

תוכנית הכשרה בינלאומית מקוונת (A)

זום - ZOOM

פיתוח חוסן אישי - משפחתי - ארגוני

ערכים - אמון - לחץ ושחיקה

Stress - Trust - Values

אבישי לנדאן, מייסד ומנהל המרכז

מארח ומנחה בזום - ZOOM

www.values-center.co.il

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

ניהול על פי ערכים - Values

מפגש זום ראשון – מפגש בן 2.5 שעות (17.00-19.30)

ניהול אמון - Trust

מפגש זום שני – מפגש בן 2.5 שעות (17.00-19.30)

ניהול לחץ ושחיקה - Stress

מפגש זום שלישי – מפגש בן 2.5 שעות (17.00-19.30)



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

(A) הכשרת חוסן בינלאומית זום - zoom משולבת
חוסן אישי - משפחתי - ארגוני
ערכים (Values In Action) - אמון (Trust) - לחץ ושחיקה (Stress)
שלושה מפגשי זום חווייתיים / כל מפגש 2.5 שעות בשעות הערב

Values In Action... / The Values Kit Trust Me... / The Trust Kit Stress & Burnout / The Stress Map	מפגש ראשון: ניהול על פי ערכים מפגש שני: ניהול אמון ומנהיגות מפגש שלישי: ניהול לחץ ושחיקה
---	--










**"שלוש הרגליים" היציבות הנחוצות למודל מקצועי
בכדי להפוך למודל משמעותי ויישומי**

Methodology

מתודולוגיה
סדורה



Concept

תפיסה
מגובשת

Tools

ארגז כלים רחב



mbv.org@gmail.com / www.values-center.co.il / 0547757484

ניהול על פי ערכים

ערכים בפעולה ... Values In Action

סילבוס תמציתי

<https://values-center.co.il/>

- תהליכי משחק ערכים / גמפיקיישן- 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
- מודל ניהול על פי ערכים לעיצוב מחדש של תרבות הארגון
- מודל אימון על פי ערכים – 7 הצעדים לעבודה עם צוות
- ולעבודה של אחד על אחד
- המודל למיתוג מקצועי ממוקד ערכים (Branding By Values)- תרגול
- המודל להיתכנות מקצועית/עסקית למעברי קריירה – תרגול

ערכים בפעולה... Values In Action...

המודל התלת צירי לערכים

Economical הציר הכלכלי- מעשי /
Ethical הציר האתי-חברתי /
Emotional הציר הרגשי-התפתחותי /

פירוק ערך למשמעות ולהתנהלות הערך

הערך - MBV
משמעות הערך (מה?) MBO
התנהלות יום יומית (איך?) MBI

מה שחשוב ... משחק ערכים

The Value of Values

פרופ' דולן – אבישי לנדאו – ד"ר גרתי

עברית - אנגלית - ערבית - אמהרית - רוסית

ערכת קלפים / מפת חוסן / אפליקציה

<https://www.youtube.com/shorts/5Gzxhh4oEIE>



מה שחשוב... משחק ערכים

עברית - מבוקרת
 אנגלית - English
 ערבית - العربية
 רוסית - Русский язык
 אמהרית - አማርኛ

אפשרויות משחק חינוכיות
 באתר האינטרנט



מבוסס על מחקר ב-14 מדינות
 ועל ספרי העיון וההדרכה

ויקיפדיה:

ניהול על פי ערכים

הכשרות בינלאומיות

תו תוכן מטעם מכון אדלר
 46 מדינות / 22 שפות



ניהול אמון

Trust Me

סילבוס תמציתי

- תהליכי משחק אמון / גמיפיקיישן- Gamification
- לימוד ותרגול המודל ושלושת מימדי האמון
- לימוד ותרגול של פירוק כל מימד אמון למשמעות ולהתנהלות
- אמון במנהיגים (הורים, מורים, עובדים, מפקדים)
- אמון בארגון (משפחה, צוות, ארגון)



מה שחשוב ... משחק אמון

The Trust Kit

פרופ' דולן – אבישי לנדאו – ד"ר גרתי

עברית - אנגלית - ערבית -

ערכת קלפים / מפת חוסן / אפליקציה

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



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

מבוסס על שנות מחקר והמודל בפיתוחם של הפרופסורים שי צפירי ושמעון דולן : Trust Me



The Trust Mate Density

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30



ניהול 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 הסימפטומים 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 החוזה הפסיכולוגי שלי ומילוי וחתימה שלי ושל המנטור בו אני בוחר שילווה אותי בתהליך
- עבודה יחידנית ומשוב בזוג: פאי לחצים ופירוק מקור לחץ מרכזי לגורמים

ניהול לחץ ושחיקה The Stress Map

סימנים וסימפטומים
מקורות הלחץ
מקורות על
מעצמי הלחץ
מפת החוסן

פיתוח חוסן לניהול לחץ ושחיקה



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: "Coaching By Values & Master Trainer Coach" – Leading, Managing, 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 ולשירות הקוחות 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](#)

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

[בוויקיפדיה, האנציקלופדיה החופשית](#)

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 עמותה בינלאומית: Global Future Of Work Foundation, שותף במיזם בינלאומי חדשני: e – Merit Academy. פרופ' מן המניין באוניברסיטת-Advantere-School of Management. פרופ' מן המניין בבית הספר למנהל עסקים ומנהל המכון לחקר ארגוני המחר באוניברסיטת ESAD EBRCE ברצלונה (Future of Work Chair at ESAD). 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' צפיר 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/

-

עלות ההכשרה - 750 ₪

250 ₪ כפול 3 תשלומים וסה"כ 750 ₪
אפשרי בביט או בהעברה בנקאית
בנק הפועלים- 12 / סניף נס ציונה-636 / חשבון אבישי לנדאו - 259870

סט מתנות - בשווי 252 ₪

- ספר עיון דיגיטלי: ניהול על פי ערכים ----- 42 ₪ באתר המרכז
- ספר עיון דיגיטלי: אימון על פי ערכים ----- 42 ₪ באתר המרכז
- ספר הדרכה דיגיטלי: ההורה כעוגן ערכי ----- 42 ₪ באתר המרכז
- ספר ילדים-הורים בעולם הערכים ----- 42 ₪ באתר המרכז
- מצגת ייעודית מקוונת לערכת הלחצים ----- 42 ₪ באתר המרכז
- מצגת ייעודית מקוונת לערכת הערכים --- 42 ₪ באתר המרכז

עלות ההכשרה (אחרי סט המתנות) 498 ₪



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

סט מתנות להכשרה הבינלאומית המשולבת - זום

בעולמות החוסן 2025

הכשרה בת שלושה מפגשי זום - ZOOM

אפליקצייה / מצגות ייעודיות לערכות לחצים וערכים / שובר הנחה / מהדורות דיגיטליות של הספרים
בשווי 338 ₪ בחנויות ובאתר המרכז



חומרים משלימים

- חוברת ההכשרה
- מצגת רחבה

שתי תעודות בינלאומיות (A)

(תעודות הכשרה בינלאומיות (עברית/אנגלית)



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-93ATl&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/ZjfsGIWuG3E>
<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-93ATl&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=bIZBGG6BNiY> -
 -
<https://www.youtube.com/watch?v=trkWnUr5bM&t=68s> -
 -