



מכללת "בית רבקה"  
כפר חב"ד ב'  
המרכז ללימודי המשך והשתלמויות



# מידעון

"אשכילה" • "מכללת-בית רבקה"

תש"פ - 2019/2020



כפר חב"ד ב', 6084000 טל': 03-9602350/2-3-4 פקס: 03-9602356  
דוא"ל: askila@rivka.org.il כתובת האתר: www.rivka.org.il

## על המכללה

מכללת "בית רבקה" נוסדה בשנת 1957, ע"י אגודת חסידי חב"ד בישראל, ביוזמתו, בעידודו ובברכתו של הרבי מליובאוויטש, במטרה להכשיר מורות ומחנכות ברוח יהודית וחסידית.

מאז הקמתה, עברה המכללה גלגולי התפתחות שונים. תחילה כמדרשה למורות, אחר כך כסמינר דו-שנתי, וכיום כמכללה להכשרת עובדי הוראה הזכאית להעניק דרגת שחר אקוויולנטית לתואר ראשון ושני.

### מרכז "אשכילה"

במסגרת המכללה פועל מרכז "אשכילה", מרכז רב תחומי ללימודי המשך והשתלמויות. המרכז נותן מענה למורות ולמורים בפועל, המעוניינים לרכוש מיומנויות מתקדמות בתחום ההוראה ואף לשפר את שכרם, עד לדירוג שחר אקוויולנטי לתואר שני. ההשתייכות למכללה מוכרת וותיקה זו, מאפשרת לכלל הלומדות והלומדים ליהנות מהמוניטין ומהמקצועיות הבלתי מתפשרת שמלווה את מכללת בית רבקה מיום הקמתה.

הלימודים במרכז "אשכילה" נותנים מענה לשני צרכים מצויים: התפתחות מקצועית והעשרת ידע.

**התפתחות מקצועית:** במרכז "אשכילה" מוצע מגוון רחב של אפשרויות להתפתחות מקצועית: קורסי תעודה, קורסים ייעודיים, הסבה מקצועית ועוד. כמו כן מתקיימים קורסים המיועדים למורות בפועל, המעוניינות לרכוש דרגות שחר אקוויולנטיות לתארים אקדמיים, נקודות זיכוי לגמול השתלמות ועוד.

**העשרת ידע:** מרכז "אשכילה" ער לצורך בהעשרת הידע וההשכלה, ומציע תכנים מעשירים בתחומי הורות, משפחה וקהילה, ובתחומים תורניים חסידיים.

### לימודי גברים במרכז "אשכילה"

קיימת מחלקה מיוחדת ללימודי גברים, המציעה לימודים לתעודת הוראה, תואר ראשון, אופק חדש והעשרה אישית.

## דבר המנהל

**מורה ומחנכת/לומדת יקרה,**

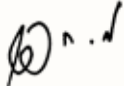
**ברכה ושלום,**

חוברת זו פורסת לפנייך את מלוא האפשרויות והחידושים הקיימים במרכז "אשכילה" - המרכז הרב תחומי ללימודים והשתלמויות שב"מכללת בית רבקה" - כפר חב"ד ב'. מגוון הקורסים הרחב, מאפשר לך ליהנות מחוויה לימודית מעמיקה, העשרת הידע האישי והמקצועי ברמה בלתי מתפשרת ואוירה חסידית ייחודית.

בעיון בתוכנית זו תמצאי ללא ספק תחומים רבים היכולים להעשיר את עולמך, ולסייע לך בשליחותך החינוכית וברכישת תפקיד חדש.

שרייני עוד היום את מקומך במרכז ללימודי המשך והשתלמות לשנת הלימודים **תש"ף**  
**ברוכה הבאה למכללת "בית רבקה"**

בברכת קיץ בריא



הרב משה חפר

מנהל

# תוכן עיניים

5	.....	<b>חינוך והוראה</b>
6	.....	תואר ראשון (אקוויולנט)
7	.....	תואר שני (אקוויולנט)
8	.....	קורסים מודרכים ללמידה עצמית
9	.....	הרחבת הסמכה למורות וגננות שילוב לחינוך מיוחד
10	.....	הוראה מתקנת
11	.....	<b>הורות, משפחה וקהילה</b>
12	.....	הכשרת מדריכות בנושא טהרת המשפחה
13	.....	קורס מקצועי להכשרת בלניות
14	.....	קורס להדרכת כלות במצבים רגישים
15	.....	הכשרת מנחות הורים בגישת החסידות
16	.....	הנחיית הורים בשיטת "שפר"
16	.....	זוגיות ומודעות עפ"י גישת שפ"ר
17	.....	הנחיית הורים בגישה חסידית
18	.....	<b>לימודי תעודה והכשרה מקצועית</b>
19	.....	תרפיות וכלים פרה-רפואיים לסיוע וקידום ילדי חינוך מיוחד
20	.....	הכשרת ריתמיקאיות
21	.....	הכשרת מאמנות למערכת החינוך בשיטת תעצומות
22	.....	הכשרת מטפלים JCBT
24	.....	הכשרת מנחות בשיטת NLP ברוח היהדות
26	.....	משחק ובמה לנשים ונערות
27	.....	הכשרת מנחות "אימוצחקוק"
28	.....	הכשרת מדריכות נוער בסיכון
29	.....	<b>קורסי העשרה והעמקה</b>
30	.....	חינוך לאורח חיים בריא
30	.....	כלים ארגוניים למורה
31	.....	אמנות ככלי טיפולי למורה
31	.....	המשפחה כמערכת
32	.....	סגנונות אישיות
32	.....	NLP ומודעות
33	.....	כל אחד צריך שיהיה לו חבר
33	.....	האמנות ככלי חינוכי
34	.....	תהליכי חינוך והעצמה למורה
34	.....	כלים של אימון אישי למורה
35	.....	מרצות פרד"ס - הכשרת מרצות בכירות
36	.....	<b>קורסים בלימודי קודש</b>
37	.....	סוד ההלכה
37	.....	עיונים בסוגיות הבית היהודי בהשקפה חסידית
38	.....	הדרך לשמחה עפ"י התניא
38	.....	עיונים בפרשת השבוע
39	.....	במעגל השנה החסידית
39	.....	מודעות יהודית עפ"י התניא
40	.....	עיונים בחסידות
40	.....	מודעות מתיאוריה למציאות
41	.....	אגדתרפיה- 'אגדה' של טיפול
42	.....	<b>מערכת שבועית</b>
43	.....	<b>נהלי הרשמה</b>



# חינוך והוראה

## תואר ראשון (אקוויולנט)

הלימודים לקראת התואר הראשון כוללים לימודי התמחות (דיסציפלינה) בתושב"ע - משנה, הלכה ומחשבת החסידות, בזיקה ייחודית לחסידות חב"ד; וכן לימודי חינוך - דידיקטיקה, פדגוגיה ופסיכולוגיה. הקורסים הניתנים במסגרת לימודי התואר, הינם מעשירים ומקדמי ידע מקצועי, וניתנים על ידי טובי המרצים. כחלק מתכנית הלימודים, ניתן לבחור שני קורסים מודרכים ללמידה עצמית, מתוך רשימת הקורסים המופיעה בחוברת. כן ניתן לשלב לימודי הוראה מתקנת, חינוך מוסיקלי, רזי טוהר, הכשרת מנחות הורים, תרפיות, בכפוף לתנאי הסף הנדרשים.

### היקף הלימודים

720 ש"ב

### ימי הלימודים

יום ראשון בין השעות: 08:45-17:30

יום שני בין השעות: 08:45-16:00

יום רביעי בין השעות: 08:45-16:00

### תנאי קבלה

\* תעודת בגרות או מבחני סאלד (למועמדות חסרות תעודת בגרות מעל גיל 30 ניתנת אפשרות לגשת למכינה קדם-אקדמית)

\* תעודת מורה בכירה ממוסד מוכר להכשרת עו"ה

\* ועדת קבלה

### תעודה למסיימות

תואר B.A. אקוויולנט

מורה בעלת ותק של 4 שנים, הקבועה במערכת, תבדוק זכאות להחזר שכ"ל או מענק שעות מטעם משרד החינוך.

**אין זכאות למענק שעות למורות ב'אופק'!**

## תואר שני (אקוויולנט)

הלימודים לקראת התואר השני כוללים לימודי התמחות (דיסציפלינה) בתושב"ע - משנה, הלכה ומחשבת החסידות, בזיקה ייחודית לחסידות חב"ד; וכן לימודי חינוך - דידיקטיקה, פדגוגיה ופסיכולוגיה. הקורסים הניתנים במסגרת לימודי התואר, הינם מעשירים ומקדמי ידע מקצועי, וניתנים על ידי טובי המרצים. כחלק מתכנית הלימודים, ניתן לבחור שני קורסים מודרכים ללמידה עצמית, מתוך רשימת הקורסים המופיעה בחוברת. כן ניתן לשלב לימודי הוראה מתקנת, חינוך מוסיקלי, רזי טוהר, הכשרת מנחות הורים, תרפיות, בכפוף לתנאי הסף הנדרשים.

### היקף הלימודים

840 ש"ב

### ימי הלימודים

יום ראשון בין השעות: 08:45-17:30

יום שני בין השעות: 08:45-16:00

יום רביעי בין השעות: 08:45-16:00

### תנאי קבלה

\* תעודת בגרות או מבחני סאלד (למועמדות חסרות תעודת בגרות מעל גיל 30 ניתנת אפשרות לגשת למכינה קדם-אקדמית)

\* תעודת מורה בכירה ממוסד מוכר להכשרת עו"ה

\* תואר ראשון

\* ועדת קבלה

\* ועדת חריגים לבעלות תואר ראשון אקדמי

### תעודה למסיימות

תואר M.A. אקוויולנט

מורה בעלת ותק של 4 שנים, הקבועה במערכת,  
תבדוק זכאות להחזר שכ"ל או מענק שעות מטעם משרד החינוך  
**אין זכאות למענק שעות למורות ב'אופק'**

## קורסים מודרכים ללמידה עצמית

### מוכר לתואר ולגמולים

שמונת הקורסים המוצעים במתכונת זו, מאפשרים ללומדת ללמוד באופן עצמאי בבית, בשעות הנוחות לה. הלמידה נעשית מתוך חומר לימוד הנרכש במזכירות מרכז "אשכילה", והגשת המטלות מתבצעת בהתאם לדרישות הספציפיות בכל קורס. השעות הנלמדות במתכונת זו, נצברות לסך השעות הנדרשות לתואר. קיימת הגבלה על מספר הקורסים שניתן ללמוד לתואר באופן זה.

### נושאי הקורסים

<u>חינוך</u>	<u>יהדות/ תושב"ע</u>
נירופתולוגיה ופסיכופתולוגיה	יסודות בתורת החסידות
הנהגת כיתה בגישה הקוגניטיבית	עולם הגאולה
התמודדות עם רגשות שליליים	ברכות הנהנין
פסיכולוגיה חיובית	כללי החינוך וההדרכה (בשיתוף מכון "דעת")

### היקף הלימודים

60 ש"ב כל קורס

בקרב קורס לאופק חדש!!



# הרחבת הסמכה למורות ולגננות שילוב לחינוך מיוחד

## מרכזת: הגב' נורית פרופ

הלימודים לקראת הרחבת הסמכה לחינוך מיוחד כוללים לימודי התמחות וכן עבודה מעשית בחינוך המיוחד. הקורסים הניתנים במסגרת לימודי ההסמכה, הינם מעשירים ומקדמי ידע מקצועי, וניתנים על ידי טובי המרצים בתחום. התכנים במסגרת זו מתייחסים, בין היתר, לנושאים הבאים: הילד במרקם משפחתי בעייתי; אפיוני הילד בעל הצרכים המיוחדים; החריג בראיה יהודית; הילד עם פיגור שכלי; אוטיזם; הפרעות למידה; פיתוח החשיבה אצל הילד בחינוך המיוחד; דרכי הוראה ועיצוב התנהגות לתלמידי החינוך המיוחד; הכיתה המשלבת ועוד.

## היקף הלימודים

1,080 ש"ב

## ימי הלימודים

יום ראשון, בין השעות: 08:45-17:30

כ-12 ימי עיון מרוכזים במהלך השנה

(מידע מפורט יישלח לנרשמת)

2 ימי עיון בחסידות

3-4 קורסים מודרכים

שבוע לימודים מרוכז בקיץ

עבודה מעשית

## תנאי קבלה

\* תעודת מורה בכירה ממוסד מוכר להכשרת עו"ה

\* ועדת קבלה

## תעודה למסיימות

**למורות:** תעודת הוראה בחינוך מיוחד לכיתות א'-י"ב

**לגננות:** תעודת הוראה לגננות בחינוך המיוחד לגילאי 0-6 שנים

תעודת סיום קורס בהוראה מתקנת מטעם מכללת "בית רבקה"

# הוראה מתקנת

## מרכזת: הגב' נורית פרופ

מטרת הקורס "הוראה מתקנת" להכשיר מורות מומחות בתחומי ההוראה המתקנת. הלימודים בקורס נוגעים בתחומים המעשיים והעיוניים של ההוראה המתקנת בקריאה, בכתובה ובחשבון. כמו כן, מקנה הקורס גישות, שיטות וכלים למתן מענה לקשיים הלימודיים של תלמידים עם הפרעות הלמידה, הן באופן ישיר לתלמידים והן באופן עקיף באמצעות הדרכת מורים.

## היקף הלימודים

240 ש"ב

## ימי הלימודים

יום ראשון, בין השעות: 08:45-15:45

## תנאי קבלה

- \* תעודת מורה בכירה ממוסד מוכר להכשרת עו"ה או רישיון הוראה
- \* תואר ראשון בממוצע ציונים 80 ומעלה
- \* הוראה בפועל, ותק של 5 שנים לפחות
- \* ועדת קבלה

## תעודה למסיימות

תעודת סיום קורס בתחום "הוראה מתקנת" ממכללת "בית רבקה"

# הורות, משפחה וקהילה

# הכשרת מדריכות לכלות - "רזי טוהר"

## ו"צופיה הליכות ביתה" בשיתוף נשי ובנות חב"ד

### מרכזות: הגב' ברכה טברדוביץ והגב' אסתר ירוסלבסקי

קורס זה נועד להכשיר מדריכות לכלות ממגזרי אוכלוסייה שונים לקראת חיי נישואין. הקורס מקנה ידע מקצועי ומקיף בתחומי ההלכה, פסיכולוגיה, תקשורת וזוגיות. בתחום ההלכה, מלבד הלכות הטהרה הבסיסיות, מושם דגש על מקרים שכיחים והתמודדות הפוסקים עם שאלות מורכבות בתחומי ההלכה והגניקולוגיה. כמו כן, מעמיק הקורס ביסודות הרעיוניים וההשקפתיים של בניין הזוגיות וטהרת המשפחה, וכן ניתנת התייחסות לתהליכי התמודדות של זוגות במצבים שונים. בנוסף, מעניק הקורס כלים יישומיים למדריכה העתידית - שלבים בהדרכת כלה, הסרת מחסומים בשיחה, שיטות להפגת מתחים, הדגמות לשיעורים ועוד.

### היקף הלימודים

180 ש"ב

### יום הלימודים

יום שני, בין השעות: 08:45-14:00

או בערב, יום שני, בין השעות: 17:30-20:50

### תנאי קבלה

\* עיסוק במסירת שיעורים, הדרכה או שליחות

\* 3 שנות נישואין

\* ועדת קבלה

### תעודה למסיימות

תעודת סיום קורס "רזי טוהר" ממכללת בית רבקה, מגובה על ידי 'וועד רבני חב"ד באה"ק"

תעודת הסמכה להדרכת כלות המוכרת ע"י המועצה הדתית

## קורס מקצועי להכשרת בלניות

ע"י מכון 'צופיה הליכות ביתה' שע"י נשי ובנות חב"ד ו'דגל המהרה'

### מרכזות: הגב' אסתר ירוסלבסקי והגב' דבורה מקובצקי

קורס הלכתי הכולל העשרה מקצועית והנגשה מעשית לבלניות עם טובי המרצים בתחום. מתאים גם לבלניות ותיקות לרענון.

- שיעורי הלכה מעשיים
- שיעורי העשרה מקצועיים
- מפגש עם בלניות מקצועיות
- סיור במקווה

### היקף לימודים:

\*7 מפגשים בימי שני, בין השעות: 14:30-17:30

### תעודה למסיימות:

בקורס תוענק תעודה המוכרת על ידי הרבנות הראשית ומאפשרת לעבוד גם במקוואות של המועצות הדתיות

**\*תאריכי הלימודים יפורסמו בהמשך**

# קורס להדרכת כלות

## במצבים רגישיים, חסמים רגשיים ואתגרים

### מרכזות: הגב' אסתר ירוסלבסקי והגב' דבורה מקובצקי

מכון 'צופיה הליכות ביתה' שע"י 'נשי ובנות חב"ד' ו'דגל הטהרה'

"אני יושבת מול המדריכה, אבל לא מצליחה לשמוע מה היא אומרת... איך היא תבין את הפחד? את הרצוא ושוב הזה בין "רוצה" ל"לא רוצה".. מה היא תחשוב עלי אם תשמע את הסיפור שלי? איך אפשר לדבר על קדושה ואהבה אחרי סיפור כזה?.. מה יהיה איתי???"

הכלות שבאות לקבל הדרכה יודעות שהן יכולות לדבר על הכל. גם על החששות וגם על התקוות, גם על המשפחה ממנה באו וגם על זו שהן רוצות לבנות..

### אך מה קורה כאשר מגיעה אלינו כלה שנפגעה בעבר?

מפגש כזה מעורר בנו שורה של שאלות:

- האם אני מוכנה לשמוע את סיפורה של אותה כלה?
- האם אדע איך להגיב?
- האם אדע לאן להפנות אותה במידה ותזדקק לעזרה מקצועית?
- האם אדע להדריך אותה באופן מותאם לקשיים איתם היא מתמודדת?
- האם יש לי דרך לזהות אם כלה חוותה פגיעה, גם אם היא לא מספרת?

### קהל יעד:

מדריכות לכלות (שנתיים לפחות בהדרכה בפועל), בוגרות רזי טוהר ועוסקות בתחום

### היקף הקורס:

קורס שנתי, יום שני, 8 מפגשים בין השעות: 14:15-17:45

### בתאריכים הבאים:

16.12.19	י"ח כסלו	18.11.19	כ' חשוון
06.01.20	ט' טבת	25.11.19	כ"ז חשוון
13.01.20	ט"ז טבת	02.12.19	ד' כסלו
20.01.20	כ"ג טבת	09.12.19	י"א כסלו

### תעודה למסיימות:

תעודה מטעם 'מרכז סיוע לנפגעות'

# הכשרת מנחות הורים בגישת החסידות

## תכנית דו-שנתית ועוד שנת הקמת קבוצות

### מרכזת: הגב' עדי לחיאני

קבוצה היא מדיום העשוי לסייע בהעצמת הפרט. היא מאפשרת היכרות עם אנשים החווים אירועי חיים דומים, וחושפת את המשתתפים בה למידע שלא הכירו אודותיהם. תכנית תלת-שנתית זו, מכוונת לספק ידע וכלים מקצועיים, במטרה להכשיר נשים המעוניינות להנחות קבוצות מעצימות כאלו בנושא הורות ומשפחה. תכנית הקורס כוללת, בין היתר, את הנושאים הבאים: גישות הנחיה; תיאוריות בהנחיית קבוצות; מיומנויות וכלים להנחיית קבוצות; פסיכולוגיה התפתחותית; זהות תפקודית ואתיקה מקצועית של מנחת קבוצות; לימודי משפחה; גישת היהדות והחסידות להורות ומשפחה; פיתוח מודעות לסגנונות הנחיה ותקשורת בין אישית; התנסות בהקמת קבוצה ובניית מערכי הנחיה;

### היקף הלימודים

שנה א': 240 ש"ב

שנה ב': 240 ש"ב

שנה ג': 180 ש"ב - מפגש פעם בחודש

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 08:45-15:45

### תנאי קבלה

\* ראיון קבלה

\* תעודת מורה מוסמכת בכירה

\* עדיפות לבעלת תואר ראשון

### תעודה למסיימות

תעודת מנחת הורים מוסמכת מטעם משרד החינוך, אגף שפ"י

## הנחיית הורים בשיטת "שפר"

### בהנחיית: הגב' חני אלפסי

גישת שפר הנה גישה חדשה/ישנה של חינוך ילדים, המשלבת בבסיסה את היהדות, ושופכת אור חדש ורענן על הדינאמיקה בין הורים וילדים. הקורס הנו סדנאי ומשלב לימוד תיאורטי לצד דיונים בנושאי התמודדויות בחינוך ילדים, כפי שעולים ממשתתפות הקבוצה. במהלך הסדנא, המשתתפות יקבלו משימות מעשיות המותאמות להן באופן אישי, כדי להבין, לתרגל וללמוד את הגישה (המשימות ניתנות רק למעוניינות בכך).

התכנית תעסוק בין היתר בנושאים הבאים: החזרת הביטחון בסמכות ההורית; הוצאת רגשות האשם מן הבית; הבנת הדינמיקה ביני ובין הילד שלי - למה הוא מתנהג כך?; מתן אומן בילדיי; עידוד הילד - איך אני אעשה זאת הכי טוב?; העברת אחריות לילדיי - כיצד?; עונשים ופרסים - זה באמת עובד?; יחסים בין הילדים במשפחה; מריבות בין אחים; בעלי ואני בחינוך הילדים; מהו כיבוד הורים אמיתי וכיצד אוכל לחנך לכך את ילדיי?.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 08:45-10:25

## זוגיות ומודעות עפ"י גישת "שפר"

### בהנחיית: הגב' חני אלפסי

בקורס נבין מהו הכוח המניע אותי מהלא- מודע, ונלמד כיצד נוכל להתנהל אחרת במצבים שונים שאנו נקלעים אליהם. מסע פנימי לתוך עצמי שמוביל בעז"ה לשינוי.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 10:45-12:10



## הנחיית הורים בגישה חסידית הגב' עדי לחיאני

סוגיית החינוך בדורנו היא סוגיה מורכבת. שיטות חינוכיות שהועילו בעבר, אינן מפיקות עוד את התועלת הרצויה. אנו כהורים נדרשים להגיב נכון ברגע האמת, ולהוביל את חינוכם של ילדינו בדרך ישראל סבא. קורס זה מציע גישה חינוכית מוכחת, המבוססת על ספר התניא - אותיות "איתן" (אני יודע תעצומות נפשי). במסגרת הקורס תיחשפנה הלומדות לעומקים חסידיים ויתרגלו התנסויות מגוונות, כך שכל אמא תמצא את המפתחות המתאימים לליבותיהם של ילדיה. הקורס יתמקד בין היתר בנושאים הבאים: פיתוח יכולת התבוננות אינטרוברטית; הכרת סוגי רגשות ואפיונם; הקשר בין תובנות להיווצרות רגשות; דרכים ליצירת שינוי הכרתי; השפעת השינוי ההכרתי על ההורים והילדים; זיהוי השפעת רגשות שליליים; יצירת שינוי התנהגותי; תרגול אינטראקציה בין הורים לילדים ועוד.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום שני, בין השעות: 14:20-15:45

**לימודי תעודה  
והכשרה  
מקצועית**

# תרפיות וכלים פרה-רפואיים לסיוע וקידום ילדי חינוך מיוחד

## מרכזת: הגב' נורית פרופ

קורס זה פותח צוהר לעולם הטיפולי הנרחב והמרתק בתחומי התרפיות השונות, כגון: תרפיה באומנות, דרמה, תיאטרון בובות, ביבליותרפיה ועוד. תכני הקורס מתמקדים בעיקר בנושאים הבאים: דרמה, תיאטרון בובות וסיפורים ככלים תרפויטיים; פסיכודרמה; טיפול באומנויות שונות; הקניית כלים להערכה ולהתערבות במצבים של פער בתפקוד; שיטות טיפול ושיקום; ריפוי בעיסוק; ראייה משפחתית ומערכתית בהתמודדות הילד בעל צרכים מיוחדים ועוד.

**מטרת הקורס** היא להעשיר, לטפח ולפתח את הידע המקצועי בתחומי הטיפול של חינוך מיוחד, באופן שיקל על תפקודו של הילד, מתוך גישה הומאנית-שיקומית, לפיה על המורה, ההורה והמטפל, לפתח גישה דיפרנציאלית ולהשתמש בכלים המותאמים לצרכי הייחודיים של כל ילד. בשל אופיו הייחודי של הקורס וחיבתו, הוא מוצע לכל מי שמעוניינת להתמקצע בתחום הטיפולי.

## היקף הלימודים

240 ש"ב

## ימי הלימודים

יום שני, בין השעות: 10:40-17:30

## תנאי קבלה

ועדת קבלה

## תעודה למסיימות

תעודת סיום קורס ממכללת "בית רבקה"

# הכשרת ריתמיקאיות

## מרכזת: הגב' מלכהלי בלוי-חנוכה

מקצוע הריתמיקה הוא מקצוע מבוקש בשוק העבודה העצמאי, ומציע הכנסה התחלתית של 6,000 ש"ח בחודש עבור 24 שעות שבועיות. קורס זה מספק את מגוון הידע והכלים הדרושים על מנת להפוך כל לומדת לריתמיקאית מקצועית ברמה גבוהה. בסיום ההכשרה תוכל כל לומדת לצאת לעבודה עם ארגז של תכנים, פעילויות ועזרים. ההכשרה בקורס מאפשרת למעוניינת ללמוד במסלול מורחב ולהשתלב כריתמיקאית בגנים כבר במהלך הקורס כחלק מעבודה מעשית.

במסגרת הקורס נלמדים הנושאים הבאים: פרטואר שירים; תכנים ועזרי למידה המקיפים פעילות לשנה שלמה; האזנה מודרכת; התנסות בתנועה; תזמור; נגינה במטלופון; הכנת אביזרים; שיווק עצמי; התנהלות מול אנשי חינוך; הופעה בפני קהל; הכנת מסיבות; התנסות בהפעלת ילדים בגנים ועוד.

## היקף הלימודים

מסלול בסיס: 120 ש"ב

מסלול מורחב: 300 ש"ב

## ימי הלימודים

יום שני, בין השעות: 10:45-13:50 - לשני המסלולים

יום חמישי, בין השעות 9:00-13:00 עבודה מעשית - ללומדות במסלול מורחב בלבד

## חדש!!! מסלול ערב:

יום ראשון, בין השעות: 18:00-20:30 סמס' א' בלבד!

יום שני, בין השעות: 18:00-20:30 סמס' א' בלבד!

## תנאי קבלה

\* ועדת קבלה

## תעודה למסיימות

מסלול בסיס: תעודת הסמכה לריתמיקאיות מטעם מלכהלי ומכללת "בית רבקה"  
מסלול מורחב: תעודת הסמכה לריתמיקאיות במסלול מורחב מטעם מלכהלי ומכללת "בית רבקה"

# הכשרת מאמנות למערכת החינוך בשיטת "תעצומות - כלים לשינוי בחיים"

## מרכזת: הגב' רחל בולטון

שיטת "תעצומות" מקנה כלים פרקטיים להתמודדות עם מציאות דרך שינוי דפוס חשיבה, שיפור דרכי תקשורת עם העצמי ועם העולם ושזורה ביסודות מעולם התורה והחסידות. הלימודים לקראת הסמכה לאימון בשיטה זו, מקנים ידע תיאורטי ומעשי במגוון תחומים: תהליכי שינוי, התמודדות עם קושי וכאב, מצבים של אי-ודאות, קשיי תקשורת במגוון מעגלים, התמכרויות - כל אלה מתוך פרספקטיבה של אפשרות הבחירה בחיים ממקום של עוצמה אישית. הקורסים הניתנים במסגרת לימודי ההסמכה, הינם מעשירים ומקדמי ידע מקצועי וניתנים על ידי טובי המרצים בתחומים כגון: תהליכי אימון, פסיכולוגיה ופסיכולוגיה יהודית, פסיכודרמה וטיפול בהתמכרויות. הקורס מתאים לאנשי חינוך, ייעוץ וטיפול וכאלה שמעוניינים להתמקצע בתחום האימון.

## היקף הלימודים

240 ש"ב

## ימי הלימודים

הכרה לתואר	מיקום	שעות:	ימי שני - בני ברק
לא מוכר לתואר		09:00-14:30	מסלול בוקר
		15:30-21:00	מסלול ערב
			<b>ימי רביעי - ירושלים</b>
		09:00-14:30	מסלול בוקר
		15:30-21:00	מסלול ערב

## תעודה למסיימות

תעודת הסמכה למאמנת אישית מטעם "תעצומות" ומכללת "בית רבקה"

# תוכנית להכשרת מטפלים JCBT

## טיפול קוגניטיבי התנהגותי יהודי

### Jewish Cognitive behavioral therapy

ע"י מכון "דעת ותבונה" בראשות הרב יצחק ערד  
מרכזת: הגב' הלנה ערד

CBT - טיפול קוגניטיבי התנהגותי, הוא טיפול ממוקד וקצר טווח שהוכח בעולם כיעיל ואפקטיבי ביותר לטיפול בהפרעות כמו חרדה, דכאון, פוסט טראומה, כפייתיות ועוד. הטיפול מתייחס לבעיות בשרשן, ונותן כלים להתמודדות ולשינוי. הטיפול מבוסס על שילוב של רעיונות מהטיפול הקוגניטיבי וההתנהגותי כאחד.

הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי יהודי הוא טיפול פסיכולוגי המשלב ידע מעמיק בהבנת הנפש לאור תורת החסידות והקבלה יחד עם מתן כלים מעשיים ליצור שינוי ולרפא את הנפש.

השיטה משלבת את הרעיון לפיו על מנת ליצור שינוי אצל המטופל, יש צורך בשינוי תפיסת המציאות כפי שנעשה בטיפול הקוגניטיבי יחד עם הרעיון לפיו יש צורך ליצור שינוי בהתנהגות המטופל. ולכן הטיפול יכלול למידה ותרגול של התנהגויות חדשות, כפי שמקובל בטיפול ההתנהגותי.

רעיונות הטיפול מבוססים על ידע מעמיק בהכרת הנפש כפי שהוא מבואר בתורת החסידות והקבלה.

התכנית תקנה לומדים את הכלים המקובלים בעולם בתחום ה-CCC בשילוב כלים מעולם האימון המדגישים את הצורך לרומם ולהעצים את האדם לקראת מימוש תפקידו ויעדיו. הכלים יילמדו ממקורם היהודי שיעמיקו את הבנת נפש האדם ואת התהליכים המביאים לשינוי ולרפיו הנפש תוך מתן דגש לאמונה בזולת, לאמונה במשמעות שיש במה שהוא עובר ובכוחות שניתנו לו להתמודד, להתגבר ולנצח. יסודות השיטה הקוגניטיבית התנהגותית גלומים בתורה בכלל ובכתבי החסידות והקבלה בפרט.

בקורס זה ניצור המשגה והבנייה שיטתית של עקרונות הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי יהודי, התלמידים יקבלו הכשרה בשיטות הטיפול והדרכה המבוססת על ידע וניסיון עתיר שנים של מרצים ומטפלים בתחום.

התכנית כוללת לימוד פרונטאלי, קריאה והאזנה לחומרי לימוד נוספים. הכנת תרגילים ומטלות וכתבת דוחות טיפול

### מבנה התוכנית:

התוכנית כוללת קורסים תאורטיים, תרגול, סדנאות חווייתיות ליישום, הדרכה אישית, הדרכה קבוצתית ופרקטיקום. התוכנית היא 12 שנתית הכוללת 30 מפגשים בשנה, 300 שעות.

## **קהל היעד:**

התכנית מיועדת לאנשי מקצוע מהתחום הטיפולי, פסיכיאטרים, פסיכולוגים, עובדים סוציאליים, תרפיסטים, אנשי חינוך, יועצים, מאמנים אישיים, ובעלי כישורים אישיים להצלחה בתכנית.

הקבלה מותנית בראיון אישי.

## **היקף הקורס:**

קורס דו שנתי. 540 שעות. 30 מיפגשים

## **מועד הקורס:**

ימי רביעי בבוקר מ 9:30-13:30

## **תעודה**

למסיימות בהצלחה את הקורס תינתן תעודת הסמכה לטיפול ב j-cbt - טיפול קוגניטיבי התנהגותי יהודי, מטעם מכון דעת ותבונה ובשיתוף מכללת "בית רבקה" לפרטים נוספים והרשמה ולקביעת ראיון אישי - 077-3137800 | [www.tvunah.com](http://www.tvunah.com)

## הכשרת מנחות בשיטת NLP - ברוח היהדות

הסמכה רשמית בינלאומית מטעם בית הספר NFNLP

### מרכזת: הגב' סיגלית אודנץ - מאסטר טריינר NLP

מציאות חיינו תלויה רבות במחשבות, ברגשות ובתגובות שלנו לאירועי החיים. הקורס פותח פתח חדש ליצור שינויים חיוביים ומשמעותיים בחיים שלנו. בתוכנו ובסביבתנו.

בואי לרכוש מיומנויות וכלים חדשים ליצירת מהפך בחייך ולהגשים יעדים אישיים ומקצועיים בעזרת שינוי דפוסי חשיבה והתנהגות ובכך גם להרוויח מקצוע מבוקש ומשנה חיים!

### קהל יעד:

נשות חינוך - בחינוך הפורמלי והבלתי פורמלי, מנהלות, נשות עסקים, מטפלות, מאמנות, עובדות סוציאליות, אמהות וכל מי שמעוניינת לשפר תקשורת אישית ובינאישית ו/או לרכוש מקצוע נוסף בהנחיית אנשים.

### כיצד ה-NLP מקדם אותי ברמה האישית :

- יצירת תקשורת בינאישית מצויינת
- ראיית המציאות באופן נכון וחיובי יותר
- שחרור מכעסים וחרדות
- שחרור מטראומות העבר
- חיזוק הערך העצמי
- יצירת זוגיות, הורות ומשפחתיות טובים יותר
- חיבור פנימי לבורא ולמשאבים שקיבלתי
- שמחה ואנרגיה חיובית

### כיצד ה-NLP מקדם אותי ברמה המקצועית :

- רכישת מקצוע חדש- מנחת NLP
- סיוע למונחים להגיע לתוצאות רצויות
- קבלת כלים ומיומנויות להנחייה וייעוץ פרטני
- פיתוח מיומנויות תקשורת
- יכולת לעזור בקבלת החלטות, הגדרת מטרות, חשיפת מחסומים פנימיים ויצירת שינוי



## **היקף הקורס:**

קורס שנתי, 22 מפגשים

## **מועד הקורס:**

ימי שני, בין השעות: 10:40-13:50

## **תעודה:**

בוגרות הקורס יקבלו תעודת NLP PRACTITIONER בינלאומית,  
הנושאת את החותם .NFNLP.

קבלת התעודה מותנית בעמידה בכל דרישות הקורס.

**תשלום נפרד לתעודה!**

## משחק ובמה לנשים ונערות

### מרכזת: רויטל בן מנחם - בית הספר למשחק

חולמת להיות שחקנית? בוער בך הרצון ליצור ולהתבטא? בית הספר למשחק בהנהלת רויטל בן מנחם, בשיתוף מכללת 'בית רבקה' מזמין אותך להתחבר לעצמך, לפתח את כישורי המשחק שלך, ליצור, לחוות ולהתרגש, בדרך אל הבמה.

### מתכני הקורס:

- טכניקות משחק
- עבודה על דמות
- אימפרוביזציה- (שחרור, פיתוח יצירתיות ודמיון)
- עבודה בקול ובתנועה
- ניתוח טקסט
- עבודה על מונולוגים

### קהל יעד:

מיועד לנשים ונערות מגיל 18 ומעלה

### תנאי הקבלה:

ראיון אישי

### מועד הקורס:

ימי שני ערב, בין השעות: 17:30-20:45  
במשך שנה

### תעודה:

בסיום הקורס תינתן תעודה מטעם מכללת "בית רבקה"

# הכשרת מנחות "אימוציצחוק"

## מרכזת: הגב' ציפי דגן - מאמנת סדנאות יוגה וצחוק

קורס הכשרת מנחות אימוציצחוק הוא קורס ייחודי היחיד מסוגו בעולם, המשלב אמונה יהודית, אימון צחוק מבריא וריקודי צחוק. הקורס מאפשר לרכוש מקצוע מפרנס, עם חזון ושליחות לחיים, בדרך שמחה ומרגשת. הקורס מלמד כיצד ניתן להוסיף יותר צחוק ושמחה בחיים ולסייע בריפוי עצמי ואחרים. זאת תוך הטמעת השימוש ביוגה צחוק בשיטת האימוציצחוק. הקורס מקנה את הידע והכלים הנדרשים להנחות מפגשי צחוק בקרב קהלי יעד שונים יחד עם העצמה אישית ומקצועית.

במסגרת הקורס נלמדים נושאים הבאים: ההיסטוריה של הצחוק כתרפיה והיוגה צחוק; תבנית בסיסית לבניית מערך שיעור; הסיבות לאימון בשיטת יוגה צחוק ואימון בהטמעתן; הגישה היהודית לצחוק והומור; עדינות וצניעות בהנחיה; יצירתיות ביוגה צחוק; היתרונות של היוגה צחוק; טכניקות התרפיה בצחוק; הסיפור האישי והתאמתו להנחיית צחוק; התפקיד והאחריות של מנחה בריאות הצחוק; קוד האתיקה של המנחה; טכניקות להנחיה מוצלחת; ניהול מועדון צחוק; הנחיית קבוצות עם קהלי יעד שונים; עקרונות לשילוב הומור בהנחיה וצחוק בחיי היום יום; שחיקה והעצמה במקצוע; שיווק ועוד. הנושאים נלמדים באמצעות הקניית ידע תיאורטי ומשלבים תרגול והתנסות מעשית.

## קהל יעד

הקורס מיועד לקהל הרחב ואינו דורש ידע קודם. מתאים למי שרוצה לרכוש מקצוע מפרנס עם שליחות חיים. הקורס מתאים גם למאמנים, תרפיסטים, מטפלים, מנחים, עובדי מערכת הבריאות והעוסקים בחינוך, המעוניינים להוסיף כלי עוצמתי לארגז הכלים המקצועי.

## היקף הלימודים:

10 מפגשים - 30 ש"ב

## ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 9:30-14:00

## תנאי קבלה

\* ראיון אישי

## תעודת למסיימות

תעודת מנחת יוגה צחוק בינלאומית מיסודו של ד"ר מדאן קטריה  
תעודת מנחת אימוציצחוק מטעם ציפי דגן

## הכשרת מדריכות נוער בסיכון

### **מרכזת: הגב' רבקה שמש**

הקורס מציע הכשרה תיאורטית ומעשית לעבודה עם נוער נורמטיבי ונוער במצבי סיכון.

### **קהל יעד:**

מיועד לנשות חינוך בממשקי עבודה עם נוער, אשר מעוניינות להכיר את קבוצת הגיל מקרוב ולהעשיר את ארגז הכלים החינוכי.

### **מנושאי הקורס:**

מאפיינים, תופעות ומחקרים.

כלים מעשיים מהשטח לעבודה עם נוער נורמטיבי ונוער במצבי סיכון, תורת ה"reaching out" והיישוג, היכרות עם עולם ההתמכרויות.

### **היקף הקורס:**

קורס שנתי. פעם בחודש יתקיים סיור

הקורס יכלול סיורים בשטח, היכרות מקרוב והתנסות מעשית.

### **מועד הקורס:**

ימי שני, בין השעות: 10:40-13:50

### **תעודה:**

בסיום הקורס תינתן תעודת "מדריכת נוער" מטעם מכללת "בית רבקה"



**קורסי  
העשרה  
והעמקה**

## חינוך לאורח חיים בריא

### הגב' יפעת זינגר

ליצירת אורח חיים בריא חשיבות רבה במכלול ההיבטים: תזונה נכונה, פעילות ספורטיבית, קידום בריאות (מניעת מחלות), מניעת השמנה, שמירה על היגיינה אישית, חיזוק הדימוי העצמי, טיפוח הגוף, הקפדה על סביבה נקייה ואסתטית. הקורס יתמקד בעיקר בתרומת התזונה לשמירה על אורח חיים בריא - הלכה למעשה. הקורס ישלב ידע תיאורטי יחד עם התנסות מעשית בבניית תפריט בריא. כל זאת במטרה ליישם את הנלמד ולקדם אורח חיים בריא. בין הנושאים שבהם יעסוק הקורס: עקרונות לבניית תפריט ארוחות בוקר, צהריים וערב - תיאוריה והתנסות מעשית; טיפול טבעי במחלות; מלכודת התענוג; אנטומיה ופיזיולוגיה של מערכות גוף האדם; מחלות מפרקים; תזונה טבעית; אכילה רגשית; טיפולי מים; נשימה נכונה והרפיה; רעלים במזון; קינוחים בריאים ועוד.

### היקף הלימודים

30 ש"ב

סמס' א'

סמס' ב'

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 14:20-15:45

## כלים ארגוניים למורה

### הגב' צ'רני ויינפלד

קורס זה מיועד למורות בעלות ראש גדול, בתפקידי ריכוז או תפקידים מערכתיים אחרים בבית הספר, המעוניינות לקנות לעצמן כלים ארגוניים בהתנהלות שלהן בבית הספר. במהלך הקורס המשתתפות יקבלו כלים לניתוח המאפיינים הייחודיים של בית הספר שלהן, וכן מודלים ישימים שבעזרתם יוכלו להיות מעורבות יותר בתהליכים הארגוניים בבתי הספר בהם הן פועלות. הקורס מועבר באופן חוויתי בליווי אמצעי המחשה רבים, ושם דגש על יישומיות הכלים בפועל. בין הנושאים שיילמדו בקורס: מושגים ועקרונות בתחומי ההתנהגות הארגונית; הבנת הפעילות המערכתית של בתי הספר; יצירת מוטיבציה ומניעת שחיקה; תקשורת ארגונית מיטבית; אפיון תרבות ארגונית וחשיבותה; סגנונות ניהול; יצירת שינוי ארגוני; התמודדות עם שינוי כפוי ועוד.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 08:45-10:25

## אמנות ככלי טיפולי למורה

### הגב' אורטל די'שון

מטרת הקורס לאפשר לעוסקות בחינוך ובהוראה לטעום מעולם הטיפול, לגלות בעצמן ובתלמידיהן כוחות נוספים שיסייעו להן להרחיב את יכולת ההשפעה וההוראה שלהן. הקורס מועבר כסדנא ומאפשר התנסות מעשית תוך רכישת ידע תיאורטי. הקורס נוגע בנושאים הקשורים לצמיחה אישית ובין-אישית, וכן לעולמם הרגשי של ילדים ומתבגרים במצבים השונים. הלימוד נעשה באופן ויזואלי ודרך אומנויות, על מנת להיפתח גם לשפה הבלתי מילולית, להבעה אישית וללמידה יצירתית. בין הנושאים בהם יעסוק הקורס: בין טיפול להוראה; כוחה של קבוצה; מאפיינים ייחודיים בעבודה עם ילדים; הכלה וגבולות; אמפתיה, הקשבה, אינטראקציה; מחסומים והתנגדות; עבודה עם מתבגרים; נשירה; גיבוש זהות; עבודה עם לקויי למידה; התמודדות עם בעיות רגשיות; עבודה מערכתית ועוד.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום שני, בין השעות: 14:20-15:45

## המשפחה כמערכת

### הגב' פנינה פייג

הגישה המערכתית הרב-תחומית מתבוננת באדם לא רק בפני עצמו, כיצור מנותק מסביבתו, אלא כחלק אינטגרלי ממערכת הנמצאת בדינמיקה מתמדת. גישה זו בוחנת את היחסים המיוחדים ואת ההקשרים שבתוכם מתקיימת התנהגות נתונה במשפחה. כדי לפתור בעיה או סימפטום הפוגעים בתפקוד אחד מבני המשפחה ומונעים ממנו להגיע לאיזון, יש לשנות את דפוסי האינטראקציה הבעייתיים בתוך המערכת ולא לבדוד את הסימפטום ולטפל בו בנפרד. על-פי גישה זו, המערכת היא שלמות אחת אשר בה נוצרות הבעיות, אבל בה גם גלומים המקורות לפתרונות. בקורס זה יילמדו עקרונות הגישה המערכתית ליצירת משפחה מאוזנת ובריאה.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום שני, בין השעות: 10:40-12:10

## סגנונות אישיות

הגב' מיקה לשם

קורס זה מבוסס על ההנחה כי לכל אדם סגנון אישיות מסוים המכתיב את דרכי פעולתו. מטרת הקורס היא לפתח יכולת לזהות את סגנון האישיות של עצמנו ושל הזולת, על מנת להוביל תהליך שינוי עצמי ולהתמודד עם שונותו של האחר. בין מגוון הנושאים בהם יעסוק הקורס: הבנת השונות בין בני האדם; צרכי תקשורת ולמידה של טיפוסים אנשים שונים; זיהוי דרכי פעולה ומצוקות בהתאם לדינמיקות השונות; התמודדות במצבי לחץ; זיהוי אישי; דרכים לשינוי עצמי; זיהוי נקודות חוזק וחולשה של האחר; יצירת תהליכי שינוי והתפתחות אצל הזולת.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 14:20-15:45

## N.L.P ומודעות

הגב' פנינה פייג

### מטרות הקורס:

היכרות עם שיטת N.L.P והקניית כלים בשיטת N.L.P. לשיטה זו ישנם כלים ייחודיים לתקשורת יעילה ומשפיעה. יישום עקרונות N.L.P מאפשרים גמישות בהתנהגות ובמחשבה ובעקבות כך גם הסתגלות קלה יותר למצבים. כלי ה N.L.P מאפשרים לנהל שיחות הנשמעות ונראות כשיחות רגילות אך הן מביאות למקסימום השפעה של השומע. שיטת ה N.L.P הינה ארגז כלים ממוקד להשפעה.

### היקף הלימודים

120 ש"ב

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 10:40-13:50



## **'כל אחד צריך שיהיה לו חבר'** הגב' שרונה נתן

מה הסיבות לכך שילדים מסוימים לא מקובלים בחברה יותר מאשר ילדים אחרים? כיצד המורים יכולים לסייע לתלמידיהם בהתמודדויות החברתיות? כיצד הורים יכולים לסייע לילדיהם בהתמודדויות חברתיות? אלה הם מקצת מהשאלות שנדון בהם במהלך הקורס. קורס זה פותח צוהר לעולמם של ילדים החווים קשיים חברתיים. במסגרת הקורס נכיר מושגי יסוד העוסקים בהתפתחות חברתית של ילדים. נכיר את הגורמים התורמים להיווצרותם של קשיים חברתיים ואת ההשלכות של הקשיים החברתיים על התפתחות התקינה של הילד. בנוסף, נרכוש כלים פרקטיים ונלמד על דרכי התמודדות אפקטיביים שיכולים לסייע לילדים לשפר את המיומנויות החברתיות ואת מעמדם החברתי בכיתה.

### **היקף הלימודים**

30 ש"ב

### **ימי הלימודים**

סמס' א' יום שני, בין השעות: 10:40-12:10

סמס' א' יום שני, בין השעות: 12:25-13:50

## **האמנות ככלי חינוכי** הגב' תפארת טויסטור

האמנות יכולה לשמש ככלי תרפויטי, באמצעות טכניקות אמנותיות וחומרי יצירה. מטרת הקורס הינה לפתח מודעות לסביבה חינוכית רגועה ומכילה, המטפחת ביטוי יצירתי וחוויתי. זאת בנוסף להבנה כי למידה דרך אמנות מסייעת להמחשת והפנמת הנלמד. הקורס יעשיר את עולם המושגים ודרכי החשיבה של הלומדת בתחומי אמנות שונים, ויעניק כלים רעיוניים ומעשיים תוך חיבור אינטגרטיבי בין נושאים סביב מעגל השנה לבין עולם האמנות והתרפיה. בין הנושאים שיילמדו בקורס: תרפיה באמנות וביבליותרפיה בפרשת השבוע; תרפיה באמנות ופסיכודרמה - בובות טיפוליות; הציור כמשל לנפש; אסתטיקה כאחדות ניגודים; ציורי עצים - כי האדם עץ השדה; משחקי תפקידים והחצנת רגשות - הכנת מסכות ותחפושות; טכניקות לפיתוח חשיבה יצירתית, גמישות, זרימה, מקוריות והתחדשות.

### **היקף הלימודים**

60 ש"ב

### **ימי הלימודים**

יום שני, בין השעות: 14:20-15:45

## תהליכי חינוך והעצמה למורה ד"ר מירב סלקובסקי

העצמה מהווה את אחד הכלים החינוכיים המהותיים בחינוך של היום. העצמה היא תהליך החיבור של הילד אל עצמי האמיתי שלו, והחיבור הזה דורש התייחסות לתחומים מגוונים בדרכים שונות. הקורס מתבסס על מודל "חוסן נעורים" אשר מציג ארבעה גורמי חוסן מרכזיים עליהם מתבסס תהליך ההעצמה: חוויה בית ספרית יומיומית, תחושת הערך העצמי, מבוגר משמעותי ומחבורות חברתיות. בקורס אנחנו נלמד בצורה עיונית ובעיקר מעשית כיצד לבנות תהליכי חינוך מעצימים ביחס לכל אחד מגורמי החוסן

### היקף הלימודים

30 ש"ב

### ימי הלימודים

יום שני, סמס' א' בין השעות: 08:45-10:15

## כלים של אימון אישי למורה ד"ר מירב סלקובסקי

כלים של אימון אישי (קאוצ'ינג) יעילים להתמודדות עם שלל אתגרים בתחומים השונים של החיים: התפתחות אישית, זוגיות, קריירה ועוד. לאחרונה, הם נכנסים לשימוש גם אצל אנשי חינוך הודות ליעילות ונוחות היישום שלהם. בקורס הזה נבין כיצד המורה יכולה להעשיר את ארגז הכלים שלה בכלים מעולם האימון האישי, נלמד את מושגי המפתח ונכיר את הכלים המרכזיים המתאימים לשימוש במסגרת החינוכית. הקורס נותן דגש לתרגול יישומי של הנלמד.

### היקף הלימודים

30 ש"ב

### ימי הלימודים

יום שני, סמס' ב' בין השעות: 08:45-10:15

# מרצות פרד"ס - הכשרת מרצות בכירות

חברת דיבייט

## מרכז: הרב צחי נוימן - מכון פרד"ס

הקורס יעסוק בטכניקות של עמידה מול קהל על פי שיטת חברת "ויאמר דיבייט", המיושמת מזה עשרות שנים בעולם האקדמאי, הפוליטי והעסקי. ייחודה הוא בכך שהיא ניתנת ללמידה על ידי כל אחד ואחת, ויישום כליה מתחיל כבר בשעת הלימוד הראשונה.

המאפיינים המרכזיים של שיטת הלמידה באים לידי ביטוי בכך שנרכשים כלים מעשיים ויעילים שאינם תלויים במידת הכישרון של המרצה. כל אחת מהמשתתפות תתקדם משמעותית ביחס לידע הנוכחי שלה. הקורס בנוי ממספר יחידות לימוד אשר מציגות היבטים שונים של עמידה מול קהל ותקשורת בינאישית יעילה במגוון רחב של מצבים. כל יחידות הלימוד יילמדו על בסיס משולש הלמידה אשר מתייחס ל: מה לעשות, למה לעשות ואיך לעשות. הקורס בנוי כסדנה וזמן רב מוקדש לתרגול מעשי של הכלים שנלמדו תוך שימוש בדוגמאות מעולמן של המשתתפות.

## מטרות הקורס:

מטרת הקורס היא לתת כלים מעשיים שישמשו את הלומדות בבנייה והוראה של הרצאות/שיעורים בכלל ושל הרצאות פרדס בפרט. השיטה הייחודית של חברת דיבייט מבטיחה שיפור משמעותי ביכולות תקשורת בינאישית ושכנוע, ביכולת ההקשבה הביקורתית וניתוח דברי אפוזיציה, בעמידה מול פורומים גדולים כקטנים, בהתמודדות מותאמת עם מגוון קהלי יעד (יכולת להתמקד בעיקר, זיקוק והעברת מסרים מרכזיים, יכולת לענות לשאלות וכדומה).

## מנושאי הקורס:

מבנה המסר; זמן חסד ומזניקי קשב; משתני ליבה בתקשורת בין אישית; תקשורת בלתי מילולית ומינוף שפת הגוף; סטוריטלינג - איך לספר סיפור; התמודדות עם שאלות; טכניקות לשכנוע - היוריסטיקות (הטיות פסיכולוגיות).

## היקף הלימודים

6 מפגשים - 30 ש"ב

## ימי הלימודים

ימי רביעי, בין השעות: 09:30-13:30

## תעודה:

מכון 'פרד"ס' ומכללת "בית רבקה"

# קורסים בלימודי קודש

## סוד ההלכה הרב יואל בייטש

קיום הלכות התורה, על פי ה"שולחן ערוך" זהו עמוד השדרה בחיי כל יהודי ירא שמים. מאחורי הרובד הפרקטי המוכר והידוע, ישנו עולם שלם של פנימיות וסוד המתגבשים בסופו של דבר לכדי הוראות מעשיות בדמות ההלכה המוכרת לנו. קורס זה הוא מסע אל מקורותיה הרוחניים והפנימיים של ההלכה המעשית, המאפשר להבין כיצד עולם של מעש גשמי משלים עולם של רוחניות שמימית. תכני הקורס יסייעו לקיים את שגרת המעש של קיום ההלכות ביתר רעננות ושמחה, באמצעות הבנה של הלך הנפש, באספקלריה של תורת החסידות. כל יהודי השואף לקיים מצוות בצורה נכונה, צריך לזכור את מאמר חכמינו כי "מצוות בלא כוונה, הן כגוף בלא נשמה", ולשאוף להבין את ה"נשמה" שבעשייה, דרך נשמתנו שלנו.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום שני, בין השעות: 08:45-10:15

## עיונים בסוגיות הבית היהודי בהשקפה חסידית הרבנית ברוריה אשכנזי

הקורס מציג את הגישה החסידית לבניית בית ולקשר בין בני הזוג. בנוסף, מעמיק הקורס בבירור מעלותיה, מעמדה ותפקידה של האישה, מנקודת מבט תורנית וחסידית בזיקה למעגל השנה היהודי. כמו כן ניתנת התייחסות לפן ההלכתי של נושא "טהרת המשפחה" ויישומו במצבים שונים, במקביל להעמקה בסגולות מצוות הטהרה ובחשיבות הדיוק וההקפדה על קיומה. בין מגוון הנושאים בהם יעסוק הקורס: היסוד השיויוני בבית היהודי; מעמד האשה בחברה הכללית לעומת מעמד האשה על-פי תפיסת היהדות והחסידות; היסוד ההלכתי; האשה וחובת תרי"ג מצוות; המצוות הייחודיות לאשה; לימוד תורה לנשים; היסוד הרגשי בבית היהודי; הלכות טהרה - הקניית ידע תוכני מעמיק ורחב.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום שני, בין השעות: 12:25-13:50

## הדרך לשמחה עפ"י התניא הגב' ברכה טברדוביץ

קורס זה עוסק בדרך להשגת השמחה, גם כאשר קיימות דאגות, אכזבות, רגשות אשם, חוסר שביעות רצון ורגשות שליליים אחרים הנובעים מנסיבות החיים. הקורס מקנה תובנות חדשות על מהות החיים, מסייע להבנת הליכי הנפש ומעניק ארגז כלים לצליחת גלי החיים בשמחה. תכני הקורס מבוססים על העומקים הפנימיים של ספר התניא, תוך תרגול ועבודה פנימית אישית מתוך שמחה.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 12:25-13:50

## עיונים בפרשת השבוע הגב' צפורה וישצקי

מטרת הקורס היא להכיר את גישתו הייחודית של הרבי מליובאוויטש לנושאים מוכרים בפרשיות השבוע, תוך העמקה בשיחותיו והוראותיו ליישום בפועל בחיי היום יום. מלבד למידת תכני השיחות בהתאם לפרשת השבוע, תילמד המבניות של ה"שיחות" ויירכשו כלים ללמידה עצמית.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום שני, בין השעות: 08:45-12:15

## במעגל השנה החסידי הרב דב הלפרין

אפשר לבנות סוכה, להדליק חנוכייה, להתחפש בפורים ולנקות לפסח, ואפשר גם להפנים את הסכך, להקשיב לנרות, למצוא את עצמי ולצאת לחירות. תורת החסידות מלמדת אותנו להביט פנימה ולגלות את העומק שבכל חג, את האור המיוחד שבכל אירוע. "והימים האלה נזכרים ונעשים" - חגי ישראל, כפי שהם נזכרים כך הם נעשים - עושים ופועלים בנו ובעולם. במסע משותף לאורך השנה "נחיה עם הזמן" וניקה תובנות לחיים עשירים ומלאי תוכן יהודי אמיתית.

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום רביעי, בין השעות: 12:25-13:50

## מודעות יהודית על פי התניא הרב חיים פרוס

הכרת מושגי יסוד בחסידות חב"ד, ליבון מושגים וסוגיות מחשבה המצטלבים עם תכני הפרקים הנלמדים, הבנת הציר הרעיוני של "הדרך הארוכה", שימוש בנוסחתה למטרות חינוכיות-חסידיות

### היקף הלימודים

60 ש"ב

### ימי הלימודים

יום ראשון, בין השעות: 16:00-17:30

## **עיונים בחסידות** **הרב יואל בייטש מטרות הקורס**

הכרת מבנה הנפש עפ"י ספר התניא: המבנה הטבעי מול המבנה האלוקי, חלקי הנפש וההשפעה שלהם על התנהגות האדם, ארבעה יסודות בנפש. הקניית יכולת ניתוח מצבים נפשיים ורגשיים עפ"י עקרונות התניא

### **היקף הלימודים**

60 ש"ב

### **ימי הלימודים**

יום רביעי, בין השעות: 08:45-10:15

## **מודעות מתיאוריה למציאות** **הגב' רבקי גרינברג**

הקורס יעסוק בהכרת מבנה הנפש על פי תורת הקבלה והחסידות. פיתוח מודעות עצמית נכונה תוך הצבת והשגת מטרות בתחומי החיים השונים היכולת לזהות כוחות ייחודיים והעצמתם. התמודדות עם קשיים והפיכתם לאתגרים מעצימים. בקורס ישולבו דיונים, תרגילים וסימולציות לצד הקניית גישות ואימון בכלים פסיכודרמטיים.

### **היקף הלימודים**

30 ש"ב

### **ימי הלימודים**

יום שני, סמס' ב', בין השעות: 10:40-12:10

יום שני, סמס' ב', בין השעות: 12:25-13:50



## אגדתרפיה - 'אגדה של טיפול' הגב' איילת בכר

קורס המיועד למורות המעוניינות להעשיר ולהשביח את אינטואיציות הטיפול שלהן מתוך מבט אמוני הנרכש מדברי חכמינו ואגדותיהם.  
בקורס, נסקור את האגדות במשקפי גישותיו השונות של הטיפול הפסיכותראפויסטי-הוליסטי (בלימוד עיוני ובפרקטיקה מעשית),  
ואת דרכי הטיפול וההתמודדויות נחזק ונעצים בעזרת משקפי האמונה!

### היקף הלימודים

30 ש"ב

### ימי הלימודים

יום רביעי, סמס' א' בין השעות: 14:20-15:45

יום רביעי, סמס' ב' בין השעות: 14:20-15:45

## מערכת שבועית

עמוד	שם התכנית	שעות	
9	הרחבת הסמכה למורות וגננות שילוב לחינוך מיוחד	8:45-15:45 + ימי עיון מרוכזים	יום א'
10	הוראה מתקנת	8:45-15:45	
37	מודעות יהודית עפ"י התניא	16:00-17:30 סמס' א'	
	אימון למורה	16:00-17:30 סמס' ב'	יום ב'
35	סוד ההלכה	8:45-10:15	
36	עיונים בפרשת השבוע	8:45-10:15	
32	תהליכי חינוך והעצמה למורה	8:45-10:15 סמס' א'	
32	כלים של אימון אישי למורה	8:45-10:15 סמס' ב'	
12	הכשרת מדריכות בנושא טהרת המשפחה	8:45-13:50	
31	כל אחד צריך שיהיה לו חבר	10:40-12:10 סמס' א'	
38	מודעות מתאוריה למציאות	10:40-12:10 סמס' ב'	
20	הכשרת ריתמיקאיות	10:40-13:50	
19	תרפיות וכלים פרה-רפואיים	10:40-15:45	
26	מדריכות נוער בסיכון	10:40-13:50	
23	הכשרת מנחות בשיטת NLP	10:40-13:50	
35	עיונים בסוגיות הבית היהודי בהשקפה חסידית	12:25-13:50	
17	הנחיית הורים בגישה החסידית	14:20-15:45	
14	הדרכת כלות במצבים רגישים	14:15-17:30	
31	אמנות ככלי חינוכי	14:15-15:45	
28	כלים ארגוניים למורה	8:45-10:15	
16	הורות בשיטת שפ"ר	8:45-10:15	
38	עיונים בחסידות	8:45-10:15	
15	הכשרת מנחות הורים בגישת החסידות	8:45-15:45	
22	JCBT הכשרת מטפלים	9:30-13:30	
33	מרצות פרד"ס	9:30-13:30	
16	מודעות עפ"י גישת שפ"ר	10:40-12:10	
25	הכשרת מנחות אימוציצחק	9:30-14:00	
30	NLP ומודעות	10:40-13:50	
36	הדרך לשמחה עפ"י התניא	12:25-13:50	
37	במעגל השנה החסידי	12:25-13:50	
28	חינוך לאורח חיים בריא	14:20-15:45	
39	אגדתרפיה - 'אגדה' של טיפול	14:20-15:45	
30	סגנונות אישיות ותקשורת מקרבת	14:20-15:45	

# נהלי הרשמה

## תהליך ההרשמה:

- מילוי טופס רישום (ניתן להוריד מאתר המכללה)
- תשלום דמי רישום בסך 200 ש"ח במזומן
- למורות בשנת שבתון - כתב הרשאה חתום לחיוב קרן השתלמות

## על הנרשמת ללימודי הסמכה לצרף את המסמכים הבאים:

- תמונת פספורט
- צילום תעודת זהות, כולל הספח
- צילום תלוש משכורת ממשרה"ח או מבעלות אחרת
- תעודת בגרות או מבחני סאלד
- תעודות הסמכה (מורה מוסמך, מורה בכיר, B.A, כולל גיליונות ציונים)
- אישור משרד החינוך על דרגה וותק

## תנאי קבלה כלליים לכל התכניות:

- אורח חיים דתי מלא
- התאמה לרוח המוסד ודרישותיו

## שכר הלימוד:

- תעריפי שכר הלימוד נקבעים על-פי הוראות משרד החינוך בהתאם למטרות הלימודים
- שכר הלימוד ישולם בכרטיס אשראי או בהוראת קבע, עד עשרה תשלומים חודשיים שווים (ניתן להוריד טופס אשראי/ הוראת קבע מאתר המכללה)
- הרישום לקורסים מותנה בתשלום מלא מראש

## הערות:

- **שבתון:** מרבית הקורסים מוכרים לשנת שבתון
- **אישורי גמולים:** בכפוף לאישור משרד החינוך
- פתיחת כל קורס מותנית במספר הנרשמות. קורסים שבהם מספר הנרשמות יהיה פחות מהמינימום הנדרש, לא ייפתחו.

## שנת הלימודים תיפתח בעז"ה

ביום שני כ"ט בתשרי תש"ף (28.10.19)

### ייעוץ אישי וקבלת מידע:

לקבלת מידע, ייעוץ אישי ורישום, ניתן לפנות למשרדי "אשכילה" - המרכז הרב תחומי ללימודים והשתלמויות.

טל': 03-9602350-2-3-4

פקס: 03-9602356

דוא"ל: askila@rivka.org.il

אתר אינטרנט: www.rivka.org.il

קבלת קהל בימים א'-ד' בין השעות 9:00-14:00 מומלץ לתאם מראש.

### ייעוץ ורישום ליחידת החוץ ללימודי גברים:

הרב דוד פינסקי - מרכז היחידה ללימודי גברים

054-6661408 (לאחר השעה 16:00 בלבד)

### משרדי היחידה ללימודי גברים:

טל': 03-9602349 פקס: 03-9602377

דוא"ל: limudim1@rivka.org.il