



בית ספר ברוך איבצ'ר
לפסיכולוגיה

בית ספר אריסון
למנהל עסקים



בית ספר אריסון למנהל עסקים ובית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה מתכבדים להזמינכם כחלק מסמינר תכנית התואר השני M.A. בהתנהגות ופיתוח ארגונים להרצאתה של:

דנה זליכה

מרכז מודע למודעות, מדע וחברה, המרכז הבינתחומי הרצליה

בנושא

מהפכת המיינדפולנס בעולם הארגוני

יום חמישי, 21 במאי 2015, בשעה 18:45

אולם CB01, בניין ארזי-עופר

מיינדפולנס הפך לתחום פופולרי בשנים האחרונות בעולם הארגוני המודרני המתאפיין בעומס עצום, ריבוי משימות, תגובה לאירועים, הכל מבלי לעצור לרגע. חברת Google כבר למעלה מ-7 שנים מפעילה בהצלחה רבה את התכנית Search Inside Yourself במטרה לפתח מיינדפולנס אצל המנהלים שלה. מיינדפולנס ('מודעות קשובה') הינו מצב תודעתי של תשומת לב מדויקת וערה לרגעי ההווה, הניתן לפיתוח דרך אימון מוחי. היתרונות הרבים שהתגלו במהלך השנים כתוצאה מתרגול מיינדפולנס בקהילת הרופאים והסטודנטים החלו להיחקר בצורה מדעית בשנים האחרונות בעולם הארגוני המודרני: הלחץ, התחרותיות, החשש מכישלון ושעות העבודה הארוכות פוגעים ביכולת התפקודית וברווחה של העובדים. כתוצאה מכך נפגע הארגון כולו: אם בשל קבלת החלטות לא נכונה, חוסר יצירתיות, ירידה בתפוקה או בשל ימי מחלה מרובים. אחד מהאתגרים הניהוליים הינו העיסוק בנושאים הדחופים והקריטיים לארגון תוך שטף של אירועים, גירויים והפרעות כגון מיילים, הודעות טקסט וטלפונים. על כן, המנהלים זקוקים למיקוד רב ופעילות קשובה באופן צלול למתרחש בסביבה, כדי להגיב ממקום אותנטי, עמוק ומדויק. מיינדפולנס הוכח כמשפר פרודוקטיביות, יכולת מנהיגותית, כריזמה ובאופן כללי - תפקוד ניהולי, שכן מסייע להפחית את רמות הלחץ והשחיקה הארגוניות ולייצר אוירה התומכת בהעלאת רמות האושר, היעילות והיצירתיות.

נשמח לראותכם!

להרשמה: rdar@idc.ac.il