

# נ.ל.פ מאסטר (NLP)

תוכנית הכשרת NLP Master Practitioner – סמסטר ב'

|                      |                                       |
|----------------------|---------------------------------------|
| קוד קבוצה            | מרצה                                  |
| <b>C2765G1</b>       | <b>יוחנן קפקה</b>                     |
| קוד קורס לשבתון      | אופי הקורס                            |
| <b>1110</b>          | <b>היברידי (סינכרוני + אסינכרוני)</b> |
| יום                  | שעות                                  |
| <b>ג</b>             | <b>18:30-21:45</b>                    |
| היקף שעות            | שעות פיתוח מקצועי אופק חדש            |
| <b>120</b>           | <b>60</b>                             |
| תאריך פתיחה          | תאריך סיום                            |
| ש"ש שבתון            | גמול                                  |
| <b>4</b>             | <b>120 (60 עם ציון)</b>               |
| קישור לקבוצה         |                                       |
| <b>לחצו להצטרפות</b> |                                       |

מימון מלא למורות ומורים בשבתון, עלות לפי שווי מימון לפי ש"ש של קרן השבתון, גביה ישרה מהקרן

## תקציר

הקורס מעניק כלים מעשיים לפיתוח חוסן, מסוגלות וגמישות מחשבתית באמצעות NLP. נלמד לזהות דפוסי חשיבה, אמונות מעכבות ומנגנוני תגובה, ולייצר שינוי מתוך הבנה ושפה פנימית חדשה. התהליך משלב לימוד מושגים יסודיים וטכניקות מתקדמות, לצד תרגול שיחתי והתנסות מעשית, במטרה לאפשר עבודה אפקטיבית ומדויקת עם עצמנו ועם אחרים.

מטרות

להכיר את עקרונות ה-NLP ואת הקשר בין חשיבה, שפה וחוויה פנימית.

לפתח יכולת לזהות דפוסי חשיבה ואמונות המשפיעות על התנהגות ובחירה.

לרכוש כלים ליצירת שינוי תודעתי מתון ומדויק, מתוך עבודה עם מודלים שיחתיים.

לתרגל טכניקות מרכזיות לחיזוק חוסן, מסוגלות וייצוב מצבי רגש.

ללמוד לנסח מטרות באופן בהיר ומעורר פעולה, וללוות תהליך התקדמות.

להעמיק בהבנת מערכות תקשורת בין־אישית ולהתאים שיח לסגנונות שונים.

להטמיע יכולת יישומית בעבודה פרטנית וקבוצתית, תוך שמירה על רגישות והכוונה מקצועית.

קהל יעד

- מורות ומורים בשנת שבתון
- קיימת מגבלת הרשמה, ראה מידע נוסף

תנאי קבלה: קורס זה מיועד לבוגרי הסמכת NLP Practitioner

הקורס מורכב מ-3 חלקים:

חלק א': 20 מפגשי זום של 4 שעות, מפגש פעם בשבוע בימי שני בערב.

חלק ב': התנסות מעשית מודרכת, 10 שעות.

חלק ג': מודולה אסינכרונית לבחירה, 10 יחידות בהיקף כולל של 30 שעות: NLP לחוסן וטראומה, או גישת ה-ACT בטיפול (יש לבחור במודולה אחת ולבצע אותה באופן עצמאי באתר עד לתאריך 30.6).

## מטלת סיום

בחר/י סיטואציה חינוכית או בינאישית מחיי היום-יום (למשל התנהגות תלמיד, תקשורת בצוות, או התמודדות אישית עם קושי), ובצע/י ניתוח ויישום של אחד הכלים שנלמדו בקורס.

החלקים הנדרשים:

### תיאור המצב

הצגת הסיטואציה הרלוונטית באופן תמציתי ובהיר:

מה קרה? מי היו מעורבים? מה היה האתגר המרכזי?

זיהוי דפוסי חשיבה ורגש

תאר/י את הדפוסים, האמונות או האוטומטים שהתגלו במצב. ניתן להיעזר במושגים כגון: תתי-אופנויות, מטא-תוכניות, רמות לוגיות, עוגנים.

בחירת כלי NLP ויישומו בהקשר חינוכי/לימודי

בחר/י כלי אחד שלמדנו (למשל: ריפריימינג, יצירת עוגן, מטרה מעוצבת היטב, מעגל עוצמה, תהליך שינוי אמונה).

הסביר/י מדוע בחרת דווקא בו.

תאר/י צעד-אחר-צעד כיצד יושם הכלי בפועל.

תובנות ולקחים

מה השתנה בעקבות התהליך?

אילו תובנות עלו לגבי הדרך שבה אנו מפרשים ומתמודדים עם מצבים?

כיצד ניתן ליישם זאת בהמשך בעבודה עם אחרים?

#### מחווון

10% על הגשה מסודרת בהתאם להנחיות, 30% על חיבור לתכני השיעור והאופן שבו כלי NLP מתקדמים נתפסים ברמה התיאורטית, 30% על ניתוח נכון של השדה החינוכי שבו מתבצעת העבודה, 30% על פיתוח תוכנית התערבות או מערך מפגש בהתאם להנחיות העבודה.

פירוט המפגשים

| שעות          | נושא   | תאריך      | מפגש |
|---------------|--|------------|------|
| 4 שעות<br>זום | מבוא ל-master practitioner                       | 02/02/2027 | 1    |
| 4 שעות<br>זום | רמות לוגיות ותקשורת רב-<br>רובדית                | 09/02/2027 | 2    |
| 4 שעות<br>זום | מבוא למטא-תוכניות, זיהוי<br>דפוסי חשיבה והתנהגות | 16/02/2027 | 3    |
| 4 שעות<br>זום | מטא-תוכניות מתקדמות,<br>התאמת תקשורת             | 23/02/2027 | 4    |
| 4 שעות<br>זום | מבני אמונות, תפקידן<br>והשפעתן על חוויה והתנהלות | 02/03/2027 | 5    |
| 4 שעות<br>זום | אמונות מגבילות וסוגיהן                           | 09/03/2027 | 6    |
| 4 שעות<br>זום | טכניקות לשינוי אמונות – חלק<br>א'                | 16/03/2027 | 7    |
| 4 שעות<br>זום | טכניקות לשינוי אמונות – חלק<br>ב'                | 30/03/2027 | 8    |
| 4 שעות<br>זום | בניית מערכת אמונות מנצחת                         | 06/04/2027 | 9    |
| 4 שעות<br>זום | מבוא ל Sleight of Mouth                          | 13/04/2027 | 10   |
| 4 שעות<br>זום | דפוסים בסיסיים                                   | 20/04/2027 | 11   |
| 4 שעות<br>זום | דפוסים מתקדמים                                   | 04/05/2027 | 12   |
| 4 שעות<br>זום | אסטרטגיות שימוש ב Sleight of<br>Mouth            | 18/05/2027 | 13   |
| 4 שעות<br>זום | המטא-מודל המורחב ועבודה<br>שיחתית                | 25/05/2027 | 14   |
| 4 שעות<br>זום | מבוא למודלינג ומידול מצוינות                     | 01/06/2027 | 15   |

| שעות                | נושא  | תאריך      | מפגש |
|---------------------|---|------------|------|
| 4 שעות<br>זום       | תהליך המודלינג המובנה – איסוף, ניסוח והטמעה                               | 08/06/2027 | 16   |
| 4 שעות<br>זום       | מודלינג מערכות אמונה ודפוסים חוזרים                                       | 15/06/2027 | 17   |
| 4 שעות<br>זום       | עיצוב הדרכה והטמעה, תהליכי הנחיה מותאמים                                  | 22/06/2027 | 18   |
| 4 שעות<br>זום       | אינטגרציה: עבודה שיחתית ואינטואיטיבית                                     | 29/06/2027 | 19   |
| 4 שעות<br>זום       | סיכום, הצגת פרויקט מודלינג ותכנון המשך מקצועי                             | 06/07/2027 | 20   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | סודות המוח וה-NLP   או: הבסיס התאורטי של גישת ה-ACT                       | 01/05/2027 | 21   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | המפה אינה השטח – תפיסת המציאות   או: הכרות עם מודל הגמישות, אינטייק       | 02/05/2027 | 22   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | מצבי דחק   או: פעולה מחויבת ואני כהקשר                                    | 09/06/2027 | 23   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | "מראה שעל הקיר"   או: הדבקה והפרדה קוגניטיבית                             | 16/06/2027 | 24   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | מערכות היצוג החושיות ושימושן בהרגעה   או: טכניקות קבלה ומטאפורות טיפוליות | 23/05/2027 | 25   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | עוגנים ככלי להתמודדות במצבי דחק   או: דיאגרמת המטריקס                     | 01/06/2027 | 26   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | טכניקות דיסוציאציה להפחתת עוצמת הטראומה   או: פעולה מחויבת וקבלה          | 07/06/2027 | 27   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | סריטת דיסק, טכניקת Map Across   או: הדבקה והפרדה קוגניטיבית               | 14/06/2027 | 28   |

| שעות                | נושא  | תאריך      | מפגש |
|---------------------|---|------------|------|
| 4 שעות<br>אסינכרוני | ליפול ולא להתרסק   או:<br>נדיבות עצמית, טכניקות<br>ומשחקי פרספקטיבה     | 21/06/2027 | 29   |
| 4 שעות<br>אסינכרוני | ומתלמידי יותר מכולם – סיכום<br>  או: מגע עם ההווה ושילוב<br>הטבע בטיפול | 30/06/2027 | 30   |

## ביבליוגרפיה

### מקורות:

בנדלר, ר', וגרינדר, ג'. (1975). The Structure of Magic, Volume I: A Book About Language and Therapy. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books

דילטס, ר'. (1990). Changing Belief Systems with NLP. Cupertino, CA: Meta Publications

דילטס, ר', ודלזויה, ג'. (2000). Encyclopedia of Systemic Neuro-Linguistic Programming and NLP New Coding. Scotts Valley, CA: NLP University Press

הול, מ', ובודנהאמר, ב'. (1999). The User's Manual for the Brain: Mastering Systemic NLP. Carmarthen, Wales: Crown House Publishing

פרית, פ'. (2016). The NLP Master Practitioner Manual. Association for NLP