

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

כשהקשב מתפרע

מי זוכר את הרדיו עם הכפתורים המכניים? כן כן, אלה שצריך לסובב ימינה או שמאלה כדי לכוון את עוצמת הקול או התחנות. ניסית לסובב ימינה בשיא העדינות ו... חזק מדי. ניסית שוב, בתנועות קלות, שמאלה ו... חלש מדי. קשה היה לווסת את העוצמה, קשה היה לדייק במיקום התחנה. כש"הקשב מתפרע" קיים קושי בויסות. קושי בויסות המיקוד בפעולה אליה אנו נדרשים ברגע זה. קושי בויסות הקשב בין הגירויים השונים הסובבים אותנו. קושי בויסות וארגון מספר פעולות שעלינו לשלב בו זמנית. קושי בויסות התנועתיות. קושי בויסות שליפת התגובה לפני או אחרי... שהפעלנו שיקול דעת. המנגנון הזה מותיר תלמידים הורים מורים ובוגרים רבים מותשים, חבוטים מתוסכלים.

בקורס אימון להתמודדות עם הפרעת קשב לומדים איך לשלוט בצורה טובה יותר במנגנוני הויסות. כיצד לגלות את מנגנון הכיול הייחודי של כל אדם שיכול לסייע לו לפעול בצורה היעילה והמדויקת ביותר עבורו. בצורה שתוביל אותו בבטחה לעבר ההצלחות הרצויות לו. בדרך שתגרום לו להיות שבע רצון.

בוגרי הקורס יידעו לסייע לבעלי הפרעת קשב ליצור ויסות יעיל יותר.

מודל האימון (Coaching) נלמד בקורס בתכנית ייחודית שנבנתה על ידי ד"ר כלנית סגל לויט. תכנית המשלבת כלים מתחום המחקר האתנוגרפי בעבודת האימון. מקום מרכזי ניתן למוטיבציה ולדרכי הנעה ייחודיות המותאמות במלאכת מחשבת לאדם. מודל האימון נלמד תוך התייחסות שוטפת להיבטים הקשורים להפרעת הקשב הן ברמת הדיאלוג האימוני והן ברמת התכנים שעולים במפגשי האימון. העבודה המעשית בקורס, הינה אימון של מתאמנים עם הפרעת קשב. **מי שלמד והתנסה באימון להתמודדות עם הפרעת קשב יכול לאמן בקלות כל מתאמן - מי שמסוגל לרוץ במעלה או במסלול עם מהמורות ירוץ בקלות במישור ועל אחת כמה וכמה יצעד בקלות...**

הרווח הצפוי? הקורס מקנה לבוגריו תעודת הכשרה מקצועית. אולם מעבר לכך, אנשים מדווחים כי הקורס שינה את חייהם. הוא אפשר להם לחוות ולהתייחס לסובב אותם בעיניים אחרות וצייד אותם בכלים מצוינים להתמודדות הן במישור המקצועי (בתחומי החינוך והטיפול) והן במישור הפרטי. "הפכתי להיות מורה אחרת, אשה אחרת ואמא אחרת". "קבלתי כלים לכל החיים. אני יודעת להבין מה מניע אנשים סביבי. התנהגות של אנשים שמאוד מרגיזה את הסובבים אותי לא מרגיזה אותי כי אני יודעת איך לתעל אותי בדרך שתיצור שינוי..."

מטפלים שמחפשים דרך נוספת תכליתית וקצרת טווח, מורים שרוצים לעזור לעצמם ליהנות יותר מעבודתם וגם... לקדם את תלמידיהם. בוגרים והורים בעלי תואר בחינוך או טיפול שרוצים כלים לשינוי ולשיפור

זה הסיכוי ו"זה כל הסיפור"

כתבה ד"ר כלנית סגל לויט, מרכזת קורס אימון להתמודדות עם הפרעות קשב, במכללה האקדמית בוינגייט.

