

קורס הכשרת מנטורים. יות

עשרות כלים לשטח | מבוסס מחקר בינלאומי

המציאות המורכבת עמה מתמודדים סטודנטים וסטודנטיות החוזרים מתקופות מילואים ממושכות כוללת פערי ידע מצטברים, עומס רגשי, ירידה במוטיבציה ואתגרים נוספים הכרוכים עם חזרה למסלול האקדמי והמקצועי. מציאות זו מחייבת מנטורינג איכותי, רגיש ומובנה – כזה שמכיר את המורכבות לעומקה ויודע להוביל תהליך ליווי מדורג, יציב ומבוסס.

התוכנית מכשירה מנטורים. יות בכירים ללוות סטודנטים אלו בהתבסס על אבחנה מדויקת של צרכים משתנים, ולבנות עבורם תהליך ליווי מקצועי המשלב תמיכה, בהירות והכוונה. זאת, תוך העצמת הכוחות הקיימים בכל אחד ואחת מהם וניטור התקדמות עקבית ובטוחה לעבר מטרות אישיות ומקצועיות, בקצב המותאם לנסיבות חייהם ולשלב שבו הם והן נמצאים.

מטרות הקורס

- הקניית תשתית מקצועית למנטורינג איכותי ומודע להקשר של שירות מילואים.
 - פיתוח מיומנויות ליווי, הקשבה, חקירה והובלה תהליכית.
 - שילוב בין ניסיון ניהולי אישי לבין פרקטיקות מנטורינג מבוססות עדויות (Evidence-based).
 - חיזוק היכולת ללוות תהליכי שינוי, קבלת החלטות והתמודדות עם לחץ ואי-ודאות.
- הכלים והמודלים הנרכשים בקורס אינם מוגבלים לעולם המנטורינג בלבד, אלא ניתנים ליישום ישיר גם בעשייה הניהולית והמקצועית של המשתתפים, במערכות יחסים ארגוניות, ובהובלת אנשים בסביבות מורכבות.

מבנה הקורס ומתודולוגיה

הקורס מבוסס על שילוב בין:

1. הקניית כלים ומיומנויות מבוססי תיאוריה וממצאים אמפיריים..
2. תרגול מעשי, סימולציות ו־Case Studies מהשטח.
3. עבודה רפלקטיבית אישית וקבוצתית.

מודלים וכלי עבודה מרכזיים

GROW | Framework Thinking | 5 Whys | Mini-Sprints | EmotionAid | Working Alliance SMART+



תוכנית הלימודים

מפגש 1 - יסודות המנטורינג ומסגרת העבודה

- מהו מנטורינג מקצועי: הבנת ההבדל בין ניהול, ייעוץ, טיפול, ואימון.
- מודל למנטורינג מקצועי (Working Alliance (Bordin, 1979):
מודל המלמד תהליך מנטורינג אפקטיבי: קשר רגשי של אמון (Bond), מטרות מוסכמות (Goals) ומשימות/דרך פעולה משותפת (Tasks).
- למידת 6 מיומנויות הליבה של המנטור לפי המודל של **Center for the Improvement of Mentored Experiences in Research - Entering Mentoring 2015 (CIMER)**
בניית ציפיות ברורות, תקשורת אפקטיבית, הערכת הבנה, קידום עצמאות, שונות והכלה, פיתוח מקצועי.
- הבנה והכרה של הקושי בתהליך שינוי והעלאת מוטיבציות
נלמד מודלים לתהליכי שינוי מקצועיים וכלים העלאת המוטיבציות של המנטי.
- הצגת מודל הקורס כתהליך מתודולוגי של ליווי:
שלב א - בניית יסודות:
אמון ⇐ ציפיות ⇐ מטרות ⇐ ערכים ⇐ חוזה ⇐ מפת התפתחות אישית
- **שלב ב - חקירה והנעה לפעולה:**
בהירות, קבלת החלטות, חוזקות, ערכים, עמידה בלחץ, ויסות רגשי (EmotionAid).
חשיבה מסגרתית (Framework + 5 Whys), תהליך שינוי (GROW).
- **שלב ג - סגירה והטמעה:**
פרידה מקצועית, הישגים ומטרות המשך, ותוכנית פעולה.
- הצבת מטרות SMART+ (כולל Exit to Action).
- סוגי שאלות: פתוחות, אסטרטגיות, עמוקות.

מפגש 2 - מיומנויות מנטורינג מתקדמות

- Framework Thinking
- בעיה ⇐ מידע ⇐ מסגרת ⇐ אסטרטגיות ⇐ פעולה
- מודל GROW
- Goal ⇔ Reality ⇔ Options ⇔ Way Forward
- זיהוי פרדיגמות והרגלים מעכבים וכלים לשבירתם.
- מודל 5 Whys - זיהוי שורש הבעיה
- Mini-Sprints: תכנון שבועי ⇐ ביצוע ⇐ בדיקה ⇐ למידה ⇐ שיפור
- זיהוי חוזקות (Strengths) וערכים (Values) לצורך קבלת החלטות ובניית כיוון מקצועי.
- Reflective Listening, מתן משוב מקצועי ושקוף



מפגש 3 - חשיבה אסטרטגית, פתרון בעיות וזיהוי משאבים

- הבנת מושג הלחץ: מלחץ פיזי, ועד לחץ תפיסתי.
- מודלים להתמודדות עם לחץ.
- EmotionAid - לויסות גופני-רגשי.
- ניהול רגשות והטיות תפיסה (Biases) ככלי מנטורי.
- תקשורת מקרבת.
- תרגול מלא של תהליך מנטורינג מקצה לקצה.
- עבודה על אתגרים אמיתיים מהשטח ושילוב כלל הכלים שנלמדו.

מפגש 4 – סיכום

לאורך כל הקורס: שילוב Case Studies, סימולציות ותרגול יישומי.

תוכנית המפגשים

| מפגש 3 | מפגש 2 | kick-off | מפגש 1 | שעות | ימי לימוד | קבוצה |
|--|-----------|----------------------|--|-------------|-----------|-------|
| 17.5.2026 | 10.5.2026 | 11.5.26 | 3.5.2026 | 21:30-17:00 | א' | 1 |
| 25.5.2026 | 18.5.2026 | | 4.5.2026 | 21:30-17:00 | ב' | 2 |
| בר-אילן בניין 301 ביתה 201 קומה 2 | | מייקרוסופט הרצליה | בר-אילן בניין 301 ביתה 201 קומה 2 | מיקום | | |

אודות מפתחת ומנחת הקורס - עינב צפיר

מומחית מובילה באימון ניהולי, מנטורינג ופסיכולוגיה ארגונית יישומית, בעלת ניסיון של למעלה מ-23 שנה בעבודה עם מנהלים. ות, הנהלות בכירות וארגונים מורכבים.

עינב מלמדת פסיכולוגיה ארגונית, פסיכולוגיה חיובית ואימון בתוכניות לתואר ראשון ושני, ומובילה הכשרות מתקדמות לאנשי ניהול, אנשי ונשות משאבי אנוש ומאמנים. היא מנהלת את תחום הכשרת המאמנים ביחידה ללימודי תעודה באוניברסיטת בר-אילן, משמשת כסופרוויזרית למאמנים ולמנהלי HR, ומלווה מנכ"לים ומנהלים. ות בכירים בתהליכי מנהיגות, קבלת החלטות, שינוי והתמודדות עם סביבות עתירות לחץ, אחריות ואי-ודאות.

עינב מוסמכת בדרגת מאמנת בכירה (PCC, MCIL) בהתאם לסטנדרטים המקצועיים של לשכת המאמנים בישראל ושל ה-ICF הפדרציה הבינלאומית למאמנים (international coaching federation USA).

בעבודתה היא מתמקדת בליווי מנטורים ומנהלים. ות מנוסים, תוך זיהוי דפוסים ארגוניים, חידוד דרכי פעולה והעמקה של איכות ההובלה והליווי המקצועי בסביבות מורכבות. ייחודיות הנחייתה טמונה ביכולת לפתח נוכחות מנטורית, הבנה מערכתית ויצירת קשר מקצועי משמעותי שאינו נשען על עמדת כוח.

במסגרת תוכנית MentorBoost עינב מביאה שילוב מדויק של עומק מקצועי, רגישות אנושית וסטנדרט אתי גבוה. היא מכשירה מנטורים. יות לליווי אחראי, מדויק ובעל השפעה - כזה שמכבד את מורכבות החוויה של משרתי ומשרתות המילואים ומייצר ערך אישי, מקצועי וחברתי מתמשך.