

הכשרה באימון וטיפול ברוח היהדות

תוך מסע עומק לשינוי אישי

“הנני” -

לפני שנוכל לפגוש את נפש הזולת, אנו נקראים לפגוש את נפשנו ולומר לעצמנו: “הנני”.
כשמשעה עומד מול הסנה הבוער, הוא אינו בטוח שהוא האיש הנכון, אינו יודע כיצד תיראה הדרך - ובכל זאת הוא מצהיר: “הנני”. לא תשובה של ידיעה מוחלטת, אלא תשובה של נוכחות: נכונות להיות כאן, לצעוד בדרך ולהיפתח לשליחות.

זו גם נקודת ההתחלה של כל מאמן ומטפל.

אי אפשר ללוות אדם למקום שעדיין לא הלכת בו בעצמך.
לפני הכלים, השיטות והתיאוריות - ההכשרה העמוקה ביותר של מלווה מתחילה מבפנים.

קורס “הנני” הוא מסע עומק לשינוי אישי ולהכשרה מקצועית באימון וטיפול ברוח היהדות.
במהלך השנה המשתתפים יעברו תהליך אישי משמעותי, יגלו את הרצון והשליחות שלהם, וירכשו כלים מעשיים מעולם האימון, הפסיכולוגיה והטיפול.

נלמד לעבוד עם חמשת רבדי האדם: רצון, מחשבה, רגש, דיבור ומעשה, ונכיר כלים מרכזיים כגון: קואצינג, CBT, NLP, דמיון מודרך ונובע, פוקסינג, מיינדפולנס, “העבודה” של בירון קייטי, תקשורת מקרבת ועוד.

הכול מתוך חיבור בין אורות התורה, החסידות, הקבלה וכתבי הרב קוק לבין כלים מעשיים מעולם הנפש וההתפתחות האישית.

ב“הנני” לא מסתפקים בלימוד טכניקות. אנחנו בונים את האדם שמאחורי הכלים - את הקרקע האישית, הרגשית, הרוחנית והמקצועית שמתוכה צומחת היכולת ליצור שינוי. כך ובזולת.

הגיע הזמן לצעוד את הדרך, כדי להיות מסוגל להנהיג בה אחרים.
השאלה היחידה היא - משהו בכך מרגיש שהגיע הזמן לומר “הנני”?

עם מה תצאו ממסע “הנני”?

- ◀ תהליך אישי משנה תודעה:
- מסע עמוק של התבוננות פנימית, גילוי כוחות, ובירור מדויק של הרצון והשליחות האישית שלכם.
- ◀ מיומנות מעשית בליווי ואימון:
- יכולת להוביל שיחת אימון מעצימה מתוך הקשבה נקייה, נוכחות מלאה, שיקוף מדויק ושאלות עומק.
- ◀ ביטחון עצמי איתן כמלווים:
- תחושת מסוגלות שנבנית דרך תרגול רציף, התנסות מעשית בכיתה ויישום הכלים בזמן אמת.
- ◀ פענוח תהליכים נפשיים עמוקים:
- שליטה בזיהוי רצונות, ערכים, חסמים, דפוסי חשיבה ומנגנונים פנימיים המניעים את האדם.
- ◀ ארגז כלים אינטגרטיבי ועשיר:
- שילוב פרקטי בין שיטות האימון והטיפול המובילות לבין חכמת הנפש ועומק עולם היהדות.
- ◀ זהות מקצועית ואתיקה:
- הבנה בהירה של גבולות התפקיד, אחריות מקצועית ועבודה בטוחה ומבוקרת כמלווים.
- ◀ תשתית לבניית קליניקה אותנטית:
- יסודות מעשיים לגיבוש הזהות, המסר והדרך העסקית שלכם בתחום - בצורה שנאמנה לערכים שלכם.

מנהל המכללה: אהרון דרמון - מרצה, סופר, מטפל ומאמן אישי וזוגי, רב אומן ב-NLP ומנחה בכיר בשיטת דמיונובע.
בעל נסיון של יותר מ-20 שנים בתחום הכשרת המאמנים והמטפלים ב“טוב ומיטיב”. www.aaron-darmon.com



“הנני” - למי שמבקש לא רק ללמוד על שינוי, אלא להתחיל לחיות אותו.

הכשרה באימון וטיפול ברוח היהדות

תוך מסע עומק לשינוי אישי

| סילבוס שנת הלימודים |

חלק א | בירור הרצון ומשמעות החיים

1. מהו שינוי אמיתי ואיך יוצרים אותו?
2. מפת הדרכים של נפש האדם והעולם
3. כוח הרצון, המשמעות והשליחות בתהליכי שינוי
4. אמנות ההקשבה והנוכחות האימונית:
5. קבלה רדיקלית, הקשבה, שיקוף ושאלות עומק
6. תרגילי היכרות ראשונית: קו החיים
7. תרגילי היכרות ראשונית: מעגל החיים
8. סדנה לגילוי השליחות שלך בעולם

חלק ב | עבודה עם המחשבה

9. אפר"ת - איך מחשבה יוצרת רגש והתנהגות
10. העבודה של בירור קייטי - לפרק מחשבות מכאיבות
11. סדנת העבודה: איך מקבלים אחריות על החיים
12. הקול הפנימי ושאלות שמשנות תודעה
13. ללמוד להרפות: טכניקות הרפיה ומיינדפולנס
14. מעבדת תרגול מעשי: סדנת תרגול על שינוי תפיסת

חלק ג | עבודת המידות והרגשות

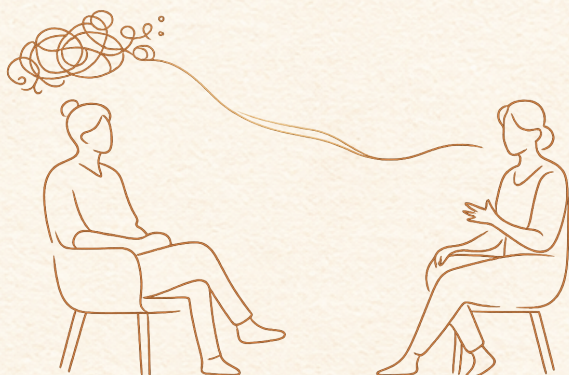
15. למה אנחנו תקועים? עבודה עם מנגנונים נפשיים
16. הגוף כשער לשינוי - ויסות, נשימה והקשבה לתחושות
17. איך עובדים עם כוח הדמיון?
18. איך מגלים את הילד הפנימי? לימוד ותרגול
19. עקרונות ה-NLP לשינוי בחיים
20. איך להתחבר לכוחות שלנו? מעגל המצוינות ועוגנים
21. כשצריך לקחת מרחק - ניתוק וניתוק כפול
22. מעבדת תרגול מעשי: סדנת תרגול שינוי רגשי

חלק ד | עבודה עם כוח הדיבור

23. תקשורת מקרבת - איך מדברים כך שהאדם יוכל להיפתח
24. איך שפה חושפת את מפת העולם הפנימי (METAMODEL)
25. שפת הגוף
26. סדנת התבודדות בטבע: דיבור עצמי ודיבור מול ה'

חלק ה | מהתובנה לעשייה

27. מבוא לקואצ'ינג - איך בונים תהליך שמוביל לתוצאות?
28. כולל יסודות באתיקה, גבולות ותפקיד המאמן.
29. הערכים כאבני היסוד של הקואצ'ינג.
30. סדנת גילוי ערכים
31. דמיונובע עתידי וסדנה לכתובת חזון
32. קביעת מטרות ויעדים מדידים
33. מעבדת תרגול מעשי מסכם
34. סימולציות ותרגולים מסכמים
35. סדנת שיווק אפקטיבי
36. מסיבת סיום וחלוקת תעודות



מתי? איפה? כמה?

- 32 מפגשים בני 5 שעות
- הלימודים יתקיימו בירושלים ובמקביל בזום
- ירושלים: בימי שני בשעות 17:00-22:00
- תחילת הלימודים: אחרי החגים - נובמבר 2026
- מחיר ההכשרה: 14,800 ש"ח
- הנחה ל-3 הנרשמים הראשונים: 2,000 ש"ח
- (12,800 ש"ח במקום 14,800 ש"ח).
- מלגות מיוחדות יוענקו על בסיס סוציו-אקונומי ולטובת חיילים
- אנשי מילואים ומשפחותיהם, קשיים כלכליים וכו'

מספר המקומות מוגבל.

לתיאום שיחת התאמה ולהרשמה:

0544-63-60-65