



תכנית "חוסן לקשת"

ילדים על הרצף האוטיסטי הלומדים בשילוב מלא ולהוריהם

המערך הטיפולי המשלים מזמין ילדים על הרצף האוטיסטי הלומדים בשילוב המלא בבתי הספר, בגילאי 8-11, והוריהם להשתתף בתכנית ייחודית שפותחה עבורם.

התכנית מקדמת תחושת ביטחון ומוגנות, יכולת טובה לוויסות רגשות ותחושת ערך עצמי גבוהה יותר. במהלכה תהיינה הפעלות חווייתיות, שיח רגשי, משחקי תפקידים, למידת כלים ותרגול השימוש בהם. התכנית מועברת על ידי צוות המערך הטיפולי המשלים אשר הוסמך על ידי מרכז "חוסן" ע"ש כהן - האריס. אנו מאמינים כי הצלחה והטמעה של הכלים הנרכשים נובעת מהשתתפות מקבילה של הילדים וההורים בקבוצות "חוסן".

השתתפות בקבוצת ההורים תאפשר הטמעה מיטבית של הכלים הנרכשים אל חיי הבית והמשפחה, ולכן התכנית משלבת קבוצות טיפוליות לילדים וכן קבוצות להורים כדלהלן:

קבוצת הילדים: מפגשים אחת לשבוע הכוללים: הדרכה ותרגול להתמודדות טובה יותר עם מצבי לחץ יומיומיים.

מתי? ימי ג', החל מתאריך 5.2 ועד סוף יוני, בין השעות 16:00-17:00

איפה? בית ספר "גוונים", רחוב מבצע יונתן 10, כפר סבא.

השתתפות הילדים בקבוצה מותנית בהצגת טופס 17.

קבוצת ההורים: 9 מפגשים שבועיים (ייתכן ויתווספו 2 מפגשים נוספים), בהם נלמדים תכנים מקבילים לאלו שנלמדים ע"י הילדים, וכוללים גם הם הדרכה ותרגול להתמודדות טובה יותר עם מצבים יומיומיים.

מתי? ימי ד', החל מתאריך 6.2, בין השעות 20:00-22:00

איפה? בית ספר "גוונים", רחוב מבצע יונתן 10, כפר סבא.

לפרטים נוספים והרשמה: Maarach.holon@childrenatrisk.org.il

או בטלפון: 03-5602352. ניתן להשאיר פרטים בקישור

הבא: <https://goo.gl/forms/JawWnOsrlWnhVHVJ2> ויצרו אתכם קשר.





רקע ומידע על התכנית

מרכז "חוסן" ע"ש כהן-האריס, מיסודה של העמותה לילדים בסיכון, הינו מרכז מקצועי העוסק בפיתוח תכניות לייעוץ ולהכשרה בתחום שיפור החוסן האישי, המוסדי והקהילתי. המרכז מפתח תכניות המיועדות לטווח גילאים רחב- מלידה ועד הגיל השלישי, לפיתוח ולחיזוק חוסן אישי ומיומנויות התמודדות עם מצבי לחץ. מטרת התכניות, המשלבות למידה מגוונת ותרגול התנסותי, היא להקנות כלי התמודדות עם מצבי לחץ יום-יומיים, כגון שינויים בשגרת היום אל מול קביעות, קשיים בין הורים וילדים, לחצים חברתיים, שליטה ואיזון של הגוף, המחשבות ורגשות, וכן עם מצבי טראומה ומשבר.

חוסן נפשי הוא היכולת להסתגל לאירועי דחק ולמצבי חיים משתנים, להתמודד בהצלחה עם אתגרים ועם משברים ולצמוח מהם. התהליך הפסיכו-חינוכי המיושם מדמה תהליך חיסוני מניעתי: הפגשת הילדים וההורים עם אתגרי היום-יום תאפשר התמודדות עתידית יעילה יותר עם אתגרים דומים, ובמקרה הצורך עם אתגרים קשים יותר. באמצעות שפה רגשית ייחודית ניתן להקנות שיטות התמודדות לילדים ולהורים. שיטות אלה כוללות בלים פסיכולוגיים וקוגניטיביים-התנהגותיים מעולם התוכן של "התערבויות קוגניטיביות-התנהגותיות בעצמות נמוכה". Low Intensity Cognitive Behavioral Interventions (LICBT-I).

"חוסן לקשת"

תכנית "חוסן לקשת" הנה פרי יוזמה ופיתוח של העמותה לילדים בסיכון ומחברת בין שני מרכזי פעילות במסגרתה: מרכז "חוסן" המתמחה בתחום של התערבות במצבי לחץ לבין המרכז לטיפול וחקר האוטיזם העובד במסגרות הגנים, המעונות ובתי הספר המיועדים לילדים על הספקטרום האוטיסטי.

מטרת התכנית לאפשר לילדים על הרצף האוטיסטי להתמודד טוב יותר במצבי לחץ, משבר וחרדה שהם מנת חלקם ברמה היומיומית ולא רק במצבים קיצוניים. התכנית מאופיינת באינטגרציה של ידע ואסטרטגיות שימושיות להגברת חוסן נפשי בשילוב עם ידע התפתחותי עדכני ודגש על המאפיינים והצרכים הייחודיים של ילדים על הספקטרום האוטיסטי.

תכנית "חוסן לקשת" עברה התאמה מלאה לילדים המצויים על הרצף האוטיסטי ולהוריהם על ידי אנשי מקצוע מנוסים מתחום האוטיזם, החינוך והפסיכולוגיה, מטעם העמותה לילדים בסיכון ומרכז "חוסן".

