



# טיפול בטראומה: מהבנה לפרקטיקה

מודל אינטגרטיבי ב-6 מפגשים להקניית ביטחון וכלים מעשיים בקליניקה

מיקום: זום לייב 

מתחילים ב: 16/01 

מנחה: יותם 

# מטרת הקורס

להעניק למטפלים ארגז כלים פשוט, ברור ויעיל להתערבות במצבי טראומה וחרדה, תוך שמירה על ביטחון המטפל והמטופל ומניעת הצפה.

המודל משלב כלים מגישות SE, CBT, PE ו-EMDR בצורה אינטגרטיבית ומעשית.

# חלק א': הבסיס והייצוב



## מפגש 3: הגוף זוכר

- פיזיולוגיה ומשאבים
- טכניקות קרקוע וארבעת היסודות
- הרפיית שרירים (ג'קובסון) ונשימות
- חיבור מחדש לרצפים תפקודיים



## מפגש 2: עושים סדר בכאוס

- הערכת סיכון וייצוב ראשוני
- שימוש בכלי MSI והבניית נרטיב
- תיקון רצפים: מילוי "חורים" בזיכרון
- מיקוד בעובדות ופעולות ללא הצפה



## מפגש 1: להבין את המנגנון

- מעגלי החרדה, הצמיחה והכלים הטיפוליים
- מודל 3 המעגלים: נוחות, צמיחה וחרדה
- כיצד נוצרים דפוסים נמנעים
- 5 שלבים לחיים בצל הטראומה

# חלק ב': עיבוד, צמיחה ותרגול



## מפגש 6: יוצאים לשטח

- תרגול מעשי וסיכום
- סימולציות (Role Play) בזוגות
- ניתוח מקרים והתאמת כלים
- כלים למניעת שחיקה אצל המטפל



## מפגש 5: תנועה וגמישות

- דסנסיטיזציה ותכנון עתידי
- טכניקת ההפך (Pendulation)
- חשיפה מבוקרת בחלון הסיבולת
- הפיכת המטופל למשאב עבור סביבתו



## מפגש 4: הסיפור המיטיב

- עיבוד נרטיבי עקיף ו"גשר מאחד"
- כתיבת הסיפור הקצר ו"סוף טוב"
- זיהוי שפת ההתמודדות (BASIC PH)
- יצירת "מקום בטוח" בדמיון מודרך

# מוכנים לקבל את הביטחון המקצועי?

מספר המקומות מוגבל כדי לאפשר למידה אינטימית

להרשמה בוואטסאפ לחצו כאן 

או חייגו: 054-4473665