำในรูปแบบการสนทนาระหว่างเด็กกับผู้ปนกรองเด็ก 20 สัปดาห์ อีกทางเลือกหนึ่งก็คือ **PMTO – PTC การบำบัดกลุ่ม** ซึ่งกลุ่มจะพบปะกันเป็นประจำทุกสัปดาห์

จะทำโดยการทำแบบฝึกหัดและการให้ความช่วยเหลือผ่านทางโทรศัพท์ช่วงระหว่างการประชุมครั้งต่อไป หน่วยงานบำบัดรักษาพิเศษต่างๆ

นักจิตวิทยาหรือนักสังคมสงเคราะห์เป็นผู้ให้การรักษาและอบรมหลักสูตรต่างๆ ผู้ปนกรองสามารถสมัครขอรับบริการ PMTO ได้ในแบบฟอร์มเฉพาะ: ใบขอรับบริการถึงศูนย์บริการพิเศษ โรงเรียนอนุบาล- และประถมศึกษา และใบสมัครจะยื่นไปยังแผนกการศึกษาของเมือง อคูเรย์ริ่และส่งไปถึงครุประจაชั้นของเด็กหรือผู้บริหารโรงเรียน

Guðbjörg Ingimundardóttir คือผู้จัดการโครงการ PMTO. อีเมล: gudbjorging@akureyri.is