



סדנת מינדפולנס (קשיבות) כגישה טיפולית

בואו להכיר את ערכם הטיפולי של קשיבות, חמלה וקבלה והשיטות לטיפול יכולות אלו וישומם בטיפול ככלי עזר למטפל, ככלי עזר למטופל וכהבנה של קשב ונוכחות כמחוללי שינוי.

רקע : מינדפולנס מוגדר כהפניית תשומת לב למחשבות ורגשות בהווה, ללא שיפוטיות או תגובתיות ותוך קבלה וחמלה. טיפול המבוסס על גישת המינדפולנס קיבל הכרה ותנופה בשנים האחרונות, ואיתו עולה הצורך בהרחבת ידע והבנה של יישום הגישה בטיפול.

מטרה : רכישת מיומנויות וכלים לשימוש בגישת המינדפולנס בטיפול. הכרת מרכיבי מינדפולנס - בינאישי ותרומתם באינטראקציה הטיפולית.

קהל היעד הסדנה מיועדת לסטודנטים, מטפלים ואנשי מקצוע בתחום בריאות ובריאות הנפש: עוסקים, פסיכולוגים, רופאים/ אחים, מגשרים, מטפלים באומנויות, מטפלי משפחה וקבוצות.

מרצה גב' יעל שוייצר, עובדת סוציאלית קלינית (MSW, LCSW) ומטפלת בתנועה (BC-DMT) המשלבת מינדפולנס בעבודה הטיפולית כבר למעלה מ-25 שנה. קיבלה הכשרה בתכנית להפחתת מתח באמצעות מינדפולנס (MBSR) של ג'ון קבט זין. בעלת קליניקה פרטית בארה"ב ומלמדת מינדפולנס במסגרות רפואיות וחינוכיות.
www.yaelschweitzer.com

שיטת הלימוד הרצאות הסברים והדגמות, תירגול מגוון של תרגילי קשיבות, התנסויות בזוגות וקבוצות קטנות לתרגול קשיבות בינאישית, שימוש בדוגמאות של עבודה טיפולית בגישת המינדפולנס וניתוחם, דיון קבוצתי.

מבנה הסדנה 15 שעות אקדמיות (3 מפגשים של 5 שעות אקדמיות כ"א).

מחיר 600 ₪

תכנית הסדנה

מפגש ראשון : יום א', 13.10.2013, 17:00-21:00

- העקרונות והתרגולים הבסיסיים של מינדפולנס
- פיתוח חמלה וקבלה
- עמודי התווך של טיפול בגישת הקשיבות

מפגש שני : יום ג', 15.10.2013, 17:00-21:00

- ששה קווים מנחים למינדפולנס-בינאישי
- נושאים להגות והתבוננות
- השלכות טיפוליות של קשיבות בינאישית

מפגש שלישי : יום ה', 17.10.2013, 17:00-21:00

- טיפוח איכויות של מטפל קשוב
- הקניית טכניקות לטיפול מינדפולנס אצל המטופל
- רכישת מיומנויות ותרגול של התערבויות טיפוליות בשיטת המינדפולנס

לפרטים והרשמה טלפון רב קווי: 08-6472626, פקס: 08-6477386

דוא"ל: uces@bgu.ac.il, אתר אינטרנט: www.bgu.ac.il/uces

המרכז האוניברסיטאי ללימודי חוץ, קמפוס מרקוס, בנין 30, קומת קרקע, חדר 3



נהלי לימודים, חיובים והרשמה מפורטים באתר האינטרנט של המרכז האוניברסיטאי ללימודי חוץ
תחת סעיף נהלי הרשמה ולימודים בכתובת: www.bgu.ac.il/uces