

NLP ממוקד חוסן וטראומה

NLP ממוקד חוסן וטראומה - שבתון

קוד קבוצה	מרצה
C2731G1	יוחנן קפקה
קוד קורס לשבתון	אופי הקורס
3519	היברידי (זום+אסינכרוני)
יום	שעות
א	-
היקף שעות	שעות פיתוח מקצועי אופק חדש
30	30
תאריך פתיחה	תאריך סיום
18/10/2026	30/06/2027
ש"ש שבתון	גמול
1	30 (0 עם ציון)
קישור לקבוצה	חוברת קורס
לחצ'י להצטרפות	לחצ'י לצפייה בחוברת

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

תקציר

קורס המקנה כלים מעולם ה-NLP להתמודדות עם מצבי לחץ, חירום וטראומה בהקשר חינוכי. המשתתפים ירכשו טכניקות יעילות לפיתוח חוסן והתמודדות עם אתגרים רגשיים.

מידע כללי

מטרות למידה:

נלמד כיצד ליישם את עקרונות וטכניקות ה-NLP באופן מעשי ומהיר בסיטואציות קיצוניות. נתמקד בפיתוח מיומנויות תקשורת אפקטיבית, טכניקות הרגעה מהירות, ושיטות לשינוי תפיסתי ורגשי בזמן אמת.

הקורס משלב למידה תיאורטית עם תרגול מעשי.

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.

מטלת סיכום:

למדנו על שני סוגי ריפריימינג: ריפריימינג של משמעות ושל קשר.

1. הסבירו והדגימו כל אחד מהם, רצוי סביב סיטואציה חינוכית כלשהי (בבית הספר או בין ילדים להוריהם).

2. מהי "שאלת ריפריימינג"? תנו דוגמה.

3. תרגול חינוכי:

בתרגיל זה תתבקשו לתת מסגור חדש לדוגמאות הבאות ע"י שאלות שנפנה במפגש אישי, בו נתמקד בשינוי הקול הפנימי המתאר את ה'בעיה' או הסטיגמה של מי שמולנו. במקרה זה: תלמידים או עמיתים לצוות:

4. כיתבו רפלקציה קצרה (כ-10 שורות), על התהליך שעברתם עד כה במהלך הקורס.

מחווון

10% על הגשה מסודרת בהתאם להנחיות, 30% על חיבור לתכני השיעור והאופן שבו כלי NLP להתמודדות עם חוסן וטראומה נתפסים ברמה התיאורטית, 30% על ניתוח נכון של השדה החינוכי שבו מתבצעת העבודה, 30% על פיתוח תוכנית התערבות בהתאם להנחיות העבודה.



פירוט המפגשים

שעות	נושא	תאריך	מפגש
3 שעות אסינכרוני	סודות המוח והNLP	30/06/2027	1
3 שעות אסינכרוני	"המפה אינה השטח" – תפסית המציאות בNLP	30/06/2027	2
3 שעות אסינכרוני	'מצבי דחק"	30/06/2027	3
3 שעות אסינכרוני	"מראה מראה שעל הקיר"	30/06/2027	4
3 שעות אסינכרוני	מערכות הייצוג החושיות ושימושן בהרגעה	30/06/2027	5
3 שעות אסינכרוני	עוגנים ככלי להתמודדות במצבי דחק	30/06/2027	6
3 שעות אסינכרוני	טכניקות דיסוציאציה להפחתת עוצמת הטראומה	30/06/2027	7
3 שעות אסינכרוני	סריטת דיסק' טכניקת Map Across	30/06/2027	8
3 שעות אסינכרוני	'ליפול ולא להתרסק"	30/06/2027	9
3 שעות אסינכרוני	"ומתלמידי יותר מכולם"	30/06/2027	10
3 שעות זום	טכניקות NLP לבניית חוסן רגשי בקרב מתמודדים עם טראומה	14/06/2027	11
3 שעות זום	בינה מלאכותית ככלי תומך לעיבוד טראומה ופיתוח חוסן	21/06/2027	12
3 שעות זום	משחק ככלי לעיבוד טראומה ובניית חוסן רגשי	28/06/2027	13

Jurafsky, D., & Martin, J. H. (2009). Speech and language processing: An introduction to natural language processing, computational linguistics, and speech recognition. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall

Manning, C. D., & Schütze, H. (1999). Foundations of statistical natural language processing. MIT press

Bird, S., Klein, E., & Loper, E. (2009). Natural language processing with Python: analyzing text with the natural language toolkit. O'Reilly Media, Inc

Goldberg, Y. (2017). Neural network methods for natural language processing. Synthesis Lectures on Human Language Technologies, 10(1), 1-309

Eisenstein, J. (2019). Introduction to natural language processing. MIT Press