

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

## טיפול אינטגרטיבי בכאב

**מרצה: מרק שרמן**

היקף הקורס: 30 ש"א

**מקוון**

### תיאור הקורס:

בשנים האחרונות יותר ויותר אנשים סובלים מכאב. יחד עם זאת, ההמתנה למרפאות כאב כרוכה בחודשים רבים ולרב אינה כוללת פסיכותרפיה ממוקדת כאב אלא ריבוי בדיקות, הזרקות, ניתוחים וכדורים מגוונים שחלקם עלולים אף להחמיר את המצב ולגרום להופעת קשיים חדשים כמו התמכרויות. כאב כרוני מביא לתחושת חוסר אונים ואיום מתמשך על העצמי וביטויים עשויים להשתנות בין גברים לנשים. במקרים רבים, כאב אקוטי כרוך בהתפתחות חרדה, בדידות, אשמה ודיכאון. כמו כן טראומות לא מעובדות יכולות להתבטא בכאב פיזי וכאב כרוני לצד כאב מתפרץ יכולים להיחוות כטראומטיים מאוד. מאז 7.10 אנשים רבים בארץ סובלים מתסמונת כאב ולא מוצאים כתובת אינטגרטיבית מקצועית

**לא פעם מאחורי הכאב מסתתר סיפור שלא סופר או טראומה שלא עובדה אשר במקרים רבים מחמירים את הכאב או מהווים כמקור שלו.**

טיפול בכאב כולל אינטגרציה בין גוף לנפש לצד אינטגרציה בין מספר גישות טיפול.

### מטרות הקורס:

- לימוד והבנה מעמיקה של סוגי הכאב
  - הקניית כלים אבחוניים המתאימים לסובלים מכאב
  - לימוד כלים יישומיים לטיפול במטופלים המתמודדים עם כאב
  - יישום והעמקת טיפול אינטגרטיבי בכאב
  - הגדלת היצע מספר פסיכולוגים בעלי ידע וכלים ממוקדים בתחום כאב
- הקורס ילווה בהדגמות, דוגמאות קליניות וויזיטות מן הטיפול לצד תרגול חוויתי וקריאה.

## אודות המרצה:

**מרק שרמן**, פסיכולוג רפואי, מנהל שרות פסיכולוגיה רפואית במחוז צפון קופת חולים מאוחדת. התמחה בטיפול אינטגרטיבי בכאב כרוני ובסימפטומים סומטיים בלתי מוסברים במסגרת מרפאה רב תחומית בגישת רפואה שלמה עם ד"ר אלעד וד"ר מרגלית. מומחה לטראומה חוסן ואל. עוסק בפסיכו-אונקולוגיה, טיפול תומך ואינטגרציה בהתמודדות עם מחלות כרוניות ושיקום ב-15 שנים האחרונות. עבד בבתי חולים שיבא, רמב"ם קופת חולים מאוחדת, משרד בטחון, משטרת ישראל, משרד החוץ, מרכז משאבים, קואליציה לטראומה ואגודה למלחמה בסרטן. מדריך ומרצה בארץ ובעולם בתחומי התמחותו. מנחה סדנאות עבור צוותים בתחום שיפור חוסן אישי וארגוני וצמצום שחיקה. פיתח מודל לטיפול קבוצתי ממוקד חווייתי באבל טרי, מודל למניעת טראומה המונית וטיפול אינטגרטיבי בפוסט טראומה אותו מלמד בארץ ובחול. מלמד במכון מפרשים קורסים פסיכו-אונקולוגיה, טיפול אינטגרטיבי בכאב כרוני וכלים לטיפול קבוצתי ממוקד חווייתי לעיבוד אבל טרי, מלמד ביחידה ללימודי חוץ קורס טיפול אינטגרטיבי בפוסט טראומה. מטפל בקליניקה פרטית ומומחה לטיפול מקוון

**מועדי הקורס:** 10 ימי שני, בין השעות 08:30-11:00, בתאריכים: 09.06.25, 26.05.25, 19.05.25, 08.06.25, 16.06.25, 23.06.25, 30.06.25, 07.07.25, 14.07.25, 21.07.25, 28.07.25. כל מפגש בהיקף של 3 שעות אקדמיות.

- היקף הקורס הוא 30 שעות אקדמיות.
- **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 יעד:

פסיכולוגים מומחים ומתמחים, עובדים סוציאליים קליניים או עובדים סוציאליים בעלי תואר שני עם ניסיון בעבודה טיפולית, מטפלים בהבעה ויצירה בעלי תואר שני, פסיכיאטרים, קרימינולוגים קליניים וסטודנטים לתואר שני בפסיכולוגיה.

## עלות הקורס:

אנשי מקצוע: 2,200 ₪

מתמחים, סטודנטים לתואר שני ובוגרי המכללה האקדמית תל אביב יפו: 2,000 ₪

## ביצד נרשמים:

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

## תכנית הקורס:

מפגש 1	
היסטוריה והתפתחות טיפול בכאב	8:30-10:00
מודלים לטיפול בכאב	10:15-11:00
מפגש 2	
כלי אבחון מתאימים לתסמונות כאב	8:30-10:00
הכרת סולם כאב ודרכים לאיזון כאב	10:15-11:00
מפגש 3	
טכניקות מדיטטיביות בטיפול בתסמונות כאב	8:30-10:00
דמיון מודרך ככלי לטיפול בכאב	10:15-11:00
מפגש 4	
גישה קוגניטיבית התנהגותית בתסמונות כאב	8:30-10:00
טיפול '4 תחנות' בפיברומיאלגיה	10:15-11:00
מפגש 5	
גישה נראטיבית לטיפול בכאב	8:30-10:00
טיפול בבני משפחה למתמודדים עם כאב	10:15-11:00
מפגש 6	
ריפוי הכאב הכרוני ע"פ סארנו	8:30-10:00
טיפול בכאב בגישה דינאמית חווייתית ע"פ אבאס	10:15-11:45
מפגש 7	

תסמונות כאב וטראומה	08:30-10:00
Total pain	10:15-11:00
<b>מפגש 8</b>	
תרגול מיינדפולנדס להפחתת כאב	08:30-10:00
סומטיזציה	10:15-11:00
<b>מפגש 9</b>	
חמלה עצמית ותקווה	08:30-10:00
עיבוד רגשי כמסייע לכאב	10:15-11:00
<b>מפגש 10</b>	
PRT	08:30-10:00
סיכום ופרידה	10:15-11:00