

שם הקורס: הכשרת מאמנים (Coaching) אישיים וקבוצתיים בשילוב מיינדפולנס ו-NLP

המרצה: דפנה סלען

בעלת ניסיון רב בהכשרה ובהדרכת מאמנים. בעלת הסמכה ב NLP -ובוגרת תוכנית להכשרת מטפלי מיינדפולנס מתמחה באימון קריירה אישית, עסקית וארגונית.

היקף שעות: קורס פרונטלי, מתקיים בימי שלישי בין השעות 9:15 עד 12:30, סה"כ 176 שעות (6 ש"ש).

מספר מפגשים: 42 מספר שעות שבועיות: 4

אוכלוסיית יעד: כלל עובדי ההוראה, מנחי קבוצות, יועצים, מנהלים ומטפלים.

מטרות הקורס:

- הכרת תחום האימון ומושגי היחודיים
  - אימון בקבוצה לפיתוח אישי
  - הכשרה מקצועית כמאמן אישי וקבוצתי תוך פיתוח גוון ייחודי באימון בשילוב מיינדפולנס ו-NLP
- חלק א'

- פיתוח המודעות לכישורים והמשאבים האישיים
- הגשמה עצמית ומוקדי השינוי
- שיפור תקשורת אישית ובן-אישית
- משאיפה למטרה
- התמודדות עם חסמי הצלחה
- ערכים אישיים כבסיס לצמיחה אישית ומקצועית
- הגדרת האני עתידי וחזון
- כתיבת יומן מסע על התהליך האישי

חלק ב'

- הכרות עם מודל האימון ההתנהגותי קוגניטיבי בשילוב מיינדפולנס
- איתור פרדיגמות וחסמי הצלחה בתהליכי אימון
- הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית ויישומה באימון
- כלים באימון: תרגילי אימון קוגניטיביים, התנהגותיים, תרגול מיינדפולנס ו-NLP ועוד...
- שימוש בקלפי מודעות ותרגילי חשיבה יצירתית
- מבנה תהליך האימון ומרכיבי האימון
- מעורבות המוח בתהליכי אימון
- כלים לפיתוח מנהיגות אישית
- שיפור התקשורת הבינאישית בשילוב NLP
- אינטליגנציה רגשית וויסות רגשי (התמודדות עם מצבי לחץ ושחיקה)

- שיווק ופיתוח קריירה כמאמן
- שימוש בדמיון מודרך NLP ככלי לשינוי
- השפעה בעזרת מילים
- עבודה ברמה מודעת ולא-מודעת ליצירת שינוי

חלק ג'

- מבוא לפסכופתולוגיה ואתיקה באימון
- מתודות באימון קבוצתי
- התנסות באימון קבוצתי
- כלים מתקדמים באימון

**חובות הקורס:**

לפחות 80% נוכחות פעילה ועבודה מסכמת

**מועדי הפתיחה והסיום מופיעים בעמוד הקורס באתר.**

**לצורך הגשת הקורס לגמול במשרד החינוך, יש לשמור את עמוד הקורס כ- PDF** (נכנסים לעמוד הקורס באתר היחידה, בתפריט או בקליק ימני בוחרים 'הדפס', ובהגדרת המדפסת יש לבחור את האפשרות: "שמירה כ-PDF") **ולצרפו לסילבוס המוגש בפורטל.**

