

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

מה הקשר לקשב? על שיפור התפקוד והגברת המיקוד.

דנה מורה שאוהבת את עבודתה, אוהבת את התלמידים, אוהבת את המקצוע אותו היא מלמדת. מה היא לא אוהבת?

היא לא אוהבת להרגיש שקיימים תלמידים שהיא עושה בשבילם "הכל" כל מה שהיא יכולה ויודעת, אך היא לא מצליחה להוביל אותם להשתתף בתהליך הלמידה. היא לא מצליחה "להגיע אליהם". דן למשל, לעתים מאחר לשיעור. כאשר הוא מגיע הוא יושב ולא מוציא ספר, לא מוציא מחברת, לא נראה קשוב, לא מתרגל כאשר ניתנת עבודת כיתה. דנה ניסתה להסביר... היא ניסתה להפעיל סנקציות... אפילו ניסתה להחמיא... לעיתים נראה שזה עובד, שמשוה ניצת ושוב דעיכה.

ההורים של דן מתוסכלים. כשהם רואים על צג הטלפון את מספר הטלפון של בית הספר או של המורה, הם חשים התכווצות כלשהי בבטנם, שמבטאת חשש: מה עכשיו? מה הוא עשה? (ולא היה צריך לעשות... מה הוא לא עשה? (וצריך היה כמובן...)). מה הם צריכים או יכולים לעשות כדי לשפר את התפקוד שלו? כדי למנוע את אי הנעימות ממנו, כדי למנוע את אי הנעימות מעצמם... לעתים, זה אפילו מוביל לריבים ביניהם, "אם את היית..." / "אם אתה לא היית..."

דן כל כך רוצה להיות "בסדר", לעשות מה שצריך מתי שצריך איך שצריך. בכל שנה הוא מחליט שהשנה יפתח "דף חדש". הוא משנס מותניים ומנסה. הוא משתדל לקיים את הדרישות, כפי שהוא מבין אותם. מחד, כוחו הולך ותש במהרה, ומאידך, הוא לא תמיד מבין בדיוק את הדרישות או את התהליך הנדרש לביצוען. הוא נחשב ילד "חכם" אז מה קורה לו? (איך זה עובד אצל אחרים ולא עובד אצלו? מה לא בסדר אצלו?).

מה אפשר לעשות כדי לשפר את התפקוד? כדי להימנע מהתסכול והמועקה המלווים את דנה המורה, את דן ואת הוריו? מה ניתן לעשות כדי לחוש הצלחה, מיצוי, נינוחות, הגשמה – כל ה"מלים היפות" שכולם כל כך רוצים לחוות?

תכנית ההכשרה להתמודדות עם הפרעות קשב ותפקוד כוללת שני קורסים: 1. אסטרטגיות לקידום ושילוב תלמידים לקויי קשב ולמידה 2. אימון להתמודדות עם הפרעות קשב ותפקוד.

מורים ומטפלים שלמדו בתכנית מדווחים על שינוי שהתרחש בחייהם הן במישור המקצועי והן במישור האישי: "אני אישה אחרת, מורה אחרת ואמא אחרת". מטפלים נחשפו לתפיסה אחרת ולכלים נוספים. מורים נחשפו לדרך שונה לתכנון השיעורים ולהעברתם. הם התנסו במסלולים שונים ליצירת התקשורת עם הכיתה הכוללת ועם כל תלמיד, כפרט.

אם המצבים שתוארו מוכרים לכם, אם גם אתם רוצים לחוש יותר מיצוי נינוחות והצלחה, ולהעניק אותם, יש לכם הזדמנות להצטרף לתכנית, ולפתוח את השנה הזו – אחרת.

ד"ר כלנית סגל לויט - מרצה במכללה האקדמית בוינגייט ובאוניברסיטת חיפה | מדריכה ארצית באגף לקויות למידה והפרעות קשב במשרד החינוך | מרכזת קורס אימון להתמודדות עם הפרעות קשב וריכוז