



מכון הנרייטה סאלד  
המכון הארצי למחקר במדעי ההתנהגות

# לחץ ושחיקה (40 שעות) מוכר לגמול השתלמות

(באישור הועדה לגמול השתלמות בראשות בני רגב)



לחץ ושחיקה

כללי

26.7.19 - 24.5.19

11:45 - 8:30

10

שישי

720 ש

מכון סאלד, רח' קולומביה 9, קריית מנחם, ירושלים.

שם הקורס:

קהל יעד:

תאריכים:

שעות לימוד:

מספר מפגשים:

ימי לימוד:

עלות:

מיקום הקורס:

## מטרת הקורס:

הקורס בוחן את תופעת הלחץ והשחיקה בארגונים שונים כתופעה הפוגעת במהלך העבודה התקין ומציע דרכי התמודדות המקלות על מצב זה.

## נושאי הלימוד:

- הכרת המושגים של לחץ ושחיקה.
- גורמי לחץ פנים וחוץ ארגוניים.
- דרכי התמודדות עם לחצים שונים.
- התמודדות עם לחץ בעבודה.

מכון הנרייטה סאלד | המכון הארצי למחקר במדעי ההתנהגות | [www.szold.org.il](http://www.szold.org.il)



| 02-6494452/3 | [danitf@szold.org.il](mailto:danitf@szold.org.il) |