

## שם הקורס: "בדרך לזהות..." : לעצור, לחפש ולגלות את עצמי

קורס מקוון - אסינכרוני

המרצה: מיכל ניר, M.A.

יועצת חינוכית, פסיכותרפיסטית בגישה התנהגותית קוגניטיבית. חברה באיט"ה (ארגון המטפלים ההתנהגותיים קוגניטיביים).

היקף שעות: 60 שעות

הקורס מתקיים במתכונת של קורס מקוון א-סינכרוני.

אוכלוסיית יעד: כלל עובדי ההוראה וקהל רחב

### רציונל הקורס:

בקורס תוצג תכנית התערבות אינטרוספקטיבית לפיתוח וחיפוש מכוון אחר "זהות האני" המבוססת על הנחות התיאוריה הקוגניטיבית. התכנית כוללת כלים ייחודיים שנבנו לקורס זה, בעזרתם נבין את עצמנו טוב יותר, ונלמד כיצד להשתמש בכלים אלה כדי לעזור לבוגרים בכלל ולמתבגרים בפרט.

### מטרות הקורס:

- למידת גישות תיאורטיות למושג הזהות
- הכרת תהליך התפתחות הזהות
- הבנת המטלות ההתפתחותיות במעבר מילדות לבגרות
- מחקרים בנושא הזהות בארץ ובעולם
- התערבות מכוונת בתהליך התפתחות הזהות
- התנסות בפיתוח הזהות

### נושאים עיקריים:

- זהות הגדרה ואיפיונים
- זהות האני
- גישות תיאורטיות למושג הזהות
- גיבוש הזהות בגיל ההתבגרות
- מחקרים בנושא הזהות
- התערבות מכוונת בתהליך התפתחות הזהות
- מידע והנחיות לקראת ההתנסות בתכנית
- ייחודיות ואינדיווידואליות
- הגישה הקוגניטיבית והזהות

## **חובות הקורס:**

בקורס 15 פרקים. בכל פרק יש מטלות המוגשות בכתב. בנוסף יש עבודת סיום. הציון מורכב מהמטלות בכל קורס ומעבודת הסיכום.

## **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.**

