**חוסנה של המשפחה קשור במידה רבה באיכות הנישואין**

תכנית PAIRS פותחה בוושינגטון, ארה"ב , ע"י ד"ר לורי גורדון במטרה לסייע לזוגות לשפר את חיי המשפחה ולהימנע ממשברים הצפויים לבני הזוג במעגלי החיים.

תכנית PAIRS מורכבת מידע תיאורטי של מיטב חוקרי הטיפול המשפחתי. תיאוריות אלו נמצאות בבסיס התוכנית, ומעלות בפני המשתתף נושאים כגון: זיהוי ופתרון קונפליקטים, תקשורת וכלים לשיפורה במסגרת המשפחה, שניתן ללמוד אותם ולהיעזר בהם כמיומנויות מעשיות ושימושיות בחיי היום יום.

תכנית PAIRS איננה תכנית טיפולית אלא תכנית הדרכה פסיכולוגית חינוכית שמטרתה חיזוק ושיפור חיי היחד במשפחה.

מידי שנה מתקיים יום עיון שמוצגים בו עבודות ומחקרים על תרומות התוכנית לאוכלוסייה בישראל.

הקורס מאפשר השתתפות בסדנא מודרכת, במסגרת הפרקטיקום. התלמידים ינחו קבוצות של זוגות שהם עצמם יקימו.

מרצה הקורס ומרכז התוכנית הינו ד"ר זאב אפל, מדריך ומטפל מוסמך בטיפול משפחתי וזוגי. חוקר בתחום הדיפרנציאציה של העצמי, הזוגיות והמגדר, הוכשר לתפקידו בארה"ב ומפתח את התוכנית באוניברסיטת בר-אילן החל משנת 1990.

**מטרת הקורס וייחודו:**

* להכשיר אנשי מקצוע להנחות קבוצות וזוגות להעשרת חיי הנישואין והמשפחה.
* הקורס מבוסס על גישות רבות מתחום הטיפול המשפחתי והזוגי.

**תכנית הקורס:**

* התוכנית כוללת קורס תיאורטי, התנסות אישית במסגרת קבוצתית (שנה א') ועבודה מעשית מודרכת (שנה ב', סמסטר א').

**משתתפי הקורס ילמדו:**

* זיהוי הייחודיות של כל אדם במערכת של זוגיות והיכולת ליהנות מההבדלים הקיימים בין בני זוג, יותר מאשר לראותם כאיום וכמקור לצרות.
* זיהוי סגנונות התקשורת של בני זוג והשפעתם על יצירת מתחים בין בני זוג . מתי הסגנון הוא עיקר הבעיה.
* זיהוי וביטוי רגשות (כולל כעס) באופן ישיר מבלי להרוס יחסי אמון, הערכה עצמית והאהבה.
* פיתוח טכניקות לטיהור האווירה מפחדים, כאב או רוגז, לפני שניגשים לפתרון הקונפליקט.
* ניהול משא ומתן על הקונפליקטים תוך שימוש בגישה של שני הצדדים יוצאים "מנצחים", העדיפה על פני הגישה של "מנצח-מפסיד" שגורמת למפסיד פגיעה רגשית קשה.
* הליכה בעקבות ההיסטוריה של משפחת המוצא, במטרה לגלות ציפיות גלויות וסמויות ואת סגנון התקשורת שעליו גדל הפרט.
* הכרת התפקידים השונים שאנו ממלאים במערכת יחסים שונות.
* הכרת קשת האפשרויות של קרבה רגשית. (להכיר את הצירוף של קירבה פיסית ופתיחות רגשית שהאדם זקוק לה מלידתו).
* זיהוי צרכים ורגשות אישיים, והעברתם באופן שיובנו ע"י הזולת.
* ניהול משא ומתן על מערכת יחסים שתאפשר למשפחה לחיות בהרמוניה.
* לימוד טכניקות לחיזוק האינטימיות הרגשית בין בני זוג.

**למי מיועד הקורס:**

* הקורס מיועד לאנשי מקצוע בעלי תואר ראשון במדעי ההתנהגות והחברה ובעלי ניסיון בהנחיה כגון: מורים, עובדים סוציאליים, יועצים חינוכיים, מנחי הורים מוסמכים, אחיות בריאות הציבור, נושאי תפקידים בכירים בקהילה.

**מה הקורס מקנה:**

* העומדים בדרישות הקורס יזכו בתעודה מטעם המכון לחינוך ולמחקר קהילתי ביה"ס לחינוך, ובגמול השתלמות ב"מסלול אישי" במשרד החינוך.
* הקורס יוכר כמקנה נקודות זכות אקדמיות (2 נק' זכות) על בסיס אינדיבידואלי למי שימשיך בלימודים סדירים לתואר שני באוניברסיטת בר-אילן, בכפיפות לנוהלי הקבלה והזכאות הנהוגים ע"י הרשויות המוסמכות באוניברסיטה.

**מסגרת הלימודים:**

* הלימודים **בשנה א'** יתקיימו אחת לשבוע בימי ה' : בסמסטר א' בין השעות 16:00-19:00 ובסמסטר ב' בין השעות 16:00-19:00, החל מאוקטובר השנה באוניברסיטת בר אילן.
* על מועד פתיחת הקורס ומיקומו תימסר הודעה לנרשמים.
* הלימודים **בשנה ב**' (פרקטיקום) יתקיימו בימי ד' : סמסטר א' בלבד אחת לשבועיים בשעות 16:00-19:00.
* המועמדים יתקבלו לאחר ראיון.

**דרישות הקורס:**

* השתתפות בכל המפגשים.
* הכנת תרגילים ועבודת סיכום.
* רישום יומן קורס.
* קריאה מודרכת.

**היקף הקורס:**

* קורס שאורכו כשנה וחצי – 150 שעות.
* שנה ראשונה 120 שעות - לימודים תיאורטיים.
* הסמסטר הנוסף הוא הפרקטיקום 30 שעות – עבודה מעשית.

**חובות הקורס:**

* עבודת גמר.
* שקלול הציון: 40% השתתפות פעילה בשיעור, 60% עבודת גמר.

**שיטת הוראה:**

* הרצאות פרונטאליות, עבודה בקבוצות ודיונים כיתתיים.

**לפרטים נוספים**:

מזכיר הקורס אליאור לייבוביץ

**שעות קבלה:**

יום ג , ד , ה : 10:00- 14:00.

יום א' משתנה בהתאם לדרישה.

**נא לתאם מראש הגעה.**

מייל - [kehilati.biu@gmail.com](mailto:kehilati.biu@gmail.com)

טלפון: 03-5318710 פקס: 03-7384030

ד"ר זאב אפל

[zeevapel@gmail.com](mailto:zeevapel@gmail.com)