



סילבוס

קורס אימון וייעוץ אישי און-ליין 60 ש"א

בוקר: 9:00-12:00 | ערב: 18:00-21:00

מפגש 1

- « היכרות
- « תיאום ציפיות
- « מושגים אימוניים
- « סרגל המקטעים בתהליך האימוני

מפגש 2

- « ה"סטינג" האימוני
- « מפת ממשקי האימון
- « הגישה החיובית - כלי בפיתוח תפיסת עולם

מפגש 3

- « דיאלוג פנימי - השפעת הדיאלוג הפנימי על הבריאות הנפשית
- « הקשבה פעילה - כלי ביצירת אמון ואמפטיה

מפגש 4

- « שאלון עומק למפגש הייעוצי
- « טכניקות שיקוף בתהליכי אימון
- « התנהגות מקרינה - הדרך להשפיע

מפגש 5

- « ביקורת מקדמת - כלי בתהליכי צמיחה אישית
- « תכנון - כלי בהתמודדות עם הליכי טווח קצר וטווח ארוך

מפגש 6

- « תפיסת תפקיד המאמן
- « חוזה + אתיקה מקצועית
- « חיזוק חיובי - כלי לשינוי התנהגותי

מפגש 7

- « מוכנות - כלי בהתמודדות עם שינוי
- « שיתוף - כלי בגיוס עמיתים לפעולה

מפגש 8

- « תכנית פעולה
- « היענות - כלי בבניית מסלול קידום
- « פרידה חיובית - סיכום תועלתיות המפגש - כלי בתקשורת

מפגש 9

- « פתיחות העשרתית - כלי בהתפתחות אישית
- « בחינת הכדאיות - כלי בקבלת החלטות

מפגש 10

- « הובלה מגמתית - כלי באומנות השכנוע
- « טיפול בהתנגדויות בתהליך האימוני

מפגש 11

- « הקיבעון בתהליך האימוני
- « קביעת יוזמה - כלי בבניית מסלול מקצועי

מפגש 12

- « אחריות מקצה לקצה
- « פתרון בעיות - חשיבה יצירתית

מפגש 13

- « מ"תקיעות" להעצמה, בתהליך האימוני
- « הפרדת רגש מפעולה - כלי בהתמודדות עם נושא טעון
- « תרגול פרקטיקום

מפגש 14

- « מפת ממשקים F.M.T
- « האסטרטגיה הנרטיבית באימון
- « משמעת עצמית בעידן הדיגיטלי

מפגש 15

- « הצבת יעדים אישיים
- « זיהוי חזקות וחולשות
- « יציאה לדרך - המאמן כאיש מקצוע