

לישה גרוסמן - המרכז לאימון התנהגותי - קשב וריכוז ברעננה



רעננה

טלפון: 072-2285496
לישה גרוסמן, M.A., Ed. - פסיכולוגית ומאמנת אישית הוליסטית.
מומחית באבחון וטיפול בעוביות קשב וריכוז של מבוגרים וילדים.
טיפול אינטגרטיבי המשלב שפע אסטרטגיות לוויסות הקשב, אימפרטיביות, התמדה וביטחון עצמי. כלים

טיפולים:

- * אימון קוגניטיבי לחסיבה חיובית
- * עיצוב התנהגות
- * EFT
- * Mindfulness

* דמיון מודרנאי אישי למבוגרים וילדים בתחוםים שונים:
- קבלת החלטות, תקשורת, ניהול זמן, וויסות רגשי, בעיות קשב וריכוס, צמיחה מקצועית ואישית.
- הדרכת הורים: כלים לארגון רoutines, תקשורת אפקטיבית, טכניקות עיצוב התנהגות לשיפור מוטיבציה
ומשמעת.

- ילדים ומתבגרים: כלים קוגניטיביים לשיפור המודעות העצמית, לקיחת אחריות, שליטה רגשית, ניהול אימפרטיביות, מיקוד במטרות, CISI כישורי חברתיים.
- סטודנטים: הרגלי למידה, ניהול רoutines התאורגנות, שליטה בהתמכויות.
- מנהלים עם הפרעת קשב: שיפור תפקודים ניהוליים: ניסוח מטרות, ניהול הקשב בשיחת ובפגשים,
עמידה בלוייז, שיפור האסרטיביות, ניהול יחסיו גומלים תקינים עם שותפים.
- זוגות – עם ADD/ADHD לאחד או שני בני הזוג: אסטרטגיות לשינוי דפוסי אינטראקציה בין בני הזוג. רקע:

מעל 30 שנים ניסיון כפסיכולוגית מומחית בתחום ליקוי למידה, מנהה קורסים אוניברסיטית בר אילן
באימון ADD/AHD והורים, מדריכת מאמים ומאמנת בכירה מוסמכת MCIL של לשכת המאמנים
הישראלית. קיימת גם אפשרות לאימון טלפוני בתשלום. המפגשים נערכים בתל אביב ורעננה. לישה
כתבה ועיבדה את הספר - מאמן המחשבות.
ספר לאימון עצמי חסיבה חיובית ולהרגשה טוביה.
מתאים לכל הגילאים. לקבלת "יעוץ/קביעת פגישה מזמינים לחיג' אליו".

~~~~~  
ערוך הידאו שלי נמצא כאן

~~~~~  
לחתבה על ידי במדור המומלצים לחזו כאן

מידע נוספת שיעניין אחר נמצא כאן

~~~~~  
למאמרים שלי באינטרנט לחצו כאן

~~~~~  
קישור לספר שלי נמצא כאן

~~~~~  
[אתר אינטרנט](#)  
[לפרטים מלאים ויצירת קשר](#)