

הטיפול בהתמכרות למסכים

מודל תו"ם לשימוש בעייתי במסכים (10 ש"א)

שיטת לימוד

הרצאות בזום תוך מתן פרוטוקולים מפורטים ותרגולים

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.
- סביבת לימודים מותאמת ללא הפרעות.

*** מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.**

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 15:00-17:15 | מועדים: 15.4.26, 29.4.26, 6.5.26

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

ד"ר רון סלע, פסיכולוג קליני מומחה, מטפל בקליניקה פרטית בילדים ובבני נוער. מתמחה בהדרכות הורים בגישת הסמכות ההורית החדשה. כיום חוקר באוניברסיטת רייכמן את המפגש שבין העולם הפסיכולוגי לעולם הדיגיטלי, וכן פיתוח חוסן במצבי משבר באמצעות בניית מעטפת קהילתית.

המהפיכה הדיגיטלית הינה, אולי, המהפיכה החשובה ביותר של דורנו שהביאה השפעות פסיכולוגיות, תרבותיות וחברתיות רחבות היקף. לאור כניסת הטלפון החכם ואמצעי מדיה מתקדמים אחרים, נעשה השימוש במסכים לחלק מרכזי ביותר במציאות היומיומית של כולנו, ובמיוחד של ילדים, בני נוער ובוגרים צעירים שלא מכירים מציאות שאין בה רובד דיגיטלי. שימוש זה הביא איתו שינויים באופן שבו בני הנוער תופסים את עצמם, חושבים, מרגישים ומנהלים מערכות יחסים. לצד זאת, שימוש אינטנסיבי במסכים חושף את בני הנוער לסיכונים משמעותיים כגון שימוש מופרז והתמכרות, בריחה מהתמודדות עם אתגרים במציאות הלא-דיגיטלית, חשיפה לתוכן בעייתי (למשל פורנוגרפיה והימורים), ובריונות ברשת.

כדי לתת מענה לקשיי הוויסות וחשיפה לתכנים שאינם תואמי גיל, פותח מודל תו"ם הכולל שלוש פונקציות טיפוליות ו/או הוריות הבאות לידי ביטוי לפי רמת הסיכון של הילד: (1) תיווך, (2) וויסות (3) מגן.

מטרות ההשתלמות

- לימוד עקרונות מרכזיים בהיבטים פסיכולוגיים של העולם הדיגיטלי
- לימוד של מודל תו"ם לצורך יישומו בקליניקה, במרפאות ובמוסדות חינוכיים

נושאי לימוד

- אבחון קשיי וויסות במסכים בקרב צעירים.
- הבנת הצרכים והמנגנונים הנפשיים שבאים לידי ביטוי בעולם הדיגיטלי בקרב צעירים.
- פיתוח שפה טיפולית ומארג מושגים תוך שימוש בתובנות של האינטראקציה בין העולם הדיגיטלי לעולם הנפשי.
- להדריך הורים באמצעות מודל תו"ם כדי לסייע להם לפתח אורח חיים דיגיטלי בריא ולהגן מפני התנהגויות סיכון הקשורות לעולם הדיגיטלי.