

קורס פסיכודרמה ככלי לפיתוח מיומנויות בינאישיות

שעות 16:30-21:00	תאריך התחלה 7.5.25	מנחה חדוה נוביץ'	פרטי הקורס
ימים בשבוע ד'	תאריך סיום 23.7.25	מספר שעות 60 שעות לימוד אקדמיות	
מחיר מלא ₪ 2,400	מספר מפגשים 12 מפגשים	מרכז שביט כנסים, רח' בצלאל 8 רמת גן (מרחק הליכה מתחנת רכבת סבידור ת"א)	
מחיר לעמיתי קרן "ידע" ₪ 900	לפרטים והרשמה 3070 * או 02-5422000 magid@magid.org.il	מוסד לימודי מכון מגיד ללימודי חוץ, מיסודה של האוניברסיטה העברית	

הקורס מוכר לגמול השתלמות (למעט עובדי הוראה).

מטרות הקורס

למידה של מודלים תיאורטיים ומעשיים להעמדת גבולות, להתמודדות עם מציאות בלתי רצויה ולפתרון קונפליקטים, חיזוק המודעות העצמית והאינטליגנציה הרגשית, קידום החוסן האישי. כל זאת על ידי התנסות בכלים פסיכודרמטיים: כפיל, אגו מסייע, משחק וחילוף תפקידים, מציאות מורחבת ועוד, במטרה לשפר את הכישורים והיכולות הבינאישיות.

מנושאי הלימוד

- היכרות, ציפיות ולמידה על הכלים הפסיכודרמטיים.
- סמכות, גבולות והתמודדות עם מציאות בלתי רצויה – סובייקטיביות ככלי להשגת יעדים.
- ניהול קונפליקטים והקשר לאסרטיביות.
- תיאוריית התפקידים - רווחים והפסדים.
- אומנות התקשורת, תקשורת מקדמת והקשבה.
- התמודדות עם מצבים משבריים ומצבי לחץ מתמשכים – זיהוי כוחות וחוסן נפשי.
- כלים להתמודדות עם פגיעה וטיפול בכעסים.
- מודעות והבדלים בין טיפוסים אישיות.
- כלים לבניית מובחנות של העצמי
- אושר ואינטליגנציה רגשית – הרגשות שלי ושל האחר, השגת שליטה רגשית.
- פרידה נכונה, סיכום ומשוב.

* הזכות לשינויים שמורה. * הפתיחה מותנית במינימום משתתפים.
* נא לשריין מועד חלופי, בהמשך למועד הסיום של הקורס.
* באחריות הלומד לוודא שהקורס אליו הוא נרשם, יוכר לגמול השתלמות, מול הועדה הסקטוריאלית הרלוונטית, הן מבחינת הנושא והן מבחינת היקף השעות.
* מלגת קרן "ידע" הינה עד 75% משכר הלימוד, ולא יותר מ 1,500 ₪. המחיר לעמית במשרה מלאה ולפי זכאות.

לפרטים והרשמה 3070 * או 02-5422000 magid@magid.org.il