

# דמיון מודרך – טכניקות מעשיות

השתלמות דמיון מודרך – טכניקות מעשיות

מרצה	קוד קבוצה
<b>חי סיטבון</b>	<b>C27110G1</b>
אופי הקורס	קוד קורס לשבתון
<b>אסינכרוני</b>	<b>2531</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

הקורס מקנה הכרה מעמיקה של שיטת הדמיון המודרך וטכניקותיה המעשיות. נלמד את ההבדלים בין מודע, תת-מודע ותת-הכרה, נתרגל הרפיה, נפתח טכניקות הובלה ומציאות פנימית בטוחה, נכיר עבודה בקו הזמן ונקבל כלים אתיים לעבודה עם ילדים ומבוגרים.

רציונאל:

דמיון מודרך הוא כלי טיפולי-חינוכי המאפשר עבודה עם המודע ועם תת-המודע. הקורס מקנה את הכלים המקצועיים והאתיים לשימוש מיטבי בשיטה.

תוכן עניינים מקורי (לפי המגיש):

- מבוא לשיטה — דמיון מודרך לעומת שיטות אחרות
- הבדלים בסיסיים בין המודע לתת-המודע לתת-ההכרה
- טכניקות בסיסיות להרפיה + איך לזהות אדם שחווה דמיון מודרך
- טכניקות הובלה שונות ויצירת מציאות פנימית בטוחה
- תרגול חופשי ומעשי בכיתה
- דמיון מודרך בקו הזמן — עבר, הווה, עתיד
- חוקי אתיקה — מה לעשות ומה לא
- סיכום ותעודות

קהל יעד

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

המגיש לא העלה קובץ סילבוס; תוכן הקורס מבוסס על תוכן העניינים שהוגש בטופס ומורחב לעמידה בהיקף 30 שעות אסינכרוני. ניתן לפנות למרצה להשלמת קובץ סילבוס מלא ולעדכון תוכן הקורס.

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 הסטודנט:

- 80% נוכחות וצפייה בהרצאות.
- ביצוע התרגילים בכל מפגש.
- הגשת מטלת סיום.

מטלת סיום:

בניית מערך הנחיה מלא לדמיון מודרך מותאם לאוכלוסיית היעד של המשתלם, הכולל מטרות, טקסט הנחיה, טכניקת הרפיה ושאלות עיבוד. הסטודנט יציג בנוסף את הכללים האתיים שיישם.

10% על הגשה מסודרת בהתאם להנחיות, 30% על חיבור לתכני השיעור והאופן שבו שיטת הדמיון המודרך 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 לשיטה – דמיון מודרך לעומת שיטות אחרות	30/06/2027	1
3 שעות אסינכרוני	הבדלים בסיסיים בין המודע לתת-המודע לתת-ההכרה	30/06/2027	2
3 שעות אסינכרוני	טכניקות בסיסיות להרפיה	30/06/2027	3
3 שעות אסינכרוני	איך לזהות אדם שחווה דמיון מודרך	30/06/2027	4
3 שעות אסינכרוני	טכניקות הובלה שונות	30/06/2027	5
3 שעות אסינכרוני	יצירת מציאות פנימית בטוחה	30/06/2027	6
3 שעות אסינכרוני	תרגול חופשי ומעשי בכיתה	30/06/2027	7
3 שעות אסינכרוני	דמיון מודרך בקו הזמן – עבר, הווה, עתיד	30/06/2027	8
3 שעות אסינכרוני	חוקי אתיקה – מה לעשות ומה לא	30/06/2027	9
3 שעות אסינכרוני	סיכום, מערך הנחיה אישי ותעודות	30/06/2027	10
1.5 שעות זום	שימוש בבינה מלאכותית להנחיית דמיון מודרך בקרב ילדים ותלמידים	14/06/2027	11
1.5 שעות זום	משחקולוגיה ככלי להעצמת חוויות דמיון מודרך	21/06/2027	12
1.5 שעות זום	פדגוגיה של חוסן באמצעות דמיון מודרך כמשאב פנימי	28/06/2027	13

אסגיולי, ר' (2005). פסיכוסניתזה: עקרונות ושיטות. תל אביב: אחיאסף.

(מבוסס על Roberto Assagioli)

אריקסון, מ' ה' (2008). היפנוזה טיפולית: מבוא לשיטתו של מילטון אריקסון. תל אביב: רמות.

(מבוסס על Milton H. Erickson)

בן-שחר, ט' (2010). אושר אפשרי. תל אביב: מטר.

(Tal Ben-Shahar)

גרין, א' (2015). דמיון מודרך: מדריך מעשי למטפל ולמנחה. תל אביב: אור-עם.

לוין, פ' א' (2012). להעיר את הנמר: ריפוי מטראומה. תל אביב: פראג.

(Peter A. Levine)

פרויד, ז' (2002). מבוא לפסיכואנליזה. תל אביב: עם עובד.

(Sigmund Freud)

פרלס, פ' (1998). גשטלט תרפיה הלכה למעשה. תל אביב: דביר.

(Fritz Perls)

קבט-זין, ג' (2010). לחיות חיים שלמים: מיינדפולנס להתמודדות עם לחץ. תל אביב: כנרת זמורה.

(Jon Kabat-Zinn)

רוג'רס, ק' (2003). על הפסיכותרפיה והאדם. תל אביב: דביר.

(Carl Rogers)

שפ"י – השירות הפסיכולוגי ייעוצי (2023). עקרונות אתיים בעבודה חינוכית-טיפולית עם תלמידים. ירושלים: משרד החינוך.

(שפ"י)