

קמפוס מבראשית – הכשרה למקצועות בריאות הנפש

למי ההכשרה מיועדת?

לאנשי מקצוע מתחום בריאות הנפש המבקשים להתמקצע בטיפול בכאב נזירופלסטי ולהעמיק את היכולת להוביל תהליכי החלמה מכאב כרוני.

מקצועות- פסיכולוגים, פסיכותרפיסטים, עובדים סוציאליים, מאמנים המטפלים בגוף-נפש, מטפלים בתנועה, המבקשים לשלב בעבודתם ידע מבוסס מחקר יחד עם מיומנויות יישומיות לעבודה עם כאב כרוני. מתאים למטפלים מנוסים המעוניינים להרחיב תחום התמחות ייחודי, וכן למטפלים המבקשים לבסס שפה מקצועית סדורה וברורה בעבודה עם אוכלוסיית הסובלים מכאב כרוני.

חשוב – הכשרה זו אינה מיועדת למי שמחפש כלים נקודתיים בלבד, אלא למטפלים המבקשים להעמיק, להתמקצע ולהוביל תהליך טיפולי מובנה ומכוון החלמה.

הכשרה זו הינה הרבה מעבר ללמידת "חומר תיאורטי" אלא חיבור בין ידע מבוסס מחקר וניסיון קליני נרחב, לבין התנסות מעשית ומעבר דרך תהליך ההחלמה עם התנסות אישית בשלבי הדרך וכן חיבור לבוגרי מסעות החלמה לניתוח עומק המסע שלהם.

מטרות ההכשרה

- להקנות ידע על מנגנון הכאב עם דגש על מנגנונים של מערכת העצבים הפריפריית והמרכזית
- הרחבת כלים של אנמנזה ובדיקה פיזיקלית ואבחנה של כאב נזירופלסטי במצבי כאב מגוונים
- הכשרה לעבודה עם "מודל השכבות" המגשר בין הידע והתאוריה לבין הפרטיקה ופורט את תהליך הלימוד/טיפול – לכדי צעדים פרקטים ושימיים
- כלים לפסיכואדיוקציה ושינוי תפיסת כאב ותפקיד הצוות הרפואי בליווי להחלמה מכאב כולל מענה לאתגרים לאורך הדרך
- להכיר גישות טיפול פיזיקליות ופסיכולוגיות עדכניות, מבוססות מחקר ומכוונות החלמה
- דיוק בניית תוכנית טיפול במצבי כאב מורכבים
- לאפשר למידה מתוך ניסיון קליני חי – דרך ניתוח מסעות החלמה ומפגש עם בוגרי המודל ועם שורת מרצים מובילים בתחומם מהעולם.

תחומי הלימוד המרכזיים

יסודות מדעי הכאב

- אנליזה של תסמינים – ממודל ביומכני למנגנון
- סוגי כאב ומנגנוני כאב
- התפתחות כאב נזירופלסטי – Top down & Bottom up
- קשר למערכת העצבים האוטונומית ודיסאוטונומיה
- מאפייני כאב נזירופלסטי והשונות הקלינית בין תסמונות כאב שונות

אבחון והמשגה

- עקרונות האבחון של כאב נזירופלסטי
- תהליך התשאול הרפואי והפסיכולוגי

פסיכואדיקציה ושינוי תפיסה

- היבטים תיאורטיים ויישום קליני
- אתגרים בפירוק ספקות של המטפל במצבי כאב שונים

גישות טיפול מבוססות מחקר

- השונות בין ניהול כאב, שיקום כאב להחלמה מכאב ומהי החלמה
- עקרונות טיפול בכאב נירופלסטי מתוך גישות טיפול מבוססות מחקר:
 - Pain Reprocessing Therapy (PRT)
 - Emotional Awareness and Expression Therapy (EAET)
 - גישת שלושת העמודות- ד"ר דן רטנר
 - המודל של ד"ר סארנו

מודל השכבות – תהליך ההחלמה בפועל- מהתאוריה לקליניקה

- עקרונות שינוי תפיסת כאב- היבטים תיאורטיים ויישום קליני
- פענוח שכבות פחד והימנעות – התנהגותיות, מחשבתיות ורגשיות
- כלים לזיוסות מערכת העצבים ויצירת חוויה פנימית של ביטחון
- עבודה עם רגשות מודחקים
- עבודה עם טראומה בהקשר של כאב
- מיפוי חסמים בתהליך וכלים למענה בצמתים אלו
- טיפול לבד לעומת צוות רב תחומי

מבנה ההכשרה

בהמשך לפירוט באתר הקמפוס – ההכשרה נחלקת ל-3 שלבים וכוללת סה"כ 110 ש"א.

שלב א – level 1

20 מפגשים, סה"כ 85 שעות אקדמיות.

המפגשים מתקיימים **אחת לשבוע בימי רביעי בשעות 18:00-21:00** בזום למעט כמה מפגשים בימי שלישי + 4 מפגשים פרונטליים (שימו לב בסילבוס מטה).

המפגשים המודגשים בצהוב – מפגשים פרונטליים המשותפים לכל הסקטורים העוברים הכשרה על מנת לאפשר סיעור מוחות, קידום קהילה מקצועית ואפשרויות של שיתוף פעולה.

לאחר השלמת ההרשמה תקבלו קובץ עם סילבוס ומקורות מידע ראשוניים ללמידה, שאלונים למענה ושעות מפורטות.

סיום שלב א' מותנה בעמידה בעבודת סיום וציון עובר מעל 85.

סילבוס ההכשרה (שימו לב- יתכנו שינויים קלים)

מספר מפגש	תאריך	נושא	מרצה	שעות אקדמיות
1 – פרונטלי בקמפוס מבראשית	רביעי 21.10.26	מפגש פתיחה משותף לכל הסקטורים: מהפכת הטיפול בכאב הכרוני גישות חדשות בטיפול בכאב הצגת עקרונות מודל השכבות וסדר תהליך ההחלמה ליווי טרנסדיספלינרי ותפקיד כל סקטור בתהליך תיאור מבנה הקורס	ד"ר אפרת סוראקי ליה ליסר וצוות הקמפוס	6 שעות
2- זום משותף עם מקצועות המגע, יוגה ורפואה סינית	רביעי 28.10.26	המדע מאחורי הטיפול בכאב ותסמינים נורופלסטיים ממיקום הכאב למנגנון הכאב עקרונות מנגנון הכאב וכרוניזציה של כאב התפתחות כאב נורופלסטי Top down & Bottom up ועקרונות השונות ביניהם	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
3- זום משותף עם מקצועות המגע, יוגה ורפואה סינית	רביעי 04.11.26	תסמונות כאב נורופלסטי וקשר למערכת העצבים האוטונומית, קשר לתיאוריה הפוליווגאלית (תובנות ואתגרים) תיאור מנגנון תסמינים שונים תפקיד הכאב וקשר בין ביטוי צורת ביטוי הכאב ועוצמתו לבין עקרונות האיום	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
4- זום משותף עם מקצועות	רביעי 11.11.26	עקרונות אבחנה בכאב נורופלסטי – קריטריונים FIT ויוצאי דופן אנמנזה כרונולוגית – למידה של מערכת העצבים	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות

		ממצאים ייחודיים בבדיקה, היבטים מרכזיים בתסמונות כאב שונות שאלות נפוצות של מתמודדי כאב		המגע, יוגה ורפואה סינית
4 שעות	ליהי ליסר	מודל השכבות – שכבה ראשונה – ידע: מעבר ממטופל לתלמיד- לימוד ותרגול עקרונות פסיכואדיקציה במפגש הטיפולי- גופי הידע החשובים, דרכי העברת הידע, תרגום "סיפור הכאב" וחיבור להסבר הנוירופלסטי אתגרים של שכבה זו ופתרונות מותאמים	רביעי 18.11.26	5- זום
4 שעות	ליהי ליסר, ד"ר אפרת סוראקי ונציגי צוות הקמפוס עם בוגרי מסעות החלמה	סיכום שכבה ראשונה – מפגש משותף לכל הסקטורים סיכום תובנות מפגש עם מחלימים – ניתוח תובנות שכבה 1	רביעי 25.11.26	6- זום
4 שעות	ליהי ליסר	שכבה שנייה - קבלת האבחנה ופירוק ספקות מעבר בין הבנה של כאב לאימוץ האבחנה שימוש במאפיינים של כאב נוירופלסטי ביסוס בטחון באבחנה פירוק ספקות ואיסוף יהלומים	רביעי 02.12.26	7- זום
4 שעות	ד"ר דן רטנר ליהי ליסר בוגרי מסעות החלמה	סיכום שכבה שנייה - שינוי תפיסת כאב בעזרת ספקות מרצה אורח – גישת שלוש העמודות ומיקוד בעמודת הספק. תפקידו המגן של הספק, חשיבות פירוק ספק כיצד מפרקים ספקות – כלים ואתגרים. סיכום תובנות שכבה עם מחלימים	רביעי 16.12.26	8- זום משותף עם מקצועות המגע, יוגה ורפואה סינית
4 שעות	ליהי ליסר	שכבה שלישית- הפחתת פחד מכאב וחזרה לפעילות מיפוי תגובות לכאב והפחתת פחד מכאב פירוק המנעויות בהדרגה מתוך ידע גישת PRT – Pain Reprocessing Therapy – רציונל, עקרונות, מחקר, כלים מרכזיים	רביעי 23.12.26	9- זום
4 שעות	ליהי ליסר	המשך שכבה שלישית גישת PRT – מתיאוריה לשטח תאור והדגמה של כלים מרכזיים אתגרים ביישום בתסמונות שונות	שלישי 29.12.26	10- זום
4 שעות	טל פרנס	המשך שכבה שלישית – סדנת חשיפה לקור: מפגש עם כאב ופחד דרך חשיפה חוויתית לקור – הורמזיס והקשר שלו להחלמה מכאב	שבוע שני של ינואר (יום יעודכן בהקדם)	11- פרונטלי קמפוס מבראשית

12- זום	שלישי 12.01.27	מפגש ניתוח מקרים – שכבות 1-3 ניתוח מקרים תסמונות שונות והבנה של אבני הדרך עד שלב זה	ליהי ליסר	4 שעות
13- פרונטלי קמפוס מבראשית	רביעי 20.01.27	מפגש סיכום שכבות 1-3 כל הסקטורים סיכום תובנות כל שכבה ואתגרים מפגש עם מחלימים – ניתוח עקרונות שכבה שלוש שולחנות עגולים של ניתוחי מקרה	ליהי ליסר ד"ר אפרת סוראקי נציגי צוות הקמפוס	5 שעות
14- זום	רביעי 27.01.27	שכבה רביעית- ניהול רגשות בבטחון כאב כהגנה מחויות רגשיות מאתגרות עקרונות מגישות הטיפול – ד"ר סארנו, ד"ר רטנר, ד"ר מארק לאמלי, ד"ר שובינר. תאוריה והדגמה מעשית	ליהי ליסר	4 שעות
15- זום	רביעי 03.02.27	המשך שכבה רביעית לימוד הארכיון הרגשי בניית מפה רגשית ועקרונות ניהול רגשות בבטחון גישת EAET – Emotional Awareness and Expression therapy – עקרונות, מחקר פרוטוקול טיפולי לעבודה עם רגשות ליבה	ליהי ליסר	4 שעות
16- זום משותף עם מקצועות המגע, רפואה סינית ויוגה	רביעי 10.02.27	שכבה חמישית- מתבנית השרדותית לבחירה היכרות עם סיפור הליבה של חיי, מיפוי טראומה ודפוסי הגנה שלא מאפשרים לי חיבור פנימי אותנטי וחומך. מרצה אורח – עמודת הכוח במודל העמודות של ד"ר דן רטנר	מרצים אורחים- ליהי ליסר ד"ר דן רטנר ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
17- זום	רביעי 17.02.27	המשך שכבה חמישית- מתיאוריה למעשה כיצד לעבוד עם דפוסי אישיות שמתדלקים את מעגל הכאב . תרגול חמלה עצמית וקשיבות רגשית ככלים טיפוליים שמאפשרים החלמה וריפוי תיאוריה והדגמה קלינית	ליהי ליסר	4 שעות
18- זום משותף עם מקצועות המגע, רפואה סינית ויוגה	רביעי 24.02.27	המשך שכבה חמישית – ממבט המחלימים ראיון עומק עם בוגרי מסעות החלמה – דיון דרך שלבי התהליך שעברו, אתגרים בדרך ופתרונות	ליהי ליסר ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
19- זום	רביעי 03.03.27	סיכום הקורס – שלב א' עבודה בצוות רב מקצועי וקשר למצבי כאב שונים המצריכים תוכנית רב תחומית	ליהי ליסר ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות

		אתגרים וקשיים ביישום המודל ומיפוי ספקות חדשנות במחקר – השלב הבא בהחלמה מכאב הצגת שלבי ההמשך של ההכשרה		
20 - פרונטלי קמפוס מבראשית	רביעי 07.04.27	מפגש סיכום משותף לכל הסקטורים סיכום מודל השכבות ותפקיד כל סקטור בתהליך ההחלמה, סיכום מפגש עם מחלימים שולחנות עגולים	ד"ר אפרת סוראקי ליהי ליסר וצוות הקמפוס	5 שעות

חלק ב' – Level 2

שדה קליני – ניתוחי מקרה (עקב רגישות המפגש לא תתאפשר צפייה):

מעבר לימודי על תהליכי ליווי רגשי וסיפורי החלמה

3 מפגשים, משך כל מפגש 3 שעות

סה"כ – 12 ש"א

רשאי לפנות לחלק זה רק מי שסיים את חלק א' וראיון מקדים.

חלק זה יתקיים מ-4.2027 וכרוך בתשלום נפרד.

חלק ג' – Level 3

ליווי והדרכה:

פרקטיקום הדרכה ליווי העבודה הקלינית עם מטופלים הסובלים מכאב נירופלסטי – כל משתתף מציג 2 טיפולים.

6 מפגשים, משך כל מפגש שעה וחצי.

סה"כ 12 שעות ש"א

הגשת עבודת סיום – ניתוח של 2 סיפורי מקרה

רשאי לפנות לחלק זה רק מי שסיים את חלק 1+2 וראיון מקדים

חלק זה יתקיים מ-5.2027 וכרוך בתשלום נפרד.

מה תקבלו לאורך ההכשרה

משתתפי הקורס יקבלו ערכה הכוללת- מצגות, דפי תרגול ושאלונים לשימוש מקצועי, על מנת לאפשר כלים להטמעת מודל ההתערבות בעבודה הקלינית היומיומית.

תעודה

כל שלב מקנה לנרשם תעודה לאותו שלב עם תעודה מסכמת בסוף של ההכשרה המלאה וכניסה למאגר קהילה מקצועית בתחום.

קמפוס מבראשית פועל בשיתוף פעולה עם ארגון ATNS העולמי, ותעודה משולבת נמצאת בשלבי בדיקה מטעם הארגון.

דרישות קדם

דרישות קדם - תעודת הסמכה במקצועות הטיפול - מאמנים, עו"ס, פסיכולוגים, פסיכיאטרים, מטפלים באומנות, מטפלים בתנועה.

מפגש פתיחה

שלב א' level 1 של ההכשרה יפתח במפגש פתיחה חגיגי של כל הסקטורים **ביום רביעי 21.10.26 בשעה 16:00**
21:00. המפגש יתקיים באולם ליד קמפוס מבראשית – בפארק התקשורת בנווה אילן. פרטים מלאים על תוכן היום יישלחו לנרשמים.

תהליך ההרשמה

עלות ההכשרה

עלות Level 1 של ההכשרה אשר כוללת את הכתוב מעלה - 9500 שח.

לנרשמים בהרשמה מוקדמת תינתן הנחה של 500 ש"ח – סה"כ 9000 ש"ח. ניתן לשלם עד 6 תשלומים שווים.

שימו לב - קיום ההכשרה מותנה במינימום 10 נרשמים ועד 45. מספר המקומות מוגבל על מנת לאפשר הכשרה מיטבית עם תשומת לב לצרכים של כל אחד/ת מכם.

ההרשמה המוקדמת בהנחה נפתחה ביום ראשון 8.3.26 ותסתיים ב- 1.9.26.

ההרשמה להכשרה תסתיים במוצש 10.10.26 בחצות.

על מנת לשמור מקום להכשרה יש לשלם דמי הרשמה על סך 500 שח (שיקוזזו מהסכום הכולל) + לענות על השאלות בלינק המצורף. ב1.8 תקבלו לינק להשלמת התשלום הכולל להכשרה.

שימו לב- מספר המקומות מוגבל! לאחר הרשמה של 45 מטפלים ההרשמה תיסגר.

לינק להרשמה- <https://forms.gle/YcFKEQmxNhAugMEV7>

וובינר לשאלות והיכרות איתנו ועם ההכשרה

ביום שלישי 23.3 התקיים וובינר לצוותים מקצועיים בו הרחבנו על חזון הקמפוס, ייחודיות ההכשרה והמבנה שלה.

להלן לינק להקלטת הוובינר- <https://bit.ly/mibereshit-webinar>

ביום רביעי 8.7.26 נקיים ערב החלמה בקמפוס בו תפגשו סיפורי החלמה מקרוב, נדבר על מהי החלמה ומה תפקידנו כאנשי מקצוע בתהליך.

עדכונים לגבי ערבי החלמה נוספים, וובינרים ועוד- בקבוצת וואטסאפ שקטה של הקמפוס לאנשי מקצוע-

<https://chat.whatsapp.com/FAJFxH4fEuGAzRBQbo6oBB>

מחכים לראותכם

ד"ר אפרת סוראקי, ליהי ליסר, וצוות הקמפוס

אנחנו כאן לכל שאלה- פרטים ליצירת קשר עם הקמפוס

מייל בנושא ההכשרות: Education@mibereshit.com

מענה טלפוני – 073-2035458 בימים ראשון עד חמישי 9:00-17:00

וואטסאפ הקמפוס- 054-7888518

ליהי ליסר- 050-6529577