



**מרכז "חוסן"**  
להתערבות בטרומה ואסון המוני  
ע"ש כהן-האריס  
מיסודה של העמותה לילדים בסיכון (ע"ר)

**4 Days Workshop in Prolonged Exposure  
Therapy (PE) for PTSD**  
**ארבעה ימי סדנה לטיפול בחשיפה ממושכת להפרעה  
פוסט-טראומטית**  
**יוני 2012**

**מנחות: פרופ' עדנה פואה** נבחרה לאחת מ-100 האנשים המשפיעים בעולם ע"י עיתון

הטיים לשנת 2010. <http://www.haaretz.co.il/hasite/spages/1182133.html>

**ד"ר ניצה נקש**

**יתקיים במרכז לבריאות הנפש ע"ש בריל – מרפאת רמת חן- רח' הצבי 9,  
תל- אביב, קומה 2.**

**סדנה בת ארבעה ימים ללימוד שיטת הטיפול בחשיפה ממושכת.**

בחסות מרכז "חוסן" ועמותת PE בישראל

מיום ראשון ה-10 ליוני ועד יום רביעי ה-13 ליוני

יום נוסף על טיפול בשיטה בילדים יערך ב-14 ליוני.

הסדנה תתקיים בין השעות: 08:30-16:30

טיפול בחשיפה ממושכת (PE) נחשב כיום ברחבי העולם כ"Gold Standard"

לטיפול בהורדת סימפטומים פוסט-טראומטיים, חרדה, דיכאון, כעס ואשמה

בנפגעי טראומה. יעילותו נבדקה והוכחה בעשרות מחקרים במקומות שונים

מסביב לעולם. PE נמצא יעיל בסוגים שונים של טראומה באוכלוסיות מבוגרים,

בני נוער וילדים, כגון: תקיפה מינית ולא מינית, התעללות בילדות, פיגועי טרור,

מלחמות, תאונות דרכים, תאונות עבודה ועוד.

## הסדנה תכלול:

1. הצגת התיאוריה ההתנהגותית – קוגניטיבית להבנת התפתחות הפרעה הפוסט-טראומטית.
  2. הצגת מחקרים מבוקרים של טיפול ב-PE באוכלוסיות מבוגרים וילדים
  3. לימוד הטכניקות של שיטת הטיפול בחשיפה ממושכת.
  4. לימוד ההתאמות לטיפול PE בילדים ונוער ע"י דר' לילך רחמים.
- הסדנה כוללת:
- צפייה בסרטים של קטעי טיפול שבוצעו על ידי מומחים בתחום.
  - תרגול באמצעות משחקי תפקידים שיאפשרו למשתתפים ליישם את הטכניקות הנלמדות תוך הדרכה על ידי מדריכים מומחים ב-PE.
  - התמודדות עם בעיות העולות בטיפול.
  - קבלת פרוטוקול מובנה שבאמצעותו ניתן יהיה לבצע את הטיפול לאחר הסדנה.

## על השיטה:

הפרעה פוסט-טראומטית הינה הפרעה הגורמת לפגיעה קשה בתפקודו של האדם ולמצוקה קשה. פעמים רבות הפרעה זו הינה קשה לטיפול. לאור המצב הביטחוני בארץ, ריבוי הפיגועים והפעילות הצבאית הנרחבת, כמו גם ריבוי האלימות ותאונות הדרכים. עולה מספר האנשים שנחשף לטראומה ועלול לפתח PTSD. משום כך, קיים צורך בטיפול קצר מועד וממוקד. טיפול שיעילותו נתמכת מחקרית. PE הינו טיפול בעל יעילות גבוהה ביותר עם שיפור משמעותי של 85% מהמטופלים. יעילותו מוכחת במשך 25 שנות מחקר במחקרים מבוקרים רבים. PE פותח לסייע למטופל לעבד את החוויה הקשה שעבר. PE פותח על יד פרופ' עדנה פואה, מנהלת המרכז לטיפול וחקר החרדה באוניברסיטת פנסילבניה בפילדלפיה ארה"ב. מטרת הטיפול היא להחזיר למטופל את איכות החיים שאבדה לו אחרי הטראומה. הטיפול נבחר להיות טיפול מוביל במשרד הביטחון ובצבא האמריקאי. משנת 2003 החל תהליך הטמעה של הטיפול בישראל בעקבות מחקרים אשר הראו את יעילותו בקרב נפגעי מבוגרים נפגעי טרור וקרב ובקרב ילדים נפגעי טראומה מסוגים שונים (תקיפה מינית, טרור, תאונות דרכים ועוד). משרד הבטחון הישראלי בחר בטיפול ה-PE לאחד מטיפולי החובה שיש להציע למטופל הסובל מ-PTSD. הסדנה מיועדת למטופלים במבוגרים וילדים (פסיכולוגים, פסיכיאטרים, עובדים סוציאליים, מטפלים באומנויות) אשר מעוניינים להרחיב את ידיעותיהם בתחום הטיפול במבוגרים ובילדים אשר סובלים ממגוון הפרעות פוסט טראומטיות. למשתלמים תוענק תעודה.

## על המנחות:

## **פרופ' עדנה פואה PHD**

פרופ' לפסיכולוגיה קלינית מאוניברסיטת פנסילבניה בפילדלפיה. מנהלת המרכז לחקר חרדה באוניברסיטת פנסילבניה. בעלת שם עולמי למחקר ולטיפול בחרדה בכלל ובהפרעת חרדה פוסט-טראומטית בפרט. פרופ' פואה חקרה במשך 20 שנה את יעילות השיטה בנפגעי טראומה והיא קיבלה מספר רב של פרסים כולל פרס הפסיכולוגיה האמריקאית ופרס ISTSS עבור עבודת חיים. היא נבחרה השנה לאחת מ-100 האנשים המשפיעים בעולם ע"י עיתון הטיים. פרופ' פואה היא המחברת של ספרים רבים בארה"ב ובארץ ביניהם "די לאובססיה" ו"טיפול בחשיפה ממושכת-המדריך לטיפול בהפרעה פוסט-טראומטית".

## **ד"ר ניצה נקש M.D**

פסיכיאטרית מומחית, מנהלת המרפאה הפסיכיאטרית ומרכז הטרואמה במרפאה לבריאות הנפש ע"ש בריל בתל אביב. ד"ר נקש החלה ליישם את הטיפול בארץ בנפגעי הלם קרב בנפגעי טרור בשנת 2003, חוקרת בתחום ופרסמה מאמרים בנושא. מאז שנת 2002 היא מעבירה לצד פרופ' פואה סדנאות לטיפול ב-PE למטפלים ברחבי הארץ ומדריכה מטפלים בתחום. ד"ר נקש היא מרצה בתכנית הישראלית לטיפול קוגניטיבי – התנהגותי ומעבירה קורס ב CBT במסגרת לימודי המשך בפסיכיאטריה בפקולטה לרפואה בתל אביב.

## **עלות הסדנה:**

2750 ש"ח ל 4 ימים. (הנחה של 10% תינתן לנרשמים עד ה-30 באפריל)  
המעוניינים ליום נוסף על ילדים ונוער תוספת של 250 ש"ח. (יועבר ע"י דר' לילך רחמים ב-14 ביוני)  
לאור ההצלחות הקודמות וההתעניינות הרבה אנו ממליצים להקדים ולהירשם.

## **למידע נוסף ולרישום:**

יערה –מרכז "חוסן"

מייל- [yaara.fame@hosencenter.org.il](mailto:yaara.fame@hosencenter.org.il)

טלפון-03-7339304 שלוחה 7

ד"ר ניצה נקש

מייל- [nitsana@clalit.org.il](mailto:nitsana@clalit.org.il)

טלפון- 03-5720808