

סילבוס לסדנת לימוד NLP בסיסי לתלמידי על יסודי

מס' מפגש	מהות מפגש	כמות שעות מפגש	מטרת המפגש	תכנים	אופי וצורך המפגש
1	מפגש עם צוות ניהול ביה"ס לתיאום ציפיות	1	תיאום ציפיות ויעדים מצד צוות הניהול של בית החינוך.	הצגה עצמית. שיח פתוח על צורכי המערכת וציפיות מהסדנה. דיוק צרכים ומטרות מטעם צוות הניהול.	אופי: מפגש בשיחה. צורך: תיאום ציפיות.
2	היכרות אישית וגם עם ה NLP	2	לייצר סביבה בטוחה ומכילה ללמידה וצמיחה אישית	הצגה עצמית, סבב היכרות, נלמד מהו NLP, מהו מעגל החוויה, ההבדל בין מודע לתת מודע, נלמד על ראפור ויצירת קשר טוב, על מצבי חיבור וא-חיבור.	אופי: שיחה. צורך: היכרות ראשונית עם NLP.
3	השפה השלווה והגדרת מטרה	2	להכיר את שפת ה NLP וללמוד להגדיר מטרה.	לימוד השפה השלווה ומאפייניה. לימוד הנחת יסוד על האנרגיה שזורמת למקום אליו תשומת הלב מופנית. נלמד להגדיר מטרה, כלי עוצמתי לכל החיים.	אופי: שיחה. צורך: לימוד הגדרת מטרה, כלי לכל החיים.
4	משאבים	2	חיבור למשאבים פנימיים.	מעגל שיתוף, משחק מהם משאבים, לימוד הנחת יסוד ב NLP לפיה לכל אחד יש את כל המשאבים שהוא זקוק כדי להצליח, טכניקת מעגל המצוינות, הכרה בחוזקות שבכל אחד מאיתנו.	אופי: שיחה, משחק, תרגול. צורך: חיבור למשאבים, ניד מתחום אחד לאחר בחינו, לשלוף בקלות.
5	חיבור פנימי ופיוס עצמי	2	לייצר שלום פנימי, להתפייס עם העבר.	נתחיל בסבב שיתוף, נעבור ללימוד הנחת יסוד לפיה כל אחד עושה את ההחלטה הטובה ביותר ברגע נתון, נלמד מעט על שיפוט וביקורת עצמית, נראה סיטואציה מהעבר בעיניים אחרות	אופי: שיחה, תרגול. צורך: לקבל את בחירות העבר, להתפייס ולצמוח ממנו.
6	מחשבות	2	ללמוד גמישות מחשבתית ודפוסי מחשבה מקדמים.	מעגל קבוצתי, נלמד הנחת יסוד לפיה תמיד יש אופציה נוספת, נלמד גמישות מחשבתית, למה היא כ"כ טובה, נשאל שאלות שסודקות קיבעונות מחשבתיים, נלמד מונח בשם ריפריימינג שמאפשר לשנות מחשבה.	אופי: שיחה, תרגול. צורך: להחליף דפוסי מחשבה מעכבים בדפוסי מחשבה מקדמים.

מס' מפגש	מהות מפגש	כמות שעות מפגש	מטרת המפגש	תכנים	אופי וצורך המפגש
7	תקשורת בינאישית.	2	לחזק תקשורת בינאישית.	מעגל שיתוף, נלמד הנחת יסוד ב NLP לפיה התקשורת נמדדת לפי מה שהבינו מאיתנו, על האחריות הגדולה שלנו לעצמנו וכלפי הסביבה, נלמד עוד הנחת יסוד שהמפה שונה מהשטח, נתרגל טכניקת 3 עמדות להתמודדות עם קונפליקט חיצוני.	אופי: שיחה, תרגול. צורך: להבין את הצד השני ובכך לחזק תקשורת בינאישית.
8	אמונות	2	להאמין בעצמי כדרך חיים.	מעגל שיתוף, נלמד מהן אמונות ואיך משפיעות עלינו, נלמד הנחת יסוד שאם משהו אפשרי בעולם הוא אפשרי גם עבורי, נלמד על הדהוד- כלי ב NLP, נתרגל טכניקת שינוי אמונות בהדהוד.	אופי: שיחה, תרגול. צורך: חיזוק אמונה עצמית כבסיס להצלחה בחיים.
9	רגשות ולימוד פרופיל NLP	2	כלים לאבחון עצמי וכללי המאפשר הבנה וחיבור פנימי תוך שחרור רגשות.	מעגל שיתוף, נלמד חלק ממאפייני פרופיל NLP המאפשרים לנו לעמוד על ההבדלים בין בני האדם ומתוך ההבנה להכיל ולהתקרב. נתרגל טכניקת NLP לשינוי רגשות.	אופי: שיחה, תרגול. צורך: כלי לחיבור פנימי וחיצוני.
10	התנהגויות ומאפייני חושים	2	לימוד מאפייני החושים ומודלינג	מעגל שיתוף, לימוד מאפייני החושים, לימוד מודלינג ככלי עוצמתי לקיצור הדרך להצלחה. נלמד על התנהגויות, נלמד הנחת יסוד שמאחורי כל התנהגות עומדת כוונה חיובית, נעשה טכניקת '6 שלבים'. נסיים בעוד הנחת יסוד לפיה אין כישלון אלא משוב לצמיחה.	אופי: שיחה, תרגול. צורך: חיבור עשייה והתנהגות מקדמת לכל מה שלמדנו עד כה.
11	מטפורות וסמלים	2	הבנת שפתו של תת המודע.	מעגל שיתוף, נלמד על ההבדל בין שפת המודע לתת מודע, טכניקה של יצירת תמונה עתידית מנצחת עם השגת המטרה. סיכום התהליך.	אופי: שיחה, יצירה. צורך: סגירת תהליך בצורה חווייתית.
12	מפגש עם צוות ניהול ביה"ס לסיכום תהליך	1	סיכום הסדנה מתוך נקודת המבט של צוות ניהול בית החינוך.	בחינת תוצאות בפועל וההישגים של משתתפי הסדנה, עד כמה זה השפיע על התנהלותם. בחינת יעדים נוספים אם נדרש.	אופי: שיחה. צורך: סיכום תהליך ע"י צוות הניהול.