

שעות 8.30-15.15	תאריך התחלה 18.10.17	מרכז אקדמי בית האקדמי / כישורים	פרטי הקורס
ימים בשבוע רביעי	תאריך סיום 3.1.18	נושא פסיכולוגיה חיובית - כלים יישומיים לניהול חיובי של החיים	
מחיר מלא - 2000 ₪	מספר מפגשים 10	מספר שעות 70 שעות	
מחיר לעמיתי קרן ידע: 500 ₪ (משרה מלאה וזכאות העמית)	לפרטים והרשמה 08-6991161, info@kishurim-center.com	מכללה "כישורים-קישורים"	

הקורס אינו מוכר לגמול השתלמות

מטרות הקורס

הקניית מיומנויות וכלים יישומיים לניהול חיובי של החיים בהיבט האישי והמקצועי

שיטות הלימוד

סדנאות חווייתיות, כולל תרגול ואימון בקבוצות קטנות

נושאי הלימוד

- מה זה אושר? כיצד אפשר לנהל את החיים באופן חיובי ?
- אהבה ועבודה כמגבירי אושר
- התמודדות עם לחץ ושחיקה
- זוגיות ומערכות יחסים ככלי לאושר
- הקשר בין גוף ונפש לחוויית האושר
- משמעות החיים וייעוד אישי