

שם המוסד : **מכללת אקדמון פרויקטים** סמל המוסד : **2219**

תוכנית לימוד לקורס : **141129** **סדנאות להפגת מתחים**

מס' מפגש	תאריך	נושא הלימוד	שם המרצה ותארו	שעות הלימוד	מס' שעות
1	24/08/2022	אבני דרך לצמיחה אישית	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4
2	31/08/2022	אמונות ודתות כוח והשפעתן	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4
3	07/09/2022	פסיכולוגיה התנהגותית	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4
4	28/09/2022	סדנה לדמיון מודרך ומדיטציות	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4
5	19/10/2022	מאפיינים של מתח נפשי והיבטיים פיזיולוגיים ומדיטציה רוחנית להפגת מתחים	אורלי חסין M.A. 6420	17:00 - 20:15	4
6	26/10/2022	שיטות למניעת מתח נפשי שיתוף ועבודת צוות	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4
7	02/11/2022	תגובות קוגניטיביות ופזיולוגיות כמנגנוני הגנה	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4
8	09/11/2022	אוטוסיגסטיה	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4
9	16/11/2022	התמודדות עם לחץ - דפוסי אישיות ותגובתם למתחים	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4
10	23/11/2022	דרכים להתמודדות עם לחץ לטווח הארוך ולטווח הקצר	מורן פרג שריפי M.A. 7812	17:00 - 20:15	4

בברכה,

שם מרכז הקורס: **רביב שורץ**

חתימת מנכ"ל המכללה: **צוקל**



חותמת המוסד :