

## קמפוס מבראשית – הכשרה למקצוע רפואה סינית

### למי ההכשרה מיועדת?

לאנשי מקצוע מתחום רפואה סינית ויפנית המבקשים להתמקצע בטיפול בכאב נירופלסטי ולהעמיק את היכולת להוביל תהליכי החלמה מכאב כרוני. מיועד למטפלים 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 ותסמינים נירופלסטיים (חרדה, תסמיני דחק ועוד).

**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 לבין התנסות מעשית ומעבר דרך תהליך ההחלמה עם התנסות אישית בשלבי הדרך וכן חיבור לבוגרי מסעות החלמה לניתוח עומק הדרך 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 נירופלסטי במצבי כאב מגוונים
- הכשרה לעבודה עם "מודל השכבות" המגשר בין הידע והתאוריה לבין הפרטיקה ופורט את תהליך הלימוד/טיפול – לכדי צעדים פרקטיים וישימים
- כלים לפסיכואדיקציה ושינוי תפיסת כאב ותפקיד מקצועות רפואה סינית 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 נירופלסטי – Top down & Bottom up
- קשר למערכת העצבים האוטונומית ודיסאוטונומיה
- מאפייני כאב נירופלסטי והשונות הקלינית בין תסמונות כאב שונות

#### אבחון והמשגה

- עקרונות האבחון של כאב נירופלסטי
- הרחבת התשאול ברפואה סינית והבדיקה הפיזיקלית
- תסמונות כאב נירופלסטי – עקרונות לפי מערכות

#### פסיכואדיקציה ושינוי תפיסה

- עקרונות שינוי תפיסת כאב- היבטים תיאורטיים ויישום קליני
- קשר למחקר בנושא פלצבו ונוצבו

- 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

- תפקיד מקצוע הרפואה הסינית בתהליך ההחלמה עם דגשים לתסמונות שונות
- עקרונות שינוי תפיסת כאב- היבטים תיאורטיים ויישום קליני, קשר למחקר בנושא פלצבו ונוצבו
- פענוח שכבות פחד והימנעות – התנהגותיות, מחשבתיות ורגשיות
- כלים לוויסות מערכת העצבים ויצירת חוויה פנימית של ביטחון
- עבודה עם טראומה בהקשר של כאב
- מיפוי חסמים בתהליך וכלים למענה בצמתים אלו
- טיפול לבד לעומת צוות רב תחומי

**החלמה מכאב היא מסע משנה חיים** וככזה הוא מאפשר חזרה לשורשי החכמה הסינית אשר רואה בתסמינים פיזיים כסימנים לתשומת לב, החלמה של תנועה רגשית פנימית לאורך החיים וחזרה לעוצמה פנימית. הכשרה זו אינה עוסקת בלימוד טכניקות אלא בבניית תשתית טיפולית מחדש הרואה בכאב ותסמינים נירופלסטיים תסמינים הפיכים עם היגיון נירופיזיולוגי וחיבור לחכמת גוף נפש.

## מבנה ההכשרה

בהמשך לפירוט באתר הקמפוס – ההכשרה נחלקת ל-3 שלבים וכוללת סה"כ 120 שעות אקדמיות.

### שלב א – level 1

22 מפגשים, סה"כ 98 שעות אקדמיות.

המפגשים מתקיימים אחת לשבוע בימי רביעי בשעות 18:00-21:00 בזום למעט כמה מפגשים בימי שלישי/ שני עקב אילוצי סינכרון לזז + 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 של **נאמני החלמה** 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 20.5.26	<b>מפגש פתיחה משותף לכל הסקטורים:</b> 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 ליהי ליסר וצוות הקמפוס	6 שעות
2- זום משותף עם מקצועות המגע, בריאות הנפש, ומורים ליוגה	רביעי 27.5.26	המדע מאחורי הטיפול בכאב ותסמינים נירופלסטיים ממיקום הכאב למנגנון הכאב עקרונות מנגנון הכאב וכרוניזציה של כאב התפתחות כאב נירופלסטי Top down & Bottom up ועקרונות השונות ביניהם	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
3- זום משותף עם מקצועות המגע, בריאות הנפש, ומורים ליוגה	רביעי 3.6.26	תסמונת כאב נירופלסטי וקשר למערכת העצבים האוטונומית תיאור מנגנון תסמינים שונים קשר בין ביטוי צורת ביטוי הכאב ועוצמתו לבין עקרונות האיום	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות

4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי	עקרונות אבחנה בכאב נירופלסטי – קריטריונים FIT ויוצאי דופן אנמנזה כרונולוגית – למידה של מערכת העצבים ממצאים ייחודיים בבדיקה שאלות נפוצות של מתמודדי כאב עקרונות מחקר בהחלמה מכאב	רביעי 10.6.26	4- זום משותף עם מקצועות המגע, בריאות הנפש, ומורים ליוגה
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי	מיקוד בתסמונות כאב שונות: כאבי אגן, מיגרנות, קשר למערכת הורמונלית פיברו, כאב MSK, כאבי גפה, פצועי לחימה	שני 15.6.26	5- זום משותף עם מקצועות המגע
4 שעות	צוות רפואה סינית	<b>מודל השכבות – שכבה ראשונה – ידע</b> מעבר ממטפל למורה דרך – מעבר ממטופל לתלמיד עקרונות העברת ידע דרך חווית גוף, גישור בין תפיסה עצמית לבין תבונה גופנית עקרונות פסיכואדיוקציה במפגש הטיפולי- גופי הידע החשובים, דרכי העברת הידע, תרגום "סיפור הכאב" וחיבור להסבר הנירופלסטי אתגרים של שכבה זו ופתרונות מותאמים	רביעי 17.6.26	6- זום
4 שעות	ליה ליסר, ד"ר אפרת סוראקי ונציגי צוות הקמפוס עם בוגרי מסעות החלמה	<b>סיכום שכבה ראשונה – מפגש משותף לכל הסקטורים</b> סיכום תובנות מפגש עם מחלימים – ניתוח תובנות שכבה 1	רביעי 24.6.26	7- זום
4 שעות	צוות רפואה סינית	<b>שכבה שנייה - קבלת האבחנה ופירוק ספקות</b> מעבר בין הבנה של כאב לאימוץ האבחנה, שימוש במאפיינים של כאב נירופלסטי מובחנות בין בטחון ופחד, תחושה סומטית כמרחב חקירה בין פחד לבטחון ביסוס בטחון באבחנה פירוק ספקות ואיסוף יהלומים	רביעי 1.7.26	8- זום
4 שעות	צוות רפואה סינית מרצים אורחים: ד"ר דן רטנר ליה ליסר בוגרי מסעות החלמה	<b>סיכום שכבה שנייה- שינוי תפיסת כאב בעזרת פירוק ספקות</b> מרצה אורח – גישת שלושת העמודות ומיקוד בעמודת הספק. תפקידו המגן של הספק, חשיבות פירוק ספק כיצד מפרקים ספקות – כלים ואתגרים. סיכום תובנות שכבה עם מחלימים	רביעי 8.7.26	9- זום משותף עם מקצועות המגע, בריאות הנפש, ומורים ליוגה

4 שעות	צוות רפואה סינית ד"ר אפרת סוראקי	<b>שכבה שלישית- הפחתת פחד מכאב וחזרה לפעילות, שינוי תפיסת גוף</b> מיפוי תגובות לכאב והפחתת פחד מכאב פירוק המנעויות בהדרגה מתוך ידע דמיון ותנועה – ניורופיזיולוגיה של למידה גישת PRT – Pain Reprocessing Therapy – רציונל, עקרונות, מחקר, כלים מרכזיים החוויה הפיזית כגשר בין פערים, תחושת תעוזה ואמון בגוף וביכולת הפנימית	חמישי 16.7.26	10- זום משותף עם מקצועות המגע ויוגה
5 שעות	צוות רפואה סינית	<b>מפגש סיכום שכבות 1-3</b> טכניקות לוויסות אוטונומי, חיבור לגוף לתחושת בטחון עקרונות מרכזיים לביסוס הבנה של המטפל והתלמיד של האבחנה וחזרה לבטחון פיזי ובטחון בהחלמה	שלישי 21.7.26	11- <b>פרונטלי קמפוס מבראשית</b>
4 שעות	טל פרנס	<b>המשך שכבה שלישית – סדנת חשיפה לקור:</b> מפגש עם כאב ופחד דרך חשיפה חווייתית לקור – הורמזיס והקשר שלו להחלמה מכאב	בשבוע האחרון של יולי	12- <b>פרונטלי קמפוס מבראשית</b>
<b>אוגוסט – חופשה</b>				
4 שעות	צוות רפואה סינית	<b>מפגש ניתוח מקרים – שכבות 1-3</b> חזרה וניתוח מקרים תסמונות שונות והבנה של אבני הדרך בתוכנית הטיפולית עד שלב זה	רביעי 2.9.26	13- זום
<b>חמישי 3.9.26 כנס קמפוס מבראשית</b>				
5 שעות	ליה ליסר ד"ר אפרת סוראקי נציגי צוות הקמפוס	<b>מפגש סיכום שכבות 1-3 כל הסקטורים</b> סיכום תובנות כל שכבה ואתגרים מפגש עם מחלימים – ניתוח עקרונות שכבה שלוש שולחנות עגולים של ניתוחי מקרה	רביעי 9.9.26	14- <b>פרונטלי קמפוס מבראשית</b>
4 שעות	צוות רפואה סינית מרצה אורחת- ליה ליסר	<b>שכבה רביעית- ניהול רגשות בבטחון</b> כאב כהגנה מחוויית רגשיות מאתגרות עקרונות מגישות הטיפול – ד"ר סארנו, ד"ר רטנר, ד"ר מארק לאמלי, ד"ר שובינר. תאוריה והדגמה מעשית	שלישי 15.9.26	15- זום משותף עם מקצועות המגע ויוגה
4 שעות	צוות רפואה סינית	<b>המשך שכבה רביעית</b> בניית תשתית למוכנות לפגוש שכבות רגש פנימית קשר בין רגשות לתסמינים – מנירויפיזיולוגיה ומנגנון לחכמה תנועת צ'י ומשמעות בתוכנית הטיפול	רביעי 23.9.26	16- זום
4 שעות	מרצים אורחים- ליה ליסר ד"ר דן רטנר	<b>שכבה חמישית- מתבנית השרדותית לבחירה</b>	רביעי 7.10.26	17- זום

	ד"ר אפרת סוראקי	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		משותף עם מקצועות מגע, בריאות הנפש ויוגה
4 שעות	צוות רפואה סינית	<b>המשך שכבה חמישית- מתיאוריה למעשה</b> קשר בין סיפור חיים לביטוי תסמינים לאורך החיים – פיזית ואנרגטית משמעות החלמה של סיפור ליבה בתוך התוכנית הטיפולית כאב כסמן לשינוי	רביעי 14.10.26	18- זום
4 שעות	ליהי ליסר ד"ר אפרת סוראקי	<b>המשך שכבה חמישית – ממבט המחלימים</b> ראיון עומק עם בוגרי מסעות החלמה – דיון דרך שלבי התהליך שעברו, אתגרים בדרך ופתרונות	רביעי 28.10.26	19- זום משותף עם מקצועות המגע, בריאות הנפש ויוגה
5 שעות	צוות רפואה סינית	<b>סיכום הקורס- תובנות וניתוח מקרים</b> דגשים לתוכנית טיפולית במצבי: כאבי אגן לוחמים ופציעות גפה פיברומיאלגיה כאבי גב	רביעי 11.11.26	20- פרונטלי קמפוס מבראשית
4 שעות	צוות רפואה סינית ד"ר אפרת סוראקי	<b>סיכום הקורס – תובנות וניתוח מקרים</b> עבודה בצוות רב מקצועי וקשר למצבי כאב שונים המצריכים תוכנית רב תחומית אתגרים וקשיים ביישום המודל ומיפוי ספקות הצגת שלבי ההמשך של ההכשרה	שני 16.11.26	21- זום
5 שעות	ד"ר אפרת סוראקי ליהי ליסר וצוות הקמפוס	<b>מפגש סיכום משותף לכל הסקטורים</b> סיכום מודל השכבות ותפקיד כל סקטור בתהליך ההחלמה סיכום מפגש עם מחלימים שולחנות עגולים	רביעי 25.11.26	22- פרונטלי קמפוס מבראשית

## חלק ב' – Level 2

שדה קליני –

מטרה של ליווי מקצועי לביסוס הבנה של המלמד

ליווי שני מפגשי טיפול בקמפוס עם מתמודדים עם תסמונת כאב נירופלסטי – 4 שעות אקדמיות

ניתוחי מקרה – שני מפגשים, משך כל מפגש 3 שעות – סה"כ 6 שעות אקדמיות

הגשת עבודת סיכום – ניתוח 4 מקרים עפי מודל השכבות וסדר התהליך

**סה"כ – 10 ש"א**

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

חלק זה יתקיים מ- 12.2026 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 4 סיפורי מקרה

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

חלק זה יתקיים מ- 1.2027 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 – רפואה סינית, רפואה יפנית (מקום הכשרה מוכר) בתוכנית ארבע שנתית.

## מפגש פתיחה

שלב א' level 1 של ההכשרה ייפתח במפגש ראשון של כל הסקטורים ביום רביעי 20.5.26 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 – 9,500 ש"ח.

לנרשמים בהרשמה מוקדמת תינתן הנחה של 500 ש"ח – סה"כ 9,000 ש"ח. ניתן לשלם עד 6 תשלומים שווים (6 X 1500).

שימו לב - קיום ההכשרה מותנה במינימום 8 נרשמים ועד 30. מספר המקומות מוגבל על מנת לאפשר הכשרה מיטבית עם תשומת לב לצרכים של כל אחד/ת מכם.

**ההרשמה המוקדמת להכשרה נפתחת ביום ראשון 8.3.26 ותסתיים ב- 1.5.26.**

**ההרשמה תסתיים ביום שלישי 13.5.26 בחצות.**

את ההרשמה יש לבצע דרך הלינק המצורף מטה הכולל מענה לשאלות מקדימות. במידה ולא יירשמו המינימום הנדרש לפתיחת ההכשרה, סכום הקורס יוחזר לכם במלואו עד 18.5.26. לאחר הרשמה של 30 מטפלים ההרשמה תיסגר.

לינק להרשמה- <https://forms.gle/YAPqcuTYV8UUsnQo9>

### וובינר לשאלות והיכרות איתנו עם ההכשרה

ביום שני 23.3.26 בשעה 20:00-21:00 נקיים וובינר בזום עבור צוותים מקצועיים להסבר על ההכשרה ומענה לשאלות. הוובינר ללא עלות אך כרוך בהרשמה מראש בלינק- <https://forms.gle/yLNu66KpW6WzfGkSA>

## מחכים לראותכם

**צוות רפואה סינית, ד"ר אפרת סוראקי, ליהי ליסר ושאר צוות הקמפוס**

אנחנו כאן לכל שאלה- פרטים ליצירת קשר עם הקמפוס

מייל בנושא ההכשרות: [Education@mibereshit.com](mailto:Education@mibereshit.com)

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

וואטסאפ הקמפוס- 054-7888518

(ניתן לקרוא על צוות המנחים באתר הקמפוס – [mibereshit.com](http://mibereshit.com))