

קורס הנחיית קבוצות לדיאטנים.

ינואר 2026

רכזת הקורס: ד"ר אופירה כ"ץ שופן, דיאטנית, מנת קורסי הנחיית קבוצות, מנחת ספרוויז'ן לדיאטנים

מטרות הקורס:

הקורס מיועד לדיאטנים. ומטרתו לימוד הנחיית קבוצה פסיכו-חינוכית (קבוצת תוכן-תהליך) שמטרתה אימוץ הרגלי אורח חיים בריא, בהקשר של הרגלי תזונה בריאה, משקל ופעילות גופנית. מסיימי.ות הקורס יכירו את החומר התיאורטי לגבי הנחיית קבוצות ויכירו מקרוב את הסוגיות העולות בקבוצות לשינוי הרגלי אכילה. מסיימי.ות הקורס יפתחו את יכולותיהם.ן בהנחיית קבוצות לשינוי הרגלי אכילה.

מטרות אופרטיביות:

להקנות ידע תיאורטי בתחום הנחיית קבוצות, לחוות חוויה של מונחה בקבוצה, להתנסות בהכנת מערך ובהנחיית קבוצת העמיתים.

- הקורס יועבר במתכונת מקוונת בפלטפורמת ה-Zoom ויכלול 2 מפגשים פרונטליים.
- 11 מפגשים בתאריכים: 8/1 (פרונטלי), 15/1, 22/1, 29/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 26/3 (פרונטלי).
- ימי חמישי בין השעות 9:00-12:30 (המפגשים הפרונטליים יתקיימו בין השעות 9:00-14:30).
- המפגשים הפרונטליים יתקדמו בכיתת שנה ב-My Campus, רחוב הלח"י 31, בני ברק.
- היקף: 48 שעות אקדמיות.
- **קיימת חובת נוכחות מלאה בקורס**
 - הגעה לכל המפגשים
 - השתתפות במפגשים מתחילתם ועד סופם
 - עמידה בכללי ההשתתפות במפגשים המקוונים (השתתפות עם מצלמה פתוחה לאורך כל המפגש, המצאות בנוכחות וקשיבות מלאה במפגש, בחדר נפרד ללא נוכחים נוספים) – המפגשים בקורס לא יוקלטו!
 - קריאת תכנים לימודיים שימסרו במהלך הקורס
 - הכנת מפגש להנחיה בקורס בזוגות ולהנחותו
 - מומלץ להתחיל בהנחיה של קבוצת מטופלים במקביל להשתתפות בקורס
- מספר המשתתפים בקורס מוגבל
- תנאי מקדים להשתתפות בקורס – ניסיון של שנה לפחות בעבודה כדיאטנית.
- ייתכנו שינויים בסילבוס

סילבוס

תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 1	9:00-10:30	היכרות ותיאום ציפיות, מבנה ותכנים של מפגש ראשון
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	הדיאטנית כמנחה וסגנונות הנחיה
	12:30-13:00	הפסקה
	13:00-14:30	כלים בהנחיה: הקשבה, שאלת שאלות
פרונטלי		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 2	9:00-10:30	המשך כלים בהנחיה: הקשבה, שאלת שאלות
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	מבנה מפגש על פי מודל הלמידה של קולב ובניית מפגש להנחיית עמיתים
15.1.26		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 3	9:00-10:30	מתן וקבלת משוב – לקראת הנחיית עמיתים
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	הנחיית עמיתים (1)
22.1.26		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 4	9:00-10:30	כוחה של קבוצה, סטינג וחזרה הקבוצה
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	הנחיית עמיתים (2)
29.1.26		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 5	9:00-10:30	מתודות בהנחיה פרונטלית ודיגיטלית
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	הנחיית עמיתים (3)
5.2.26		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 6	9:00-10:30	הגורמים הטיפוליים בקבוצה
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	הנחיית עמיתים (4)
12.2.26		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 7	9:00-10:30	התנגדויות והטיפול בהן
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	הנחיית עמיתים (5)
19.2.26		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 8	9:00-10:30	הנחיית עמיתים (6)
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	הנחיית עמיתים (7)
26.2.26		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 9	9:00-10:30	הגברת המוטיבציה לשינוי – כלים מהשיח המוטיבציוני
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	הנחיית עמיתים (8)
5.3.26		
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 10	9:00-10:30	שלבים בהתפתחות קבוצה
	10:30-11:00	הפסקה

12.3.26	11:00-12:30	הנחיית עמיתים (9)
תאריך	שעה	תוכן המפגש
מפגש 11 26.3.26 פרונטלי	9:00-10:30	תכנון וגיבוש קבוצה חדשה/ ממשיכה/ משולבת
	10:30-11:00	הפסקה
	11:00-12:30	מפגש סיום – סיכום ופרידה
	12:30-13:00	הפסקה
	13:00-14:30	מבנה מפגש סיום, פעילות פרידה ומשוב קורס

בבליוגרפיה:

1. ארוין יאלום – טיפול קבוצתי.
2. נאווה רוזנוסר – מקראה: הנחיית קבוצות.
3. ירון זיו, יעל בהרב – מסע קבוצתי.
4. חומרי קריאה נוספים שימסרו במהלך הקורס.