
מכללת בית רבקה - מרכז לימודי המשך
והשתלמויות

קורס קיץ

להסמכה לתואר, לגמול ולאופק חדש*

- תשע"ח -

***הכרת הקורס לאופק מותנית באישור משרד החינוך**

יתכנו שינויים בתכנים ובמועדם בכפוף להספקים ואופי המשתתפות

נהלים

קהל יעד:

נשים, אימהות, תלמידות ובוגרות המכללה, מורות ונשות חינוך בארץ ובתפוצות

מועד הקורס:

הקורס יתקיים לאורך שישה ימים בתאריכים י"ט, כ', כ"א, כ"ה, כ"ו, כ"ז תמוז בשעות 09:30-15:45 בהתאמה לזמני רכבת ישראל.

הסמכה:

- היקף הקורס: 60 ש"ב (2 ש"ש)
- מוכר ללימודי הסמכה ב'מכללת בית רבקה', בכפוף לנהלי משרה"ח
- מוכר כחצי גמול השתלמות
- מוכר כ30 שעות לאופק (מותנה באישור משרד החינוך)

חובות לימודיים:

- נוכחות מלאה בכל המפגשים
- השתתפות בתרגילים במהלך הקורס
- הגשת מטלת סיכום

חשוב לדעת:

- איחורים וחצאי ימים נחשבים כהיעדרות
- לא תורשה כניסת תינוקות לחדרי הלימוד
- כל הקורסים מותנים במספר המשתתפות!
- לאחר הרישום, לא ישלחו הודעות תזכורת אודות הקורס
- לא ניתן להרכיב תכנית מחצאי קורסים שונים

הרשמה מראש חובה!

להרשמה:

מזכירות המרכז ללימודי המשך:

טל: 03-9602350-4

פקס: 03-9602356

כתובתנו באינטרנט:

www.rivka.org.il

e-mail: hishtal@rivka.org.il

קורס הקיץ יתקיים אי"ה בין השעות: 09:30 - 15:45 בתאריכים הבאים:

1. יום שני, י"ט תמוז 02.07.18
2. יום שלישי, כ' תמוז 03.07.18
3. יום רביעי, כ"א תמוז 04.07.18
4. יום ראשון, כ"ה תמוז 08.07.18
5. יום שני, כ"ו תמוז 09.07.18
6. יום שלישי, כ"ז תמוז 10.07.18*

מתכונת הקורס ל-30 שעות

כל לומדת בוחרת שני קורסים קבועים שאותם תלמד לאורך כל השבוע. בתכנית זו אין לימודים ביום שלישי כ"ז תמוז.

מתכונת הקורס ל-60 שעות

כל לומדת בוחרת מסלול לימודים הכולל שלושה קורסים קבועים שאותם תלמד לאורך כל השבוע, ללא אפשרות לשינוי או מעבר בין מסלולים.

להלן מערכת השעות:

11:15 – 9:30	קורס ראשון
11:45 – 11:15	הפסקה
13:30 – 11:45	קורס שני
14:00 – 13:30	הפסקה
15:45 – 14:00	קורס שלישי

* היום השישי של קורס הקיץ – יום שלישי כ"ז בתמוז 10.07.17 הוא יום עיון חובה לכל הלומדות במתכונת 60 שעות. ביום זה תתקיים תכנית מיוחדת, ולא יילמדו המסלולים הרגילים.

עלויות

מחיר	מטרה
₪ 1,200	60 שעות לתואר
₪ 600	30 שעות לתואר
₪ 600	60 שעות לגמול השתלמות
₪ 350	העשרה – קורס בודד

מסלולי הלימוד

קורס 1 לבחירה בין מסלולי	מסלול 7	מסלול 6	מסלול 5	מסלול 4	מסלול 3	מסלול 2	מסלול 1	שעות	
	אגדות מארץ התלמוד (קורס קודש) הרב שמואל רסקין	גרפולוגיה עפרה הר-כסף	חשיבה חיוכית אילה אלישיב	בית המקדש כמודל לחיי היהודי (קורס קודש) הרב יואל בייץ	בית המקדש כמודל לחיי היהודי (קורס קודש) הרב יואל בייץ	למידה זה שם המשחק שרי לבל	גרפולוגיה עפרה הר-כסף	11: 15 – 9: 30	קורס ראשון
								11: 45 – 11: 15	הפסקה
יישומי מחשב רחל אייזנבך	טיפוסי אישיות שמרית אלישע	שיטת המראות של הבעש"ט (קורס קודש) רחל שאבי	שיטת המראות של הבעש"ט (קורס קודש) רחל שאבי	גרפולוגיה עפרה הר-כסף	חשיבה חיוכית אילה אלישיב	גרפולוגיה עפרה הר-כסף	למידה זה שם המשחק שרי לבל	13: 30 – 11: 45	קורס שני
								14: 00 – 13: 30	הפסקה
בריאות טבעית למשפחה יפעת זינגר	מוגנות אצל ילדים שולמית שרון	אמנות ההגבהה ד"ר יחיאל הררי	אוצרות או צרות עדנה נבון	אמנות ההגבהה ד"ר יחיאל הררי	שפת הגוף וחכמת הפנים שירלי בן שמחון	צמיחת הקשר הזוגי (קורס קודש) סיגלית אודנץ	צמיחת הקשר הזוגי (קורס קודש) סיגלית אודנץ	15: 45 – 14: 00	קורס שלישי

תכניות לימודים לקורס קיץ

בעמודים הבאים מפורטות תכניות הלימודים בקורסים השונים

יתכנו שינויים בתכני הקורס על פי סדר המפגשים, בכפוף לשיקול דעת המרצה
ובהתאם לקצב הלמידה ואופי הקבוצה, או על פי שיקולים פדגוגיים אחרים.

גרפולוגיה

שם המרצה: הגב' עפרה הר-כסף

אודות הקורס: הקורס מתמקד בהקניית גישה לאבחון הסימנים הגרפיים בכתב ובציור, ולהבנת משמעותם. ייחודו של קורס זה הוא בהרחבת היריעה מפרשנות הסימנים הגרפיים בלבד, אל השכלה גרפולוגית רחבה יותר. הקורס מתייחס ליישומי הידע הגרפולוגי במגוון תחומים, לנושאים בולטים בייעוץ האישי והעסקי, ולעקרונות פסיכולוגיים. דוגמאות הכתב והציורים יילקחו בחלקם מקרב המשתתפות (המעוניינות).

מטרות הקורס:

- פתיחת צוהר אל עצמתה ועומקה של כל אישיות, בעזרת הבנת השפה אותה "מדבר" תת המודע של כל אדם - השפה הגרפית. כתב היד הנוצר במוח חושף את כל מה שהמוח חולש עליו- מבריאיות עכשווית ועד מטעני העבר הנשכחים. בכך ניתנת אפשרות לשפר ולסייע, לייעץ ולתמוך במגוון רחב מאד של התלבטויות או קשיים. עם הבנת סודות כתב היד ניתן להגיע למודעות עצמית טובה יותר,
- הכרת משמעות הסימנים הגרפיים, ולמידת עקרונות בייעוץ, כבסיס להנעה לקראת שינוי חיובי: מבלבול לבניה, מהתגוננות להתמודדות.

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	ההיגיון של הגרפולוגיה ואמינותה על פי מחקרים סודות באבחון על פי ציור-עץ – סדנא, התנסות אישית
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	המוח ותפקודו - תקינות ופתולוגיה הסימנים הגרפיים ופרשנותם, תוך הסברת הגיון של אסכולות שונות בגישה לאבחון הגרפולוגי
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	המשך הבנת הסימנים הגרפולוגיים סימני מצוקה בכתב היד+הדגמות. הרחבה על שיטות טיפול והצעות לפתרון
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	חתימות ופרשנותן עם הדגמות ודוגמאות מהמשתתפות המעוניינות.
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	שיקולים בייעוץ תעסוקתי והכוון מקצועי לצעירות התנסות לפי דוגמאות כתב וציור: כיצד להתאים תחום עיסוק - איתור יכולות ומעכבים מהכתב והציורים

למידה זה שם המשחק

שם המרצה: הגב' שרי לבל

אודות המרצה: מנחת סדנאות משחק, גיבוש ושטח

אודות הקורס: הקורס יקנה כלים מעשיים של המשחק בהוראה, תוך היכרות עם כל סוגי המשחקים במגוון תחומים בהפעלת משחק לכל הגילאים. הקורס הינו חווייתי וכולל התנסות מעשית בחומר הנלמד.

מטרות הקורס:

- חשיפת תחום המשחק והפנמת חשיבותו ותרומתו להוראה
- הקניית ארגון כלים מעשי, מלאי של משחקים במגוון תחומים
- הקניית "מודל משחק" ותרגולו, עד לפיתוח יכולת עצמאית להמצאת משחקים בכל תחום ולכל גיל

נושאי הקורס:

• יסודות המשחק	י"ט תמוז 02.07	מפגש 1
• הרפתקה בכיתה בשילוב מודל A.I.T.C.		
• משחקי היכרות, חימום ושוברי קרח		
• בניית כיתה כקהילה לומדת	כ' תמוז 03.07	מפגש 2
• משמעות הקבוצה – תיאום ציפיות וחווה		
• "מורה כמנהיגה" – מנהיגות בהוראה		
• סדנה לפיתוח חשיבה יצירתית	כ"א תמוז 04.07	מפגש 3
• התנסות – חשיבה מחוץ לקופסה		
• מודל "משחק"	כ"ה תמוז 08.07	מפגש 4
• פיתוח משחקי למידה וחברה		
• משחקים סביב מעגל השנה		
• חשיבות המשחק החופשי	כ"ו תמוז 09.07	מפגש 5
• סיום ועבודת סיכום		

בית המקדש כמודל בחיי היהודי

שם המרצה: הרב יואל בייץ'

אודות המרצה: ראש ישיבת אהלי תמימים בכפר חב"ד, ושליח הרבי בשכונת נווה חוף בראשון לציון. משמש כמרצה ליהדות ומחשבת ישראל.

אודות הקורס: הקורס מציג כיצד בית המקדש, על היסודות הטמונים בו, מהווים אבן דרך בחיי היהודי בכלל, ובזוגיות בפרט.

מטרות הקורס:

- התבוננות מעמיקה אודות ההקבלה בין יסודות בית המקדש לחיים הערכיים בבית היהודי
- הדגשת חשיבות בניית בית יהודי המושתת על יסודות התורה והחסידות

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	ארבע לשכות – ארבע משימות עזרת הנשים בבית המקדש, כמודל לתפקידיה הקריטיים של האישה בבית יהודי כשר.
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	זכו – שכינה ביניהם ט"ו המעלות בין עזרת הנשים לעזרת ישראל, כמודל לחיבור זוגי נכון על פי היהדות
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	קרבן – הקרבה - קירוב מדוע חשובה ההקרבה על מנת שתהיה קירבה. על המזבח החיצון ועבודת הקרבנות.
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	שולחן – מנורה – מזבח זהב שלושת הצירים עליהם מושתת בית יהודי
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	קודש הקדשים על חשיבותה של טהרת המשפחה

חשיבה חיוכית

שם המרצה: הגב' אילה אלישיב

אודות המרצה: מאמנת אימוציצחוק יהודי, מאמנת אישית וקבוצתית, מנחת הורים, מאבחנת דידקטית, מורה בחינוך המיוחד.

אודות הקורס: הקורס מועבר במתכונת סדנאית, ומיועד עבור נשים החוששות להצטרף לסדנת צחוק סטנדרטית, אך רוצות לשפר את איכות חייהן, את הכושר האימהי לנהל בית מתוך מנהיגות של שמחה, לזכות בתקשורת טובה יותר, לשפר את בריאותן ובריאות בני משפחתן, להיראות טוב יותר, להפחית קמטים, לקבל מאור פנים.

כל מפגש יתחיל בחלק עיוני, ולאחריו חלק חווייתי יותר הכולל תרגול ואימון מעשי, המשלב היכרות עם אביזרים צוחקים והדרכה כיצד להשתמש בהם עם הילדים בבית, עם תלמידים בבית הספר ועוד.

מטרות הקורס:

- להעניק מידע אודות תרומת החיוך והצחוק לאיכות החיים
- לחשוף למגוון כלים יישומיים לעידוד הצחוק ולשיפור ההרגשה

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	מצגת – מחקרים על חשיבות החיוך, תרפיית חיוך, תרגולים לחיוך יזום, טבלת חיוכים אימון לבית
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	אימונים לחיוך, מודעות לחיוך ומשמעותו, חשיבה חיוכית – מהי, וכיצד נגיע לחשוב חיוכית. התמודדות עם אתגרי החיים עד להשגת השמחה
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	ללכת לכוכב אחר – כוכב השמחה, לוח חזון שמחה, תרגיל אוזניות
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	על שיקוף החיוך, מראה המוח, בחירה בשמחה – עיקרון 80/20, שינוי בגישה
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	עוד נקודת המבט – כיצד? תרגול תן לי כוח!! הכוח שבי הוא ה"דלק" לחיים שמחים

אגדות מארץ התלמוד

שם המרצה: הרב שמואל רסקין

אודות המרצה: עורך ומנהל תכניות הלימודים של 'מבצע תורה' בישראל

אודות הקורס: הקורס מבית JLI (מכון רוהר ללימודי יהדות) נמסר בקרוב ל-300 מרכזים אקדמיים ובתי חב"ד מסביב לעולם. קורס זה חושף בפני המשתתפים את עולם האגדה החז"לי הקסום, פורס תובנות לחיים ופותח פתח להציץ אל היכלי פנימיות התורה כדי לשאוב משם מלא חופניים השראה ומשמעות.

מטרות הקורס:

- הכרת תחום האגדה החז"לית
- התמודדות עם שאלות מרכזיות במחשבת ישראל: סודות היקום, השגת ה', השקפה, מודעות אישית ועוד.

השיעורים מועברים בליווי מולטימדיה

נושאי הקורס:

סיפורי מסע	י"ט תמוז 02.07	מפגש 1
מה מלמדים אותנו גל אימתני, דג אדיר ממדים וגווייה בת אלף שנים? בשיעור נעסוק בפענוח כמה מהאגדות המפורסמות של האמורא רבה-בר-בר-חנה. יחד נמצא עצות להתמודדות יעילה עם אתגרי החיים, נכיר את סוד ההשרדות היהודית ונגלה מהי חשיבותן של מצוות מעשיות בעבודת הבורא.		
כשה' מתפלל	כ' תמוז 03.07	מפגש 2
"ישמעאל בני ברכני!", "הביאו עלי קורבן חטאת על שמיעטתי את הירח". כיצד ניתן "לברך את ה'" ומה המשמעות של קורבנות על "חטא מיעוט הירח" שעשה הקב"ה בכבודו ובעצמו – עיון בסוגיות העמוקות ביותר של מחשבת ישראל ואגדות חז"ל.		
סגוריה על עובד אלילים	כ"א תמוז 04.07	מפגש 3
האם למישהו ישנה הפריבילגיה להתייחס בצורה שיפוטית אל האחר? השיעור המבוסס על סיפור אודות רב אשי ומנשה מלך יהודה, מלמד אותנו להיזהר מאוד ביחס שאנו מעניקים לזולת, מתוך הבנה כי לכל אחד ממרכיבי הבריאה - כולל בני אדם ואף כאלה הנראים כמתנגדים לאלוקות - יש תפקיד ושליחות מוגדרת בעולם.		
לתפור אבן רחיים שבורה	כ"ה תמוז 08.07	מפגש 4
כיצד קוצרים שדה של סכנינים? האם ניתן להביט על ביצה ולדעת מה צבע התרנגולת שהטילה אותה? ואיך בונים בית בשמיים? השיעור עוסק בוויכוח המסעיר בין רבי יהושע בן חנניה לחכמי אתונה שניסו לקרוא תיגר על יסודות האמונה היהודית, ועל התשובות החותכות שקיבלו.		
התבוסה הגדולה	כ"ו תמוז 09.07	מפגש 5
איזו מהומה הקים רבי אליעזר בן הורקנוס כאשר חכמי ישראל חלקו על דעתו? סוגיית "תנורו של עכנאי" כמפתח להבנת הגישות השונות של רבותינו התנאים, עם השלכות אקטואליות לימינו.		

שיטת המראות של הבעש"ט: התבוננות בהשגחה פרטית

שם המרצה: הגב' רחל שאבי

אודות המרצה: משפיעה, מרצה וסופרת

אודות הקורס: קורס ראשון מסוגו, ללימוד ויישום התבוננות אישית ומעשית במאורעות ההשגחה הפרטית

מטרות הקורס:

- לימוד התבוננות מכוונת-מטרה במאורעות ההשגחה הפרטית, בניסיון להבין את ההוראה האלוקית האישית הטמונה בהם
- הפקת לקחים מעשיים אישיים בעבודת השם "מכל מה שיהודי רואה או שומע"

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	היכרות, הצגת "שיטת המראות, הזולת הוא המראה" של הבעל-שם-טוב הקדוש
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	פיתוח שיטת המראות בתורת חסידות חב"ד: "מכל מה שיהודי רואה או שומע..." דוגמאות מאגרות-קודש של הרבי ומהתניא
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	לא רק "הזולת הוא המראה". על ה"זולת" הפנימי: מחשבות וגישות אישיות.
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	אומנות ההפשטה. פיענוח המשל הסביבתי ושימוש בקוד החסידי. דוגמאות ותרגול
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	קבלת ההוראה האלוקית ויישומה בעבודת השם. זהירות מטעויות. דוגמאות ותרגול

טיפוסי אישיות

שם המרצה: הגב' שמרית אלישע

אודות המרצה: בעלת תואר ראשון בעבודה סוציאלית ותואר שני בייעוץ ארגוני, מאמנת אישית, מטפלת זוגית ומשפחתית ויועצת אסטרטגית. מוסמכת ע"י איק"א להכשרת מאמנים.

אודות הקורס: הקורס מקנה ידע, מיומנויות, כישורים והון פסיכולוגי, על-פי מודל kaso, ומאפשר לעשות הבחנה מבדלת בין 9 טיפוסי אישיות כמייצגים אסטרטגיות חיים שונות. נלמד להבחין בין נקודת המבט השונה, תבניות חשיבה, קיבעונות חשיבה וסכמות קוגניטיביות אידיוסנקרטיות לכל טיפוס. כן נבחין באינטליגנציה הרגשית המאפיינת כל טיפוס, נזהה את הכשל הרגשי ואת טקטיקות הפעולה המאפיינות כל אחד מ-9 טיפוסי האישיות. הבנת התנהגות האגו מתכתבת עם ההבחנה בין התנהגויות שמקורן בנפש הבהמית או האלוקית (היצר הרע המתחפש), ומאפשרת להבחין במניעים ובפחדים הייחודיים לכל טיפוס. הקורס יקנה תאוריה ופרקטיקה בהבחנה בין מנגנוני ההגנה והפעולה השונים, באופן שניתן יהיה על סמך אבחון לנבא התנהגויות אברסיביות ואף למנוע אותן, או לפחות להודות בקיומן.

מטרות הקורס:

במישור האישי:

- להרחיב את ארגז הכלים לפתרון בעיות ואתגרים באופן יצירתי דרך נקודות מבט נוספות.
- לרכוש כלים לזיהוי התנהגויות אוטומטיות, ולנטר התנהגות אברסיבית.
- להעלות את רמת המודעות ולשפר איכויות אישיות כמו משמעת, אמפתיה, דביקות במטרה, מנהיגות, יצירתיות, חשיבה רב כיוונית, אופטימיות ואינטגרטיביות, דרך הכרת אסטרטגיות הטיפוס.
- לעבור מהתנהלות שורדת למנהיגות

במישור הבינאישי:

- לקבל כלים לשיפור התקשורת עם הזולת ולייצר שפה משותפת עם הסביבה, ממקום המכיר את הניואנסים החשיבתיים ואת דרכי הפרשנות של הזולת (9 צורות חשיבה שונות)
- להקנות כלים לאדפטציה של תכניות לימודים ומערכי שיעור התואמים את סגנונות התלמידים.

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	היכרות עם המודל כמתודולוגיה אבחונית והתפתחותית, הבנת עקרון השוויוניות בין הטיפוסים. הכרת הציר ההוריוזונטלי והציר הוורטיקלי להתפתחות וצמיחה. הכרת 4 מרכזי האינטליגנציה
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	טיפוסים 1-3
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	טיפוסים 4-6
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	טיפוסים 7-9
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	מתאוריה לפרקטיקה: הטריאון, החיצים והכנפיים כמאזני האישיות וכמסלולי ההתפתחות וטרנספורמציה

יישומי מחשב – שילוב התקשוב בתהליכי הוראה ולמידה

שם המרצה: הגב' רחל אייזנבך

אודות הקורס: הקורס מכשיר מורות לשלב כלים דיגיטליים עדכניים בתהליכי הוראה למידה בהלימה למיומנויות המאה ה-21.

אנו חיים במציאות המאופיינת בהתפתחות מהירה של טכנולוגיות דיגיטליות. התפתחות מואצת זו משפיעה על תחומים רבים בחברה, ביניהם הוראה ולמידה. מתוך נכונות לשלב בתהליכי הוראה ולמידה פדגוגיה דיגיטלית המותאמות למאה ה-21, ניחשף לעקרונות השיתופיות והקישוריות, המאפשרים לעצב מחדש את סביבות הלמידה, כך שיעודדו אינטראקציה, שיתוף ידע ועבודה בצוותים, תוך היכרות ולמידה עם כלים דיגיטליים מגוונים ועדכניים, התומכים בתהליכי הוראה ולמידה.

במהלך הקורס נכיר דגמים שונים לשילוב פדגוגיה דיגיטלית ונפתח יחידת לימוד מתוקשבת.

מטרות הקורס:

- היכרות עם רציונאל שילוב המחשב בתהליכי הוראה למידה מגמות וכיוונים עדכניים
- היכרות עם כלים מתקדמים לשילוב המחשב בתהליכי הוראה למידה
- פיתוח יחידת למידה מתוקשבת בשילוב אוריינות מחשב ומידע

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	שילוב תיקשוב בהוראה - מגמות וכיוונים, רציונל הקורס: מטרות שילוב כלים דיגיטליים בתהליכי הוראה למידה, הכרת הרציונל והתודעות למגמות וכיוונים מתחדשים.
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	שילוב קומיקס: תרומתו של שילוב קומיקס בתהליכי הוראה למידה; יצירת סיפור קומיקס באמצעות כלים דיגיטליים.
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	שילוב מצגות אינטראקטיביות: הכרת מספר כלים המאפשרים ליצור מצגות אינטראקטיביות גם במהלך שיעור פרונטלי לקבוצה גדולה של לומדים.
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	שילוב מחוללי משחקים: כיצד משלבים משחקים בתהליכי הוראה למידה; הכרת מספר מחוללי משחקים.
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	שילוב כלי גוגל: כיצד לעשות שימוש יעיל בכלי גוגל בתהליכי הוראה למידה - Google drive, doc, slides, forms משימת סיכום

צמיחת הקשר הזוגי

שם המרצה: הגב' סיגלית אודנץ

אודות המרצה: מנחת סדנאות ומאמנת מוסמכת לחשיבה חיובית, העצמה אישית וזוגיות, על פי היהדות ובשילוב שיטת NLP. מרצה באוניברסיטת אריאל, בבית הידברות, במדרשות ובמרכזים קהילתיים.

אודות הקורס: הקורס הינו אינטראקטיבי, דינאמי ומשלב הקניית ידע מרתק עם תרגילים הנעשים בכיתה - באופן יחידני ובקבוצה, מתוך יסודות האימון האישי והזוגי והמודעות היהודית.

מטרות הקורס:

לתת מבט פנימי ומרתק על אופן בניית הקשר הזוגי מן ההיבט היהודי-חסידי, ולרכוש כלים מעשיים לחיי זוגיות והורות תקינים.

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	בניית הבית היהודי - כלי להשראת השכינה איש ואשה זכו - יחד נהיה אדם שלם. רק בהתמודדות מול אדם אחר אני צומחת והופכת לאדם שלם. מהי אהבה אמיתית בשבילי?
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	סוד השוני - מה כל כך שונה ביננו ואיך נוצרת ההשלמה. תכונות האיש מול תכונות האישה. הצרכים הבסיסיים השונים ועוד..
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	חוק המראות - בן זוגי משקף לי משהו פנימי לטובתי. נגלה תובנות מפתיעות על עצמנו. תרגיל הגבר שלי - מה זה אומר עבורי.
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	חמלה ומחילה - איך נתמודד מול מצבי קושי ואיך נשחרר אותם מהעבר וההווה. תרגילי קסם הקשר, יצירת ראפור, הויאופונופנו ועוד.
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	בניית ערך עצמי נכון - ממד חיוני ביותר לזוגיות מתוקנת. מהם הצדדים החזקים שלי, חסרונותי ואיך אני יכולה להאיר יותר את עולמי הפנימי והחיצוני.

שפת הגוף וחכמת הפנים

שם המרצה: הגב' שירלי בן שמחון

אודות המרצה: מומחית לשפת הגוף וחכמת הפנים, עם ניסיון רב בתחום בארץ ובחו"ל. מעבירה סדנאות והרצאות, מפענחת על פי תווי פנים למטרות שידוכים וכו'.

אודות הקורס: הקורס מלווה במצגות וקטעי וידאו להמחשה ותרגול, ומקיף את כל הנושאים הרלוונטיים לנושא ואף מעבר. הקורס מתאים למורות / מטפלות / יועצות וכו'. בסוף הקורס יוצאת כל משתתפת עם כלים להבין מי האדם העומד מולה, מה אופיו ומצב נפשו.

מטרות הקורס:

- רכישת כלים ומיומנויות בפיענוח שפת הגוף של האדם
- זיהוי תכונות ואופי האדם
- הבנת נפש האדם במצבו העכשיו

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	בסיס הבנת שפת הגוף לפי הליכה, ישיבה ולחיצות ידיים
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	מיקרו תנועות ידיים
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	ארבע כיווני תזוזות עיניים ומשמעותן
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	הבעות פנים
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	זיהוי שקרים ופיענוח התנהגות שלילית ומסוכנת

אומנות ההגבהה

שם המרצה: ד"ר יחיאל הררי

אודות המרצה: ד"ר הררי הוא סופר ומרצה, העוסק למעלה מעשור בתורת הנפש על-פי עולם המחשבה היהודית בכלל וספרות החסידות בפרט. שני ספריו האחרונים, "לנצח כל רגע מחדש" וסודו של הרבי", בהוצאת ידיעות ספרים, הפכו לרבי מכר מיד עם צאתם לאור. הררי כתב את עבודת הדוקטור שלו באוניברסיטת תל-אביב. שימש עיתונאי, יועץ פרלמנטרי ויועץ מקצועי בכיר במשרדי ממשלה ולימד באוניברסיטת תל אביב ובמכללת ספיר. באחרונה ראה אור ספרו "אומנות ההגבהה" - מדריך להורות וחינוך על-פי חכמת היהדות, שהיה גם הוא לרב מכר. הספר מציע שיטה חינוכית מגובשת ומעשית הנשענת על כתיבהם ותורתם של גדולי ישראל.

אודות הקורס:

עד כמה האושר של ילדינו תלוי בנו? כיצד אפשר לעזור לילדים לממש את הפוטנציאל שלהם ולגלות את כוחותיהם הפנימיים? הקורס **אומנות ההגבהה** מבקש להציג את שיטת ההגבהה הכוללת עקרונות חינוכיים שנועדו לעזור לילדים לצלוח משברים ולנצח קרבות פנימיים, לחזק את האמון שלהם בעצמם ולגלות כוחות חבויים. שיטה זו, המתאימה לילדים בכל גיל ובכל סיטואציה, מיוסדת על אדני ההגות היהודית, ובעיקר על משנתם החינוכית של הרבי מלובביץ' וחמיו הרבי הרי"צ, על תורת בעל התניא, האדמו"ר מפיאסצנה, הבעלשם טוב והרמב"ם.

מטרות הקורס:

- לעזור לילדים לגלות את כוחותיהם הפנימיים ולממש פוטנציאל אישי.
- לעזור לילדים להתמודד עם רגשות לא רצויים, כמו כעסים, פחדים, רגשות אשם, עצבות, חוסר הערכה עצמית ואטימות.
- למנוע ולטפל במשברים רגשיים והתנהגותיים.
- להסיר חסמים המפריעים לנו לשפר את תפקידנו כמחנכים וכהורים.
- ליצור בהירות לגבי דרכי השפעה שלנו על ילדים.
- להרחיב את ההכרות עם מבנה הנפש של הילדים ושלנו.

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	מהו חינוך? העיקרון המנחה בחינוך, שממנו נגזרות כל הפעילות החינוכיות היומיומיות. הכרת המודל בן ארבעה שלבים
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	מאפייני התפקיד שלנו כמחנכים והורים
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	זיהוי ואבחון מצב אישי של ילדים ומצב חברתי
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	עבודה על רגשות לא רצויים ודעות שגויות
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	כיצד מעוררים את כוח הרצון בכיוונים מפרים וכיצד מנהלים רגשות

אוצרות או צרות

שם המרצה: הגב' עדנה נבון

אודות המרצה: עוסקת בהוראת תנועה, מודעות גופנית והעצמה נשית זה למעלה מ-40 שנה. אם לשמונה ילדים וסבתא ברוכת נכדים.

במסגרת עבודתה, חקרה את השילוב גוף-נפש לעומקו, נשבתה בקסמו והבינה את עוצמתו לגבי מבוגרים וילדים כאחד. לפיכך פיתחה מספר שיטות העצמה גם לנשים וגם לילדים: שיטת "אוצרות או צרות" לנשים, ושיטת "שאפו" לילדים.

אודות הקורס: הקורס מעניק למשתתפות כלים מעשיים להתחדשות נפשית וגופנית

מטרות הקורס:

- חיזוק הערך והביטחון בכוחות שקיבלתי
- מניעת שחיקה ועומס יתר והעצמת התחדשות נפשית וגופנית
- העצמת שמחה ורוגע נפשי

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	<u>מודעות רב תחומית:</u> הקשר בין הגוף-נפש-רוח בחיי היומיום וכיצד נשתמש בקשר זה למניעת שחיקה ועומס יתר
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	<u>הגיל לא עושה את שלו- האמנם !!!!!</u> איך נחזק את מנגנוני ההתחדשות הנפשית והגופנית
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	<u>אני לא עני:</u> חיבור לחוזקות הייחודיות וחיזוק הערך והביטחון בכוחות אלו
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	<u>אני מתנה:</u> צמיחה מתוך תמיכה ככלי מדהים להעצמה אישית
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	<u>מעגלי השפעה:</u> כיצד נשתמש בארגז הכלים שקבלנו בחיי היומיום וככלי השפעה והעצמה של הסובבים אותנו

מוגנות אצל ילדים

שם המרצה: הגב' שולמית שרון

אודות המרצה: מנהלת תחום מיצוי זכויות בפגיעות בפרטיות הגוף בעמותת "ידידות טורונטו". מעבירה תכניות מוגנות בקרב מוסדות חינוכיים ובקהילה זה 10 שנים.

אודות הקורס: הקורס יעסוק בנושא מוגנות אצל ילדים בדגש על תפקיד ואחריות הורה/מחנך.

מטרות הקורס:

- הענקת כלים לאיתור וזיהוי פגיעות אצל ילדים/ות נפגעים/ות ומתן מענה לטיפול.
- בניית סביבה מוגנת במוסדות החינוכיים, במשפחה ובקהילה.

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	ילדים נפגעי תקיפה - הגדרת התופעה, סוגי הפגיעה, היקף התופעה, השלכות הפגיעה על הנפגע וחובת דיווח.
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	מדוע ילדים לא מספרים ומדוע קשה לנו כ"כ להקשיב? משמעות שמירת הסוד במשפחה ובחברה, דינמיקה של פגיעה, האתגרים והמורכבות בחברה החרדית.
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	אבחנה בין התנהגות נורמטיבית וחריגה - כיצד נדע, התפתחות נורמטיבית ופגיעה בין תלמידים במרחב הבית ספרי, סימנים לאיתור וזיהוי וניהול שיח עם ילד שנפגע.
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	יצירת סביבה מוגנת בבית הספר ובקהילה, כיצד להוות כתובת עבור התלמידים - מבוגר "שאייל".
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	מתן כלים מעשיים לניהול שיח בריא עם תלמידים בדגש על שמירת גבולות הגוף.

בריאות טבעית למשפחה

שם המרצה: הגב' יפעת זינגר

אודות המרצה: מומחית ברפואה סינית, יועצת לבריאות טבעית וניקוי רעלים, בעלת ניסיון קליני 18 שנים.

אודות הקורס: הקורס מקנה כלים פרקטיים לשיפור הבריאות, חיזוק מערכת החיסון, טיפול בילדים ועוד.

מטרות הקורס:

לעודד ולהגביר מודעות לבריאות במשפחה וכן להנגיש כלים ישימים לטיפול.

נושאי הקורס:

מפגש 1	י"ט תמוז 02.07	מהי בריאות ומהי מחלה
מפגש 2	כ' תמוז 03.07	רפלקסולוגיה לכל-כל אחד יכול
מפגש 3	כ"א תמוז 04.07	ארגז התרופות הטבעיות, טיפול טבעי בשמנים ארומטיים, כיצד לחזק את מערכת החיסון
מפגש 4	כ"ה תמוז 08.07	טיפול מגע-כיצד להרגיע את מערכת העצבים
מפגש 5	כ"ו תמוז 09.07	תזונה טבעית וניקוי רעלים