

# כלים קוגניטיביים-התנהגותיים להנחיית קבוצות ושיפור אקלים חברתי בכיתה

השתלמות יישום מיומנויות חברתיות — CBT חברתי: כלים קוגניטיביים-  
התנהגותיים להנחיית קבוצות ושיפור אקלים חברתי

מרצה	קוד קבוצה
<b>יפעת דדוש יוסף</b>	<b>C2798G1</b>
אופי הקורס	קוד קורס לשבתון
<b>אסינכרוני</b>	<b>2523</b>
שעות	יום
—	
שעות פיתוח מקצועי אופק חדש	היקף שעות
<b>30</b>	<b>30</b>
תאריך סיום	תאריך פתיחה
<b>30/06/2027</b>	<b>18/10/2026</b>
גמול	ש"ש שבתון
<b>30 (0 עם ציון)</b>	<b>1</b>

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

## תקציר

המרחב החברתי בבית הספר ובגן הוא הזירה המרכזית בה מתפתחים כישורים רגשיים ותפקודיים. הקורס מעניק לאנשי חינוך מודל עבודה ייחודי המשלב את עקרונות ה-CBT בתוך עבודה קבוצתית. המשתלמים ילמדו למפות צרכים חברתיים, לבנות קבוצת מיומנויות ולהקנות לתלמידים כלים לוויסות, תקשורת ופתרון קונפליקטים.

## רציונאל הקורס:

המרחב החברתי בבית הספר ובגן הוא הזירה המרכזית בה מתפתחים כישורים רגשיים ותפקודיים. קורס זה מעניק לאנשי חינוך מודל עבודה ייחודי המשלב את עקרונות ה-CBT (טיפול קוגניטיבי-התנהגותי) בתוך עבודה קבוצתית. המשתלמים ילמדו כיצד למפות צרכים חברתיים, לבנות קבוצת מיומנויות ולהקנות לתלמידים כלים לוויסות, תקשורת ופתרון קונפליקטים, מתוך מטרה לחזק את תחושת השייכות והחוסן החברתי.

## מטרות הקורס:

- הקניית שפה ומושגי יסוד מעולם ה-CBT הרלוונטיים לעבודה קבוצתית.
- רכישת כלים למיפוי חברתי כיתתי ובניית קבוצות התערבות ממוקדות.
- פיתוח מיומנויות להנחיית קבוצות בנושאי ויסות רגשי, ניהול כעסים ותקשורת.
- בניית פרוטוקול התערבות חברתי המותאם לצרכי השטח.

## מבנה הקורס (10 מפגשים):

1. מבוא ותשתית לעבודה קבוצתית — מבוא ל-CBT במרחב החברתי
2. הנחייה מול הוראה — סמכות מיטיבה מול הנחייה מאפשרת
3. מיפוי חברתי ובניית הקבוצה — קריטריונים לבניית קבוצה ובניית חוזה קבוצתי
4. בניית מטרות התנהגותיות ורגשיות

5. אוטיזם בקבוצה החברתית

6. פרוטוקול התערבות המותאם לקשיים התנהגותיים ורגשיים

7. ויסות רגשי ומודל הכעס

8. מודל פתרון בעיות

9. תקשורת מקרבת — כלי למנף קשר בריא ומצמיח

10. התבוננות אישית — העלאת ערך עצמי

#### קהל יעד

- עובדי הוראה, מורים וגננות, פעילים או בחצי שבתון
- מורות ומורים בשנת שבתון

#### מידע נוסף

על פי נהלי משרד החינוך על מנת להיות זכאים לגמול יש להשתתף ב-80% מהמפגשים, כאשר אחד מהם לפחות הוא מפגש זום. על כן שימו לב שיש בחירה בין המפגשים האסינכרוניים בקורס. לדוגמה: ניתן לבצע 7 יחידות אסינכרוניות + מפגש זום אחד, ולהיות זכאים כ"נוכחים" בקורס לגמול.

## חובות

### חובות הסטודנט:

- 80% נוכחות (8 מתוך 10 מטלות).
- הגשת מטלת סיום במועד.

### מטלת סיום:

בניית פרוטוקול התערבות חברתי לקבוצה כיתתית — כולל מיפוי חברתי, הגדרת מטרות התנהגותיות-רגשיות, חוזה קבוצתי, מודל לפתרון בעיות, וכלי תקשורת מקרבת. יישום והערכה.

## מחווין

10% על הגשה מסודרת בהתאם להנחיות, 30% על חיבור לתכני השיעור והאופן שבו התערבות CBT בקבוצה החברתית נתפס ברמה התיאורטית, 30% על ניתוח נכון של מקרה מהשדה החינוכי, 30% על פיתוח תוכנית התערבות או מערך מפגש בהתאם להנחיות העבודה.

פירוט המפגשים

שעות	נושא	תאריך	מפגש
3 שעות אסינכרוני	מבוא ותשתית לעבודה קבוצתית — מבוא ל-CBT במרחב החברתי	30/06/2027	1
3 שעות אסינכרוני	הנחייה מול הוראה — סמכות מיטיבה מול הנחייה מאפשרת	30/06/2027	2
3 שעות אסינכרוני	מיפוי חברתי ובניית הקבוצה — קריטריונים וחווה קבוצתי	30/06/2027	3
3 שעות אסינכרוני	בניית מטרות התנהגותיות ורגשיות	30/06/2027	4
3 שעות אסינכרוני	אוטזים בקבוצה החברתית	30/06/2027	5
3 שעות אסינכרוני	פרוטוקול התערבות המותאם לקשיים התנהגותיים ורגשיים	30/06/2027	6
3 שעות אסינכרוני	ויסות רגשי ומודל הכעס	30/06/2027	7
3 שעות אסינכרוני	מודל פתרון בעיות	30/06/2027	8
3 שעות אסינכרוני	תקשורת מקרבת — כלי למנף קשר בריא ומצמיח	30/06/2027	9
3 שעות אסינכרוני	התבוננות אישית — העלאת ערך עצמי	30/06/2027	10
1.5 שעות זום	שילוב בינה מלאכותית בעיצוב התערבויות קבוצתיות מבוססות CBT	14/06/2027	11
1.5 שעות זום	משחקולוגיה ככלי לחיזוק לכידות הקבוצה והשייכות החברתית	21/06/2027	12
1.5 שעות זום	פדגוגיה של חוסן ככלי לחיזוק הקבוצה החברתית בכיתה	28/06/2027	13

בק, א' ט' (2011). טיפול קוגניטיבי-התנהגותי: יסודות ויישומים.  
תל אביב: דיונון.

(Aaron T. Beck)

גוטמן, ג' (2014). שבעה עקרונות להצלחת הנישואין. תל אביב:  
מטר.

(רלוונטי להבנת תקשורת וקונפליקטים; John Gottman)

קנדל, פ' ק' (2010). טיפול קוגניטיבי-התנהגותי בילדים ובני  
נוער. תל אביב: רמות.

(מבוסס על Philip C. Kendall)

רוזנברג, מ' (2013). תקשורת מקרבת: שפה של חיים. תל אביב:  
אחיאסף.

(Marshall Rosenberg)

שונרט-רייכל, ק' (2019). למידה חברתית-רגשית: יישומים  
בכיתה. (תרגום לעברית).

(Kimberly Schonert-Reichl)

שפ"י – השירות הפסיכולוגי ייעוצי (2023). מיומנויות חברתיות  
והתערבות קבוצתית במערכת החינוך. ירושלים: משרד החינוך.

(שפ"י)

משרד החינוך (2022). קידום אקלים חינוכי מיטבי ומניעת  
אלימות. ירושלים: משרד החינוך.

