

כלים לגיל ההתבגרות

כלים לגיל ההתבגרות

קוד קבוצה	מרצה
C2747G1	דניאל ניקריטין
קוד קורס לשבתון	אופי הקורס
2201	היברידי (סינכרוני + אסינכרוני)
יום	שעות
ג	19:15-21:45
היקף שעות	שעות פיתוח מקצועי אופק חדש
60	60
תאריך פתיחה	תאריך סיום
20/10/2026	09/02/2027
ש"ש שבתון	גמול
2	60 (60 עם ציון)
קישור לקבוצה	חוברת קורס
לחצו להצטרפות	לחצו לצפייה בחוברת

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

תקציר

הקורס עוסק בהבנת מאפייני גיל ההתבגרות ואתגריו. נלמד על התפתחות הזהות אצל נערים ונערות, תפקיד ההורים והמורים בתהליך, וכלים מעשיים להתמודדות עם אתגרי התקופה. הקורס מתמקד בעולם החינוכי ובליווי הורים ליצירת תקשורת יעילה עם בני הנוער בבית.

מטרות הקורס

הלומדים ירכשו הבנה מקיפה של גיל ההתבגרות ויקבלו כלים להבחנה בין התפתחות נורמטיבית למצבים הדורשים התערבות. יכירו את תפקיד מערכת החינוך בליווי המתבגרים ואת הדינמיקה במשולש מתבגר-הורה-בית ספר. ההורים יקבלו כלים מעשיים לתקשורת וליווי יעיל של המתבגר בדרכו לעצמאות וגיבוש זהות.

נושאים עיקריים :

1. מאפייני גיל ההתבגרות
2. זהות, שייכות וגבולות
3. דפוסי התפתחות
4. יחסי הורים-מתבגרים
5. כלים להכוונת הורים

מידע נוסף

ניתן לקחת יחד עם הקורס נוער בסיכון ולקבל תעודה של "מנחה מאמן לגיל ההתבגרות ולנוער בסיכון"

מטלת אמצע:

תיעוד ואנליזה של שיחות עם מתבגר והורה – זיהוי קולות, אתגרים וטרמינולוגיה מהקורס.

מטלת סיום:

תיעוד שיחות עם מתבגר, הורה ואיש חינוך + הצגת תכנית עבודה למיטוב הקשרים.

יש להוסיף רפלקציה לתהליך שעברת במהלך הקורס, בזיקה לתכנים הנלמדים וההתנסות בהם בשדה החינוכי.

מחווון

10% על הגשה מסודרת בהתאם להנחיות, 30% על חיבור לתכני השיעור והאופן שבו מאפייני גיל ההתבגרות נתפסים ברמה התיאורטית, 30% על ניתוח נכון של מקרה מהשדה החינוכי, 30% על פיתוח תוכנית התערבות או מערך מפגש בהתאם להנחיות העבודה.

מפגש	תאריך	נושא	שעות
1	20/10/2026	מפגש פתיחה בזום – מה נלמד, איך נלמד, לאן נרצה להגיע?	4 שעות זום
2	27/10/2026	"ללכת אל, ללכת מ..." – התבגרות ממה, ולקראת מה? טרמינולוגיה, למידה מושגית מבואית	3 שעות זום
3	03/11/2026	"אתם איתי בדרך" – תהליכי התבגרות של הורות לילד מתבגר.	4 שעות זום
4	10/11/2026	"עוף גוזל" – על שלב ההתבגרות הראשוני: מאפיינים רגשיים-חברתיים	3 שעות זום
5	17/11/2026	"עוף גוזל" – על שלב ההתבגרות הראשוני: מאפיינים גופניים, בניית זהות, גבולות והתנגדות	4 שעות זום
6	24/11/2026	"מה איתי, מה איתי מה איתי" – שלב ההתבגרות המרכזי. מאפיינים רגשיים-חברתיים	3 שעות זום
7	01/12/2026	"מה איתי, מה איתי מה איתי" – שלב ההתבגרות המרכזי/אמצעי. מאפיינים גופניים	4 שעות זום
8	15/12/2026	"איפה זה שם אותי, איפה זה שם אותך" – התבוננות על ההורות בשלבי ההתבגרות עד כה	3 שעות זום
9	22/12/2026	"אני רואה אותה בדרך לגימנסיה" – מקומה (המוגבל) של מערכת החינוך	4 שעות זום
10	29/12/2026	מפגש מאגם מה שנלמד עד כה. הבהרות לגבי מטלת האמצע	4 שעות זום
11	05/01/2027	"איפה היית, תגידי איפה היית" – יחסים זוגיים בגיל ההתבגרות	4 שעות זום

מפגש	תאריך	נושא	שעות
12	12/01/2027	"אני בחור אנלוגי בעולם דיגיטלי" – הורות בדור האלפא	4 שעות זום
13	19/01/2027	"חוליה בשרשרת" – על זהות ושייכות	4 שעות זום
14	26/01/2027	"גם אני רוצה לעוף" – שלב ההתבגרות השלישי. מאפיינים רגשיים-חברתיים	4 שעות זום
15	02/02/2027	"זה עושה לי בגוף הרגשה של קסמים" – שלב ההתבגרות השלישי. מאפיינים גופניים	4 שעות זום
16	09/02/2027	לאן הולכים מכאן? על מעברים, התלבטויות ומסלולי המשך לאחר תיכון	4 שעות זום

ביבליוגרפיה

ולניק-שמש, ד. והיימן, ט. (2012). אלימות ובריונות ברשת: תמונת מצב. הד החינוך, 86, 32-35.

הררי, ד. (2005). הורים עשרה: הדרמה של הורים למתבגרים. פסיכולוגיה משכל.

כורם, ע. ואולמן, ח. (2006). עיסוק בדיאטה בקרב נערות-הקשרים להיבטים רגשיים והתנהגותיים. מפגש לעבודה חינוכית סוציאלית, 24, 171-183.

סולברג ש. (2007). פסיכולוגיה של הילד והמתבגר – מבוא לפסיכולוגיה התפתחותית, מהדורה שנייה ומורחבת. מאגנס, וידעיות אחרונות.

שולמן, ש. (1995). יחסים חברתיים ומשימות התפתחותיות בגיל ההתבגרות. בתוך ח. פלום (עורך), מתבגרים בישראל: היבטים אישיים, משפחתיים וחברתיים (עמ' 61-80). רכס

