

סמינר תכנית התואר השני M.A. בפסיכולוגיה חברתית  
בבית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה  
מתכבד להזמינכם להרצאתה של:

**גב' מירב פירק**  
**פסיכולוגית תעסוקתית וארגונית,**  
**יועצת למנהלים וארגונים**

בנושא:

**פיתוח גמישות פסיכולוגית באמצעות מודל "ACT At Work"**

**יום רביעי, 16 בנובמבר 2022, בשעה 13:45**

**כיתה PE203, בניין איבצ'ר-טיומקין**

תרפיית קבלה ומחויבות (Acceptance and Commitment Therapy) היא גישה פסיכולוגית מבוססת מחקרית לשיפור גמישות פסיכולוגית המתבססת על עולמות הטיפול הקוגניטיבי ההתנהגותי והמיינדפולנס. בהרצאה נסקור כלי לייעוץ אישי שמטרתו לצאת מאזורי הנוחות, כדי להניע מהלכים שמקדמים את הערכים שלנו, גם נוכח קושי ואתגר חיצוני או פנימי. בנוסף, יוצג מודל חדש מבוסס ACT לייעוץ אישי למנהלים ועובדים שמטרתו הסרת חסמים בדרך לצמיחה בעבודה.

נשמח לראותכם!

ההרצאה תתקיים בשפה העברית