



על הספר: המדריך לגיבורי-על : כיצד נגדל ילדים עם חוסן?

מחברים: מחבר/ת: יעקובסון, רונן, מחבר/ת: דאי-גבאי, אילה

סימן מדף: יעק

מספר מיון: 158

משפט אחריות: רונן יעקובסון ואילה דאי-גבאי ; איורים משה שפירא

מדיה: ספרים

סוג: ספר

ז'אנר: ספר ממיון

קהל היעד: מבוגרים

גובה: 21 ס"מ

מוציא לאור: סלע מאיר

שנת הוצאה: 2025

מקום הוצאה: ירושלים

מס. מרכז הספר: 25-1833

שפה: עברית

תאריך קטלוג: 01/09/2025

מילות מפתח: מלחמה, טראומה נפשית, הורים וילדיהם, התמודדות

(פסיכולוגיה), חוסן (תכונת אישיות)

הערות: כולל ביבליוגרפיה (עמודים 218-232).

תקציר:

אפשר לדמות את הנפש של ילדינו לקפיץ – כשלוחצים עליו הוא מתכווץ, וכשעוזבים הוא מזנק בחזרה לגודלו הטבעי. אבל בשונה מהקפיץ, באורח פלא, הכיווץ והשחרור דווקא מקנים לו גמישות נוספת. הורים רבים חוששים כי סיטואציות הכרוכות במצוקה ובכאב "ישברו" את ילדיהם. אלא שהאמת בדרך כלל הפוכה: דווקא מתוך הקושי צומחות יכולות חדשות. בשבעה באוקטובר בשעה אחת־עשרה בבוקר הוזמן הפסיכולוג רונן יעקובסון לעלות לשידור ב"כאן חינוכית" ולענות על שאלות מהצופים לגבי התמודדות עם המצב החדש שמדינה שלמה נקלעה אליו. השידור הפך לפינה יומית קבועה, והשאלות והתשובות שהועלו שם הפכו בספר זה לעקרונות פשוטים



ולמהלצות מקצועיות שמעניקות כלים להקניית חוסן, אופטימיות וביטחון עצמי – הן במצבי חירום וחוסר ודאות, והן לאורך אתגרי הילדות, הנעורים והבגרות. בין שארצנו עדיין במלחמה, בין שהיא מתאוששת ממנה ובין שהיא נהנית סוף כל סוף מימי שלווה – המדריך לגיבורי־על יסייע לכם לוודא שילדיכם ירכשו כלים לחיים ויתבגרו כאנשים מסוגלים, שמחים ורודפי טוב. האם לעודד את הילד המסתגר לצאת לפגוש חברים? כיצד המוח שומר עלינו גם כשנראה שהוא איבד שליטה? למה הילדה חזרה לישון איתנו? האם טראומה תצלק את ילדינו לתמיד? -- מהכריכה האחורית.