



# ילד שלי מוצלח

ערב להורים צעירים יותר ופחות

מאת:

מיטל פרנס - מדריכת הורים  
ד"ר קרן בן יצחק - מומחית במדעי המוח

# הרצאה 1

## ד"ר קרן בן יצחק

ההרצאה עוסקת בטבעו של המוח כמכונה לומדת ומתמקדת במערכת הלימבית - מערכת הרגש, בחשיבותה, בתפקידיה הרבים, בקשר ההדוק בינה לבין תפקודנו הכולל, בקשר שבין היכולת להתמודד עם עולמנו הרגשי לבין תחושת well being ותחושת מסוגלות עצמית.

כיצד ילד לומד לפתח מוח עמיד יותר בפני משברים, רגשות אברסיביים, אתגרים חברתיים ועוד?

כיצד יכולת זו עשויה לממש את הפוטנציאל העצום שגלום במוחו ולהפוך אותו למבוגר אחראי, מסתגל ובעיקר מאושר יותר?

### בין נושאי ההרצאה:

- המוח האנושי - עקרונות ומאפיינים
- מהי "שפת" המוח? - כיצד המוח מתרגם את העולם החיצוני והפנימי?
- המוח כמכונה לומדת - כיצד מתרחשת למידה במוח? מהי למידה משמעותית?
- פעילות הרגשות במוח - מדוע חשוב להרגיש?
- אנו מתוכנתים בכדי להרגיש - ניתוק רגשי - נזקים והשלכות
- אנו מתוכנתים בכדי להתמודד עם רגשות - מרכז האומץ במוח האנושי
- מהו המוח העמיד?

# הרצאה 2

## מיטל פרנס

ההרצאה עוסקת במורכבות התפקיד ההורי שלנו בבניית תחושת מסוגלות ועצמאות אצל ילדינו, ובקשר ההדוק שבין פינוק וחסות יתר, לבין הדימוי העצמי של הילדים שלנו - האיזון העדין בין הדאגה ( לעיתים אפילו חרדה של הורים) לבין בניית בטחון, תחושת מסוגלות טובה ואומץ, לבין האופן בו כדאי לנו לנהוג על מנת שאלה יתפתחו כראוי.

### בין נושאי ההרצאה:

- מה קרה למבנה המשפחתי ?
- פינוק וחסות יתר - התחלואה של ימינו. למה אנחנו מונעים מהם להרגיש?
- מדוע הדאגה שלנו מחלישה אותם? איך נגדל ילדים אמיצים ובטוחים?
- תוצאות טבעיות והגיבוניות - תנו להם ללמוד, להרגיש ולחוות על מנת שיוכלו לצמוח