

הרצאות וסדנאות לארגונים וחברות

יערה אלון

מאבחנת דיסקטית מוסמכת, MA בלקויות
למידה, מדריכת הורים מוסמכת מתמחה
בהפרעת קשב

מדריכה הורים, מאבחנת ילדים ומתבגרים עם קשיי למידה, מאמנת ילדים ומתבגרים עם ADHD ומכשירה צוותי חינוך בתחומי הפרעת קשב, לקויות למידה, הוראה מותאמת והכנה לכיתה א'. יוצרת ומנחת הפודקאסט "קשובה לך" העוסק בהורות והפרעת קשב, מתארכת בקביעות בתוכניות הבוקר בטלוויזיה.

למה זה חשוב לצוות

עובדים רבים מגיעים לעבודה כשראשם עוד בבית- עם דאגה על ילד שמתקשה, ויכוח בבוקר, שאלות שאין להם עליהן תשובה.

הורות מאתגרת לא נשארת בבית, היא מגיעה לישיבות, לשיחות הטלפון ולשעות בהן העובד נמצא פיזית אבל לא באמת נוכח.

ההרצאות והסדנאות בנושאי הורות והפרעת קשב מעניקות לעובדים כלים מעשיים, מפחיתות עומס נפשי, ומחזירות להם את השקט. ארגון שבוחר להשקיע בזה משדר לעובדיו מסר ברור: "אכפת לנו מכם גם מעבר לתפקיד".

ליצירת קשר:

yaara-alon.co.il | yaaraalon12@gmail.com | 050-5554362

ארבעת הערכים

כלים ליישום מידי

לא תאוריה כללית, אלא כלים
פרקטיים שאפשר להתחיל להשתמש
בהם כבר באותו היום בבית.

ירידה בעומס הנפשי

הורה שמבין את האתגר של הילד
שלו ויודע איך להתמודד מולו נושא
עימו פחות דאגה לאורך היום.

נוכחות וריכוז בעבודה

הורה רגוע יותר בבית הוא עובד נוכח
וממוקד יותר במשרד.

מסר ארגוני של אכפתיות

ארגון שמזמין תוכן מסוג זה מראה
לעובדיו שהוא רואה אותם כאנשים
שלמים, לא רק כתפקיד.

ליצירת קשר:

[yaara-alon.co.il](mailto:yaaraalon12@gmail.com) | yaaraalon12@gmail.com | 050-5554362

כל אחד מהנושאים המפורטים בהמשך זמין בשתי מתכונות:

הרצאות

מפגש אחד • 60-90 דקות • פרונטלי או בזום • עד 150 משתתפים

מפגש ממוקד שנותן תמונה ברורה וכלים מעשיים הכולל זמן לשאלות ותשובות. מתאים לימי רווחה, ערבי הורים ומפגשי צוות.

סדנאות

3 עד 4 מפגשים • כל מפגש 90 דקות • פרונטלי או בזום • עד 40 משתתפים

מתכונת מעמיקה עם זמן לתרגול, לשיתוף ושאלות אישיות. מתאימה לקבוצות שרוצות ליווי לאורך זמן ולא מפגש חד פעמי.

נושאים:

הפרעת קשב - זה לא חייב להיות מסובך

הרצאה שעוזרת להבין את הפרעת הקשב של הילד, את הקשיים המתלווים אליה וקבלת כלים להתנהלות מול האתגרים השונים בשגרה היומית בבית ובבית הספר.

תקשורת עם מתבגרים - לדבר ולהישמע

איך יוצרים שיח פתוח עם מתבגרים בלי שהם נסגרים ומתרחקים. הרצאה מעשית המלמדת שפה חדשה לתקשורת עם בני נוער, מבוססת על הבנת השלב ההתפתחותי שהם עוברים.

מסכים ושימוש מאוזן בעידן הדיגיטלי

למה כ"כ קשה להתנתק מהמסכים, ההשפעה שלהם על מוחם של ילדים ואיך ההורים בונים יחד עם הילד מסגרת שבאמת עובדת בלי איומים ומאבקי כוחות.

ליצירת קשר:

yaaraalon12@gmail.com | yaara-alon.co.il | 050-5554362

נושאים המשך:

גבולות באהבה

מדוע הצבת גבולות לילדים היא לא רק "לא" אלא כלי מרכזי לביטחון ולהתפתחות של הילד. איך מציבים גבולות בעקביות בלי מאבקי כוח מתישים.

חוסן ואי ודאות

הרצאה שנותנת להורים כלים להבין ולהכיל את התגובות הרגשיות של ילדים בתקופה שלאחר המלחמה. מפחד ממשי ועד חרדה סמויה שנספגת מהמתח ומחוסר הוודאות. ההורים יוצאים עם שפה ברורה לרגעי משבר, איך לזהות חרדה אצל הילד ומתן כלים להחזרת תחושת ביטחון ושליטה גם כשהמציאות בחוץ לא יציבה.

אקלים משפחתי - הבית כמרחב בטוח

איך האווירה הביתית משפיעה על ויסות רגשי והתנהגות של ילדים, מתן כלים ליצירת סביבה רגועה ותומכת גם בימים המאתגרים.

מעברים והסתגלות - צעד ראשון למסגרת

המעבר למסגרת חדשה - גן, כיתה, צהרון הוא אחד הרגעים הטעונים ביותר בשנה עבור ילדים והורים כאחד. ההרצאה מציעה להורים מבט מרגיע ומעשי על תהליך ההסתגלות: מה נחשב תקין, איך מזהים כשמשהו דורש התייחסות נוספת, ואילו כלים יומיומיים פשוטים יוצרים ביטחון אצל הילד כבר מהימים הראשונים.
מתאים להורים לילדים העוברים למסגרת חדשה/ מתחדשת.

מוכנות לכיתה א'

המעבר מהגן לכיתה א' מטלטל את ההורים לא פחות מהילדים. הרצאה שמטרתה להפיג את החששות של ההורים, לדבר על האתגרים הצפויים, להוריד את מפלס הלחץ ולתת להורים כלים באמצעותם הם יוכלו להכין את הילדים למעבר המשמעותי מבחינה רגשית, חברתית ולימודית לקראת השנה החדשה.
מתאים להורים לילדים העולים לכיתה א'

ליצירת קשר:

yaara-alon.co.il | yaaraalon12@gmail.com | 050-5554362

המלצות

בעיצומו של מבצע "עם כלביא" אירחנו אצלנו את יערה אלון, מדריכת הורים, להרצאה בנושא "חרדה בזמן מלחמה ההרצאה העניקה לעובדים כלים מעשיים להתמודדות עם מצבי לחץ וחוסר ודאות, הן עבור עצמם והן מול בני המשפחה והילדים

המפגש אפשר רגע של עצירה, שיח וקבלת כלים מקצועיים להתמודדות רגשית בתקופה מורכבת, וחזק את תחושת התמיכה והליווי שהארגון מעניק לעובדיו גם בעתות משבר.

- פזית פורת, מנהלת חווית עובד Valens -

יערה היקרה,

תודה רבה על העברת ההרצאה לעובדי החברה בצורה כה מקצועית, מעניינת וסוחפת! ניכר כי נגעת בנושאים חשובים שעל סדר היום כעת נוכח המצב הביטחוני המורכב והמאתגר עד מאוד. העובדים יצאו עם כלים להתמודדות עם קשיי השבוע האחרון ולקחו עמם תובנות חשובות להתנהלות עם ילדיהם בתקופה זו.

בנוסף, תודה על העברת סיכום עיקרי המצגת וערכת הקלפים.

- שניה כהן, מנהלת הדרכה, חברת מדנס -

ליצירת קשר:

yaaraalon12@gmail.com | yaara-alon.co.il | 050-5554362

לא מצאתם בדיוק את מה שחיפשתם?

ניתן להתאים הרצאות וסדנאות נוספות בתחומי ההורות והפרעת הקשב בהתאם לצרכים הספציפיים של העובדים בארגון שלכם.

נדבר על מה שהארגון שלכם צריך

שיחה קצרה שבה נבין מה מתאים לעובדים בחברה/ ארגון

ניתן לפנות באמצעות הטלפון: 050-5554362

הודעת ווטסאפ: 050-5554362

או באמצעות הדוא"ל: yaaraalon12@gmail.com

ליצירת קשר:

yaara-alon.co.il | yaaraalon12@gmail.com | 050-5554362