

# סילבוס הקורס

## מסלול הכשרת מנחות הורים לגיל הרך

### במרכז לריסה גינת

#### מטרת המסלול

הכשרת נשות מקצוע בתחום ההורות הראשונית ברמת מקצועיות מהגבוהות בישראל ובעולם. נשות המקצוע יקדמו ויאפשרו להורים בכל רחבי ישראל והעולם, להיקשר לתינוקות וילדים שלהם באופן הכי בטוח ויאפשרו לאותן משפחות חוויה משפחתית הרמונית מלאה.

#### החזון שלנו

החזון שלנו הוא לאפשר לכל זוג הורים באשר הם לדבר עם התינוק שלהם, להבין אותו ולגדל אותו בביטחון ובטבעיות. לאפשר לכל תינוק לממש את הפוטנציאל הטמון בו מתוך הרמוניה משפחתית וסביבתית מלאה. התינוק של היום יהיה האדם הבוגר של מחר, וכל מה שניתן לו היום, יאפשר לו לממש את הפוטנציאל האנושי הטמון בו. בגידול תינוקות וילדים בטוחים ומשפחות הרמוניות, מטרתנו היא לשפר את פני החברה הישראלית ובכלל להוליד דור של בני אדם קשובים, אמפטיים וחיוביים.

#### פרטי התוכנית

- היקף הקורס: 32 מפגשים שבועיים במשך 8 חודשים + פרקטיקום מעשי ובו ליווי של 4 משפחות במגוון נושאים, בליווי צמוד ובתמיכת מנחת הקורס.
- סה"כ 210 שעות אקדמאיות, מתוכן 38 שעות פרקטיקום מעשי.
- בסיום הקורס מקבלים 2 תעודות הסמכה:
  - הנחיית הורים לגיל הרך
  - ייעוץ שינה לגילאי לידה עד 5 שנים
- התנאים לקבלת תעודה - 85% נוכחות בשיעורים, השתתפות פעילה ועמידה בכל מטלות הקורס, כולל 4 תהליכי ליווי משפחות (במתכונת סטאז'ים).
- השיעורים יתקיימו בזום אוןליין לייב.
- נגישות מלאה לחומרי הקורס והקלטות השיעורים לזמן בלתי מוגבל, באופן המאפשר חזרה על החומר ולמידה עצמאית מעמיקה.
- השלמת שיעורים במחזורים מקבילים או עתידיים - בתיאום מראש עם רכזת הקורסים, ללא תוספת עלות.



# הנושאים הנלמדים

## חלק א': גיבוש זהות הורית ושלבי התפתחות הילד

### 1. היכרות ויציאה לדרך

- מה הופך אותנו להורים שאנחנו
- העברה בין דורית
- תובנה הורית וזמינות רגשית של ההורים

### 2. מה משפיע על הביטחון של הילד בעולם

- ההשפעה של התנהגות הורית
- תיאוריית ההתקשרות של ג'ון בולבי ומארי איינסוורת'

### 3. לראות את הילד כפי שהוא

- מענה לצרכים, מהות ומשמעות קריאת שפת הגוף
- כלי התצפית: מבחן סטטיסטי, זיהוי סימנים לצורך בשפת הגוף, סוגי תצפיות
- כלי מעגל התקשורת

### 4. תצפיות וזיהוי סימנים

- פענוח ותרגול תצפיות
- "פתולוגיות" בתצפיות, איך מתמודדים, איך מפענחים

### 5. מה מצופה מהילד מבחינה התפתחותית חלק א'

- הכרת גישות התפתחותיות בגיל הרך
- תיאוריית המזג, זיגמונד פרויד וז'אן פיאז'ה

### 6. מה מצופה מהילד מבחינה התפתחותית חלק ב'

- התיאוריה הפסיכו-חברתית של אריקסון
- שלבי ההתפתחות לפי מרגרט מאהלר

### 7. גיבוש זהות הורית וכלים ליצירת הרמוניה בבית

- כלי חכמת המעגל- הקשבה נקייה
- חזון משפחתי
- תקשורת בין אישית, שיח בונה במשפחה

### 8. פרקטיקום חזון משפחתי

- דרכי יישום פרקטיות של חכמת המעגל
- חיזוק בסיס השיטה - דגש על ראייה הוליסטית
- העמקה בנושא חזון משפחתי והרחבת המודעות למקרים שונים

## חלק ב': לידה עד גיל שנה וחצי - האתגרים, הקשיים והדרכים להתמודד

### 1. התפתחות השינה בשלוש השנים הראשונות

- מה מצופה מהילד ומה קורה בתהליך השינה
- הכרת הגורמים המשפיעים על איכות השינה
- השפעת הגיל והשלב ההתפתחותי על השינה

### 2. למה תינוקות מתעוררים בלילה?

- האזורים במוח שאחראים על השינה
- מאזן הורמונלי עצבי במהלך השינה
- שעון ביולוגי חיצוני ופנימי

### 3. גישות שונות לטיפול בבעיות שינה

- שיטות להקניית הרגלי שינה ומה להתאים לכל משפחה
- בניית שאלון אבחון מדויק לזיהוי בעיית שינה

### 4. רגרסיות בשינה

- מצבי רגרסיה בשינה
- היכרות עם תהליך ליווי שינה וליווי משפחות ובניית תוכנית עבודה

### 5. תמיכה בהנקה, הצגת מוצקים

- שיעור דיגיטלי מקצועי המועבר על ידי יועצת הנקה IBCLC בכירה
- חשיבות ההנקה להתפתחות הילד, זיהוי בעיות הנקה והפנייה לגורם מקצועי
- שילוב הנקה עם שינה איכותית
- שיטה להצגת מוצקים - Babyled Weaning
- המחקר של ד"ר קלרה דיוויס

### 6. היריון, חווית לידה, מצג, שינה

- שיעור דיגיטלי מקצועי המועבר על ידי אוסטאופתית בכירה
- הקשר בין חווית ההריון והלידה על התפקוד והמזג של התינוק והשפעתם על השינה
- היבטים עצביים התפתחותיים על ההנקה, השינה, ההתנהגות של התינוק בחודשים הראשונים לחייו
- מקרה בוחן לדוגמא

### 7. פרקטיקום שינה

- התווית תכניות עבודה ודרכי פעולה אפשריות, בדגש על הנושאים שנלמדו עד כה בגישה ההוליסטית
- ע"י הצגת מקרי בוחן

### 8. השפעות הלידה על המצב הרגשי

- מפגש עם ליטל מור, פסיכולוגית קלינית
- שינויים רגשיים לאחר לידה
- הפרעות ייחודיות בתקופת הפוסט-פארטום
- סיבות לדיכאון לאחר לידה

9. **ליווי פוסט-פארטום**
- תהליך ליווי לאחר לידה
  - זוגיות ומיניות לאחר לידה
  - חזרה לעבודה מול הכנה וכניסה לגן
  - שפת גוף של מצוקה רגשית - זיהוי הזנחה / התעללות / דיכאון

10. **חיתולס תינוקות - שיטה לאימון לצרכים**
- סקירת ההשפעות התרבותיות על הגמילה לאורך השנים
  - הכרות עם חיתולס - גידול ילדים ללא חיתולים על בסיס השיטה של לריסה גינת
  - הצגת שלבי התפתחות של התינוק בהקשר לשליטה המולדת על הסוגרים

## חלק ג': גיל רך - האתגרים, הקשיים והדרכים להתמודד

1. **מצבים רגשיים והתפתחות רגשית**
- תאוריות התפתחות בגיל הרך: תאוריית המיינד,
  - עיבוד מידע חברתי, התפתחות אמפתיה ועוד
  - היכרות עם צרכים רגשיים
2. **סמכות הורית - גישות שונות**
- מודל החבל, טיפול במאבקי כוח בבית
  - עצמאות וגבולות
  - יצירת גבולות ותקשורת בונה
3. **גמילה מחיתולים - חלק א' גמילה נקייה**
- שלבי יישום בתהליך ראשוני (מלידה ועד גיל 3)
  - מערכת שליטה מולדת
  - יישום במסגרת החינוכית
4. **גמילה מחיתולים - חלק ב' טיפול בבעיות**
- זיהוי הופעת רגרסיה בתהליך הגמילה
  - טיפול ברגרסיות - איתור מוקד הבעיה, נטרול ומענה לצרכים רגשיים
  - הרחבה על הרטבות לילה וחרדות אסלה
5. **העצמה, צמיחה והגשמה**
- מבוא לפסיכולוגיה חיובית
  - מנגוני צמיחה מובנים: איך מזהים מה מניע אותי?
  - תרגול כלים להעצמה הורית ואישית ולהעצמת הילד
6. **פרקטיקום גמילה**
- התווית תכניות עבודה ודרכי פעולה אפשריות, בדגש על הנושאים שנלמדו עד כה בגישה ההוליסטית
  - ע"י הצגת מקרי בוחן

## 7. יחסים חברתיים

- כשירות חברתית
- מה משפיע על התפתחות היכולות החברתיות?
- כלים לתיווך סיטואציה חברתית

## 8. יחסים בין אחים

- השפעת ההורים על יחסים בין אחים
- כלים להתמודדות עם קנאה בין אחים

## 9. פרקטיקום ליווי משפחה

- דגשים לליווי משפחה
- התווית תכניות עבודה ודרכי פעולה אפשריות, בדגש על הנושאים שנלמדו עד כה בגישה ההוליסטית ע"י הצגת מקרי בוחן

## 10. ניהול תהליכי ליווי

- התאמת השירות ללקוח
- בקרה על תהליכי ליווי
- הצגת מקרי בוחן בתהליכי ליווי משפחתיים

## 11. עמידה מול קהל וטיפול בהתנגדויות

- עקרונות והטיות שיפוטיות
- מניעה והתמודדות עם קשיים והתנגדויות

## 12. עשרת הצעדים להקמת עסק

- כלים בייעוץ עסקי:
- הגדרת חזון, מבנה עסקי
- הגדרת יעדים ומטרות
- כלים לניהול זמן וניהול משימות
- בניית מפה אסטרטגית

## 13. שיווק, ניהול והתנהלות עסקית

- כלים בשיווק ובידול שיווקי
- ערוצי שיווק
- מכירות בשיטת קצפת

## 14. מפגש סיום וצידה לדרך

- כלים להעצמה והצלחה אישית
- תהליך דמיון מודרך - ניקוי חסמים וחשיבה חיובית להצלחה
- חלוקת תעודות
- חיבוקים ונשיקות!