



**מפגשי איט"ה בימי שישי במרכז**

**תכנית המפגשים השנתית ופרטי ההרשמה 2016-2017**

**מרכז יפה לי, א"י יפה, גני יהושע**

**התכנסות על כוס קפה: בין 09:30 ל – 10:00**

**ההרצאה בין 10:00 ל- 13:00**

**11.11.16 מפגש לזכרו של אורי פישר ז"ל**

**הומור בפסיכותרפיה / ד"ר גבי גולן**

בתחילת המפגשים ייאמרו דברים לזכרו של אורי פֿישר ע"י חברים ובני משפחה.

בהמשך תינתן הרצאה בנושא הומור בטיפול. כל הגישות הטיפוליות מתייחסות לתהליך הטיפולי כרציני וכזה שאין בו מקום להומור. לשימוש בהומור בטיפול ישנם יתרונות והוא מאפשר את השגת המטרות הטיפוליות בדרך ייחודית.

בהרצאה יתוארו סוגי ההומור, והמשתנים הרלוונטיים אליו, ייסקרו היתרונות בצד החסרונות של השימוש בו בטיפול. בנוסף יודגמו סוגי ההומור השונים.

**ד"ר גבי גולן** פסיכולוג קליני ורפואי מדריך, מורשה לעיסוק ולהוראת ההיפנוזה, פסיכולוג ראשי ויחיד במרכז הארצי להמופיליה – שיבא, מרכז הקורסים להיפנוזה בביה"ס לרפואה, לימודי המשך, אוניברסיטת תל אביב, קליניקה פרטית.

## **27/1/17 פסיכואונקולוגיה - הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי-רגשי**

### **במפגש עם מחלת הסרטן / ד"ר יוסי אדיר**

**ד"ר יוסי אדיר** פסיכולוג קליני מורשה להיפנוט והוראה מדעית בהיפנוזה מכון המטו-אונקולוגי, מרכז רפואי שיבא, תל השומר.

"הרופא כרגע הודיע לי שיש לי עוד מספר חודשים לחיות ואני רוצה שתעזור לי. תעזור לי למות שמחה", ביקשה ממני מטופלת כאשר התבשרה שאפסו סיכויי החלמתה. הייתה שם השלמה, לא כעס, עצב, או פחד. קבלה.

מחלת הסרטן הינה מחלה אשר משפיעה, כידוע, לא רק על הגוף אלא גם על הנפש והחלקים הקוגניטיביים, התנהגותיים ורגשיים, אשר משפיעים על המטופל וקרוביו, הם חלק בלתי נפרד ממחלה זו. בנוסף לתסמינים הפיסיולוגיים, כגון כאבים, חולשה, בחילות, עייפות ועוד, המגבירים את תחושות היאוש והתסכול, במישור הקוגניטיבי ישנן לא מעט מחשבות ותפיסות אשר גורמות למטופל לסבל רב, בעיקר עקב השפעתם על המישור הרגשי. רגשות כמו עצב, פחד, כעס, תסכול ועוד הינן דומיננטיים, מה שמוביל מטופלים רבים להסתגרות, הימנעות, לעיתים התנהגות תוקפנית ואימפולסיבית ולתחושה של חוסר או אבדן שליטה.

הטיפול הקוגניטיבי הוכח כיעיל ביותר בעזרה במצבים אלו וכלים כגון טיפול בנשימה, טכניקות הרפיה, מדיטציה ודמיון מודרך/היפנותרפיה מגבירים ומעצימים את יעילות הטיפול. בהרצאה זו נתמקד בסוגיות הנ"ל דרך סיפורים מרגשים, אסטרטגיות טיפוליות, קטעי ווידאו ועוד.

**31/3/17**

### **טיפול בפוביה מפני רגשות: עקרונות ויישום / ד"ר יופ מאירס**

**ד"ר יופ מאירס** הוא פסיכולוג קליני, מומחה בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי ובטיפול חוויתי-פסיכודינמי (*Experiential psychodynamic therapy*). מחבר של מאמרים וספרים בשני התחומים האלה ובעבר יו"ר אי"ה וראש המגמה לפסיכולוגיה חינוכית וקלינית של הילד באוניברסיטה העברית בירושלים.

ד"ר מאירס יציג מודל טיפולי המהווה גשר בין טיפול CBT וטיפול פסיכודינמי. המודל- טיפול בפוביה מפני רגשות, משלב בין הבנות תיאורטיות דינמיות וטכניקות טיפוליות קוגניטיביות-התנהגותיות. מטרת הטיפול: לעזור למטופלים להתגבר על פחד מפני רגשות, על ידי חשיפה הדרגתית לחוויה והבעה של רגשות בקשר הטיפולי ומשם לקשרים בחיי היום יום.

בחלק הראשון של ההרצאה יוצגו העקרונות התיאורטיים והנתונים המחקריים התומכים במודל. בחלק השני יוקרן ווידיאו עם הדגמה של הטיפול בפועל.

## **12/5/17 הפנים הרבות של האובדן והשכול : דברים שכל מטפל**

### **חייב לדעת**

#### **פרופ' שמשון רובין / ד"ר רות מלקינסון / פרופ' אליעזר ויצטום**

מחובותיו של כל מטפל לפעול מתוך מקצועיות ומיומנות בעבודתו. בעשורים האחרונים, נושא האבחון והתערבות בתחום אובדן התפתח מאוד. בהרצאה זו, ברצוננו להתייחס ל-5 נושאים מרכזיים שמשקפים את ההתפתחויות בתחום ב-10 השנים האחרונות: (א) היכרות עם צורות של אבל מורכב – עם ובלי אבחנה מה-DSM5; (ב) טיפול באבל – הסכמות ואי-הסכמות בין החוקרים בתחום ההתערבות על מידת חשיבותן ויעילותן; (ג) אובדן, טראומה ואבל טראומטי – הגדרות, תובנות ואסטרטגיות טיפוליות; (ד) מודלים מרכזיים והשלכותיהם: המודל הדו-מסלולי לאובדן ושכול (TTMoB); המודל הדו-תהליכי להתמודדות עם אובדן (DPM); התמקדות במשמעות האובדן על הסתגלות; התייחסות לאובדן כטראומה; (ה) מה יש לכלול בארגז הכלים של המטפל באובדן.

המחברים הוציאו לאור:

רובין, ש., מלקינסון, ר., ויצטום, א. (2016). הפנים הרבות של אובדן ושכול: תיאוריה וטיפול.

הוצאת הספרים של אוניברסיטת חיפה, פרדס הוצאה לאור.

במהלך המפגש ניתן יהיה לרכוש את הספר במחיר מוזל

Rubin, S.S., Malkinson, R. & Witztum, E. (2012). *Working with the Bereaved: Multiple Lenses on Loss and Mourning*. New York: Routledge.

## **16/6/17 CBT דיאדי לפעוטות וילדי גן הסובלים מתגובות**

### **פוסט-טראומטיות ומ PTSD / ד"ר לילך רחמים**

**מנחה:** ד"ר לילך רחמים, פסיכולוגית קלינית ורפואית מדריכה, מנהלת תכנית ההכשרה לפסיכותרפיה בילדים ונוער שבמרכז "חוסן", מנהלת המרפאה לטיפול בפוסט-טראומה בפעוטות

וילדי גן במרכז "חוסן", מרצה בביה"ס לפסיכולוגיה המרכז הבינתחומי הרצלייה ובלמודי המשך בפסיכיאטריה בביה"ס ללימודי המשך ברפואה אוניברסיטת תל אביב. חוקרת ופרסמה מאמרים בנושא טיפול בטרואמה ואבל טראומטי בילדים ופעוטות וטיפול בילדים עם חרדות. מחברת הספר לגלות את הגן הנעלם: ילדים בטיפול.

ילדים בגיל הרך סובלים מפסיכופתולוגיה כגון חרדת פרידה, דיכאון וסימפטומים פוסט-טראומטיים. למשל, 0.5% מילדים בגילאי 2-5 סובלים מחרדת פרידה, 0.6% סובלים מפוביות ספציפיות, 1200 ילדים בגילאי 0-5 נפגעים מכוויות במדינת ישראל בכל שנה, 13% מהם מפתחים סימפטומים פוסט-טראומטיים והפרעות נלוות כגון אנקופרזיס ועיכוב התפתחותי. הסימפטומים קשורים לתאונה עצמה אך גם לטיפול הרפואי. למעשה, ילדים בגיל הרך עשויים לפתח תגובות חרדה ופוביה ספציפית בתגובה לבדיקות רפואיות פולשניות. שכיחות דומה של תגובות חרדה נמצאה בקרב הורים לילדים נפגעי כוויה ומחלות מסכנות חיים. אוכלוסיית גיל זו על פי רוב אינה מאותרת ועל פי רוב אינה מופנית לטיפול. ההשלכות ההתפתחותיות, המשפחתיות, החברתיות והכלכליות לתת איתור וטיפול באוכלוסייה זו הן קריטיות. במהלך העשור האחרון הצטברו ראיות מבוססות מחקר על היעילות של CBT לילדים בגיל הרך והוריהם. הטיפול ניתן גם כמניעה וחסון מפני התפתחות של פסיכופתולוגיה.

**ההרצאה תכלול :** היכרות עם פסיכופתולוגיה של הגיל הרך והשלכות של טראומה על הקשר הדיאדי. CBT לגיל הרך: הצגת פרוטוקולים טיפוליים לחרדה וסימפטומים פוסט-טראומטיים לפעוטות וילדים בגילאי גן והוריהם. נצפה בקטעי וידאו מתוך טיפול שנערך כיום במרכז "חוסן" במרפאה לפעוטות וילדי גן הסובלים מסימפטומים פוסט-טראומטיים.

#### ספח ההרשמה למפגשי איט"ה במרכז

חברי איט"ה, כולל חברים מתעניינים, פטורים מתשלום, אך **חובה להירשם מראש** למפגשים בהם מעוניינים אצל הגב' תימור גביש, מזכירת איט"ה בכתובת מייל:

[itacbtisrael@gmail.com](mailto:itacbtisrael@gmail.com)

עבור נרשמים שאינם חברי איט"ה, התעריף הוא 100 ₪ עבור מפגש אחד, או 400 ₪ לכל הסדרה (5מפגשים).

לסטודנטים במקצועות טיפוליים (מאוניברסיטאות, מכללות ותוכניות הכשרה ב- CBT בחסות איט"ה ומתמחים בפסיכולוגיה ופסיכיאטריה ובהצגת תעודה מתאימה) התעריף הוא 80 ₪ לפגישה בודדת ו- 320 ₪ לכל הסדרה.

מועד סיום ההרשמה: עד שבוע לפני ההרצאה.

את התשלום יש לשלוח מראש למזכירת איט"ה, הגב' תימור גביש

ת.ד. 11472

תל אביב 6111302

אנא רשמו את השיק לפקודת איט"ה בלבד. **לא לשלוח בדואר רשום**

אני מעוניינת/ להירשם למפגשי CBT בימי שישי במרכז

אנא ציינו את המפגשים המבוקשים:

מפגש ראשון 11/11/15 \_\_\_\_\_ מפגש שני 27/1/17 \_\_\_\_\_

מפגש שלישי 31/3/17 \_\_\_\_\_ מפגש רביעי 12/5/17 \_\_\_\_\_

מפגש חמישי 16/6/17 \_\_\_\_\_

שם פרטי ומשפחה \_\_\_\_\_ כתובת \_\_\_\_\_

טלפון \_\_\_\_\_ כתובת מייל \_\_\_\_\_

אנא סמני/ בעיגול: חבר איט"ה סטודנט / מתמחה אחר

מצורף צ'ק מספר \_\_\_\_\_ בנק \_\_\_\_\_ לתאריך \_\_\_\_\_

סכום \_\_\_\_\_