

# לומדים מרחוק – נשארים קרוב

## "הורות בדרכי שלום"

**יששכר עשת**

**יום שני, 13/4 בשעה 21:00-21:30**

קושי להסתדר בעולם ובתברה אינו בעיה משמעתית, אלא חוסר בכישורי חיים. כדי לעשות זאת על האדם לדעת להבין מצבים, לווסת את רגשותיו, להתמודד עם כישלונות, פחדים וייאוש, לשמור על בריאותו, להתמודד עם סכנות ועוד. ההתנהגויות של ילדנו הן פתרונות לקשייו. אך לעיתים אלה פוגעים בסביבה. פעולה משמעתית של ההורים אינה מקנה כישורי חיים. בהרצאה נכיר עקרונות להקניית כישורי חיים בדרכי נעם. בדרך זו ילדנו יגיד לנו שאנחנו מבינים אותו ומאמינים בו. את ההמשך ניתן לעשות באמצעות המידע הרב שנמצא באתר "לרפא את יצירי כפיך".

יששכר עשת פסיכולוג קליני ורפואי. מדריך בטיפול קוגניטיבי התנהגותי וטיפול משפחתי.