



## תוכנית הליווי של הבית להורות מקרבת

2016-2017

מה לומדים (סילבוס), איך לומדים, לוחות-זמנים,  
ואיך לבחור את המסלול שמתאים לכם

הי,

במסמך זה ריכזנו לכם את הפרטים החשובים על תוכנית הבית להורות מקרבת – מומלץ  
לצפות בהם ביחד עם לוח הזמנים המצורף. אם יש לך שאלות נוספות מזמינים אותך לדבר  
איתנו בטלפון:

יואב- 052-6905706 יעל-054-7453196 גליה-052-6905707

להתראות,

יעל ארבל, יואב לבנה, גליה לבנה  
וצוות הבית להורות מקרבת

תוכן:

- 2..... מה זה הבית להורות מקרבת?
- 2..... איך זה עובד ?
- 3..... התכנים, הקורסים וההדרכות בתוכנית
- 7..... לוח זמנים
- 9..... בונוסים מיוחדים
- 10..... איך לבחור את המסלול המתאים לכם ביותר
- 10..... איך נרשמים

## מה זה הבית להורות מקרבת?

"הבית להורות מקרבת" היא התוכנית המקיפה בישראל להורים (6 חודשים), שמטרתה לעזור לכם ליצור שינוי אמיתי ומקרבת בתקשורת וביחסים עם הילדים, להפחית ויכוחים ומאבקי-כוח איתם וליצור קלות בהתנהלות ואווירה נעימה בבית ובמשפחה. בתוך התוכנית ניתן לבחור בקורסים וסדנאות שממוקדות בהורות או בזוגיות, או לשלב ביניהם. התוכנית משלבת:

- הדרכות ידע, כלים ומיומנויות בנושאים הכי חשובים ורלוונטיים בהורות
- תרגולים, דוגמאות וניתוחי סיטואציות שעוזרים ליישם את הכלים הנלמדים
- ליווי, תמיכה וייעוץ מקצועי שלנו להטמעה בבית שלכם
- קורסים פרונטליים ודיגיטליים
- התייעצויות ושיתוף עם הורים אחרים

## איך זה עובד?

התוכנית מחולקת ל-7 רכיבים שמתקיימים לאורך ששת החודשים של התוכנית:

- (1) 2 קורסים פרונטליים (ראו פירוט נושאים ולוחות זמנים בהמשך)
- (2) 2 קורסים אינטרנטיים
- (3) הדרכות תרגול אינטרנטיות בשידור חי
- (4) השתתפות במפגשי קהילה
- (5) ספריית הדרכות לצפייה ולהאזנה
- (6) פורום התייעצות ותמיכה

חלק מהרכיבים בתוכנית (1-4) הם בשידור חי ולכן יש להם תאריכים ושעות ידועים מראש. ראו לוח זמנים, תאריכים ושעות בהמשך.

רכיבים 5 ו-6 (ספריית הדרכות והפורום להתייעצויות) ניתנים לכם לשימוש בלתי מוגבל למשך ששת החודשים, ואתם יכולים לצפות בהם, להאזין, לכתוב ולהתייעץ בכל זמן שתמצאו בנוחות שלכם.

### **הרווחתי את הבן שלי מחדש**

"אני מבין היום לגמרי אחרת את כל מה ששמעתי וחשבתי על מה זה להיות אבא. אני מסתכל באופן לגמרי שונה על הילד שלי, שלמרות שהוא בן 17 וחצי, אני כבר לא חושב עליו במונחים של "פרזיט", "מרדן", "לא מחונך", "סוציומט". עד הקורס בעצם לא הרגשתי שאני בכלל מכיר אותו. כאילו איבדתי אותו לגמרי. אחרי המפגש החמישי – היה לי האומץ לדפוק בדלת שלו, להיכנס, לשבת על המיטה, ולנהל אתו שיחה כמו שלא האמנתי שאנחנו יכולים. הרווחתי את הבן שלי מחדש!"

**גיא**

# פירוט ההדרכות והפעילויות בתוכנית הבית להורות מקרבת

(מומלץ לקרוא ביחד עם לוח הזמנים שבו מפורטים כל ההדרכות והתאריכים)

## **2 קורסים פרונטליים מרוכזים לבחירתכם מתוך 3** (סה"כ 24 שעות)

במהלך התוכנית אנחנו נפגשים בקורסים פרונטלים מרוכזים ללמידה מואצת של מיומנויות וכלים של תקשורת מקרבת ליישום מידי בבית. הלמידה בקורסים מתבצעת דרך סיטואציות מחיי היומיום של כולנו כהורים. בקורסים תקבלו ידע, מיומנויות, תרגול ועזרה בפתרון של מצבים מאתגרים שאיתם אתם מתמודדים. כל קורס פרונטלי נמשך 3 מפגשים ולאחריהם אתם ממשיכים לקבל מאיתנו תמיכה במסגרת הדרכות התרגול האינטרנטיות (ראו פירוט בהמשך).

נושאי הקורסים הפרונטליים (לבחירתכם 2 קורסים מתוך 3):

### **1) לדבר ולהקשיב בדרך מקרבת** (קורס פרונטלי)

החלק המרכזי ביחסים עם הילדים הוא התקשורת איתם - בסופו של דבר אנחנו צריכים לדבר - כדי לגשר בין רצונות שונים, כדי לבטא בקשות הדדיות ולתאם פעולות משותפות. בקורס הזה נלמד איך לדבר בדרך מקרבת שיוצרת חיבור ורצון לשיתוף פעולה, איך להתמודד עם התנגדויות, היסגרות וכעסים מהילדים, איך להידבר איתם באופן שמביא לחיבור והבנה ואיך למצוא איתם פתרונות משותפים שעובדים לכולם ונשמרים לאורך זמן.

הקורס מתקיים בימי ראשון בתאריכים – 4.6.2017, 11.6.2017, 18.6.2017

### **2) זוגיות מקרבת** (קורס פרונטלי)

איך לצאת מהלופ של האשמות, טענות ושיחות מתסכלות שחוזרות על עצמן בזוגיות ואיך ליישם את מיומנויות הבסיס של תקשורת מקרבת בזוגיות: לטפל בכעסים ובמטענים שלנו, להבין מה חשוב לנו ולהצליח לבטא את זה באופן שיגיע אל הלב של בן-הזוג, להקשיב באופן שיקרב אותנו אלינו וליצור דיאלוג שמייצר הבנה, חיבור, שמחזק את האמון ומעורר רצון להתקרבות ולשיתוף פעולה. הקורס מתקיים ב- 15.1.2017, 22.1.2017,

27.1.2017

### **3) נוכחות הורית** (קורס פרונטלי)

בקורס נלמד איך לבסס נוכחות הורית חזקה, יציבה ושקטה, שלא נגררת לויכוחים ולמאבקי-כוח, שעוזרת לנו לשמור על אווירה רגועה וטובה במשפחה ומאפשרת לנו לטפל באתגרים בדרך מקרבת. נלמד להבין מה חשוב לנו בתוך הסיטואציה ואיך לעבור במצבים מאתגרים מתגובה אוטומטית מתוך כעס לתגובה מודעת שמייצרת חיבור וקרבה, שמגיעה אל הילד/ה ומעודדת שיתוף-פעולה מתוך רצון. הקורס מתקיים ב- 19.3.2017,

2.4.2017, 26.3.2017

## **הפרטים החשובים:**

**מיקום הקורסים הפרונטליים – תל-אביב**

**פורמט הקורס – שלושה ימי ראשון עוקבים אחת לשבוע**

**שעות המפגשים בקורס – 17:15-21:15 התכנסות בשעה 16:45**

**משך כל מפגש בקורס – 4 שעות מלאות (סך הכל 2 קורסים בשישה חודשים = 24 שעות לימוד)**

## שני קורסים אינטרנטיים לבחירתכם מתוך 5 (12 שעות)

פעמיים במהלך ששת החודשים של התוכנית ניפגש באינטרנט לקורס אינטרנטי מרוכז, בנושא שמעסיק את מרבית ההורים. בהצטרפותכם לתוכנית אתם יכולים לבחור שני קורסים דיגיטליים מתוך היצע של 5 קורסים (מסומנים בלוח הזמנים באות D - דיגיטלי). מטרתם של הקורסים האינטרנטיים לתת לכם שינוי של ממש בנושא הקורס באופן יעיל ומדויק ובזמן יחסית קצר.

לבחירתכם 2 מתוך חמשת הקורסים האינטרנטיים הבאים –

(1) **גבולות בדרך מקרבת** – חלק מהתפקיד שלנו כהורים הוא לשים גבולות ולהגיד 'לא', אבל בדור שלנו ילדים פחות מקבלים את זה כמובן מאליו (בעיקר בגלל התקופה שבה הם גדלים). להגיד 'לא' ולהסתכן בעימות? לוותר ולהרגיש שאנחנו לא עושים את התפקיד שלנו? בקורס הזה נעשה סדר בכל מה שקשור לגבולות – מתי לשים אותם ואיך לעשות את זה כדי לשמור על החיבור, איך להציב גבולות באופן ששומר על החיבור עם הילדים, מהי ההתייחסות של הדרך המקרבת לגבולות, איך להגיד 'לא' כדי להימנע מלעורר ויכוח והתנגדות, ואיך להתייחס למצוקה של הילד כאשר הוא שומע 'לא', באופן שיעזור לו להבין, לקבל ולשתף איתנו פעולה  
[הקורס מתקיים בשידור חי, בתאריכים - 13-14-15.2.2017 \(שני-שלישי-רביעי\)](#)

(2) **מריבות בין אחים** – אחד האתגרים הגדולים שרוב ההורים חווים הוא, כשהאחים מתחילים לריב ושוכחים לסיים. מריבות בין אחים משפיעות על כל האווירה בבית והורים רבים לא יודעים מה לעשות כדי שהקטן יפסיק להציק לגדול או הגדול יפסיק להתעלם מאחותו. להתערב? להגיד משהו? לתת להם להסתדר? לקחת צד במובהק? מה לעשות עם יתר בני המשפחה שסובלים בקיצור איך מתמודדים עם האתגר הזה. ושומרים על הקרבה והיחד המשפחתי? כל התשובות לשאלות שלכם בקורס הזה.  
[הקורס מתקיים בשידור חי, בתאריכים - 8-9-10.5.2017 \(שני-שלישי-רביעי\)](#)

(3) **לפתוח דף חדש עם הילד שהכי קשה לי איתו** – לרובנו יש ילד שאיתו קשה לנו יותר בבית – שקשה לו יותר לשמוע 'לא', שכועס מהר ומתפרץ מהר, שאנחנו מתקשים להגיע איתו להסכמות ומוצאים את עצמנו בוויכוחים ומאבקי כח איתו, שמשפיעים על כל האווירה בבית, לוקחים לנו מהזמן שאנחנו רוצים להקדיש גם לאחים האחרים – ושלאורך זמן מקשים עלינו להכיל את הילד ולהיות סבלניים אליו. בקורס הזה לומדים לעשות שינוי משמעותי בקשר עם הילד תהליך קצר, עמוק, ממקד ומדויק, פרי פיתוח שלנו, שנועד למוסס מטענים ביחסים ולצאת לדרך משותפת חדשה שמבוססת על יצירת קרבה מחודשת ושיתוף פעולה. (כמובן שתוכלו להשתמש בתהליך הזה אחר-כך גם עם הילדים האחרים).  
[הקורס הוקלט מראש ולמי שייבחר אותו יינתן במהלך התוכנית](#)

(4) **במקום עונש** – הדרך החדשה להורות ללא מאבקי-כוח, לספור עד 3, אימים ועונשים. כדי להניע את הילדים שלנו לפעולה, רובנו כהורים משתמשים בדרך של בקשות והסברים, וכשאלו לא עובדים אנחנו עוברים בלי-ברירה להתניות (אם-אז), לאימים ועונשים. כשאנחנו פועלים כך לרוב אנחנו לא מצליחים להשיג שינוי של ממש

בהתנהגות המאתגרת, אנחנו שוחקים את הסמכות ההורית שלנו (בגלל שימוש מרובה באיומים) ופועלים בדרך שאנחנו לא מאמינים בה. בקורס הזה אנחנו לומדים ומתרגלים את האלטרנטיבה המקרבת לטיפול במצבים מאתגרים – שאיתה מניעים את הילדים לשיתוף פעולה בדרך של הידברות, הבנה והסכמה

**הקורס הוקלט מראש ולמי שייבחר אותו הוא יינתן במהלך התוכנית**

**5) מתחברים מחדש – קורס וידאו אינטרנטי שמלמד את כל הבסיס של תקשורת מקרבת ויישום מעשי שלה בזוגיות:** איך לצאת מהשדה המרחיק של האשמות וטענות, להתחבר לצרכים העמוקים שלנו ולהרגיש הרבה יותר טוב בלי תלות בן-הזוג, לשחרר ארבע אמונות שפוגעות ביחסים (עד כדי החרבתם), לבטא את מה שחשוב לנו באופן שיגיע אל הלב של בן-הזוג, לבקש בקשות בדרך שתגדיל מאד את הסיכוי לקבלת התחשבות ועזרה ממנו, להקשיב באמפתיה כדי לעבור מהתנגדויות וכעסים להבנה וחיבור וכדי לעודד את בן-הזוג לדבר ולשתף אותנו ברגשות שלו, ולנהל דיאלוג מלא שמחזיר את ההבנה, האמון והקרבה ליחסים.

**הקורס הוקלט מראש ולמי שייבחר אותו הוא יינתן במהלך התוכנית**

### הפרטים החשובים:

**מיקום הקורסים האינטרנטיים –** בנוחות של ביתכם באמצעות מחשב או טלפון חכם.  
**פורמט הקורס –** שלושה ימים רצופים של הדרכות עוקבות (שני-שלישי-רביעי) במבנה סדנאי **משך ההדרכות בקורס –** כל הדרכה נמשכת שעה וחצי + לאחריה כ-20-15 דקות לשאלות **שעת ההדרכות –** 21:00-22:30 (+ למי שירצו 15-20 דקות נוספות עד השעה 23:00)  
**חומרי למידה בקורסים האינטרנטיים –** חוברת עבודה לכל שיעור בקורס + הקלטות וידאו לצפייה מכל מחשב וסמארטפון בכל זמן + הקלטות אודיו mp3 של השיעורים להורדה והאזנה + תמלולים של השיעורים בקורס ללימוד בקריאה.

## **7 הדרכות תרגול אינטרנטיות בשידור חי (10 שעות)**

בכל חודש ניפגש באינטרנט להדרכה בשידור חי (מכל מחשב או טלפון חכם). בהדרכה האינטרנטית נלמד כלים רבים ושימושיים ליישום בבית, ננתח מצבים שתוצא לפתור, נדגים איך מייצרים שיחות מקרבות וגם נענה לשאלות חשובות שנתקלתם בהן במהלך היישום.

**ההדרכות האינטרנטיות הן כלי מרכזי בשבילכם בתוכנית שנועד לשמור על קשר עם תקשורת מקרבת באופן יומיומי ולאורך זמן.** הן מאפשרות לכם ללמוד כשהילדים הולכים לישון, בנוחות של ביתכם עם פחות נסיעות ויותר זמן נטו להשקיע וללמוד את הכלים של הורות מקרבת וליישם בחיים שלכם.

### הפרטים החשובים:

**מיקום ההדרכות –** בנוחות של ביתכם באמצעות מחשב או טלפון חכם.  
**משך ההדרכות –** משך כל הדרכה - שעה ורבע **שעת המפגשים –** 21:00 עד 22:15  
**תאריכים וימים –** ההדרכות מתקיימות לרוב בימי רביעי (ראו לוח זמנים של התוכנית)

## **ספריית ההדרכות המלאה של הבית להורות מקרבת (מעל 40)**

כדי להטמיע את הלמידה שלכם לאורך זמן חשוב להשרות את עצמכם בחומרים של תקשורת מקרבת. ספריית ההדרכות המלאה שלנו מכילה למעלה מ-40 הדרכות באורכים משתנים והיא תיפתח בפניכם במלואה כמשתתפים בתוכנית, ללא הגבלה למשך כל זמן ההשתתפות בתוכנית. הדרכות הוידאו מקיפות כמעט כל נושא בתחום של הורות מקרבת. בין ההדרכות:

### **בין הנושאים של ההדרכות תמצאו:**

- נוכחות הורית יציבה ומקרבת (שלא נגררת למאבקי כח)
- אמפתיה - איך להקשיב כדי להפוך ויכוחים וכעסים לחיבור ושיתוף פעולה
- מסמי הכבאי לבוב הבנאי - איך לבנות תשתית ליחסים
- איך לגשר במריבות בין אחים
- ביטוי עצמי מקרב - איך לדבר כדי שהילדים יקשיבו
- איך לנהל דיאלוג בעזרת הדרך המקרבת
- איך להעביר בכיף אחר-צהריים עם הילדים
- גבולות בדרך מקרבת
- בקשות בתקשורת מקרבת
- תקשורת מקרבת במשפחות חד-הוריות – ועוד עשרות הדרכות נוספות!

### **הפרטים החשובים:**

**איך צופים / מאזינים** – מכל מחשב וסמארטפון  
**משך כל הדרכה** – משך ההדרכות משתנה החל מ-15 דקות ועד שעה וחצי.  
**שעות** – ההדרכות פתוחות 24/7 וזמינות לכם לצפייה בכל זמן ומכל מקום שנוח לכם.

## **פורום קהילה פרטי שפתוח 24/7 להתייעצות, שיתוף והדרכה**

כחלק מההשתתפות בתוכנית ובמטרה לתמוך בכם באופן יומיומי, עומד לרשותכם פורום הקהילה שלנו שפתוח 24/7 להתייעצויות איתנו ועם הורים אחרים, לשאלות, לשיתופים וקבלת מענה לאתגרים יומיומיים עם הילדים בבית. אנחנו יודעים ממשתתפים בתוכנית שלצורך הטמעה של הגישה המקרבת בבית חשוב לשמור על חיבור מתמשך לתכנים ולשפה המקרבת, ופורום הקהילה משמש לנו מרחב זמין ויומיומי למטרה זו, והוא גם מקום להיפגש, לשתף, לצחוק, לשמוע דעות נוספות ועוד.

## **מפגשי קהילה פרונטליים בתל-אביב ובבנימינה**

אחת ל-3-4 חודשים אנחנו נפגשים למפגש פרונטלי, בתל-אביב או בבנימינה (לבחירה), ללמידה של תכנים חדשים, ניתוח סיטואציות ואתגרים מהיומיום, תרגול של מיומנויות וכלים מקרבים, קבלת הדרכה אישית מאיתנו ועוד. מפגשי הקהילה שלנו הם גם הזדמנות להיטען בכוחות מחודשים, לשמוע שיתופים של הורים נוספים (ולהיזכר שאתם לא לבד עם הקושי שלכם), להרגיש את העוצמה של קהילה תומכת, להנות, לצחוק וללמוד יחד - אנחנו רואים שזה מאד מאיץ את תהליך ההטמעה של הגישה המקרבת עם הילדים בבית.

# תוכנית הבית להורות מקרבת

לוח זמנים ל-6 חודשים למצטרפים בינואר 2017

F – קורס פרונטלי D קורס אינטרנטי בשידור חי – הדרכה אינטרנטית – מפגש קהילה

ינואר 2017			פברואר 2017			מרץ 2017		
א	1	חנוכה						
ב	2							
ג	3							
ד	4		ד	1		ד	1	
ה	5		ה	2		ה	2	
ו	6		ו	3		ו	3	
ש	7		ש	4		ש	4	
א	8		א	5		א	5	
ב	9		ב	6		ב	6	
ג	10		ג	7		ג	7	
ד	11		ד	8	מפגש קהילה - תל-אביב	ד	8	
ה	12		ה	9		ה	9	
ו	13		ו	10		ו	10	
ש	14		ש	11	טו בשבט	ש	11	פורים
א	15	F - זוגיות מקרבת - 1	א	12		א	12	שושן פורים
ב	16		ב	13	D - גבולות בדרך מקרבת - 1	ב	13	
ג	17		ג	14	D - גבולות בדרך מקרבת - 2	ג	14	
ד	18		ד	15	D - גבולות בדרך מקרבת - 3	ד	15	
ה	19		ה	16		ה	16	
ו	20		ו	17		ו	17	
ש	21		ש	18		ש	18	
א	22	F - זוגיות מקרבת - 2	א	19		א	19	F - נוכחות הורית - 1
ב	23		ב	20		ב	20	
ג	24		ג	21		ג	21	
ד	25	הדרכה אינטרנטית	ד	22	הדרכה אינטרנטית	ד	22	
ה	26		ה	23		ה	23	
ו	27		ו	24		ו	24	
ש	28		ש	25		ש	25	
א	29	F - זוגיות מקרבת - 3	א	26		א	26	F - נוכחות הורית - 2
ב	30		ב	27		ב	27	
ג	31		ג	28		ג	28	
						ד	29	הדרכה אינטרנטית
						ה	30	
						ו	31	

# תוכנית הבית להורות מקרבת

לוח זמנים ל-6 חודשים למצטרפים בינואר 2017

F – קורס פרונטלי D – קורס אינטרנטי בשידור חי – הדרכה אינטרנטית – מפגש קהילה

אפריל			מאי			יוני		
			יום הזכרון / ערב יום העצמאות	1	ב			
			יום העצמאות	2	ג			
				3	ד			
				4	ה	אסרו חג	1	ה
				5	ו		2	ו
				6	ש		3	ש
ש	1			7	א	F - נוכחות הורית - 3	4	א
א	2			8	ב	D - מריבות בין אחים - 1	5	ב
ב	3			9	ג	D - מריבות בין אחים - 2	6	ג
ג	4			10	ד	D - מריבות בין אחים - 3	7	ד
ד	5			11	ה		8	ה
ה	6			12	ו		9	ו
ו	7			13	ש	ערב ל"ג בעומר	10	ש
ש	8			14	א	ל"ג בעומר	11	א
א	9			15	ב	F - לדבר בדרך מקרבת - 2	12	ב
ב	10			16	ג		13	ג
ג	11			17	ד	הדרכה אינטרנטית	14	ד
ד	12			18	ה		15	ה
ה	13			19	ו		16	ו
ו	14			20	ש		17	ש
ש	15			21	א		18	א
א	16			22	ב		19	ב
ב	17			23	ג		20	ג
ג	18			24	ד		21	ד
ד	19			25	ה		22	ה
ה	20			26	ו		23	ו
ו	21			27	ש		24	ש
ש	22			28	א	ערב יום השואה	25	א
א	23			29	ב	יום השואה	26	ב
ב	24			30	ג	ערב שבועות	27	ג
ג	25			31	ד	שבועות	28	ד
ד	26					הדרכה אינטרנטית	29	ה
ה	27						30	ו
ו	28							
ש	29							
א	30					ערב יום הזכרון		

לשאלות ובירורים כתבו לנו ל- [info@feelfamily.co.il](mailto:info@feelfamily.co.il)



## שלושה בונוסים נוספים

### קורס כלי יסוד בתקשורת מקרבת - בשווי 997 ₪

קורס יסודות בתקשורת מקרבת אינטרנטי - קורס משנה חיים !  
קורס וידאו, שבו תמצאו הדרכות מפורטות על 4 כלי היסוד של תקשורת מקרבת שהם הבסיס ליצירת שינוי עמוק ואמיתי בהתנהלות במשפחה, בתקשורת וביחסים. הקורס מבנה את כל בסיס הידע של תקשורת מקרבת יחד עם מיומנויות היסוד בגישה, בשיעורים קצרים וממוקדים, לצפייה מכל מחשב וסמארטפון.

### הדרכות בית הספר להורות מהלב - בשווי 497 ₪

10 הדרכות וידאו קצרות וממוקדות בנושאים מרכזיים בהורות: איך לעבור מויכוחים להבנה, איך לגשר על תפיסות שונות בזוגיות בנושא ההורות, כיצד לבנות סמכות הורית בדרך מקרבת מבלי להפעיל כח, איך לדבר באופן שהילדים יקשיבו, איך יוצרים חיבור במשפחות מורכבות (עם ילדים משני הצדדים) ועוד - כל ההדרכות זמינות לצפייה מכל מחשב וסמארטפון וללא הגבלה למשך כל זמן ההשתתפות בתוכנית.

### הדרכת וידאו מיוחדת בנושא זוגיות - בשווי 147 ₪

הדרכה עומק שמלמדת כיצד ליצור תקשורת מקרבת בתוך הזוגיות, כדי לחזק את הביחד הזוגי וכדי לחזור להרגיש צוות חזק שפועל בשיתוף פעולה מול הילדים.

### איך לבחור את המסלול המתאים לכם ביותר

בתוכנית הבית להורות מקרבת שני מסלולי השתתפות:  
**המסלול המלא** שכולל את כל המרכיבים בתוכנית כפי שמפורטים כאן,  
**המסלול האינטרנטי** – שכולל את כל ההדרכות בתוכנית, למעט המפגשים הפרונטליים (למעט שני הקורסים הפרונטליים ומפגשי הקהילה).

### **איך לבחור את המסלול הנכון בשבילכם:**

כל עוד הדבר אפשרי, ההמלצה החמה שלנו היא לבחור **בתוכנית המלאה** – למפגשים הפרונטליים יש ערך מיוחד וכדאי להשתתף בהם – זו הזדמנות להיפגש פנים אל פנים, להכיר, לקבל מאיתנו הדרכה אישית, להיטען באנרגיות חזקות ולחזק את המעורבות שלכם בתהליך. להורים שגרים בחו"ל, להורים שגרים רחוק גיאוגרפית מתל-אביב ולא מוצאים דרך להגיע למפגשים הפרונטליים, או להורים שלא רואים שום דרך להגיע למפגשים הפרונטליים – בשבילכם קיים המסלול האינטרנטי, שכל הזדמנויות הלמידה שהוא נותן הן אינטרנטיות.

**למעבר לשאלון הגשת מועמדות לתוכנית - לחצו כאן**

לייעוץ והרשמה בטלפון פנו אלינו:  
[info@feelfamily.co.il](mailto:info@feelfamily.co.il) 052-6905706/7