

# זה כבר לא אתם והוא זה אנחנו

קבוצת  
Multi-Family  
לומדים להבין ולעזור  
זה לזה ביחד

## התכנית ללא תשלום וכוללת:

פגישת היכרות אישית לכל משפחה  
8 מפגשים קבוצתיים שבועיים בני שעה וחצי  
פיתוח הידע והכלים הנדרשים להבנה וסיוע נכון לכל  
צעיר ומשפחתו  
קבלת כלים פרקטיים להתמודדות עם קשיים ולחצים  
המשפיעים על התפקוד היומיומי  
פיתוח מדריך אישי להתנהלות עם דמויות סמכות  
ושיפור יחסים בינאישיים

## מנחות:

ריקי מרקביץ - פסיכולוגית קלינית,  
מומחית בתחום הפרעות קשב וריכוז.  
ד"ר דנה לסרי - פסיכולוגית קלינית,  
מומחית בתחום מנטליזציה והדרכת הורים.

## למי זה מתאים?

### צעירים:

- צעירים בגילאי 12-14 שאובחנו כבעלי ADHD והוריהם.
- לצעירים המרגישים שאינם עומדים בציפיות הסביבה
- אם אתם מחפשים משהו שיבין מה עובר עליכם ויוכל להקל עליכם

### הורים:

- משפחות שמתמודדות עם אתגר ADHD וחצות ללמוד איך לעשות את זה טוב יותר: איך לשפר את היחסים, איך להפחית קונפליקטים ואי הבנות ואיך להיות גורם מסייע עבור הצעיר
- אם אתם מרגישים שאתם והילדים מדברים ב"שפות שונות"
- אם אתם נורא חצים לעזור לילדכם אבל אתם לא יודעים איך

## זה הזמן להתקשר!

☎ 03-5040900 @ info@headspace.org.il

 **headspace**  
מדברים על מה שבראש שלך

 **קרנות**  
הביטוח הלאומי  
פורצות דרך חברתית

 **בת-ים**  
מרגשות