

פדגוגיה של חוסן

פדגוגיה של חוסן- שבתון

מרצה	קוד קבוצה
ד"ר דניאל ניקריטין	C2722G1
אופי הקורס	קוד קורס לשבתון
היברידי (זום+אסינכרוני)	2402
שעות	יום
—	א
שעות פיתוח מקצועי אופק חדש	היקף שעות
30	30
תאריך סיום	תאריך פתיחה
30/06/2027	18/10/2026
גמול	ש"ש שבתון
30 (0 עם ציון)	1
חוברת קורס	קישור לקבוצה
לחצ'י לצפייה בחוברת	לחצ'י להצטרפות

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

תקציר
קורס המציג כלים ותיאוריות לבניית חוסן אישי וקהילתי במסגרת החינוכית. המשתתפים ילמדו אסטרטגיות להתמודדות עם אתגרים ומשברים בחיי היומיום בבית הספר.

מטרות הקורס:

למידת מושגים ועקרונות הכרוכים במצב חירום ודרכי התמודדות עימם בכיתה

למידת מושגים ועקרונות הכרוכים בהשתקמות והתאוששות ודרכי התמודדות עמם בכיתה ומעבר לה

למידת מושגים ועקרונות לאורח חיים מיטבי ודרכי הישום שלהם בכיתה ומעבר לה.

למידת מושגים ועקרונות לאורח חיים מצמיח ושואף ודרכי הישום שלהם בכיתה ומעבר לה.

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:

1. ניתוח סיטואציה והיעזרות בכלי חוסן:

א. צינו מקרה שבו הייתם מעורבים, יחד עם ילד.ה או מתבגר.ת.
בחרו מקרה שבו שאלת החוסן היתה רלוונטית.

נסו לפרט – מה איפיין את הסיטואציה, מה היה האתגר ומה
במאפייניו של הילד קשור ליכולתו להתמודד/לא להתמודד עם
הסיטואציה. השתדלו לפרט גם היבטים רחבים יותר- מי
האנשים, מי המשאבים ומה האפשרויות השונות להתמודדות עם
הסיטואציה.

ב. הציגו לפחות שני כלים/תובנות מתוך הקורס שלמדנו –
שעשויים לעמוד לרשותכם, על מנת לסייע לילד.

2. העלאת שני עמודים לדוגמה, מתוך יומן המסע.

בחרו שני עמודים מתוך יומן המסע שמילאתם, ושתפו אותי כאן.

3. רפלקציה: אודה על כתיבת רפלקציה קצרה לגבי הקורס –
תכנים, דרכי למידה ותקשורת ועוד היבטים.

מחווין

10% על הגשה מסודרת בהתאם להנחיות, 30% על חיבור
לתכני השיעור והאופן שבו פדגוגיה של חוסן נתפסת ברמה
התיאורטית, 30% על ניתוח נכון של השדה החינוכי שבו
מתבצעת העבודה, 30% על פיתוח מערך שיעור או תוכנית
בהתאם להנחיות העבודה.

מפגש	תאריך	נושא	שעות
1	30/06/2027	מבוא – הגדרת החוסן, מהי פדגוגיה של חוסן ואיך לומדים בקורס?	3 שעות אסינכרוני
2	30/06/2027	מצב משברי- מאפיינים, מודל תיאורטי, וכלים להתמודדות והתערבות	3 שעות אסינכרוני
3	30/06/2027	מודל מעש"ה וגשר מאחד	3 שעות אסינכרוני
4	30/06/2027	הדהוד הנלמד לאור אירועי התקופה והמצב	3 שעות אסינכרוני
5	30/06/2027	להתחיל ללכת – יציאה והשתקמות לאחר משבר.	3 שעות אסינכרוני
6	30/06/2027	שגרה מיטיבה – עקרונות לשגרה מיטיבה ומאפשרת צמיחה.	3 שעות אסינכרוני
7	30/06/2027	אתגרי המיסוך וה VUCA – אתגרים אישיים ורגשיים בעידן הנוכחי	3 שעות אסינכרוני
8	30/06/2027	חיברות וחברים	3 שעות אסינכרוני
9	30/06/2027	להתחיל לעוף – גריט, מסוגלות ועוד עקרונות לתנועה ומוטיבציה	3 שעות אסינכרוני
10	30/06/2027	הדהוד הנלמד בעולמי האישי והפדגוגי	3 שעות אסינכרוני
11	14/06/2027	מודלים של פדגוגיה של חוסן בכיתה ובבית הספר	3 שעות זום
12	21/06/2027	בינה מלאכותית ככלי תומך בפדגוגיה של חוסן	3 שעות זום

שעות	נושא	תאריך	מפגש
3 שעות זום	משחוק ככלי בפדגוגיה של חוסן	28/06/2027	13

1. אהרן אנטנובסקי, (1998) המודל הסלוטוגני כתיאוריה מכוונת בקידום הבריאות, מגמות, 1-2, 170-181
2. אורן ארגז, (2016), חינוך קונטמפלטיבי, מודעות קשובה ופדגוגיות התבוננות: מבט על, גילוי דעת, 9, 71-104
3. אנג'לה דאקוורת, (2017) גריט, תל אביב: מטר
4. לביא, ת' ושות' (2006). הצעה להתערבות ממוקדת, קצרת מועד במצבי חירום. אוחזר מתוך:
[s/Shefi/HerumLachatzMashber/herum/HitarvutMemukedetBeHerum.htm?wbc_purpose=Basic](https://www.shefi.ac.il/HerumLachatzMashber/herum/HitarvutMemukedetBeHerum.htm?wbc_purpose=Basic)
5. מולי להד, (1999) מודל החוסן הרב ממדי ושימושו ברמת הפרט, הקבוצה והארגון. אוחזר מתוך:
[.il/EducationCMS/Units/Shefi/HerumLachatzMashber/herum/BasicPh.htm](https://www.shefi.ac.il/EducationCMS/Units/Shefi/HerumLachatzMashber/herum/BasicPh.htm)
6. מרטין סליגמן (2000) ילדות אופטימית, תל אביב: עם עובד
7. אבי עשור (2004), בית ספר מצמיח: בית ספר התומך בצרכים נפשיים ומקדם קשב לעצמי ולאחר, בתוך: בית הספר העתידי (עורך: רוני אבירם), מסדה. תל אביב.
8. אורית לוי-פלדמן, (2020) ממחנך לחונך: המורה הטוב למאה העשרים ואחת, גילוי דעת, 16, 43-69
9. קלינגמן, א'. התערבות מערכתית מונעת בעת אסון וטראומה. אוחזר מתוך:
[ducationCMS/Units/Shefi/HerumLachatzMashber/herum/ManuatAson.htm](https://www.shefi.ac.il/EducationCMS/Units/Shefi/HerumLachatzMashber/herum/ManuatAson.htm)
10. מרדכי רוטנברג, (2010), מבוא לפסיכולוגיה של הצמצום, ראובן מס
11. Deci, E., & Ryan, R. (Eds.), (2002). Handbook of self-determination research. Rochester, NY: University of Rochester Press

Farchi, Moshe, Gidron, Yori , (2010) The Effects of .12
"Psychological Inoculation" Versus Ventilation on the
Mental Resilience of Israeli Citizens Under Continuous
War Stress, The Journal of Nervous and Mental Disease,
198, 382-384

Richardson, Glenn E. (2002). "The metatheory of .13
resilience and resiliency". Journal of Clinical
Psychology. 58 (3): 307–32