

עמותה לסייע  
פסיכיאטרי בישראל



# חציאול מילום יוצרות

תוכנית מדעית

הכנס ה-22 של העמותה לסייע פסיכיאטרי

20-19 ביוני 2019  
מלון ווסט לגון, נתניה

# תוכנית מדעית

יום רביעי, 19 ביוני 2019

רישום והתקנסות	08:00 - 09:00
ברכות	09:00 - 09:30

ד"ר שושי גולדברג

אחות ראשית ארצית וראשת מינהל הסיעוד, משרד הבריאות

גב' אילנה כהן

יו"ר הסתדרות האחים והאחיות בישראל

גב' ענבל ירקוני

מנהל אגף סייעוד חטיבת המרכזים הרפואיים הממשלתיים

ד"ר טל ברגמן-לוֹן

ראש אגף בריאות הנפש, משרד הבריאות

גב' גלית לוי

יו"ר העמותה לשיעוד פסיכיאטרי

הרצאת פתיחה

09:30 - 10:00

**חמלת עצמית - Self-Compassion**

גבר عمראן | H.M.P.H.N, אח כללי וממונה שעת חירום הנהלת הסיעוד, המרכז הירושלמי לבריאות הנפש כפר שאל

**קבוצת מסע מסביב לעולם**

שרה זייצב | M.A., R.N, המרכז הרפואי לבריאות הנפש באר יעקב נס ציונה מב"נ שב"ס

**לייזון סיעודי פסיכיאטרי לצוותים מטפלים במלרדיים של בתים חולמים כלליים**

אריאל סמברוב | M.A., PRN, סגן מנהלת סייעוד מה'א סגורה, מטמיע תכנית PEACE (אקספוורד)

של דה-אסקלציה, המרכז לבריאות הנפש גהה

**סביבה מקדמת החלמה**

גיא אבני | אח, מרכז תחום מיוון, מרכז לבריאות נפש מזוז

**הפסקת קפה**

10:50 - 11:20

# תוכנית מדעית | יום רביעי, 19 ביוני 2019

<b>כי הכל מתחיל בחינוך</b> כמאל חאג' יחיא   אח במחלקה פסיכוגראטרית, מרכז לבריאות הנפש לב השרון	<b>11:20 - 11:32</b>
<b>תאום טיפול מציל חיים</b> ספירה עידן   אחראית הסיעוד, מרכז קהילתי לבריאות הנפש יפו	<b>11:32 - 11:44</b>
<b>פרויקט תקווה</b> צוריאל כהן   אחראי מחלקה פ.מ. 2, שער מנשה	<b>11:44 - 11:56</b>
<b>קבוצת חוק וזכויות המטופל</b> יהאד ראס   אח, המרכז לבריאות הנפש שלוחה	<b>11:56 - 12:08</b>
<b>טיפול התנהגותי קוגניטיבי באשפוז - זה אפשרי!</b> מרינה בוגרוב   אחות מוסמכת, תואר BA בסיעוד, בוגרת קורס על בסיסי בפסיכיאטריה, בוגרת קורס הכשרה ב- CBT, מחלקת נוער, מרכז לבריאות הנפש מעלה הכרמל	<b>12:08 - 12:20</b>
<b>טיפול ביון משוב מרכזי (נוירופידבק) בחולמים עמידים</b> אחמד אבו גמעה   אח מטפל ביחיד לנירומודולציה מוחית, המרכז לבריאות הנפש באר שבע	<b>12:20 - 12:32</b>
<b>האחות כמובילת תהליכי טיפול: שינוי המשגות, תפיסות, ודרך התמודדות במשפחה - על פי שיטת ה"סמכות החדשה" (Non Violent Resistance)</b>	<b>12:32 - 12:44</b>
<b>שושנה בלנקו<sup>1</sup>   ד"ר חדוה ספקטור<sup>2</sup>   איתי יינגרטן<sup>3</sup></b> <sup>1</sup> B.S., אחות, מדריכת קלינית, מחלקה פסיכיאטרית ומחלקת טיפול יום פסיכיאטרי ילדים ונוער, מרכז רפואי ברזילי, אשקלון <sup>2</sup> פסיכולוגית קלינית בכירה, מנהלת מחלקת טיפול יום פסיכיאטרי ילדים ונוער, מרכז רפואי ברזילי, אשקלון <sup>3</sup> פסיכולוג בהתחום קלינית	
<b>ארוחת צהרים</b>	<b>12:45 - 13:45</b>
<b>אחיות מעוררות השרה פרידה מותיקי העממתה</b>	<b>13:45 - 14:30</b>
<b>הගיון שברגש - מסע להצלחה</b> ד"ר עינת גלזר   יועצת ארגונית ובעלת חברות רגילה הדרכה וייעוץ	<b>14:30 - 15:30</b>
<b>אסיפה כללית</b>	<b>15:30 - 16:00</b>
<b>ארוחת ערב ללנים במלון</b>	<b>18:30 - 21:00</b>
<b>מסיבה בג'ונגה קלאב</b>	<b>21:00</b>

# יום חמישי, 20 ביוני 2019

		ארוחת בוקר ללנים במלון	07:00 - 09:00
אולם 2	אולם 1	שעה	
איך להוביל את המסר בגיניגיות ?	מבחן החשיבה - לארגן את המידע שלנו אחרת	09:00 - 10:15	
הפסקה להתארגנות	הפסקה להתארגנות	10:15 - 10:30	
מיינדפולנס - להיות כאן ועכשו	אלוננה שכטרא - סיפור השראה אישי והעצמה נשית	10:30 - 12:00	
הפסקה להתארגנות	הפסקה להתארגנות	12:00 - 12:15	
החיים מזויות קצת אחרת - סדנת צילום ופוטו תרפיה אירוגונית	לנגן בגיטרה ב - 90 דקות	12:15 - 13:45	
	ארוחת צהרים	13:45 - 14:45	

--- פינוי חדרים עד השעה 11:00 ---

המעוניינים יכולים להנחות מזמן חופשי ושימוש במתכני המלון

במועד הרישום תתקבשו לבחור שתי סדנאות / פעילויות ליום חמישי.  
הרישום לפעילויות הינו על בסיס מקום פנוי - "כל הקודם זוכה".

נשמח לראותכם,  
גלית לוי - יו"ר העמותה לסייע פסיכיאטרי | ג'ני סגלוביץ' - יו"ר הכנס

# פירוט הרצאות / סדנאות

## מפתח חשיבה - לארון את המידע שלנו אחר

מירית ארזי

אחד מהאתגרים איתם אנחנו מתמודדים בעולם של היום הוא עודף מידע, מחשבות ומשימות, עודף אשר מקשה על החשיבה ומקהלה וגורל זמן יקר.

לאורך חיינו, סיגל כל אחד מאיינו שיטה לאירגון מידע ומחשבות בדרך שנראית לו כמתאימה ביותר עבורו, אך מעולם לא לימדו אותנו מהי הדרך הטבעית והנכונה לעשות זאת. מהי הדרך המתאימה למוח ולתהליך החשיבה האנושית, זו שהופכת כל מידע מסוובל למשהו בהיר, קל לניתוח וممוקד. מפתח חשיבה היא שיטה העונה בדיק על הצורך זהה. זו שיטה ויזואלית לאירגון מידע חיצוני או פנימי, המתקה את האופן בו פועלם המוח והחשיבה האנושית ומכך עוצמתה.

שיטה זו מוכרת בעולם לעלota מ- 50 שנה ומיושמת בתחוםים מגוונים ורבים כמו עסקים, בריאות, חינוך ופנאי והוא ניתן לישום באופן ידני או ממוחשב.

בסדנא ייחשפו המשתחפים לתחומים בהם ניתן לשלב את מפתח החשיבה, ישמעו על מחקרים העומדים מאחוריו מפתח החשיבה, יכירו את עקרונותיה ויתנסו ביצירת מפתח חשיבה.

### אין להבהיר את המסר בג'ינגיוט ?

הרצאת הדגל של עידית הג'ינגיית נידרף

הרצאה מרתתקת, מצחיקה וצבעונית.

מלאה בסיפורים עסקיים ובדוגמאות חיות החושפת בפניכם את "הטכnika הג'ינגיית" הייחודית, שמשלבת סודות העולם המשחק עם כלים פרקטיים מעולים השיווק והמכירות, לדיקת העברות המסריהם שלכם מריצה כריזמתית, מנטורית בינלאומית וشكנית ידועה (רזהו, פולישוק, קופיקו)

### הרצאה זו תקפייך אתכם אם אתם:

- נמצאים על אוטומט וזקוקים למכת פלפל
- רוצים להעיר את שיטות העברת המסריהם היישנות שלכם
- מחפשים כלים שיבולו אתכם לאחיזי הצלחה נבואה יותר בפיגעה עם פציינטיס / קולגות / הנהלה
- ओהבים הומור אינטראקטיבי עם הקהל

### בהרצאה זו נתמקד ב 1-3 מהאלמנטים הבאים:

- כלים פרקטיים לשדרוג כישורי הפרזנטציה שלכם עפ"י השיטה של עידית
- 5 הטענות הדרושים להציג עצםית מנחת
- כלים להעברת המסריהם והרעיון שלבם בצורה מדוקת וכוללת שמייצרת את ה"וואו אפקט"
- טיפים איך להישאר מזוקדים, רגועים ומשוחררים ברגשי לחץ
- טכניות להתמלא בביטחון עצמי לקרה כל פגיעה, כנס או הרצאה

## פירוט ההערכתאות / סדנאות

### סיפור השראה אישי והעצמה נשית

אלונה שכת

במפגש העצמת נשים מספרת אלונה שכת את סיפור חייה המרתק, איך הכל התחל ממלחשת עור תורשתית והתפתח להקמת שתי חברות מצלחות בארץ ובעולם.

אלונה מספרת על ההתקומות עם הקושי בגידול הילדים הקטנים, כאשר מחלת הפסו-רייזים לא נתנה לה לתקוף נסא ועד ההחלטה לעמוד מול נשים כדי להعبر לן את הכוח שאוותה הייתה צריכה ברגעיו משבב. ההערכתה עוברת בצורה מרגשת עד דמויות ומתובלת בהומור שנון אשר מעניק חוויה עצרת נשימה לקהל. נשים במהלך ההערכתה מקבלות מגוון רחב של טיפים, איך להראות ולהרגיש היכי טוב שאפשר בלי לבזבז זמן וכמעט ולא להוציא כסף.

אלונה מוכנה להعبر את המסר ואת הכוח לכל אישה בכל מקום ולתת לה מהניסיון שרכשה במהלך השנים.

- יעוז אישי חינם בתום ההערכתה לכל משתתפת
- שי יוקרטוי לכל משתתפת
- אפשרות לרכישת מוצרים במחair מיוחד

### מיינדפולנס - להיות כאן ועכשו

תמייר מסאס

כל תוצאה שאנו רוצים להשיג בחיים קשורה לאיזו שהוא מערכת יחסים.

כשפוגשים אותנו את מי פוגשים? בשעת/ה כניסה הביתה איזו אמא או אבא או בן זוג פוגשים? איזו אוירה את/ה מושה, כמנהל/ת בקרב עובדיין? איך את/ה, כמנהל/ת, מסתדר/ת עם עמיתיך/עמיתיך? כיצד מעציריהם מערכות היחסים שלך עם המומנים עלייך/עליהם? האם את/ה מרצה מאופן התחנלותך שלך במערכות יחסים אלו ואחרות? האם את/ה מרגיש/ה שיש לך מקום לשיפור?

מיינדפולנס הינה תשומת לב מכבידת ונטולת שיפוטים.

בקרב כל אחד מתנו ישנים דפוסי התחננות ו"אוטומטים", אשר מארגנים את יכולתנו לנהל מערכות יחסים טובות ופקטיביות עם הטעבים אותנו (מתיחות, רגשות, כענסות, הססנות, ספקנות, וכו"ב). העבודה שלנו שאננו חוזרים שוב ושוב על אותם דפוסים אליהם אנחנו רגילים, אינה אומרת לנו הולכים בדרך הנכונה.

### חלק מהשאלות שצצות וועלות הין:

מה זה בעצם ניהול מערכות יחסים טובות ופקטיביות? האם לשלוט במתוך? האם לזרום? האם לחת לדברים לקרים? האם לכעוס ולכפות את רצוננו? איך נבחר את הפעולות והתגובה שלנו שייהו אפקטיביות בכל תחום בחיננו?

מערכות היחסים שלנו - לא חייבות להציגו כ"אזור מלחמה" בו כל אחד עלול להיפגע, ולכן כדאי לא להתגונן. אפשרי ורצוי כי שני הצדדים יצאו "מנצחים"

אך זה יקרה רק אם נלמד איך לנו ניהול מערכות יחסים טובות ופקטיביות. מיינדפולנס הינה השיטה איך לנו ניהול מחשבות, הרגשות והתחושים ולהיות מיטיב ומכבד עם الآخر.

## פירוט ההרצאות / סדנאות

### לנגן בגיירה ב- 90 דקות

יובל ביאליק

את הסדנה "לנגן גיטרה ב 90 דקות" פיתחו במטרה להציגו מנהליים ועובדים בחברות וארגוני, כאשר הכל שבו יובל משתמש הוא לימוד גיטרה - זהו כלי חוויתי, עוצמתי וכיפי.

מוזיקה מחברת בין אנשים ועל אחת כמה וכמה כשאנו מפיקים אותה בעצמנו. כל אחד מאייתנו חלם או חשב ללמידה לנגן בגיירה בלבד כלשהו בחיו וסדרן זו היא הצעד הראשון בהגשמה החלום.

### החיים מזוית קצר אחרת - סדנת צילום ופוטו תרפיה ארגונית

הראל סטננטון

הנחת העבודה בסדנת הצילום והפוטו תרפיה היא שמצלמת הסمارטפון, בהנחיה ושימוש נכון, יכולה לשמש כעדשה חדשה להתבוננות על חיי היום-יום. סדנת הצילום והפוטו תרפיה מאפשרת חשיפה ל贊ויות חדשות של מציאות קיימת ומעודדת יציאה מ"אוטומט" ושינוי פרטפקטיביות ומיקוד האמירה של המשתתפים. הסדנה מאפשרת קיום דיון על פערים בין מצוי לרצוי, בחינת אתגרים וקשיים והעלאת תובנות חדשות ממקום עוקף-קוגניציה, מקום של רגש ואיינטואיציה, ובכך מרחיבה את השיח בזמן קצר מאד. הסדנה מעבירה את המשתתפים חוויה אישית, התרנסות בפועל, ומאפשרת שיח פתוח וכן, מה שמרחיב את ממשמעות התחילה.



# מילום יוצרות מציאות

הכנס ה-22 של העמותה לסייע פסיכיאטרי

**lienק לעמוד הרישום:**  
<https://siudi.form-wizard.co>



**לפרטים נוספים, דואט מקבוצת הוכמן ושות'ר:**  
einat@hs-events.co.il | 054-4304045  
shir@hs-events.co.il | 054-7871671  
yuval@hs-events.co.il | 054-3300725