‏19 אפריל, 2020

**DIR - CORONA TIME**

**‏תוכנית מקוונת בסיסית להורים וצוותים טיפוליים וחינוכיים**

תוכנית מקוונת זו נועדה לתת כלים לקהילת ההורים בזמן הסגר והתמודדות עם הקורונה בהתנהלות הביתית, בהתבסס על עקרונות מודל ה DIR. המפגשים ניתנו על ידי ד"ר עליזה ויג, פסיכולוגית קלינית, אפרת מילוא, עובדת סוציאלית, וענבל סיון מרפאה בעיסוק. המפגשים ניתנו בהתנדבות לקהילת ההורים והונגשו ברשת לטובת הורים ומטפלים נוספים.

* **מטרות התוכנית:**
	+ לתמוך בהורים עם השינויים הדרמתיים שהתחוללו בארץ ובעולם, והכניסה להסגר בשל נגיף הקורונה.
	+ לנצל את הסיטואציה שנוצרה על מנת לייצר זמני אינטראקציה איכותיים בבית.
	+ לפשט, להנגיש, להוריד מוצפות ולהעצים את רגעי הרוגע וההנאה בבית!!!!
* **מהלך**:
	+ 3 מפגשים שניתנו לקהילת ההורים לילדים עם ASD.
	+ המפגשים נבנו בסדר הררכי (לפי הסדר המפורט למטה), על מנת לבנות בסיס להתערבויות מצמיחות, תוך דגש על התמודדות ההורים במצב מורכב זה, פיתוח אינטראקציות מיטיבות עם הילדים, והנאה.
	+ המפגשים לא היוו תחליף לטיפולים ולייעוצים ממוקדים על כל ילד בנפרד, אך נותנים כלים ורעיונות לטיפול בילדים בגילאים ורמות תפקוד שונות.
* **כלים:**
	+ התמיכה ניתנה להורים בצורה אינטגרטיבית במספר אופנים:
		- מפגשים מקוונים (אלו המוקלטים)
		- סירטונים ששולבו בדף הבית
		- חלק מהמשפחות קיבלו בנוסף ייעוץ פרטני.
* **תאור 3 המפגשים וקישורים**:

מניסיוננו מומלץ להקדיש לכל נושא שבוע על מנת להטמיע את התוכנית המוצעת בבית, ורק אז לעבור למפגש הבא בתור. משפחות שיישמו את ההמלצות במשך מספר ימים דיווחו על כניסה של הפעילות לשיגרה של הילדים, לעיתים אף באופן עצמאי.

* + **מפגש I:** DIR, היבטים סנסומוטורים ומסלול מכשולים: <https://www.youtube.com/watch?v=-R5BHQbcCS8&t=17s>
	+ **מפגש II**: תפקודי יום יום : <https://www.youtube.com/watch?v=bRaHsrN1TuE&t=35s>
	+ **מפגש III:** ויסות רגשי: <https://www.youtube.com/watch?v=nHNUC4I6eoM>

 \*\*\*\*\*

* **בנוסף מצורפת ההדרכה למטפלים על טיפול מרחוק – מפגש זום מוקלט**: <https://www.youtube.com/watch?v=DTXq0lEPMQE&t=2547s>

בהצלחה ובריאות לכולם !

עליזה