המרכז לפסיכולוגיה פרודוקטיבית
מבית שיקן ברביבאי

סילבוס קורס הכשרת מדריכי הורים

תיאור הקורס: הקורס מיועד להכשיר אנשי מקצוע להדרכת הורים, תוך הקניית ידע תיאורטי מקיף וכלים מעשיים להתמודדות עם אתגרי ההורות המודרנית. התכנית בנויה באופן הדרגתי, החל מיסודות פסיכולוגיים ועד להתמחות בנושאים ספציפיים ובניית פרקטיקה מקצועית. הקורס כולל 20 מפגשים, כל מפגש בן שעתיים וחצי.

חלק א': יסודות ותיאוריה (מפגשים 1-4)

- **מפגש 1: מבוא לעולם הדרכת ההורים > 27.04.26**

- **הגדרת התחום:** בחינת מהותה של הדרכת הורים כתהליך המקנה כלים, מחזק את הסמכות ההורית ומשפר את מערכות היחסים במשפחה.
- **תפקיד המדריך/ה:** ניתוח תפקיד המדריך כמלווה, מתווך ומקור ידע. הגדרת גבולות האחריות המקצועית וההבחנה בין הדרכה לטיפול.
- **אתיקה מקצועית:** סקירת עקרונות היסוד של האתיקה המקצועית, לרבות סודיות, יושרה, אחריות ומחויבות כלפי המודרכים.

בתאריך: 04.05.26 ל"ג בעומר – אין שיעור

- **מפגש 2: גישות פסיכולוגיות מרכזיות בהורות > 11.05.26**

- **הגישה האדלריאנית:** לימוד עקרונות התיאוריה של אלפרד אדלר, תוך התמקדות בצורך הבסיסי של הילד בתחושת שייכות, וניתוח "מטרות מוטעות" בהתנהגות.
- **תיאוריית ההיקשרות (Attachment Theory):** הבנת חשיבותו של הקשר הראשוני בין הילד לדמות המטפלת כבסיס להתפתחות רגשית, חברתית וקוגניטיבית תקינה.
- **גישות נוספות:** סקירה והיכרות עם גישות משלימות כגון הגישה ההתנהגותית-קוגניטיבית (CBT) ויישומן בהקשר ההורי.

- **<u>מפגש 3: שלבי התפתחות הילד > 18.05.26</u>**

- **ינקות וילדות מוקדמת (0-6):** סקירת אבני הדרך ההתפתחותיות המרכזיות – מוטורית, שפתית, קוגניטיבית ורגשית.
- **ילדות מאוחרת (7-12):** ניתוח המעבר לחשיבה מופשטת, התפתחות כישורים חברתיים, חשיבות קבוצת השווים וגיבוש הדימוי העצמי.
- **גיל ההתבגרות (13-18):** הבנת האתגרים הייחודיים לגיל זה, לרבות חיפוש אחר עצמאות, שינויים פיזיולוגיים והורמונליים, וגיבוש זהות אישית.

- **<u>מפגש 4: המשפחה כמערכת > 25.05.26</u>**

- **הגישה המערכתית:** הצגת התפיסה הרואה במשפחה יחידה אורגנית שלמה, שבה כל פרט משפיע ומושפע מהדינמיקה הכוללת.
- **תפקידים ודינמיקה:** זיהוי וניתוח תפקידים גלויים וסמויים בתוך המערכת המשפחתית, והבנת דפוסי כוח ותקשורת.
- **השפעת המערכת:** בחינת האופן שבו שינוי אצל פרט אחד במערכת (למשל, הורה) מוביל לשינוי במערכת כולה.

<u>חלק ב': מיומנויות הדרכה והתערבות (מפגשים 5-10)</u>

- **<u>מפגש 5: בניית הברית ההדרכתית > 01.06.26</u>**

- **יצירת אמון ומרחב בטוח:** טכניקות ליצירת קשר מקצועי המבוסס על אמון, קבלה וחוסר שיפוטיות.
- **הקשבה פעילה ואמפתיה:** תרגול מיומנויות הקשבה עמוקה, שיקוף ותיקוף רגשות ההורים כבסיס לתהליך אפקטיבי.
- **שפת הגוף ותקשורת בלתי מילולית:** הבנת חשיבות המסרים הלא-מילוליים בתהליך ההדרכה.

- **<u>מפגש 6: תהליך האינטייק והגדרת מטרות > 08.06.26</u>**

- **מבנה מפגש ראשון:** לימוד השלבים המובנים של מפגש היכרות, כולל תיאום ציפיות וחוזה עבודה.
- **איסוף מידע:** כלים ומתודולוגיות לאיסוף מידע רלוונטי על ההיסטוריה המשפחתית, האתגרים והחוזקות.
- **הגדרת מטרות (SMART):** סיוע להורים בהגדרת מטרות ספציפיות, מדידות, בנות השגה, רלוונטיות ומוגדרות בזמן לתהליך ההדרכה.

<u>בתאריך: 15.06.26 – אין שיעור</u>

- **<u>מפגש 7: הקניית מיומנויות תקשורת להורים > 22.06.26</u>**

- **תקשורת מקרבת:** לימוד עקרונות התקשורת הלא-אלימה של מרשאל רוזנברג ככלי לניהול דיאלוג מכבד.
- **"מסרי אני" מול "מסרי אתה":** ההבחנה בין תקשורת המבטאת צרכים ורגשות אישיים לבין תקשורת מאשימה.
- **ניהול קונפליקטים:** אסטרטגיות לפתרון בעיות וניהול קונפליקטים באופן בונה בין הורים לילדים.

- **<u>מפגש 8: הצבת גבולות וחיזוק הסמכות ההורית > 29.06.26</u>**

- **חשיבות הגבולות:** הבנת תפקידם של גבולות ביצירת ביטחון, ודאות ויציבות רגשית עבור הילד.
- **עקביות, נחישות ואי-אלימות:** לימוד עקרונות הסמכות החדשה – נוכחות הורית, התנגדות פסיבית והימנעות מהסלמה.
- **תוצאות טבעיות והגיוניות:** שימוש בתוצאות הנובעות ישירות מהתנהגות הילד ככלי חינוכי המעודד לקיחת אחריות.

- **מפגש 9: כוחו של עידוד > 06.07.26**

- **ההבחנה בין עידוד לשבח:** ניתוח ההבדלים המהותיים בין שבח, המתמקד בתוצאה, לבין עידוד, המתמקד במאמץ, בתהליך ובהתפתחות.
- **בניית חוסן ודימוי עצמי:** כיצד שימוש בשפת העידוד תורם לפיתוח תחושת מסוגלות, ערך עצמי וחוסן נפשי.
- **יישום מעשי:** דוגמאות ותרגול של שפת עידוד בסיטואציות יומיומיות שונות.

- **מפגש 10: התמודדות עם יריבות בין אחים > 13.07.26**

- **ניתוח מקורות הקונפליקט:** הבנת הגורמים ליריבות, כגון תחרות על תשומת לב ומשאבים, קנאה והבדלי טמפרמנט.
- **אסטרטגיות התערבות הורית:** כלים להתמודדות יעילה עם מריבות – הימנעות מהשוואות, הקדשת זמן אישי לכל ילד, וגישור ניטרלי.
- **טיפוח שיתוף פעולה:** דרכים לעידוד יחסים חיוביים, אמפתיה ושיתוף פעולה בין אחים.

חלק ג': סוגיות מתקדמות ואתגרים (מפגשים 11-16)

- **מפגש 11: התמודדות עם אתגרי התנהגות מורכבים > 20.07.26**

- **התקפי זעם (Tantrums):** הבנת המנגנון הפיזיולוגי והרגשי מאחורי התקפי זעם ודרכי תגובה יעילות המותאמות לגיל הילד.
- **תוקפנות והתנגדות:** אסטרטגיות לניהול התנהגות תוקפנית והתנגדות לסמכות, תוך זיהוי הצורך העומד בבסיס ההתנהגות.
- **ניתוח פונקציונלי של התנהגות:** לימוד מתודולוגיה לזיהוי המטרה או הפונקציה שההתנהגות המאתגרת משרתת עבור הילד.



- **<u>מפגש 12: הורות בעידן הדיגיטלי > 27.07.26</u>**

- **ניהול זמן מסך:** קביעת כללים וגבולות לשימוש מאוזן ובריא במסכים, והתמודדות עם התנגדויות.
- **בטיחות ברשת וחשיפה לתכנים:** הדרכת הורים כיצד ללוות את ילדיהם בעולם הדיגיטלי, ללמדם גלישה בטוחה ולהגן עליהם מפני סכנות.
- **השפעת המדיה החברתית:** דיון בהשפעות של רשתות חברתיות על הדימוי העצמי והקשרים החברתיים של ילדים ומתבגרים.

- **<u>מפגש 13: ליווי המשפחה במצבי מעבר ומשבר > 03.08.26</u>**

- **גירושין ומשפחות מורכבות:** כלים לתמיכה בילדים ובהורים בתהליכי פרידה ובניית תא משפחתי חדש.
- **שינויים משמעותיים:** התמודדות עם מעבר דירה, לידת אח/ות, או מעבר למסגרת חינוכית חדשה.
- **בניית חוסן משפחתי:** אסטרטגיות לחיזוק היכולת של המשפחה להתמודד עם אתגרים, שינויים ומשברים.

- **<u>מפגש 14: עבודה עם משפחות מגוונות > 10.08.26</u>**

- **רגישות תרבותית:** פיתוח מודעות והבנה לנורמות וערכים תרבותיים שונים והשפעתם על סגנונות הורות.
- **מבנים משפחתיים שונים:** התאמת תהליך ההדרכה למשפחות חד-הוריות, משפחות להט״ב, ומשפחות מאמצות.
- **התאמת תהליך ההדרכה:** כיצד להתאים את הכלים והגישות להקשר הייחודי של כל משפחה.

המרכז לפסיכולוגיה
פרודוקטיבית
מבית שיקן ברביבזוי

- **מפגש 15: העולם הפנימי של ההורה > 17.08.26**

- **שחיקה הורית :** זיהוי סימני שחיקה ומתן כלים להתמודדות, ויסות עצמי ומניעה.
- **חשיבות ה-Self-Care:** הדגשת הצורך של הורים לדאוג לרווחתם הפיזית והנפשית כתנאי להורות מיטיבה.
- **ניהול ציפיות ואשמה:** עבודה על שחרור ציפיות לא ריאליות מעצמם ומילדיהם, והתמודדות עם רגשות אשמה.

- **מפגש 16: הנחיית קבוצות הורים > 24.08.26**

- **עקרונות בהנחיה קבוצתית:** הבנת הדינמיקה הקבוצתית, שלבי התפתחות הקבוצה ותפקיד המנחה.
- **מיומנויות הנחיה:** כלים לניהול דיון, יצירת מרחב בטוח ומכיל, והתמודדות עם משתתפים מאתגרים.
- **תכנון ובניית סדנה:** שלבים מעשיים בתכנון מבנה ותכנים לסדנאות וקבוצות הורים.

בתאריך: 31.08.26 – אין שיעור

חלק ד': פרקטיקה מקצועית (מפגשים 17-20)

- **מפגש 17: הקמה וניהול עסק להדרכת הורים > 07.09.26**

- **שיווק ומיתוג אישי:** אסטרטגיות לבניית מותג מקצועי, יצירת נוכחות דיגיטלית ושיווק ברשתות חברתיות.
- **תמחור והיבטים פיננסיים:** מודלים לתמחור שירותי הדרכה (פרטני, קבוצתי, סדנאות) וניהול פיננסי בסיסי של העסק.
- **היבטים אדמיניסטרטיביים:** חשיבות השימוש בחוזים, ביטוח אחריות מקצועית וכלים לניהול לקוחות.

המרכז לפסיכולוגיה
פרודוקטיבית
מבית שיון ברביבוי



- **מפגש 18: ניתוחי מקרה ותרגול מעשי > 14.09.26**

- **יישום התיאוריה:** ניתוח מעמיק של תיאורי מקרה מהשטח, המדגימים אתגרים ודילמות נפוצות.
- **סימולציות:** תרגול מיומנויות הדרכה בסיטואציות מורכבות (למשל, מפגש אינטייק, התמודדות עם התנגדות) בסביבה תומכת.
- **מתן וקבלת משוב:** פיתוח היכולת להעניק ולקבל משוב בונה מעמיתים ככלי להתפתחות מקצועית.

בתאריך: 21.09.26 – אין שיעור

בתאריך: 28.06.26 – אין שיעור

- **מפגש 19: (Supervision) פרקטיקום והדרכה > 05.10.26**

- **הצגת מקרים מהשטח:** הזדמנות למשתתפי הקורס להציג מקרים אמיתיים מתחילת דרכם המקצועית.
- **קבלת הדרכה מקצועית:** דיון וניתוח המקרים בקבוצה, קבלת משוב, הכוונה ורעיונות להתערבות מהמנחה ומהעמיתים.
- **רפלקציה ולמידה מתמשכת:** עידוד תהליכי חשיבה רפלקטיבית על הפרקטיקה המקצועית וזיהוי אזורים לצמיחה.

- **מפגש 20: סיכום, אינטגרציה והסמכה > 12.10.26**

- **סקירה וחיבור:** חזרה על נושאי הלימוד המרכזיים וחיבורם לכדי תפיסת עבודה אישית ומגובשת.
- **דיון פתוח ושאלות:** מפגש פתוח לשאלות, הבהרות ודיון מסכם על תהליך הלמידה.
- **הצעדים הבאים וסיום:** הכוונה להמשך התפתחות מקצועית, הצטרפות לקהילת בוגרים וחלוקת תעודות סיום כולל הרישום בלשכה למקצועות בריאות משלימים .