



אוניברסיטת בר-אילן  
בית הספר לעבודה סוציאלית  
ע"ש לואיס וגבי וייספלד

היחידה ללימודי המשך

# טיפול ממוקד חמלה (CFT) בקשיים באינטימיות ובמיניות

סדנה למטפלים זוגיים ופרטניים

**מנחה: גבו וייס**



טיפול ממוקד חמלה הנו גישה טיפולית אשר פותחה ב-2009 על ידי פאול גילברט. גישה זו נשענת על יסודות ממספר מקורות, ביניהם: הפסיכולוגיה הבודהיסטית, פסיכולוגיה אבולוציונית, תיאורית ההתקשרות, טיפול קוגניטיבי התנהגותי ומדעי המוח. ב-CFT נעזרים בשיטות התערבות ממוקדות ברגש, בעבודה גופנית, בשימוש בדמיון בתנועה ובמגוון טכניקות אשר נמצאו יעילות לפיתוח יכולת הכלה והרגעה עצמית והמסייעות בפיתוח חמלה.

הסדנה תשלב בין היכרות תיאורטית עם היסודות של ה-CFT ובין התנסות חווייתית במיינדפולנס וחמלה כיכולת משמעותית עבורנו כבני אדם המתמודדים עם נושא האינטימיות והמיניות בעצמנו, ובמערכות היחסים המשמעותיות שלנו. כמו כן, הידע וההתנסות החווייתית יאפשרו לפתח את ההבנה והיכולת לעבוד בגישה אפקטיבית זו עם זוגות ומטופלים פרטניים. חיבור זה בין ה-CFT והטיפול הזוגי בתחום האינטימיות והמיניות הנו חדשני ונמצא בפיתוח ובחקירה ראשוניים בתקופה זו.

## תכנית הסדנה

- מבוא והיכרות בסיסית עם התיאוריה והמודלים של ה-CFT.
- למידה ותרגול חמלה עצמית על פי גישתה של נר.
- חיבור לגישות פסיכולוגיות רלבנטיות לטיפול בקשיים מיניים במערב: ביון, בולבי ושנרש.
- Sensate Focus, הטיפול המיני של מסטרס וג'ונסון כפרקטיקה של מיינדפולנס וחמלה.
- התנסות בעבודה עם מתח גופני מתוך אמנויות הלחימה הטיפוליות והחיבור לטיפול בקשיים במגע, אינטימיות ומיניות.
- דוגמאות ליישום במפגש הטיפולי בעבודה עם זוגות.

**הסדנה מתאימה** למטפלים זוגיים ומשפחתיים, לפסיכותרפיסטים, למטפלים באמנויות, לעובדים סוציאליים, לפסיכולוגים ולמטפלים מיניים.

## מנחה הסדנה

**גבו וייס**, פסיכותרפיסט, מטפל זוגי ומשפחתי ועוסק שנים רבות בטיפול בקשיים בתחום הזוגיות והמיניות עם פרטים ועם זוגות. כפסיכותרפיסט ומטפל זוגי, משלב המנחה התבוננות ועבודה דינאמית עם עבודת גוף-נפש מתוך אמנויות הלחימה המסורתיות, המיינדפולנס והטיפול ממוקד חמלה (CFT).

**הסדנה תקייה ביום ראשון, כ"ט בכסלו תשע"ח, 17.12.17, בשעות 10:00-15:30**

בניין 407, חדר 15 (ליד בנק 'מזרחי-טפחות'), אוניברסיטת בר-אילן

עלות ההשתתפות בסדנה: 320 ₪

ההרשמה מראש בלבד ועד לתאריך 14.12.17.

להרשמה ולתשלום יש ליצור קשר עם היחידה ללימודי המשך בטלפון: 03-5317265 בשעות 10:00-14:00  
התשלום באשראי טלפונית בלבד

מספר המקומות מוגבל