

משתתף בתכנית  
הכשרה מקיפה  
בטראומה

## התמודדות עם זיכרונות טראומטיים חודרניים (15 ש"א)

### עלות

2250 ש"ח ניתן לחלק ל-2 תשלומים

### על המרצה

**ד"ר טבלב ויטלי**, קרימינולוג קליני בכיר, מטפל מומחה ומדריך התנהגותי קוגניטיבי. מומחה לטיפול בילדים ונוער, פסיכותרפיה ממוקדת רגש. התמחה בשיטת ה-EFT אצל מייסד השיטה פרופ' לסלי גרינברג. ויטלי איש סגל בכיר בבית "סבעלמרפאה פרטית. קב"ן ורב סרן במילואים, עם ניסיון עשיר בטיפול ב-PTSD. בין פרסומיו, מחבר הפרק "Short-term therapy for common somatic and mental health sequelae of intimate partner violence against women" בספר עולמם של נפגעי עבירה: בין תיאוריה לפרקטיקה.

בטיפול בחוויות טראומטיות, מטופלים רבים מתארים זיכרונות חודרניים טראומטיים שגורמים למצוקה. אנשים שסובלים מפוסט-טראומה ושעברו אירועים קשים כגון מלחמה, אירועי טרור, התעללויות, תאונות דרכים, אנשים שמאובחנים בהפרעה אובססיבית-קומפולסיבית, חרדה, דיכאון עלולים לחוות הבזקי זיכרונות טראומטיים. הזיכרון החודרני מתבטא בתמונות מוחשיות, צבעוניות, חיות שקשה לחסום אותן. הזיכרונות הטראומטיים מעוררים רגשות שליליים ומצוקה רבה.

בקורס נתמקד בעבודת CBT על הזיכרונות חודרניים. נלמד ונתרגל כלים טיפוליים לעבודה ממוקדת בשכתוב הזיכרון, הורדת הזיכרון החודרני, ומחיקת תמונות חודרניות. הפרוטוקול הטיפולי עוזר למטופל לעדכן את הזיכרון הטראומטי ולהבנות זיכרון מחדש.

### שיטות לימוד

- הרצאות, דיון על מקרים קליניים, הדגמה חווייתית.
- ייעוץ תרגול חווייתי של כלים עם שיתוף בין משתתפי הקורס.
- דגש חשוב על יישום הכלים בין פגישות לימודיות.

### דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- השתתפות ממחשב בלבד, מצלמה פתוחה לאורך כל המפגש וסביבת למידה הולמת.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

\* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

### משך

5 מפגשים, בימי ד' בין השעות 15:00-17:15  
מועדים: 11.11.26, 4.11.26, 28.10.26, 21.10.26, 14.10.26  
\* ייתכנו שינויים במועדים לפי שיקול הדעת צוות המקצועי