

שם הקורס: התמחות למאמנים: התכנית המקיפה להכשרת מאמני ADHD אישיים ומשפחתיים

המרצה: ליסה גרוסמן, CPCC, M.A., M.Ed.

פסיכולוגית חינוכית מומחית, חלוצת שיטת האימון האישי ההתנהגותי לבעלי הפרעת קשב בארץ. ותיקה בתחום אימון, עובדת 30 שנה בתחום ליקויי למידה, מאבחנת ומאמנת ב"מרכז לאימון התנהגותי" ברעננה, מדריכה מוסמכת ע"י לשכת המאמנים. פיתחה מודלים לאימון מבוגרים, הורים וילדים לשיפור איכות חייהם של בעלי קשיי קשב למידה.

היקף שעות: קורס פרונטלי, **מתקיים בימי שני בין השעות 17:00 עד 20:15, סה"כ 90 שעות (3 ש"ש).**

מספר מפגשים: 22 מספר שעות שבועיות: 4 (שני מפגשים של 5 שעות)

אוכלוסיית יעד: מאמנים, יועצים ומטפלים.

רציונל הקורס

אימון אישי להפרעת קשב (ADD Coaching) הוא אימון בטכניקות מתקדמות המשלבות אימון התנהגותי קוגניטיבי עם אסטרטגיות אימוניות להעצמת מבוגרים, מתבגרים וילדים בעלי הפרעת קשב. בעזרת תהליך אימון זה ניתן לסייע לאנשים בעלי לקויות למידה והפרעות קשב להתמודד עם קשיים ב"תפקודים ניהוליים" – תכנון, ניהול זמן, הפעלת יוזמה ומיקוד במטרות וכן בוויסות רגשי והתנהגותי.

הקורס מתמקד בכלים לאימון להתמודדות עם הפרעות קשב בקרב מבוגרים וילדים, הן בחיים האישיים בלימודים ובעבודה. וכן מתמקד באימון הורים בכלל והורים לילדים עם ADHD בפרט, מתוך הנחת העבודה שאימון הורים הוא חלק בלתי נפרד מאימון ילדים.

מטרת הטכניקות הינה בניית הורות פרו-אקטיבית, שמשמעותה הורות שנבנית על ערכים והסכמה בין ההורים לגבי יעדיהם כצוות בתא המשפחתי.

מטרות הקורס

- הקניית מסגרת מושגית, כלים ומיומנויות בגישת האימון האישי לבעלי הפרעת קשב ולקויי למידה
- הכרת מודלים נוספים-פסיכולוגיים של הפרעת קשב.
- הכרת כלים מתחום הפסיכולוגיה קוגניטיבית - התנהגותית המותאמת לאימון ADHD
- הכרות עם תחום האימון למשפחות עם ילדים בעלי לקויות למידה וקשב.
- הקניית כלים לחיזוק דפוסי התנהגות חיוביים בתקשורת המשפחתית ובהתמודדות עם אתגריים עכשוויים.

מן הנושאים

- כלים ליצירת הסמכות ההורית
- הקניית שפת האימון להורה ולמורה לשיפור התקשורת הבינאישית
- טכניקות ניהול רגשי אל מול ההורים והילדים
- מגוון כלים באימון ופיתוח כישורים
- כלים מעולם ה-CBT, מיינדפולנס ו-EFT
- אסטרטגיות אימוניות לניהול זמן ודחיינות
- פיתוח כישורים חברתיים בעידן טכנולוגי מתקדם
- זיהוי לקויי למידה וסגנונות למידה ואימון לפיתוח כישורי למידה
- יסודות עיצוב התנהגות לפתרון בעיות משמעת
- שיטות לעידוד עצמאיות בניהול רוטינות
- יישומים בעבודה החינוכית
- אימון משפחתי
- כלים לאבחון הפרעות קשב אצל מתאמנים
- אינטייק המותאם לאימון הפרעת קשב לכל הגילאים
- כלים לאימון תפקודי מוח ניהוליים
- אסרטיביות ופרו-אקטיביות כדרך חיים

חובות הקורס

לפחות 80% נוכחות פעילה ועבודה מסכמת

מועדי הפתיחה והסיום מופיעים בעמוד הקורס באתר.

לצורך הגשת הקורס לגמול במשרד החינוך, יש לשמור את עמוד הקורס כ- PDF (נכנסים לעמוד הקורס באתר היחידה, בתפריט או בקליק ימני בוחרים 'הדפס', ובהגדרת המדפסת יש לבחור את האפשרות: "שמירה כ- PDF") **ולצרפו לסילבוס המוגש בפורטל.**

