

<http://www.wincol.ac.il/?item=4776§ion=1520>

דף הבית < אודות המכללה < פרסומי המכללה < ניוזלטר המכללה האקדמית בוינגייט
< ידועון 2011 < אוקטובר 2011 <

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה **בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות**

סרדינים כרישים ודולפינים בזוגיות, בהורות ובעולם העבודה

מנחים: ד"ר רבקה נרדי וד"ר חן נרדי

לאחר שש עשרה שנות הנחייה ומאות בוגרי הקורס שלנו, אנחנו שמחים להזמין למחזור
השבעה עשר של קורס " [המודל הדולפיני - התמודדות במצבי לחץ](#)."

זהו קורס שנתי, הקורס הנו חוויתי ומתבסס על שילוב בין הכלים הנלמדים בכיתה לבין
יישום השוטף בחיי היומיום.

בין נושאי הקורס:

- זיהוי מצבי לחץ בעולם האישי והמקצועי
- הכרות עם שלושה דפוסי תגובה: "הסרדיני" (הנמנע, הפחדן, התלותי), "הכרישי" (השתלטן, האגרסיבי, היומרני) ו"הדולפיני" (החכם, האמפטי, האסרטיבי)
- התמודדות עם רגשות קשים: כעס, עלבון, קנאה, תחרותיות ועוד.
- למידה ואימון של חשיבה חיובית: רציונאלית, אמפאטית, מודעת.
- ניהול משא ומתן עם דמויות סמכותיות
- תקשורת דולפינית מול סרדינים וכרישים בעולם העבודה: מגישה ביקורתית לגישה פירגונית ביחסים
- גברים ורגשות – התמודדות גברים עם אתגר השינוי במושג הגבריות
- התמודדות האב והאם עם בנים ובנות בגיל ההתבגרות
- החוויה הנשית: עבר הווה ועתיד
- יחסי נשים וגברים בעולם האישי והמקצועי.
- התמודדות עם תקשורת כוחנית בעולם האישי, הזוגי והמקצועי.
- הצבת גבולות ביחסים אישיים
- מחזון לשינוי בפועל – קידום ושיווק עצמי, יזמות ומנהיגות

לפרטים:

ד"ר רבקה נרדי 09-8910575/6 050-6323363

ד"ר חן נרדי 09-8910575/6 050-6702727

מיכאל אשכנזי, מנהל בית הספר להשתלמויות במכללה האקדמית בוינגייט.

*הקורס מתבסס על ספרינו הבאים:

- "אישה בזכות עצמה", מאת ד"ר רבקה נרדי, מודן, 1989

- "בין העונות", מאת ד"ר רבקה נרדי, מודן, 1991.
- "גברים בשינוי", מאת ד"ר חן נרדי בשיתוף ד"ר רבקה נרדי, מודן, 1992.
- "איתך בגובה העיניים" מאת ד"ר רבקה נרדי, מודן, 1996.
- "זוגיות בסערה", מאת ד"ר רבקה נרדי, הקיבוץ המאוחד, 2003.
- "להיות דולפין: התמודדות עם תוקפנות וחולשה", מאת ד"ר רבקה נרדי וד"ר חן נרדי, מודן 2006.
- "נשים חסרות מנוח", מאת ד"ר רבקה נרדי, פרדס, 2007.
- "שיחה זוגית", מאת ד"ר רבקה נרדי וד"ר חן נרדי, "הדים" 2011.
- "לחבק דולפין: איך להרגיע סרדינים וכרישים כשילדים מציקים" (ספר ילדים), מאת ד"ר חן נרדי, "הדים", 2011.