

עובדים סוציאליים???

יש לנו בשורה בשבילכם!

קורס מיומנויות תקשורת בשיטת "הצוק הרגשי"

40 שעות מוכר לגמול השתלמות בזום!

מנחה: שרית דן (M.A) מפתחת מודל "הצוק הרגשי"



היכרות עם העולם הרגשי לפי מודל הצוק הרגשי ומתן ארגז כלים מלא להתמודדות עם

מצבים טיפוליים, מצבי קצה ועם אתגרי החיים

ברמה האישית והמקצועית

להרשמה באתר מכון סאלד, www.szold.org.il

לפרטים: 02-6494452/3; 050-5676741

10 מפגשים בזום, ימי רביעי 18:00 - 21:15

21.12.22 - 19.10.22

עלות: 750 ₪

שם הקורס: מיומנויות תקשורת בשיטת הצוק הרגשי, מכון הנרייטה סאלד

מספר שעות: 40 שעות בזום, 18:00 - 21:15

תאריך פתיחה: 19.10.22

תאריך סיום: 21.12.22

שימו לב! למידה מקוונת דורשת מחשב\פלאפון עם מצלמה ומקרפון

בסיום הקורס יערך מבחן מסכם/עבודה מסכמת.

מפגש ראשון

במפגש זה נכיר את מודל ה"צוק הרגשי", שפת הצוק, נצעד לנקודת קצה הצוק ונלמד על נקודת החטיפה הרגשית. נעסוק בזיהוי נקודת ההצפה הרגשית ובחיבורה לחוויה הגופנית והשפעותיה על איכות מערכות חיינו.

מפגש שני

מודל אפר"ת בחיבור לצוק.

נלמד אודות הארכיטקטורה הרגשית של המח, אשר מציע הסבר לאותם רגעים מביכים ביותר בחיינו, רגעים בהם החוויה הרגשית גוברת על ההיגיון. היכרות עם שפת הצוק ולימוד מעמיק של מושגיה ביניהם נכיר את "חשיבת המים" ו"חשיבת השמן" תוך חיבור והבנת המשאבים העומדים לרשותנו.

מפגש שלישי

זיהוי ה"צוק" אצל הסובבים אותנו- הכרות מעמיקה עם הסביבה הרגשית שלנו, מה מקדם? מה בולם? מהי האמיגדלה שבמוחנו והאם תפקודה מותאם לחיינו המודרניים?

מפגש רביעי

ההבדל המגדרי בעולם הרגשי במסלול הצוק.

גורם ביולוגי מולד או גורם נרכש/נלמד/ניתן לפיתוח?

נבחן את ההבדלים בין עולם הרגש כפי שגברים תופסים ומנהלים אותו למול עולם הרגש של נשים. מודעות והכרה ברגשות של העצמי ושל האחר המשפיעים על ניהול הרגשות ומסייעים בניהול קונפליקטים.

מפגש חמישי

תהליכי קבלת החלטות בצוק, אם תהליך קבלת ההחלטות הינו תהליך לוגי אזי באם תינתן תמונת מצב זהה לשני אנשים הם יגיעו להחלטה זהה? נבחן את סגנון קבלת ההחלטות האישית במסלול הרגשי.

מפגש שישי

אומנות ההקשבה במסלולי הצוק.

נדון בהבדל המהותי שבין מושג האמפתיה לסימפטיה. נלמד על הכוח העוצמתי שבהקשבה, נקבל כלים שיאפשרו לנו להיות קשובים יותר. ההקשבה ככוח המסייע לנו ולסובבים אותנו.

מפגש שביעי

"פרויד מתהלך בצוק" - מבנה האישיות על פי פרויד.

פרויד מבחין בשלושה חלקים באישיות האדם ובשלוש רמות של מודעות. נברר מהי הדרך הייחודית בה אנו פועלים בתחומי חיינו, בחיבורה למושגים של הצוק ולחוויות האישיות והרגשיות שלנו במסע חיינו.

מפגש שמיני

סגנונות ניהול קונפליקטים וטיפול בהתנגדויות בקצה הצוק הרגשי.

ניצור תוכנית פעולה אישית למצב חירום רגשי.

מפגש תשיעי

תיאוריות ריבוי האינטליגנציות, המסייעת להגברת הדימוי העצמי ומחזקת את ההערכה העצמית שלנו, כלי אשר יסייע לנו לפסוע בבטחה ובאיוון במסלול הצוק הרגשי של חיינו.

זיהוי אינטליגנציה ייחודית אצל מטופל יעצים ויחזק אותו.

מפגש עשירי

סיכום הקורס וחזרה על דגשים מרכזיים.

להרשמה: www.szold.org.il

(תחת קורסים והשתלמויות)

לפרטים: 050-5676741