

תוכנית ב-4 מודולות להקניית כלים באימון קוגניטיבי-התנהגותי לבעלי ADHD ולקויות למידה

יולי 2021

קורס המרתון!!!

**ד"ר איריס ברכוז, PH.D, פסיכולוגית חינוכית מומחית, מאמנת
(מדריכה מוסמכת) בעלי הפרעת קשב, לקויות למידה וחרדות,
מטפלת CBT ומדריכה מטעם איט"ה.
מפתחת שיטת האימון הקוגניטיבי-התנהגותי**

פירוט התוכנית- מחזור 21

4 מודולות, 21 שעות אקדמיות כ"א, סה"כ 84 ש"א, לפי דרישות משרד החינוך

שימו לב: ניתן להירשם לארבעת האשכולות יחד או לכל אשכול בנפרד, לפי בחירתכם

תאריכים	תוכן	מודולה
ימים א'-ג' 11/7-13/7/20 9:00-15:00	<p>כניסה לעולם ה-ADHD, כניסה לעולם האימון: הנחות יסוד של אימון קוגניטיבי-התנהגותי אומנות התשאל, הגישה הלומדת מול הגישה השיפוטית מודל 4 השלבים: היכרות והעצמה, קביעת מטרות, אסטרטגיות ובקרה. היכרות עם הכלים האפקטיביים בשלב הראשון והשני: גלגל החיים, זיהוי ערכים, זיהוי עצמי עתידי, זיהוי שדונים ומחשבות אוטומטיות שליליות, כישורי בסיס באימון בכלל ובאימון ADHD בפרט. שאלון ADHD. קביעת מטרות ויעדים</p>	<p><u>מודולה 1: אבני היסוד</u> באימון קוג' התנ' לבעלי ADHD ולקויות למידה 21 שעות אקדמיות</p>
יום ה' 15/7/21 ימים א'-ב' 18/7-19/7 9:00-15:00	<p><u>ניהול רגשות:</u> שימוש במודל אימון קוגניטיבי-התנהגותי הקשר בין מחשבה, רגש והתנהגות, זיהוי והבעת רגשות התמודדות ושליטה ברגשות ותחושות עוצמתיים טכניקות הרפיה בשילוב הדגמה של שימוש בביופידבק דרכים לזיהוי פרעו"שים (פירוש רע ושלילי) מחשבות אוטומטיות שליליות. דרכים להתמודדות עם הפרעו"שים, למשל: תשאל סוקרטי, משפטי אומץ, "עוגת האחריות", טכניקות להסחת דעת, שילוב אומנויות, שימוש במשחקים ובספרים. טכניקות לפתרון בעיות, התמודדות עם אימפולסיביות <u>קשיים חברתיים אופייניים לבעלי ADHD ול.ל.</u> <u>אבחון והערכה של קשיים חברתיים:</u> שאלון/ערכת אבחון לכישורים חברתיים למיפוי תחומי חוזק וחולשה, גלגל כישורים חברתיים, מיפוי כיתתי, תיעוד וניתוח של אירועים חברתיים</p>	<p><u>מודולה 2: אימון כישורים</u> חברתיים והתמודדות רגשית. 21 שעות אקדמיות</p>

	<p><u>הקניית כישורים חברתיים</u>: מיומנויות הקשבה ושיחה, מיומנויות תקשורת מילולית ובלתי מילולית, הצטרפות לקבוצה, הצטרפות למשחק, התמודדות עם הקנטות שימוש במשחקי תפקידים ובתיעוד</p>	
<p>ימים ג', ה', א' 25/7, 22/7, 20/7 9:00-15:00</p>	<p><u>הבנת אבחנת ה-ADHD</u>, כולל אבחנה מבדלת מלקויות למידה, הפרעות רגשיות ועוד, תחלואה נילוית, השלכות האבחנה על תפקוד המשפחה. <u>איך מאבחנים ADHD?</u> הצגת מבחן ה MOXO טיפול תרופתי ב-ADHD- הרצאת נוירולוגית מומחית ב-ADHD- ד"ר דניאלה לובל חווית שיא משפחתית, ערכים משפחתיים, חזון הורי/משפחתי, מטרות הוריות, חיזוק הקשר הורה-ילד, הגדרת חוקים, כללים, תפקידים. <u>אסטרטגיות להתמודדות רגשית</u>: טכניקות הרגעה להורים, זיהוי וטיפול בשדוני הורים ובמחשבות שליליות אסטרטגיות לשיפור הרגלי תקשורת טכניקות לעיצוב התנהגות שיטת "הסלים" של ד"ר גרין</p>	<p><u>מודולה 3: אימון קוג' התנ' להורים</u> 21 שעות אקדמיות</p>
<p>ימים ב', ג', ה' 9:00-15:00 29/7, 27/7, 26/7</p>	<p><u>שלב ההיכרות וההערכה</u>: שאלון אקדמי, גלגל אקדמי, זיהוי ערוץ למידה מועדף, זיהוי אמונות שליליות, פרספקטיבות ושדונים, התארגנות לקראת מבחן קביעת מטרות ריאליות אסטרטגיות לניהול זמן, התמודדות עם דחינות, קבלת החלטות <u>אימון מורים והצוות החינוכי</u>: מטרות למורים טכניקות לעיצוב התנהגות בכיתה התאמת סביבת ביה"ס לתלמיד שיתוף פעולה בין ההורים, צוות ביה"ס והתלמיד <u>התמודדות עם חרדת בחינות</u>.</p>	<p><u>מודולה 4: אימון אקדמי, אימון מורים</u> 21 שעות אקדמיות</p>

פרקטיקום

כדי לקבל תעודת מאמן ADHD קוגניטיבי-התנהגותי יש צורך להשלים שני תהליכי אימון של 10 שעות לפחות כל אחד, תחת הדרכה של 10 שעות ולהגיש עבודת סיכום של שני המקרים.

מיקום ומחיר

הלימודים יתקיימו באופן מקוון באמצעות זום.

מחיר למודולה יחידה – 21 שעות אקדמיות: 1,400 ₪

מחיר לכל המודולות יחד- 84 שעות: 5,200 ₪ (הנחה של 400 ₪).

מחיר לשתי מודולות – 42 שעות: 2,700 ₪ (הנחה של 100 ₪).

מחיר לשלוש מודולות – 63 שעות: 3,950 ₪ (הנחה של 250 ₪).

מחיר לכל הקורס- 84 שעות- 5,200 ש"ח

מחיר 10 שעות פרקטיקום- 900 ש"ח

טופס רישום לתוכנית אשכולות באימון קוג' התנ' לבעלי ADHD ולקויות למידה

שם: _____

מקצוע: _____

טלפונים: _____

כתובת: _____

אימייל: _____

רקע באימון: _____

תואר: _____

מה הביא אותך לאימון ADD: _____

אופן התשלום

ניתן לשלם עבור מודולה אחת ב-3 תשלומים.
לשתי מודולות ומעלה ניתן לשלם ב-4 תשלומים שווים.
ניתן לשלם באשראי, ביט, פייבוקס, העברה בנקאית ובשיקים

יש לשלוח את השקים לפקודת איריס ברכוז בכתובת: איריס ברכוז, רח' אלוף דוד 149 רמת גן

לפרטים נוספים נא לפנות ל: איריס ברכוז 050-6874640 052-8353522 www.cbcoach.co.il