



מרכז יח"ס

מרכז יח"ס, בשיתוף מרכז "סימו-לב", מציע סדנאות במגוון נושאים לשדרוג חוויית הלמידה. הסדנאות בזום, ללא תשלום, אבל נדרשת הרשמה מראש.

סדנה קבוצתית הכנה לתקופת המבחנים

מתחילה להילחץ רק מעצם המחשבה שבסוף הסמסטר תגיע תקופת המבחנים?

« הירשמי עכשיו לסדנת הכנה למבחנים, שתתקיים בסוף הסמסטר

הסדנה תתקיים ב-2 מפגשים, ב-ZOOM ימי חמישי | 9:00-11:00

י"ט טבת (23.12.21)

ד' שבט (6.1.22)

תוכנית הסדנה

- חרדת מבחנים מהי? הקשר בין לחץ להצלחה
- מגיר"ה | ארבעה נתיבים להתמודדות עם לחצים
- ארגון זמן | תוכנית הכנה לקראת מבחן
- עיבוד מידע | הכנה אפקטיבית למבחנים מסוגים שונים

להרשמה

סדנה קבוצתית סדנה סינגור עצמי ותקשורת מקרבת

את יודעת שאת מסוגלת להצליח ב... "רק אם... יבין אותי ואת הצרכים שלי", אבל את לא בטוחה איך להציג את עצמך בפני המרצה.

« בסדנת סינגור עצמי, ניצור סביבה בה תהיה לך אפשרות לבחון את התחושות שלך כסטודנטית במכללה, לגלות את הכוחות שלך וללמוד עקרונות של תקשורת מקרבת.

הסדנה תתקיים ב-3 מפגשים, ב-ZOOM ימי שלישי | 21:30-20:00

י' טבת (14.12.21)

כ"ד טבת (28.12.21)

ב' שבט (4.1.22)

להרשמה

סדנה קבוצתית חיזוק כישורי התארגנות והכוונה עצמית

מרגישה עומס? יש המוווון מטלות? לא יודעת מה לעשות קודם?

« תצטרפי לסדנת כישורי התארגנות והכוונה עצמית

הסדנה תתקיים ב-3 מפגשים, ב-ZOOM ימי חמישי | 9:00-10:30

כ"א כסלו (25.11.21)

ה' טבת (9.12.21)

כ"ו טבת (30.12.21)

תוכנית הסדנה

- מקורות לקשיי התארגנות
- כלי עזר בהתארגנות אישית
- חסמים אישיים בהתארגנות

להרשמה