

# אימון אישי זה לא רק מקצוע זה דרך חיים

גולדי גרוסמן



"כשיש כזה מאסטר מאחוריי - שתומך, מכיל, שומע ומכוון זה נותן כוחות! איזו השגחה פרטית מלמעלה, שקיבלנו את ההתמודדות הזו בדיוק כשאני בשלבי סיום של הקורס, שהעניק לי את כל הכלים המדהימים, והתודה הגדולה לריבוננו של עולם שזיכה אותי להכיר את צביקה שהיה השליח לשדרוג איכות החיים שלי ושל משפחתי. 'לכל כדור יש כתובת', וגם עיתוי ותזמון. השם הכין לי את הקרקע. נקווה שהמצב הקשה הזה יהיה מהר מאחורינו, אבל הודות לקורס הייחודי ב'מרכז אלון' אני מוכן לכל - ברוך השם!"

אלו חלק ממילות ההוקרה של ש. - תלמיד קורס קואוצ'ינג בשילוב NLP של 'מרכז אלון' של צביקה עידן, אברך וכן למשפחת רבנים ליטאית. בנו התינוק חלה ואושפו בבית החולים. ש' נכנס לחץ רגשי קשה. הכלים של האימון האישי נותנים לש' כוחות ועוצמה לטפל גם בכל הנושאים הרפואיים והטכניים הנדרשים וגם בצד הרגשי - להגיע לרוגע ושקט וליכולת לפעול נכון ללא איבוד עשתונות ולעבור בע"ה בשלום את התקופה הקשה הזו.

## קורס אימון אישי קואוצ'ינג בשילוב NLP - לא עוד סדנה או קורס

מהו 'מרכז אלון', ומיהו צביקה עידן ומהם הקורסים שלנו 'מרכז אלון' של צביקה עידן קנה את שמו, במהלך עשר השנים האחרונות, כבית הספר המוביל בתחום האימון האישי וה NLP - במגזר החרדי. בכל שנה מאות תלמידים מסיימים את לימודיהם. המרכז מוסר קורסים נפרדים לגברים ונשים. פרטים באתר: [www.alon.coach](http://www.alon.coach) רבנים מוכרים, הרב אריה מונק מנכ"ל 'בית חם' ומנהלים בחינוך החרדי מלווים את פעילות 'מרכז אלון' ואישרו את חומרי הלימוד והתאמתם למגוון חלק מהם משתתפים בקורסים או במפגשים אישיים עם צביקה ומקבלים כלים משמעותיים בחייהם המקצועיים והאישיים.

המיוחד ב'מרכז אלון' הוא, שמדובר בבית ספר מוסמך מטעם לשכת המאמנים הישראלית, שהיא הארגון הגדול והחשוב ביותר המאגד את רוב המאמנים בארץ. חומרי הלימוד ברמה מקצועית גבוהה, והקורס בהיקף של 180 שעות אקדמיות במהלך כתשעה חודשים - מה שלא קיים כמעט בבתי ספר אחרים במגזר. כל בוגר קורס של 'מרכז אלון' זכאי לתואר מאמן מוסמך מטעם לשכת המאמנים, בכפוף להשלמת המטלות הנדרשות על ידי הלשכה. נוסף על כך, 'מרכז אלון' מציע שני קורסי המשך של השלמת תואר ב-NLP וספרוויזן לקואוצ'ינג.

צביקה עידן הוא היום והנשמה של 'מרכז אלון'. תלמידיו ומכיריו אומרים עליו שהוא משמש עבורם דוגמה אישית לענווה, מקצוענות וסובלנות ומיישם הלכה למעשה את מה שהוא מלמד. כמו כן הוא תורם מזמנו בכל הזדמנות למען האחרים. הוא מלווה את תלמידיו כמנטור לכל החיים וזה ייחודי רק לו. צביקה הוא המנחה העיקרי של הקורסים. תוארו הוא מאמן אישי מוסמך בכיר מטעם לשכת המאמנים, ומסטר טריינר NLP. משתלבים איתו בהוראת הקורסים מרצים מוסמכים ומרצות - המלמדות בקורסי הנשים, וכולם עתירי ניסיון מקצועי במגזר החרדי.

צביקה מרצה בעל נסיון של אלפי שעות הוראה במקומות שונים - בקורסים של 'מרכז אלון', בחוג לחינוך גברים במכללת בית וגן ירושלים, במרכז ינ"ר, בהרצאות בפני קהלים מתחום החינוך והתעסוקה - מכון אחיה, הג'וינט, עמותות לקירוב ושליחים ובמפגשי אימון אישי פרטני. שיטת ההוראה בקורס פשוטה ומובנת בליווי מצגות והקלטות וחוברת בת 270 עמודים שמקבל כל תלמיד. צביקה משלב בשעוריו דוגמאות אינספור מתוך האימונים האישיים שהוא עושה בכל יום. השילוב בין חומר תיאורטי למעשי הוא שילוב מנצח בקורסים של 'מרכז אלון'.

זהו הקורס המעשי ביותר בשוק הקואוצ'ינג שמאפשר לבוגריו להתחיל ולעבוד מיד בתום הקורס.

תלמידיו מגיעים מכל גוני הקשת החרדית והדתית והם כוללים רבנים, מלמדים, משגיחים, מנהלי עמותות, מנהלי עסקים ועוד רבים אחרים. ההרשמה לקורסים בעיקרה בשיטת 'פה לאוזן'. יש הרבה מקרים שבהם חברים או בני משפחה נמצאים באותו זמן בקורסים שונים וכל כך נהנים לדבר על הנושאים הנלמדים בכלל, בחדר המורים בתלמוד תורה, בסעודות שבת ובכלל. אב ובנו, אמא ובן, בעל ואישה, אחים, גיסים וגיסות, חברים לעבודה ועוד.

ב'מרכז אלון', שכר הלימוד של הקורס, שהוא שיקול רציני בקבלת ההחלטה ללמוד, הוא הנמוך ביותר מכל הקורסים האחרים בתחום, ונוסף על כך ישנה אפשרות לשלם ב-20 תשלומים ללא ריבית.

במסגרת החזון שלנו, 'מרכז אלון' מתכנן בשנה הקרובה להקים מרכז לאימונים אישיים בשיתוף עם 'בית חם', שמטרתו לרכז את הביקוש לאימונים אישיים במגזר החרדי ולספק עבודה לבוגרים שלנו בתחילת דרכם המקצועית בעולם הקואוצ'ינג.

## להוביל, להשפיע, להצליח

אימון הפך למקצוע פופולרי בשנים האחרונות. ביקשנו לשמוע מצביקה, מהו אימון אישי בשילוב NLP ומה הוא מקנה לתלמידים ובני משפחותיהם.

"אימון אישי הוא תהליך למידה המעצים את האדם למצות את הפוטנציאל שלו ולשפר משמעותית ולאורך זמן את הביצועים וההישגים האישיים והמקצועיים שלו. בקורס התלמיד מקבל את הכלים והידע הן לחייו האישיים והמשפחתיים והן עבורו כמאמן אישי מקצועי והמוביל אנשים לשינוי משמעותי בחייהם בתהליך קצר וממוקד, למימוש חלומותיהם והשגת מטרות שלא השיגו עד היום."

בשנים האחרונות גדלה המודעות ויש ביקוש גבוה במגזר החרדי בתחום האימונים האישיים ויש חוסר במאמנים במגזר. במקצוע אימון אישי אפשר להחליט על היקף העבודה כעיסוק מלא או כהכנסה משלימה לעבודה העיקרית. העיסוק באימון מתגמל באופן בלתי רגיל הן כספית והן רגשית. כמאמן אתה חווה את השינויים החיוביים שעובר המתאמן ולעיתים כל משפחתו בעקבות כך.

לאן פני 'מרכז אלון' בחודשים הקרובים?

מיד לאחר הפסח יפתחו בע"ה שני קורסים נוספים לנשים חרדיות - קורס בוקר וקורס ערב. ההרשמה כבר בעיצומה - לפרטים והרשמה: 054-8567848, 054-8442808 או במייל [alon.nlp@gmail.com](mailto:alon.nlp@gmail.com) או באתר:

[www.alon.coach](http://www.alon.coach)

בנוסף, עמלים בהנהלת המרכז בשיתוף עם 'בית חם', על הקמת מרכז לאימונים אישיים.

בחודש אב תשע"ח, ייפתח קורס קואוצ'ינג נוסף לגברים - ההרשמה כבר התחילה.

איחלנו לצביקה ולאנשי 'מרכז אלון' חג שמח ושיזכו להמשיך ולהביא את תורת הקואוצ'ינג לעוד ועוד אנשים במגזר החרדי.