

## כל משברך וגליך עלי עברו

### גולדי גרוסמן

נראה היה, שהנער שניצב בפתח 'מרכז גלים' הגיע בעל כורחו. אביו צעד לפניו והוא השתרך בכבדות בעקבותיו. "אפרים", לחש לו אביו, "אמרנו שמנסים, אי אפשר לדעת, אולי מפה תתחיל דף חדש!" והבן הביט בו באדישות והיה נראה מיזאש. מתברר, שאפרים עבר בשש עשרה שנות חייו תהפוכות ושינויים שעוברים אנשים בחמישים שנה. מגיל צעיר מאוד הוא סבל מהפרעת קשב וריכוז שלוותה בהתנהגות אימפולסיבית ואלימות כלפי החברים. את שנותיו בתלמוד התורה 'סחב' עוד איכשהו, אבל כשהגיע לישיבה, המצב רק החמיר. במקום שהלימודים הם החלק העיקרי של היום, וסדר היום סובב סביב הסוגיות בגמרא, אפרים החל ללכת לאיבוד...

הבטלה והאימפולסיביות גררו אותו לקטטות, ועד מהרה הוא נורק מהישיבה בבגוש פנים. ל'מרכז גלים' הוא הגיע לאחר שכנועים מצד אביו. תהליך הטיפול ארך מספר חודשים, ובסופם נראה היה שהתבלבלנו, ולא אפרים הוא שמגיע אלינו. מתוך האישיות המחוספסת והמיזאשת, החל לצמוח נער מבין, קשוב ומתקדם. ההורים ציינו שגילויי האלימות שלו נעלמו. הוא החל למצוא את דרכו בחיים. לאחר שקיבל צ'אנס נוסף, הוא שב לישיבה, וצוות הישיבה עמד נדהם מול השינוי המשמעותי. רבותיו לא חדלו מלשאל מה עשו איתו ומי היה השליח לחולל את הנס.

**איך באמת קורה הנס? שאלנו את נעמי לנגפורד, מנהלת המרכז, והיא משיבה:**

"שיטת יעל לנגפורד-נירופידבק מתקדם היא שיטה מנצחת המשפיעה על תפקוד המוח. יעל לנגפורד זיכרונה לברכה, מייסדת 'גלים' ומפתחת השיטה לאימון מוחי, פיתחה שיטת טיפול ייחודית המאפשרת לאדם לשלוט טוב יותר על גופו וגלי מוחו ולשנות את תגובותיו הפיזיולוגיות והרגשיות במצבים של לחץ, מתח, חרדה, הפרעות קשב וריכוז ומגוון רחב של בעיות רפואיות.

"במהלך הטיפול, המכשור המיוחד מראה לאדם את השינויים המתרחשים בגופו ומוחו בזמן אמת, והמומחה המוצמד לו באופן אישי מלמד אותו כיצד להשתמש בגלי המוח ולהפעיל אזורים אחרים שלא היה מודע אליהם קודם לכן. השינוי שמתרחש במוח ובגוף דומה לפעולה במכון כושר. אנו מאמנים את המוח עד שהשינוי הוא פיזיולוגי וקבוע לכל החיים.

"בכל פעולה או מחשבה המוח מפעיל חלקים אחרים. בעזרת שילוב של טכנולוגיות טיפול נירופידבק וטיפול התנהגותי, עזרנו לאפרים לשנות באופן רצוני את גלי המוח שלו. באמצעות השינוי בחשיבה הצלחנו להביא אותו למצבים של ריכוז ולהפסיק את הצורך באלימות. כל זאת באמצעות מגוון כלים המסייעים להתרכז, להתמקד ולהוציא אל הפועל - בעצם להפעיל את המוח".

כמו אימון בחדר כושר המפעיל את שרירי הגוף, אחרי סדרה של מפגשים הצליח אפרים להשאיר את גלי הריכוז למשך זמן ארוך יותר, ופיתח את היכולת להשתמש באזורים הקשורים לריכוז ובגרות ולקצר את משך הופעתם של גלי הפיזור. הוא קיבל כלי שהוא יכול להשתמש בו בזמן אמת. אם זה במקרה של צורך להתרכז ולהתמקד, ואם זה במקרה של צורך להתגבר ולא לפעול באלימות. אנחנו נותנים בידיו, או נכון יותר בידי המוח שלו, את הבחירה".