

סיי-פי פתרונות מתקדמים בפסיכולוגיה בשיתוף חברת מדטכניקה שמחות להזמינכם לסדרת סדנאות



שימוש אופטימלי בביופיזיק

סדנאות ייחודיות למטפלים ומנהלי לחצים מנוסים
בהנחיית ד"ר סטפן סיידרוף, מומחה בינלאומי בעל ותק
של 40 שנה במדעי ההתנהגות והמוח ובביופיזיק

ד"ר סטפן סיידרוף, פסיכולוג קליני, הינו מומחה בינלאומי בתחומי התפקוד האופטימלי, חוסן (resilience), ביופיזיק, נוירופיזיק, התמכרויות וגישות אלטרנטיבות לסטרס ובריאות נפשית. סיידרוף מכהן כפרופסור חבר במחלקה לפסיכיאטריה ומדעי ההתנהגות ב-UCLA, כמו גם עומד בראש מכון ראול וולנברג לאתיקה. בעבר תפקד כמנהל הקליני של התכנית לאסטרטגיות התמודדות עם סטרס של UCLA ובית החולים סנטה-מוניקה, וכמנהל הקליני במרכז Moonview Treatment and Optimal Performance. ד"ר סיידרוף פרסם עבודות פורצות דרך בתחום החוסן והנוירופיזיק ויצר מספר תכניות אודיו ללמידה ביניהן: "Resilience", ו-"Resilient living".



ד"ר סיידרוף הינו מבכירי המדריכים של חברת Thought Technology.

למידע נוסף, פנו לאתר: www.ThirdWind.org

תיאור הסדנאות ולוח הזמנים:

יום ד' 18.6 09:00-17:00

סדנה מס' 1 - ניהול לחצים ובניית חוסן

- ויסות עצמי: מסגרת התייחסות בסיסית וניסוח המושג
- אסטרטגיות לגיוס המטופל
- מודל חדש לחוסן
- הערכה פסיכופיזיולוגית והערכת חוסן
- שימוש ואינטגרציה בין מגוון מדדים פריפריאליים ביניהם: HRV, SCL, טמפרטורה, EMG ונשימה
- בניית תכנית טיפול
- כיצד נעזר למטופל להכליל את האימון לחיי היום יום?
- התנסות מעשית ותרגול של המשתתפים עם המכשור
- במהלך היום ישולבו תיאורי מקרה

יום ה' 19.6 09:00-17:00

סדנה מס' 2 - כאב ומחלות כרוניות

- סינדרום חוסר ויסות אוטונומי (Autonomic dysregulation Syndrome) מושג שפותח ע"י המנחה יחד עם פיטר לוי
- מסגרת העבודה ומטרות עם מטופלים הסובלים מסימפטומים פיזיים
- עבודה עם כאב
- התמכרות: ביסוס מסלול טיפולי מוכוון לויסות עצמי
- התמכרות: שימוש בנוירופידבק ביחד עם ביופידבק
- תכנית ה- "Mind Body Room"
- הדגמות והתנסות מעשיים של המשתתפים

הצגות מקרה בתחומים הבאים: קרדיו-וסקולרי, עצבי-שרירי, מערכת העיכול (gastrointestinal) וכאב: פיברומיאלגיה, ראומטולוגיה ומיגרנות

יום ו' 20.6 09:00-15:00

סדנה מס' 3: Peak Performance

- מסגרת עבודה והמושג "Peak Performance"
- היבטים קוגניטיביים, התנהגותיים ורגשיים
- הערכה
- שימוש בביופידבק
- שימוש בנוירופידבק
- התנסות מעשית של המשתתפים עם המכשור
- הצגות מקרה של אתלטים מצטיינים ומנהלים

מיקום: מתחם ההיי-טק של קודאק בפתח תקוה, רחוב התנופה 7.

הסדרי תשלום: המחיר לסדנא של יום (כולל זו של יום שישי) הינו 850 ש"ח כולל מע"מ. מחיר הנחה לנרשמים ל 2 סדנאות 1500 ש"ח כולל מע"מ.

כדי לודא התאמתם של המשתתפים לסדנה, ההרשמה נעשית ישירות מול יובל עודד
054-4999044 או במייל: mentalfit@gmail.com

מהרו להרשם- על מנת לאפשר תירגול אופטימלי בצידוד. מס' המשתתפים מוגבל ל-15 משתתפים בכל סדנה!