

תוכנית הכשרה בינלאומית (A) פיתוח חוסן אישי - משפחתי - ארגוני ערכים - אמון - לחץ ושחיקה Stress - Trust - Values

אבישי לנדאן, מייסד ומנהל המרכז

מארח ומנחה בסלון ביתו

www.values-center.co.il

נבחרת של עד 15 נשות ואנשי מקצוע מכל קצוות הארץ מעולמות:
אימון, חינוך, טיפול, ייעוץ, הנחיה, גישור, משאבי אנוש, בריאות, ספורט

חלק ראשון

ניהול על פי ערכים

יום שישי 20.6 נס ציונה

חלק שני

ניהול לחץ ושחיקה

יום שישי 27.6

חלק שני
יום שישי 27.6.2025
נס ציונה
ניהול לחץ ושחיקה
The Stress Map

הכשרה בינלאומית
בת שני חלקים
פיתוח חוסן
אישי - משפחתי - צוות / ארגון
ניתן להירשם לכל מפגש בנפרד
מחיר מיוחד לנרשמים להכשרה המלאה
סט מתנות נדיב לנרשמים

חלק ראשון
יום שישי 20.6.2025
נס ציונה
ניהול על פי ערכים
Values In Action ...

אבישי לנדאן
מארח ומנחה
בסלון ביתו בנס ציונה

המרכז הישראלי לערכים
The Israel Values Center
חוסן אישי – משפחתי – ארגוני
Values – Stress – Trust
www.values-center.co.il

מה שחשוב... משחק ערכים
מה שחשוב... משחק לחץ



ערכים בפעולה ... Values In Action

סילבוס תמציתי של תוכנית הכשרת הערכים

[/https://values-center.co.il/](https://values-center.co.il/)

- תהליכי משחק ערכים / גמיפיקיישן- Gamification
- בחירת 5 ערכים: אישיים, משפחתיים, מקצועיים וארגוניים/צוותיים
- בחירת מטרה ו-5 ערכי המטרה אישי, מקצועית ומשפחתית
- דירוג 5 הערכים וזיהוי הפער בכל אחד מהם שבין המצב המצוי למצב הרצוי
- לימוד המודל התלת-צירי לערכים ובניית משולשי הערכים שלי
- The Triaxial Model of Values – (The 3-E)
- פירוק ערך (MBV) למשמעות הערך (MBO) ולהתנהלות (MBI)
- בניית פאי ערכים אישי, מקצועי ומשפחתי
- מרחב האפשרויות לשימוש בערכת המשחק (שפות ואיורים עברית מנוקדת-אנגלית-ערבית-אמהרית-רוסית)
- המודל למיתוג מקצועי ממוקד ערכים (Branding By Values)- תרגול
- המודל להיתכנות מקצועית/עסקית למעברי קריירה – תרגול
- מודל אמון – Trust Me – לימוד ותרגול



פיתוח חוסן לניהול לחץ ושחיקה

The Stress Map

סילבוס תמציתי של תוכנית ההכשרה

<https://youtube.com/shorts/UkhqZMSxgFI?feature=share>

- לחץ כרוני ותהליכי שחיקה, עצימות הלחץ, עוצמה ותדירות - המשגה משותפת
- על המודל והערכה ומפת החוסן
- על "מקורות העל" וחשיבותם
- על "מעצמי הלחץ" - הווסתים ומרכזיותם במודל ובתהליכי השינוי
- עבודה על המפה האישית (עברית - ערבית - אנגלית):
- קלפי סימפטומים הפיזיולוגיים והפסיכולוגיים (תכלת), בחירה של עד 5 סימפטומים מתוך 22 ודירוגם ע"ג מפת החוסן
- קלפי מקורות הלחץ (סגול), בחירה של עד 5 מתוך 14 ודירוגם על המפה
- קלפי "מקורות העל" (אפור), בחירה של 2
- קלפי "מעצמי הלחץ" (צהוב), בחירה של עד 7 מתוך 18 ודירוגם על המפה
- בחירת 3 מקורות לחץ מרכזיים בהם אני בוחר לעשות שינוי והנחתם על המפה
- בניית החזקה הפסיכולוגי שלי ומילוי וחתימה שלי ושל המנטור בו אני בוחר שילווה אותי בתהליך
- עבודה יחידנית ומשוב בזוג: פאי לחצים ופירוק מקור לחץ מרכזי לגורמים

מנחה התוכנית



אבישי לנדאו

מייסד ומנהל המרכז - שלוחה בישראל של חברת הייעוץ הבינלאומית M.D.S, יועץ ארגוני בכיר, משחקולוג ומאמן (M.A), מוסמך התוכנית הבינלאומית של פרופ' דולן וארגון ה-ICF:

Leading, Managing "Coaching By Values & Master Trainer Coach", שותף לפרופ' דולן לספרי עיון בעברית בניהול ואימון על פי ערכים, שותף לספר הדרכה וילדים לענת גרתי ולדולן: "מה שחשוב... במשפחה", שותף לפרופ' דולן לפיתוח משחקי ערכים לעולם ולישראל (18 שפות), שותף לפיתוח מודל: "ניהוג משפחה על פי ערכים"

(ענת גרתי וד"ר נברו – מכון שינוי). המרכז אומץ על ידי צה"ל כמומחה תוכן בתחום הערכים (מופיע באוגדן המכונים של חיל החינוך). סמנכ"ל למשאבי אנוש ולשירותי הלקוחות וחבר הנהלות ארגונים עסקיים, נציג ציבור/שופט צד בבית הדין לעבודה, חבר ועדת העבודה בהתאחדות התעשיינים, שופט בתחרות "עובד ישראל" מטעם העיתון מעריב (בעבר). [אבישי לנדאו בוויקיפדיה, האנציקלופדיה החופשית](#)

www.values-center.co.il/team/

ניהול אקדמי של התוכנית



פרופ' שמעון דולן - נשיא, המנהל האקדמי של המרכז

המייסד ונשיא חברת הייעוץ הקנדית: Gestion Management M.D.S. Inc, יו"ר עמותת בינלאומית: Global Future Of Work Foundation, שותף במיזם בינלאומי חדשני: e Merit Academy – פרופ' מן המניין באוניברסיטת Advantere-School Senior Director of Research and Program -I of Management-Madrid Development. עד לאחרונה, פרופ' מן המניין בבית הספר למנהל עסקים ומנהל המכון לחקר ארגוני המחר באוניברסיטת ESADE ברצלונה (Future of Work Chair at ESADE). שימש בין השאר כפרופ' מן המניין באוניברסיטאות: מקגיל, בוסטון, קולורדו, אוניברסיטת ת"א, כתב למעלה מ-80 ספרי עיון ופרסם מאות מאמרים בכתבי העת היוקרתיים בתחום. נשיא המרכז הישראלי לערכים בישראל ופעילויות חברת הייעוץ הבינלאומית Gestion M.D.S. Management Inc. בה הוא משמש כיום כנשיא החברה.

[פרופ' שמעון דולן בוויקיפדיה, האנציקלופדיה החופשית](#)

www.simondolan.com

www.learning-about-values.com

<http://coachingxvalores.com/documental-cuestion-de-valores>

<http://simondolan.com/welcome-to-global-future-of-work-foundation>

<http://emeritacademy.com>

[Simon L. Dolan Books](#)

www.values-center.co.il/team/

[המרכז לחקר ארגונים וניהול המשאב האנושי – אוניברסיטת חיפה](#)



ד"ר ענת גרתי – V.P R&D

פסיכולוגית, יועצת ארגונית, מטפלת משפחתית וזוגית, מטפלת ביופידבק ומאמנת בכירה VP R D&(MCIL). מנהלת הפיתוח ופסיכולוגית המרכז הישראלי לערכים וחברה בכירה בצוות הפיתוח של חברת הייעוץ הקנדית – הבינלאומית Gestion M.D.S Management Inc., מרצה באקדמיה ובבית ספר לפיקוד ומנהיגות של חיל האוויר. חברת הצוות הקליני וצוות ההוראה במכון שינוי ובעלת קליניקה פרטית במודיעין. מחברת ושותפה לכתיבת הספרים: “Work Family Triangles System Synchronization” בהוצאת De Gruyter (אשר נכתב עם פרופ' צפירי ועוסק בניהול משולש היחסים מנהל-עובד-בן זוג בקונפליקט עבודה משפחה), “ההורה כעוגן ערכי” (אשר תורגם לאנגלית עם פרופ' דולן: The Parent as a Value Anchor), וספר “לחץ ושחיקה – פיתוח חוסן אישי-משפחתי-ארגוני” (אשר נכתב עם דולן, בן-חור ולנדאו ויצא בשנת 2004). גרתי שותפה לפיתוח כלי המישחוק: “מה שחשוב... משחק הערכים”

ו"מה שחשוב... משחק הלחצים" של המרכז הישראלי לערכים, חברת M.D.S,

חברת ZINQUO והעמותה הבינלאומית: The Global Future Work.

www.values-center.co.il/team/

מסמך מנהלתי של התוכנית

עלות

375 ₪ 3 תשלומים וסה"כ 1,125 ₪
אפשרי בביט או בהעברה בנקאית
בנק הפועלים - 12 / סניף נס ציונה-636 / חשבון אישי לנדאו - 259870

שש מתנות בשווי 719 ₪

- מה שחשוב...משחק לחצים: ----- 189 ₪ בחנויות
- מה שחשוב...משחק ערכים: ----- 159 ₪ בחנויות
- מפת החוסן ----- 75 ₪ באתר המרכז
- אפליקציה למשחק הלחצים ----- 95 ₪ באתר המרכז
- אפליקציה למשחק הערכים ----- 75 ₪ באתר המרכז
- (*)אפליקציה למשחק הלחצים בשלבי סיום
ותועבר מייד עם השלמתה לכל משתתף בתוכנית
- ספר עיון דיגיטלי: ניהול על פי ערכים ----- 42 ₪ באתר המרכז
- ספר עיון דיגיטלי: אימון על פי ערכים ----- 42 ₪ באתר המרכז
- ספר ילדים-הורים בעולם הערכים ----- 42 ₪ באתר המרכז

תעודה בינלאומית (A)

תעודת הכשרה בינלאומית (עברית/אנגלית)

חומרים משלימים

- חוברת ההכשרה
- מצגת רחבה



המרכז הישראלי לערכים
 The Israel Values Center
חוסן אישי – משפחתי – ארגוני
 Values – Stress – Trust
www.vic-center.com

המרכז הישראלי לערכים
 The Israel Values Center
חוסן אישי – משפחתי – ארגוני
 Values – Stress – Trust
www.vic-center.com

ניהול חוסן
אישי – משפחתי – ארגוני

תוכנית הכשרה בינלאומית
בת שני חלקים

אבישי לנדאו מארח ומנחה
בסלון בייתו בנס ציונה

חלק ראשון
יום שישי 20.6 נס ציונה

ניהול על פי ערכים
חלק שני
יום שישי 27.6 נס ציונה

ניהול לחץ ושחיקה
(*) ניתן להירשם לכל חלק בנפרד
לנרשמים לתוכנית כולה ניתנת הנחה משמעותית
סט מתנות נדיב לנרשמים

... "תודה רבה על סדנה מלאה ערך (תרתי משמע)
חזרתי הביתה עם סקרנות וטעם של עוד" ... מלי

קישורים לסרטונים- ערוץ היוטיוב 2025

- **מה שחשוב ... משחק לחצים** (עברית-ערבית-אנגלית)

<https://youtube.com/shorts/UkhqZMSxgFI?feature=share>
<https://www.youtube.com/watch?v=OOdHV-93ATI&t=4s>
<https://www.youtube.com/shorts/0AVlqX5LUSU>
<https://www.youtube.com/watch?v=L9n9TyedVLE&t=8s>
<https://www.youtube.com/watch?v=E4rM4UYmJTQ&t=7s>
<https://youtu.be/ZtmjSjKZy6o>
<https://youtu.be/ZjfsGlWuG3E>
<https://www.youtube.com/shorts/ltJKMbN5UoQ>
<https://www.youtube.com/shorts/Gbyvdx5eGu4>
<https://www.youtube.com/shorts/v1p8WGnTrT4>
<https://www.youtube.com/watch?v=OOdHV-93ATI&t=4s>

- **מה שחשוב ... משחק ערכים** (עברית-ערבית-אנגלית-אמהרית-רוסית)

<https://www.youtube.com/shorts/5Gzxhh4oEIE>
<https://www.youtube.com/watch?v=SGZwnCeZLjU&t=43s>
 -
<https://www.youtube.com/shorts/0AVlqX5LUSU> -
 -
<https://www.youtube.com/watch?v=IWxgVFCGhzE> -
 -
<https://www.youtube.com/watch?v=P9Gw6Ap4RO0&t=5s> -
 -

<https://www.youtube.com/watch?v=bM7MMzxSoCw> -

-

<https://www.youtube.com/watch?v=nQG1RZH4eVY&t=2s> -

-

<https://www.youtube.com/watch?v=ufuRsIDEP1A&t=12s> -

-

<https://www.youtube.com/watch?v=BMGKaalFHm8&t=7s> -

-

<https://www.youtube.com/watch?v=XnqtYSVI3g4&t=8s> -

-

<https://www.youtube.com/watch?v=blZBGG6BNiY> -

-

<https://www.youtube.com/watch?v=tr0kWNr5bM&t=68s> -

-