



מכון הנרייטה סאלד
המכון הארצי למחקר במדעי ההתנהגות

אסרטיביות (40 שעות)

קהל יעד	כללי	עלות	750 ש"ח
תאריכים	11.3.26 - 6.5.26	מיקום הקורס	ירושלים
שעות לימוד	8:30 - 15:15	מרצה	נירית ארטין
ימי לימוד	ד'	מס. מפגשים	6

מטרות הקורס

הקורס מעניק הכשרה יישומית לפיתוח אסרטיביות, חוסן רגשי ותקשורת אפקטיבית, תוך חיבור בין גוף, דיבור ותודעה. המשתתפים מפתחים יכולת ביטוי ברורה, נוכחות יציבה ועמידה מקצועית במצבים מאתגרים, לצד חיזוק זהות ערכית ויכולת השפעה במרחבים חינוכיים וארגוניים. הקורס מקנה כלים מעשיים ליצירת תקשורת בהירה, בטוחה ומכבדת, המאפשרת תפקוד מיטבי, חיזוק ההון האנושי ופיתוח מערכות יחסים מקצועיות איכותיות.

נושאי הקורס

- אסרטיביות כמיומנות יומיומית בשגרה המקצועית
- זיהוי דפוסי תקשורת וחיזוק בחירה מודעת
- פיתוח נוכחות אישית ועמידה בטוחה
- שפת גוף והשפעתה על מסר, סמכות והקשבה
- תקשורת בין-אישית וניהול שיח מורכב
- ניסוח מסרים, רושם ראשוני ובניית אמון
- חוסן רגשי, ויסות רגשות וקבלת החלטות
- זהות ערכית כבסיס להתנהלות מקצועית
- תרגול יישומי והטמעה בעשייה היומיומית

מנטורית מנטלית, יועצת תדמית ומרצה ישראלית המתמחה בתקשורת בינאישית ושפת גוף.

לפרטים והרשמה

| 02-6494452/3 | www.szold.org.il | danitf@szold.org.il |