

להתבונן. לכתוב. להרגיש. - סדנת כתיבה ברוח המיינדפולנס

הסדנה מיועדת לכל מי שהתבוננות היא חלק מקיומו האישי והמקצועי. הסדנה פתוחה לסגל אקדמי ומנהלי. אין צורך בניסיון קודם (בתרגול מיינדפולנס או כתיבה). המנחות: הסופרת מירי רוזובסקי וד"ר ורד רפאלי

**לראות את העולם בגרגר אחד,
ובפרת - לראות את השמים,
להחזיק את האינסוף בכף היד,
ונצח בשעה.**

(ויליאם בלייק)

הסדנה המשלבת תרגילי כתיבה ותרגול מיינדפולנס מבקשת לקשור בין הדיאלוג החינוכי, הדיאלוג היצירתי והדיאלוג הפנימי. דרך תרגול מיינדפולנס נניח לציפיות, לדפוסי חשיבה הרגליים ולשיפוטיות, ונביא אל תהליך הכתיבה תודעה ערה, פתוחה וסקרנית, שיש בה מבט רענן בעולם, בזולת ובעצמו.

סדנה זו מבקשת להעמיק את ההתבוננות הפנימית ולפתוח ערוצים חדשים של דיאלוג פנימי ושל ביטויים דיאלוגיים בהקשרים מקצועיים בכלל ופדגוגיים בפרט, מתוך ההבנה שמפגש אינטימי של איש חינוך עם נפשו שלו מאפשר לו מפגש אותנטי עם נפשותיהם של תלמידיו. הסדנה תאפשר לנו לגלות מבט רענן ובהיר אל העולם, אל הזולת, ובכלל זה אל תלמידיו ואל תוכנו פנימה, ולבטא אותו בכתיבה.

המחיר: 740 למשתתף. לא יינתנו החזרים.

פתיחת הסדנה מותנית במספר משתתפים מינימלי.

מועדי הפגישות: ימי א' 16:00-18:30

1.12.19, 8.12.19, 15.12.19, 29.12.19, 5.1.20, 12.1.20.

עוד קצת על המנחות

מירי רוזובסקי - סופרת, מנחה וחוקרת כתיבה. מחברת רבי המכר "כמו לשבור אור", "פעם בחיים", ו"אותה האהבה, כמעט". עמיתה במכון תל אביב לפסיכואנליזה בת זמננו ומנחה ב"טיוטות", במכללת לוינסקי ובמכון מופ"ת.

ורד רפאלי - לומדת ומתרגלת מיינדפולנס מאז שנת 2009. PhD בפסיכולוגיה קוגניטיבית מאוניברסיטת סאות'המפטון, אנגליה. מלמדת במחלקה לחינוך באוניברסיטת בן גוריון ובסמינר הקיבוצים, מנחת קבוצות MBSR, בוגרת הקורס להכשרת מורי MBSR מטעם מכון מודע במרכז הבינתחומי הרצליה. כותבת ומצלמת.

להרשמה לקורס לחצו כאן



המכללה לחינוך
לטכנולוגיה ולאמנויות



מרחב התבוננות