



## סדנת/הרצאת הכנה לדינמיקה קבוצתית

מטרת הסדנה/הרצאה: הורדת מפלס הלחץ בדינמיקה קבוצתית

**משך ההרצאה:** לפי צרכי הלקוח  
**מספר משתתפים מקסימלי:** ללא הגבלה  
**ההרצאה תתמקד בנושאים הבאים:**

1. רקע כללי אודות תרגיל דינמיקה קבוצתית (כמה זמן היא אורכת, כמה משתתפים בתרגיל וכן הלאה).
2. מטרת הדינמיקה הקבוצתית.
3. מה המבחן הקבוצתי בוחן.
4. מה סוגי המשימות.
5. דוגמאות.
6. טיפים.

**משך הסדנה:** 4 שעות  
**מספר משתתפים מקסימלי:** 10 אנשים  
**הסדנה תתמקד בנושאים הבאים:**

- חלק 1:**
1. ביצוע תרגיל דינמיקה קבוצתית, תוך התנסות במשימות שונות.
- חלק 2:**
1. הסבר אודות מטרת המבחן.
  2. משוב אישי על ההתנהלות בקבוצה.
  3. טיפים ודגשים אודות ההתנהגות הרצויה (כלפי יתר המשתתפים, המשימה, הבוחנים).
  4. בנוסף, איך להציג את עצמי מול קבוצה?
  5. כיצד תחושת הערך העצמי משפיעה על ההצלחה?
  6. תרגול המפחית את תחושת לחץ.