

## הלכה למעשה - קורס העמקה וליווי למנחי מיינדפולנס בעבודה עם ילדים ונוער



מתוך העבודה בשטח לעיתים קרובות עולים אתגרים מגוונים המצריכים חיבור של התרגול האישי בתוך המפגש עם הילדים ובני הנוער, הכוונה מדויקת לגבי השימוש בתכנים השונים הקניית המיומנויות קשב, עבודה עם התנגדויות, ועוד כלים רבים. קורס זה נבנה מתוך צורך של מנחים רבים העוסקים במיינדפולנס עם ילדים ליצירת מסגרת מסודרת המאפשרת העמקה, ליווי ותמיכה, לימוד משותף ופיתוח עצמי. זאת, בכדי למצוא דרך משותפת להתפתח בתוך מציאות מורכבת המשתקפת מתוך המפגשים בשטח.

### מנושאי הקורס:

- העמקת התרגול האישי : טיפוח ריכוז 4 האמיתות , הסטיפטנה כתשתית לפיתוח מיומנויות.
- הדהרמה כתמיכה - נעמיק את התרגול וההשראה שיש ב " כוחות התודעה".
- הנוכחות הקשובה - תשתית המרחב ממנו אנו מלמדים וחיים ומשמעותה במפגש החינוכי.
- טיפוח איכויות הלב - הכרת תודה חמלה, קבלה שמחה וקירבה כאקולוגיה פנימית ואנושית כאחריות והשראה.
- הרציונל בבניית תהליכים לילדים - ריכוז, תשומת לב, הכלה ויציבות.
- זיהוי המעכבים דרך דפוסים והתניות.
- כלים בעבודה עם ילדים - האפשרויות המיידיות והיזמות שמצויות לנו.
- פלטפורמה לעבודה ולמידה - יצירת שיתופי פעולה ושותפות בדרך.
- הנחייה והכוונה לבניית 20 מערכים שנתיים במהלך הקורס.

### תנאי קבלה:

- בוגרי הקורס השנתי של מיומנויות קשב בהנחיית שימי לוי-ישובי אשר סיימו את מטלות הקורס לפני תחילת שנת העמקה והליווי.
- עבודה בפועל עם ילדים בהקניית מיומנויות קשב במהלך שנת העמקה והליווי.
- השתתפות בריטריט ארוך אחד לפחות של מיינדפולנס בשתיקה בתובנה או בארגון דומה .

### מבנה:

מפגשים שבועיים בימי רביעי, בין השעות 9:00-13:00. סה"כ 120 שעות לימוד אקדמיות. (מפסח המפגשים יהיו אחת לשבועיים ויום שישי מרוכז). תחילת הלימודים אוקטובר 2021 המפגשים יתקיימו במעגן מיכאל. מחיר: 7400 ₪

להרשמה ושמירת מקום – [בקישור כאן](#)

לפרטים נוספים מוזמנים לפנות לשימי: [similev@gmail.com](mailto:similev@gmail.com)