



הכשרת מלוות דרך בשיטת דפי נפש | מחזור 16 - ימי חמישי 9:00-12:30 החל מה 15.10.26 פרטים, סילבוס ותנאי תשלום והרשמה

שיטת דפי נפש היא שיטה ייחודית שפיתחה רקפת הדר ב 2014 במטרה לאפשר ריפוי וטרנספורמציה עדינים באמצעות שפה חדשה של יצירה שאותה תלמדו בקורס. הקורס מכון לחוויה והתפתחות באמצעות היומן ולימוד של היומן ככלי לביטוי, מחקר אישי מלא סקרנות. בקורס יאפשר לך להתחבר ל"אמנית הפנימית" ולהתוודע לכוח שיש ליצירה לאפשר ריפוי בחיך.

מעבר לחוויה האישית וההיכרות עם הכלי הנפלא הזה, תלמדי כיצד להעביר אותו הלאה מתוך המקום האישי שלך בשילוב כלים וגופי ידע נוספים שאספת ולמדת במהלך חיך. תוכלי לעבור את שנת ההכשרה הזו כשאת פוסעת בתהליך אינטימי ואישי יחד עם קבוצה תומכת ואיכותית של נשים. כל אחת מהמשתתפות תתחבר לחזון האישי שלה, ליעדים אותם תציב לעצמה, ובתום הקורס תוענק לה תעודת "מלוות דרך בשיטת דפי נפש" לעבודה עם קבוצות/פרטני בארץ ובעולם.

נרשמות לקורס ההכשרה זוכות בבכרונות הבאים:

בכרונות 1 - קורס כריכת יומנים בשווי 700 ש"ח

לפרטים לחצי כאן: [קורס דיגיטלי 7 טכניקות שונות לכריכת יומנים + 3 שיעורים מלאים לעבודה ביומן](#)

בכרונות 2 - קורס "הכירי את האמנית הפנימית" להנחיית קבוצות בשיטת דפי נפש - שווי 5500 ש"ח

הקורס - **meet your inner artist** - הוא קורס הדגל של בית הספר, אותו אנחנו מעניקות כמתנת 'צידה לדרך' לכל בוגרת הכשרת מלוות דרך שהוכשרה ע"י בית הספר לשיטת דפי נפש בארץ ובעולם תוכל ללמד שיעור מתוכו או את הקורס המלא, עם מתן קרדיט לשיטה ולרקפת הדר (הקורס תחת זכויות יוצרים של בית הספר). הקורס מוקלט באנגלית ומוגש עם PDF מסודר ובכך מהווה קורס בינ"ל ללימוד קורס בסיס בשיטה.

לפרטים לחצי כאן: <https://visualjournal.co.il/courses/meet-your-inner-artist>

בכרונות 3 - מפגש הדרכה פרטני בזום - לגיבוש חזון, קהל יעד, מטרות ויציאה לדרך.

בכרונות 4 - ספריית הקלטות באתר מסודרת עם כל החומרים שילוו אותך בדרך

למעבר לווסטאפ של איריס גל לפרטים, שאלות והיכרות: [לחצי כאן](#)

בדף הבא יפורט הסילבוס של הקורס - תאריכי המפגשים והתכנים. שימי לב, עשויים להיות שינויים קלים בתאריכים ובנושאי המפגשים



מודול 1: הכיר את האמנית הפנימית - שיטת דפי נפש ו 7 האלמנטים

מפגש	תאריך	נושא המפגש
1	15.10.2026	שער לנפש - קולאז' 7 האלמנטים - יצירת הכריכה ליומן מעטפת
2	22.10.2026	התחברי לאמנית שבך - טכניקת רזיסט ונוירוארט
3	29.10.2026	דמויות אומרות שירה - תרגילי כתיבה בטכניקת blackout poetry
4	05.11.2026	המסע אל אי-השלמות - שטיח קולאז' ועבודה עם היד הלא דומיננטית
5	12.11.2026	סיפור משפחתי - עבודה עם זיכרונות וטכניקות העברת תמונות

מודול 2: דמויות פנימיות - היכרות עם שיטת Voice Dialogue בחיבור ליומן הויזואלי

מפגש	תאריך	נושא המפגש
6	19.11.2026	מארג הדמויות הפנימיות - היכרות עם הוויס דיאלוג, יצירת קולאז' על בד
7	26.11.2026	חיבור לארכיטיפ הילד הפנימי - עבודה עם ציורי ילדים ובובות נייר
8	03.12.2026	המבקר הפנימי ודמות מיטיבה - עבודה בדיו
9	17.12.2026	השלם גדול מסך חלקי - קולאז' בהשראת טישה מור

10.12 חנוכה

מודול 3 - הקבוצה

מפגש	תאריך	נושא המפגש
10	24.12.2026	תיאוריות בבסיס שיטת דפי נפש - המרחב הפוטנציאל
11	31.12.2026	קבוצת לימוד של היומן הויזואלי, סטינג בקבוצה - אני בקבוצה/משפחה
12	07.01.2027	מטרה, חזון וקהל יעד + תפקיד מלוות הדרך בקבוצות היומן הויזואלי
13	14.01.2027	עליית תכנים רגשיים בקבוצה
14	21.01.2027	הסתכלות על עבודות היומן - שיקוף ומשוב



מודול 4 - הקורס לבניית קורסים - פיתוח מערכי שיעור על פי השיטה באמצעות כל האוצרות שיש בכך

מפגש	תאריך	נושא המפגש
15	28.01.2027	מכרה היהלומים שלי - מפת הידע שלי + חזון אישי
16	04.02.2027	מטאפורה מנצחת - תבנית קורס של דפי נפש ועבודה אינטואיטיבית
17	11.02.2027	בניית שיעור מתוך אלמנט הכוונה - תרגילי כוונה והכוונות לנושא
18	25.02.2027	בניית שיעור מתוך חומרים וטכניקות
19	18.03.2027	בניית שיעור סיום ופרידה מקבוצות
20	08.04.2027	סיום חגיגי וחלוקת תעודות - מפגש פרונטלי

בין מפגש 12 ל 14, כל תלמידה תקבע מפגש הדרכה פרטני בזום (בניית חזון, דיוק הרצון והנחיה להקמת קבוצת לימוד) מפגש של 45 דק'.

מהלך מודול 4 תיבדש להקדיש זמן להכנה והגשת שיעורים של קורס האישי (כ- 3 שעות נוספות לזמן הלימודים) הגשת החומרים הינה אחריות אישית והינה חובה. משוב והנחיה יינתנו במסגרת תקופת הלימוד. כמו כן, שמורים לך 3 שבועות לפיתוח של השיעורים (בין מפגש 18 ל 19) – זמן ייעודי לכתיבה, יצירה והגשת החומרים.

מנחות: רקפת הדר, איריס גל, דניאלה שחם-שריג והדס קורט

עלות הקורס:

- **עלות מלאה:** 9,600 ש"ח
- **הנחה:** 8,450 ש"ח בלבד
(הנחה של 12% להרשמה מוקדמת עד 15.9)

תנאי תשלום וביטול הרשמה - עליך לחתום על התנאים כאן: [לחצו כאן](#)