



"טיול משפחתי"



התערבות משפחתית קצרה להתמודדות עם קשיים בעקבות המלחמה

מיזם אדוות להחלמה והקליניקה לשירותי הקהילה של המחלקה לפסיכולוגיה באוניברסיטת בר אילן מציעים התערבות משפחתית קצרה ומותאמת גיל לסיוע בהתמודדות עם קשיים ולחצים שהתעוררו בעקבות המלחמה.

ההתערבות מיועדת למשפחות מילואים עם ילדים ונוער בגילאי 3-15 המתמודדות עם לחץ ומצוקה בעקבות אירועי המלחמה.

מטרת ההתערבות: ללמד את בני המשפחה אסטרטגיות ויסות עצמי והתמודדות עם מתח ומיומנויות שיח רגשי על מצבי דחק וטראומה, לצורך התמודדות מותאמת בסביבה המשפחתית וחיזוק החוסן המשפחתי.

משך ההתערבות: 4-5 מפגשים באורך 60-90 דקות כל אחד. המפגש הראשון והאחרון יתקיים עם ההורה/ים בלבד, שאר המפגשים יתקיימו עם ההורה/ים והילד/ים יחד.

המפגשים יתקיימו באוניברסיטת בר אילן ויכללו מענה על שאלונים לפני ואחרי ההתערבות.

טרם ההתערבות תבוצע שיחה טלפונית לבדיקת התאמת התוכנית למשפחה.

עלות ההתערבות: 100 ש"ח לפגישה



להרשמה ופרטים נוספים סרקו את קוד ה-QR

או לחצו על הקישור הבא: [HTTPS://WKF.MS/4BAORSd](https://wkf.ms/4BAORSd)

family.center@biu.ac.il





”טיול משפחתי”

התערבות משפחתית קצרה להתמודדות עם קשיים בעקבות המלחמה

”אני מרגישה הקלה אצלי כאמא, בעיקר ביכולת שלי לעזור לבת שלי, פחות
חרדה סביב הנושאים שהיא מעלה. קיבלתי כלים של שיח ומשחק. מרגישה
שקיבלתי יותר ביטחון וסקרנות, רוגע ותיקוף.”
(אמא לילדה בת 3 שהשתתפה בתוכנית)

”אנחנו מרגישים הקלה ורגיעה בקרב ילדנו. הוא כינוח יותר ואיתו גם אנחנו, חזר
לעצמו באופי שלו, בשובבות הרגילה שלו, קצת מרגישה שזכינו בו בחזרה.”
(הורים לילד בן 6 שהשתתפו בתוכנית)

”בעזרת התוכנית הצלחתי להבין את הקשיים של הילדים שלי, כמו גם את
הצרכים שלהם, שקשורים לעולמם הרגשי. אני מרגישה שגם קיבלתי כלים
מעשיים להטבת האינטראקציה איתם, תוך טיפוח ופיתוח השיח הרגשי, לצד
ויסות התחושות שלהם.”
(אמא לילד בן 4 ולילדה בת שנתיים שהשתתפה בתוכנית)

