

דוקו וטראומה Reframing the Trauma

תיעוד עצמי מצולם ככלי לעבודה עם טראומה

מועד פתיחה: 16.9.2025

המפגשים יערכו בימי שלישי בין השעות 17:00-21:00

(יש לשים לב לתאריכי המפגשים, שכן המפגשים אינם תמיד רציפים)

16.9.2025 | 30.9.2025 | 21.10.2025 | 28.10.2025 | 4.11.2025 | 11.11.2025

המפגש עם הטראומה לא מתרחש רק בחדר הטיפול, הוא ברחוב, במשרד, בכיתה ועל המסך. טראומה לא זרה לישראלים ובשנה האחרונה חוונו עליית מדרגה נוספת בכמות ובעוצמות הטראומה שחוו ישראלים רבים. בעודנו בתהליך העיבוד וההתמודדות שלנו עם הטראומה, כיחידים וכחברה, מתעצם הצורך בכלים חדשים, המדברים את שפתו של דור ועושים שימוש בטכנולוגיה ובשיקוף כדי לתת מרפא למטופלים. הוידאו וכוחו של התיעוד המסייע לרפלקציה, יחד עם המיומנות המקצועית והפרקטיקה הטיפולית, מאפשרים למטפל ולמטופל לחוות את התהליך בדרך מקורית המובילה ליצירת משמעות ובניית חוסן. לראשונה בתכנית לימודים שתי דיסציפלינות מובחנות משתלבות לכדי מתן כלים שיכולים לקדם שינוי ממשי עבור המטופלים.

בין הנושאים שייסקרו בקורס

נושאי הקורס בתחום הטיפול בטראומה: מה היא טראומה? מה היא הפרעת דחק פוסט טראומתית? ומה ביניהם? מאפיינים ותסמינים של מטופלים לאחר טראומה, סוגיות של אבחנה והתאמת תוכנית טיפולית. סקירת הטיפולים המרכזיים בתחום הטראומה תוך התקדמות בטיפולים מבוססי ראיות (PE, TF-CBT). מרכיבי הטיפול המרכזיים והתאמתם לתסמינים ולמצבי טראומה שונים. בניית הנרטיב הטראומתי בתהליך טיפולי – התאמת ההתערבות לגיל המטופל ולאופי החוויה הטראומתית. עיבוד אבל מורכב לאחר אובדן במצבים טראומטיים.

נושאי הקורס בתחום התיעוד הדוקומנטרי: כוחו של הדוקו ככלי מתעד מציאות, מושגי יסוד בשפה חזותית להבעת המודע והתת מודע, סבטקסט וטקסט ומה שביניהם - גילוי עצמי ומודעות עצמית בעזרת וידאו. ראיונות עם נפגעי טראומה – ממה צריך להימנע? יתרונות לצד רגישויות/ סכנות. כוחו של נרטיב: ההשפעה של סיפור תיעודי על נקודות מבט וגיבוש תובנות. טכניקות בבנייה ועיצוב מחדש של נרטיבים בחיי המטופלים במטרה לטפח העצמה וצמיחה. המעבר מפאסיביות לאקטיביות והפוטנציאל לכתיבה מחדש באמצעות וידאו.

התיעוד ככלי טיפולי: נדגים באמצעות תיאורי מקרה ודוגמאות מצולמות, אופנים שונים של תיעוד דוקומנטרי בשירות תהליך טיפולי, בתהליך בניית נרטיב טראומתי בהנחה ותיעוד לאחר אובדן, בהתמודדות עם שינויי חיים ומשברים ועוד. נתרגל במסגרת השיעור משימות שימוש בכלים מעולם התיעוד במסגרת התערבויות וטיפולים דרך הצגות מקרה ודוגמאות של המשתתפים, ניישם טכניקות מבוססות וידאו כדי לחשוף דפוסים ורגשות נסתרים/ מודחקים. נתרגל אימפרוביזציה – משחקי תפקידים ונתעד את ההשלכות שלהם, נתרגל את הריאיון התיעודי ככלי לשחזור חוויות, התבוננות וניתוח ולבסוף נקיים דיאלוג משמעותי סביב תצפיות עצמיות ותובנות שהושגו באמצעות חקר וידאו.

למי מיועד הקורס? לאנשי טיפול, אנשי מקצוע וכל מי שעובד עם אנשים שחוו טראומה, ביניהם, מטפלים

באומנויות, מטפלים בהבעה, מטפלים בתנועה, עובדים סוציאליים, פסיכולוגים, פסיכותרפיסטים, יועצים חינוכיים, מנחי קבוצות, מדריכים, צוותים תומכים ועוד.

ניהול אקדמי - את הקורס ילמדו וינהלו אקדמית דר' אביגל שניר - פסיכולוגית קלינית מומחית, מנהלת המרפאה

לפוסט טראומה במרכז שניידר לרפואת ילדים בישראל, ומרצה במכללה האקדמית תל אביב-יפו וגב' יפעת קידר – בימאית כאן 11, PARAMOUNT, BBC, עורכת תוכן ותסריטאית. מרצה ומנחת סדנאות במסגרת הכשרות למנהלים בארגונים, אסטרטגית תוכן, עד לאחרונה מנהלת פיתוח תוכן, סדנאות והפקות בבי"ס לתקשורת באוניברסיטת רייכמן.

תכנית המפגשים

מפגש	נושא
מפגש 1 16/9/25	הכרות עם נושא הטראומה הנפשית. מבוא לעבודה דוקומנטרית ככלי מתעד מציאות.
מפגש 2 30/9/25	מרכיבי טיפול בטראומה נפשית יסודות לכלי הבעה : צורה ותוכן ומה שביניהם, התמקדות בעדות אישית.
מפגש 3 21/10/25	הראיון הטיפולי מול הראיון התעודי . כלים משולבים להתערבות. התחלת תרגול אישי : כתיבת טקסט
מפגש 4 28/10/25	הנרטיב הטראומתי ומאפייניו , בניית הנראטיב בעבודה טיפולית. כוחו של נרטיב בדוקו. המבנה הסיפורי בשלוש מערכות ואיך זה נראה מבעד לעדשה? תרגול אישי דרך צילום
מפגש 5 4/11/25	ניטור עצמי ככלי טיפולי עבודה עם יומן וידאו – עקרונות וטכניקות תרגול אישי דרך תיעוד ביומן וידאו
מפגש 6 11/11/25	צמיחה פוסט טראומתית מסע הגיבור ואיך הוא בא לידי ביטוי בעבודה התעודית?

* FORE לימודי חוץ והכשרת מנהלים באוניברסיטת רייכמן שומר לעצמו את הזכות לערוך שינויים קלים בתכנית.

למסיימים תוענק תעודת סיום קורס דוקו וטראומה : תיעוד עצמי מצולם ככלי טיפולי,
 מטעם FORE לימודי חוץ והכשרת מנהלים וביה"ס איבצ'ר לפסיכולוגיה, באוניברסיטת רייכמן,
 בעבור 32 שעות אקדמיות. קבלת התעודה מותנית בנוכחות של 80% לפחות.

פירוט התוכנית

מפגש 1.

הכרות עם נושא הטראומה, הפרעה פוסט טראומטית והטיפוליים הקיימים בתחום

ד"ר אביגל שניר

- מה היא טראומה? מה היא הפרעת דחק פוסט טראומטית? ומה ביניהם? מאפיינים ותסמינים של מטופלים לאחר טראומה, סוגיות של אבחנה והתאמת תוכנית טיפולית.

דוקו ככלי מתעד מציאות

הגב' יפעת קידר

- הדוקו ככלי מתעד מציאות והכרות עם מושגי יסוד
- למידת שפה חזותית להבעת המודע והתת מודע

מפגש 2. מרכיבי טיפול בטראומה נפשית

- סקירת הטיפולים המרכזיים בתחום הטראומה תוך התמקדות בטיפולים מבוססי ראיות (PE, TF-CBT). מרכיבי הטיפול ואופן פעולתם בהתמודדות עם טראומה.
- עזרה ראשונה נפשית – עקרונות לסיוע בטווח המיידי לאחר טראומה.
- יסודות לכלי הבעה: צורה ותוכן ומה שביניהם, התמקדות בעדות אישית
- צילום, רקע, מיקום, והחיבור לתוכן, סבטקסט וטקסט ומה שביניהם - גילוי עצמי ומודעות עצמית בעזרת וידאו וטכניקות לעבודה.
- התנסות

מפגש 3. הראיון הטיפולי מול הראיון התיעודי

- השיח הטיפולי במצבי טראומה – העמדה הטיפולית וכוחו של הקשר הטיפולי בתהליך ההחלמה
- הראיון התיעודי: בניית setting, גישות שונות לראיון, מותר ואסור, גבולות, איך מתמודדים עם הצפה הרגשית? למידה מתוך ראיונות עם נפגעי טראומה – ממה צריך להימנע? יתרונות לצד רגישויות/ סכנות.

מפגש 4. כוחו של נרטיב

- בין זיכרונות "רגילים" לזיכרונות טראומטיים – מאפייניו של הנרטיב הטראומתי.
- עקרונות בתהליך ההבניה של הזיכרון הטראומתי, עבודה עם אמונות ליבה
- ההשפעה של סיפור תיעודי על נקודות מבט וגיבוש תובנות.
- למידת טכניקות בבנייה ועיצוב מחדש של נרטיבים בחיי המטופלים במטרה לטפח העצמה וצמיחה.
- תפקידו של הנרטיב: סטוריטלינג, השפעה, אמירה, משמעות, נקודת מבט, השפעה על תפיסת המציאות של המטופל
- תרגול נקודת מבט באמצעות כלים תיעודיים והעמקה והבנת יכולת הגיבוש של נרטיבים אישיים והפוטנציאל לכתיבה מחדש באמצעות וידאו

מפגש 5 : ניטור עצמי ככלי טיפולי

שימוש בכלים דוקומנטריים כאמצעי להתערבות טיפולית, תוך התמקדות בשני כלים מרכזיים: ניטור עצמי ככלי טיפולי מצולם ויומן וידאו טיפולי. השיעור מספק למטפלים מסגרת תיאורטית ומעשית לשילוב תיעוד בעבודתם הקלינית, תוך הבנת האופן בו מצלמה יכולה לשמש ככלי להגברת מודעות עצמית, עיבוד רגשי, והנעה לשינוי התנהגותי.

- ניטור עצמי ככלי טיפולי – הגברת מודעות רגשית ואקטיבציה התנהגותית ככלים טיפוליים.
- עבודה עם יומן וידאו – עקרונות וטכניקות - עקרונות מנחים:
מבנה ומסגרת ליומן וידאו טיפולי, קביעת גבולות ונהלים לתיעוד, שיקולים אתיים

שילוב בטיפול:

- הנחיית מטופלים בתהליכי ניטור עצמי
- שימוש בחומרים המצולמים בפגישות טיפול
- פיתוח תובנות דרך צפייה בחומרים מתועדים
- תרגיל משולב : כיצד להשתמש במצלמה ככלי לחקירה פנימי וביטוי

מפגש 6. צמיחה פוסט טראומתית

- צמיחה פוסט טראומתית כמושג וכמוקד בטיפול.
- מסע הגיבור ואיך הוא בא לידי ביטוי בעבודה התעודית?
- שיתוף ודיון משולב - הצגת הפרויקטים לקבוצה וקיום דיון שמעמיק את התובנות והזהות האישית. המטרה היא להעצים את המשתתפים שילמדו לבטא את עצמם בדרך יצירתית ואקטיבית בעזרת הכלי התיעודי, תוך כדי יצירת חוויה טיפולית שמאפשרת התבוננות וצמיחה אישית.
- חלוקת תעודות סיום קורס.