

מכון מפרשים לחקר והוראת הפסיכותרפיה
בית הספר למדעי ההתנהגות, המכללה האקדמית תל אביב יפו

עבודה חווייתית ממוקדת רגש מעמדה אינטגרטיבית

מרצה: ד"ר הדר ברנט-פרידלר

היקף הקורס: 32 ש"א

קורס מקוון

תיאור הקורס:

כיום קיימת תמיכה קלינית ומחקרית לתפקיד המרכזי שרגש וויסות רגשי משחקים ברווחה הנפשית של הפרט, ולערך הטרנספורמטיבי של עבודה ממוקדת רגש בתהליך הטיפול.

הקורס יתמקד באופן בו ניתן לשלב עבודה חווייתית ממוקדת רגש בפסיכותרפיה. לצורך זה נעבור מסע משותף להכרות מעמיקה עם העולם הרגשי, תיאורטית וחווייתית, מפרספקטיבה התקשורתית.

על בסיס ידע זה, בשילוב מודלים של אינטגרציה, נבנה יחד פורמולציה ממוקדת רגש שניתן לשלבה אינטגרטיבית בתוך טפולים קיימים, ונתרגל התערבויות ממוקדות רגש (בעיקר מה-EDT וה-EFIT) שיאפשרו לנו לייצר בסיס בטוח עבור המטופלות, לזהות רגשות אדפטיביים ראשוניים שעולים בחדר, להצליח לשהות בחוויה הרגשית ולהעמיק אותה כדי לייצר תנועה במצבי תקיעות.

נחוה יחד כיצד ניתן להניע תהליך שינוי שיאפשר למטופלות לנוע מעמדה נוקשה והגנתית, הנובעת מחסימה רגשית, לעמדה גמישה וחומלת המאפשרת ראייה מורכבת ורב ממדית הן של העצמי והן של האחרים המשמעותיים בחייהן, באופן שיניע שינוי במרחב התוך אישי והבין אישי של המטופלות ולהקלה בסימפטומים.

מטרת הקורס:

מטרת הקורס להקנות למשתתפות את היכולת "לא לפחד מלעבוד עם רגשות בחדר הטיפולים" ולשלב עבודה חווייתית ממוקדת רגש באופן אינטגרטיבי בעבודתן הקלינית במצבי תקיעות בטיפול. הלימוד יעשה באמצעות שילוב של למידה תיאורטית, קלינית וחווייתית. יחד עם זאת, יהיה דגש רב על תרגול אישי חווייתי בקבוצות קטנות בכל מפגש שדורש נוכחות רציפה ואקטיבית במפגשים.

מרצת הקורס:

ד"ר **הדר ברנט-פרידלר**, עובדת סוציאלית קלינית (MSW), פסיכותרפיסטית, מטפלת זוגית ומשפחתית מוסמכת, בעלת תואר דוקטור בניהול ויישוב סכסוכים. עוסקת בפסיכותרפיה אינטגרטיבית, טיפול פרטני, טיפול בהורות וטיפול זוגי ומשפחתי מבוסס התקשרות וגישה דינמית-התייחסותית, בשילוב כלים מעולם המיינדפולנס וחמלה עצמית, CBT, גל שלישי, ועבודה חווייתית ממוקדת רגש. בסגל מכון "מפרשים" ותוכנית עוגן לפסיכותרפיה מעמדה אינטגרטיבית.

מועדי הקורס: 8 ימי שלישי בין השעות 08:30-11:45, בתאריכים: 04.02.25, 11.02.25, 18.02.25, 25.02.25, 04.03.25, 11.03.25, 18.03.25, 25.03.25. כל מפגש בהיקף של 4 ש"א.

- היקף הקורס הוא 32 שעות.
- דרישת נוכחות: זכאות לתעודת סיום הקורס מותנית בנוכחות ב-75% מסך מהמפגשים.
- בסיום הקורס יקבלו המשתתפים תעודה מטעם מכון מפרשים לחקר והוראת הפסיכותרפיה והמכללה האקדמית תל אביב יפו.

קהל היעד:

הלמידה מיועדת לפסיכולוגים מומחים ומתמחים, מטפלים משפחתיים זוגיים, מטפלים קבוצתיים, פסיכיאטרים, עובדים סוציאליים קליניים, מטפלים בהבעה ויצירה, קרימינולוגים קליניים.

תוכנית הקורס:

מס' המפגש	נושא המפגש	קריאה מומלצת
1	מבוא להתערבויות ממוקדות רגש עקרונות מארגנים, רגש , התקשרות וויסות רגשי עקרונות משותפים להתערבויות ממוקדות רגש ועמדת המטפלת	Greenberg 2015 (pg. 2-36) McCullough et al. 2003 (ch. 1) Johnson 2019(ch.1)
2	גישות ממוקדות חוויה ורגש: Emotionally Focused -EFIT Individual Therapy	.Pos, A. E., & Greenberg, L. S (2007). Johnson 2019 ch. 3
3	גישות ממוקדות חוויה ורגש: Experiential Dynamic -EDT Therapy	דרורי ומאיירס, י. (2015) McCullough et al. 2003 (ch. 2)
4	פורמולציה ממוקדת התקשרות ורגש בבסיס לעבודה החווייתית	McCullough et al. 2003 (ch.2,4) Johnson 2019(ch.4)
5	התערבויות חווייתיות ממוקדות רגש – יצירת בסיס בטוח	Johnson 2019 ch. 3,4,5 McCullough et al. 2003 (ch.5)
6-7	התערבויות חווייתיות ממוקדות רגש- עבודה עם הרגש בכאן ועכשיו, העמקת החוויה הרגשית	בן שטרית, א. מתוך אתר בטיפולנט https://www.betipulnet.co.il/download/files/EDT.pdf

	התערבויות חווייתיות ממוקדות רגש - עבודה עם הרגש בכאן ועכשיו, המשך העמקת החוויה הרגשית והמשגה מחדש	8
--	--	---

עלות ההשתלמות:

אנשי מקצוע: 2,300 ₪ .

מתמחים, סטודנטים לתואר שני ובוגרי המכללה האקדמית תל אביב יפו: 2,100 ₪.

ביצד נרשמים:

- ניתן לשלוח מייל הכולל את שמכם המלא, מספר טלפון לחזרה, ושם הפעילות בה אתם מתעניינים לכתובת:
Mifrasim@mta.ac.il
- לשאלות וביורורים נוספים ניתן להתקשר במספר: 0525438064.
- ליצירת קשר דרך אפליקציית WhatsApp - [לחץ כאן](#)

חומרי קריאה:

דרורי, י. מאיירס, י. (2015) - טיפול דינאמי חווייתי (EDT) (Experiential Dynamic Therapy) הצגה כללית של המודל הטיפולי באתר-"פסיכולוגיה עברית" <https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=4117#notes>

בן שטרית, א. ויסות החרדה בגישת ה EDT-Experiential Dynamic Therapy.

<https://www.betipulnet.co.il/download/files/EDT.pdf>

Dollberg, D. G., Behrendt, H., Shorer, M., & Bamberger, E. (2023, August 3). Integrative Parent Psychotherapy: Using the Cyclical Psychodynamics Approach. Journal of Psychotherapy Integration.

Advance online publication. <https://dx.doi.org/10.1037/int000031>

Greenberg L. The therapeutic relationship in emotion-focused therapy. Psychotherapy (Chic). 2014

Sep;51(3):350-7. doi: 10.1037/a0037336. PMID: 25068192.

- Greenberg, L. S. (2015). Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through their feelings (pp. 2–36). American Psychological Association.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. Handbook of emotion regulation, 2, 3-20.
- Gross, J. J., and John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. J. Personal. Soc. Psychol. 85, 348–362. doi: 10.1037/0022-3514.85.2.348
- Johnson, S. M. (2019). Attachment theory in practice: Emotionally focused therapy (EFT) individuals, couples and families. The Guilford Press. (פרקים 1,3,4,5)
- Lewis M. 2010. The emergence of human emotions. In Handbook of Emotions, ed. M Lewis, JM Hariland-Jones. New York: Guilford. 2nd ed.
- McCullough L., Kuhn N., Andrew S., Kaplan A., Wolf J., Hurley C.L., (2003) Treating affect phobia. A manual for short term dynamic psychotherapy. The Guilford Press: פרקים 1,2,4,5
- Porges, S.W. (2009). The polyvagal theory: new insights into adaptive reactions of the autonomic nervous system. Cleve Clin J Med. 76 ,86-90. <https://doi.org/10.3949%2Fccjm.76.s2.17>
- Porges, S.W. (2022) Polyvagal Theory: A Science of Safety. Frontiers in Integrative Neuroscience 16. <https://doi.org/10.3389/fnint.2022.871227>
- Pos, A. E., & Greenberg, L. S. (2007). Emotion-focused therapy: The transforming power of affect. Journal of Contemporary Psychotherapy, 37(1), 25–31. <https://doi.org/10.1007/s10879-006-9031-z>