برنامج

مخ الفيراري

الوعي الذاتي لطفل ومراهق ADHD

برامج قصص نجاح مرشدي

برامج يقدمها أطفال ومراهقون وشباب نجحوا في إدارة اضطرابات من خلال مجموعات دعم مرشدي

مدة البرنامج: ساعتين

ستتعلم في هذا البرنامج كيف تفهم اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه وتأثيره على تفكير وشعور وسلوك الطفل والمراهق وكيف تتعامل معه

الحلقة 1
ما هو مخ الفيراري

الحلقة 2
مخ الفيراري في المدرسة

الحلقة 3
مخ الفيراري مع الأصدقاء

الحلقة 4
مخ الفيراري في المنزل

الحلقة 5
أمنيات مخ الفيراري

الحلقة 6
أشخاص يستطيعون مساعدتي

الحلقة 7
أشخاص يستطيعون مساعدتي في المدرسة

الحلقة 8
الطبيب والمنبهات

الحلقة 9
أشخاص يستطيعون مساعدتي | الأصدقاء

الحلقة 10
كيف أساعد نفسي ؟

الحلقة 11
الاستيقاظ صباحا

الحلقة 12
النوم

الحلقة 13
نظافة غرفتي

الحلقة 14
النظافة الشخصية

الحلقة 15
الغضب | الجزء الأول

الحلقة 16
الغضب | الجزء الثاني

الحلقة 17
كيف أطلب المساعدة

الحلقة 18
العمل | الجزء الأول

الحلقة 19
العمل | الجزء الثاني

الحلقة 20
كيف أتحدث عن مشكلاتي في العمل

الحلقة 21
قواعد الكلام مع العائلة

الحلقة 22
حل المشكلات مع العائلة

الحلقة 23
مقاطعة كلام الآخرين

الحلقة 24
كيف نحافظ على الأصدقاء

الحلقة 25
ماذا أفعل إذا انجرحت مشاعري ؟

الحلقة 26
الاسترخاء

الحلقة 27
الأكل | الجزء الأول

الحلقة 28
الأكل | الجزء الثاني

الحلقة 29
هل يجب أن نحب المدرسة

الحلقة 30
ما أحبه وما لا أحبه في نفسي

الحلقة 31
مشروع عمل

مخ الفيراري

إعداد :

انتصار رضى | أخصائية نفسية

تقديم :

حسين العكش | طفل فرط حركة وتشتت انتباه

تدرب في مجموعات دعم مرشدي لمدة عامين متواصلين نجح فيأ الوعي الذاتي باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه وتم تدريبه ليقدم الدعم للأطفال والمراهقين من خلال هذا البرنامج