

היפנו-2021 | הכנס השנתי של האגודה הישראלית להיפנוזה



להעיר ולהאיר את תת המודע

גישה אל כוחות הנפש בעזרת ההיפנוזה

מלון גולדן קראון נצרת | ימים חמישי עד מוצ"ש 6-8.5.21

אנו שמחים להזמין אתכם לכנס השנתי של האגודה הישראלית להיפנוזה, אשר יתקיים במלון "גולדן קראון" בנצרת, מיום חמישי 6.5.21 עד מוצ"ש 8.5.21.

הכנס יתקיים על פי הוראות הבריאות התקפות. כל משתתפי הכנס יידרשו בזמן ההרשמה להצהיר על היותם מחוסנים, ובעת ההגעה לכנס להציג "תו ירוק".

נושא הכנס השנה יהיה להעיר ולהאיר את תת המודע: גישה אל כוחות הנפש בעזרת ההיפנוזה.

אנו בטוחים שתוכלו למצוא את התמהיל המתאים לכם מבין מגוון הסדנאות המוצעות, הרצאות המליאה וההדגמות הקליניות.

הוותיקים מביננו ודאי מכירים וזוכרים את האווירה המיוחדת של כנסי "היפנו", את הרמה המקצועית הגבוהה ואת האווירה החברתית מחממת הלב. הצעירים, שטרם חוו זאת מוזמנים למפגש מרתק בן שלושה ימים, הנפרש על פני סוף שבוע ארוך, וכולל 26 סדנאות מקצועיות הניתנות על ידי הטובים והמובילים מבין אנשי המקצוע בארץ אליהם מצטרף **אורח מחו"ל**, הדגמות מרחיבות אופקים, תכנית חברתית-תרבותית ובעיקר - המפגש שלנו, קבוצה מיוחדת ונדירה, שופעת נדיבות ונתינה. זו הזדמנות להיפגש, להתעדכן, להכיר, ללמוד ולחיות.

השנה נתכבד לארח אורח מחו"ל, הן בהרצאות אורח במליאה והן בסדנאות בכנס: John D. Lentz שכבר ביקר אותנו בכנסים קודמים (2016, 2018) שהקים ומנהל את המכון האריקסוניאני באינדיאנה. ג'ון לנץ יעביר הפעם 4 סדנאות קצרות, שעתיים כל אחת. מאחר ומסגרת הכנס היא של סדנאות בנות 4 שעות, יועברו הסדנאות בזוגות. שתי סדנאות הנוגעות להפרעת אישיות גבולית ולהפרעה דו קוטבית יועברו ביום שישי אחה"צ, ושתי סדנאות הנוגעות ל- Instant Trances ולאהבה וטרנס יועברו ביום שבת בבוקר.

מומלץ להשתתף בכל ימי הכנס (וכדי לעודד זאת, האגודה מסבסדת כל משתתף ומשתתפת המגיעים לכל ימי הכנס ולנים במלון, כך שזו האפשרות האטרקטיבית ביותר), ולבחור באחת משלוש האופציות: 4 סדנאות קצרות (בנות כ-4 שעות כל אחת, שתיים ביום שישי ושתיים שבת) או שתי סדנאות קצרות (בשישי) וסדנא ארוכה (כ-7 שעות) ביום שבת. בעקבות בקשות חברינו שומרי המסורת - צוינו בחוברת הסדנאות בשבת שאין כוללות שימוש בציוד אורקולי, כך שגם לשומרי השבת יש היצע גדול של סדנאות.

לפני תחילת הכנס, ביום חמישי בבוקר, בין השעות 10:00-12:30, יתקיים סיור מודרך בנצרת, בהדרכתו של אנדרו עבאדו. נצרת היא העיר הערבית הגדולה ביותר בישראל, מתוכם כ-71% מוסלמים ו-29% נוצרים. לפי הברית החדשה מריה, אמו של ישו, ובעלה יוסף הקדוש, התגוררו בנצרת בה ניתנה הבשורה, ובה גדל ישו עד לבגרותו. עם זאת קיימות עדויות להתיישבות באזור נצרת כבר בתקופה הפרה היסטורית, כפי שמעידים ממצאים ממערת קדומים שליד הר הקפיצה, הקרוב למיקומו של המלון. הסיור יתמקד בדתות, במורשת, בהיסטוריה, בפיתוח ובחיי יומיום בעיר ב-300 השנים האחרונות. במהלך הסיור נבקר באתרים הבאים: מעיין הבתולה, כנסיית המעיין האורתודוקסית, המוסקובייה, כיכר הספר, פורום ליוואן לתרבות, המסגד הלבן, השוק, כנסיית בית הכנסת, כנסיית הבשורה, כיכר שהאב א-דין.

גם השנה יציג ניב ציון (מכללון) ספרים למכירה בכנס. מי מהחברים שרוצה להיעזר בו כדי להציג ספרים שכתב ולמכור בעזרתו, יכול ליצור איתו קשר באופן ישיר בטלפון 052-6866377

שלושה ערבים בכנס, ובשלושתם חוויות. בערב הראשון (חמישי) יעביר יוסי אדיר ערב חברתי הכולל סדנת מסיבה Midnight Trance. בערב שישי: ערב חגיגה דרום אמריקאית עם להקת "טריו אינדיו". הערב כולל חלק בידורי, טיול דמיוני באמצעות מוסיקה וקטעי קישור, מופע ריקודים לטיניים והרקדת הקהל, וריקודים בכל הסגנונות עם תקליטן. ובערב השלישי, מוצאי שבת, קוקטייל שקיעה מול נוף עמק יזרעאל.

גם השנה יעשה הרישום לסדנאות באופן דיגיטלי באמצעות ממשק מיוחד של חברת גל כנסים, המאפשר שקיפות מלאה ומעקב אחר השיבוץ לסדנאות. סדנאות שיתמלאו - ייסגרו לרישום (אחד מהלקחים מהכנסים בשנים עברו היה שיש להגביל את כמות המשתתפים בסדנאות על מנת שתתאפשר עבודה יעילה). משמעות הדבר היא שיש יתרון למקדימים להירשם, על כן - מהרו והבטיחו מקומכם בסדנאות המבוקשות.

כפי שסוכם לאחר ביטול כנס 2020, מי שלא ביקש החזר כספי מגל כנסים לאחר ביטול הכנס, מקבל עדיפות להרשמה לסדנאות שבחר (כלומר המקום משוריין עבורו), ועלות הכנס נשארת עבורו ללא שינוי.

מבנה הכנס

למעוניינים - מומלץ להקדים ולהגיע בבוקר יום חמישי, לסיור מודרך בנצרת. הסיור כרוך בתשלום (ראה בסוף מסמך זה). בעת ההרשמה יש צורך לציין את השתתפותכם בסיור.

הכנס עצמו יתחיל ביום חמישי בצהריים, בחלוקת תעודות "יקיר האגודה" לחברים בעלי תרומה משמעותית לאגודה ולהיפנוזה. נקשיב להרצאות מליאה שיינתנו על ידי איתן אברמוביץ, ו-John Lentz, ונקיים אסיפה כללית בה נאשר את הדוח הכספי של שנת 2020. בימים שישי ושבת יוכלו המשתתפים לבחור שלוש עד ארבע סדנאות מבין שפע עשיר של סדנאות מוצעות, הן סדנאות לימודיות קצרות עם דגש דידקטי (כ-4 שעות אורכן) שיינתנו לכל אורכו של הכנס והן סדנאות ארוכות עם דגש התנסותי (כ-7 שעות אורכן) במהלך כל יום השבת (בוקר ואחה"צ).

* לחברינו הדתיים: נציין שהסדנאות ביום שישי מסתיימות כולן בטרם כניסת השבת.

האירוח

המלון בו נתארח, מלון גולדן קראון בנצרת שוכן על פסגת הר הצופה לעמק יזרעאל, ליד הר הקפיצה

חדרי המלון גדולים ומרווחים. למלון שתי בריכות גדולות האחת חיצונית והשנייה פנימית ומחוממת כחלק מהספא. הספא מכיל סאונה יבשה, סאונה רטובה, וחדר כושר מאובזר. הכניסה לספא ולחדר הכושר הינה בדרך כלל בתשלום. אולם בהסכם עם המלון, ובמידה ויהיו הרבה נרשמים, תוכל האגודה לסבסד את הכניסה לספא ולחדר הכושר (טיפול אישיים יהיו בתשלום). על מנת לקבל החלטה האם נכון לסבסד זאת על חשבון האגודה, נבקש מהנרשמים לציין בטופס ההרשמה (באתר של גל כנסים) האם הם מבקשים לעשות שימוש בספא ובחדר הכושר. במידה וכמות הנרשמים תהא גדולה, האגודה תסבסד זאת. במידה וכמות הנרשמים תהא נמוכה, האגודה לא תסבסד והעלות תהיה 35 ₪ + מע"מ לאדם ליום.

האירוח במלון הנו על בסיס פנסיון מלא, בחדרים זוגיים. כל משתתף יתבקש לציין בזמן ההרשמה את שם שותפו לחדר. במידה ויתאפשר הדבר, ניתן יהיה, בתוספת תשלום, ללון בחדר ליחיד.

מזג אוויר

מזג האוויר תקופה זו של השנה בנצרת הוא נוח. הטמפרטורה הממוצעת ביום מגיעה עד 27 מעלות, ובלילה יורדת עד 14 מעלות צלזיוס. מכאן שכדאי לקחת בחשבון בגדים חמים לערב, לישיבה על המרפסת או על שפת הבריכה.

וכעת נשאר רק להירשם ולבחור בסדנאות הרצויות!

הועדה המארגנת של כנס היפנו-2021

ד"ר צחי ארנון, ד"ר יוסי אדיר, מר ואסים בירומי. ד"ר שרגית גרינברג



יום חמישי
6.5.21

10:00-12:30

12:30-14:00

14:00-15:00

15:00

15:30-16:00

16:00-16:30

16:30-17:00

17:00-17:30

17:30-18:30

18:30-19:30

19:30-21:00

21:00

יום שישי
7.5.21

07:00-09:00

09:00-13:00

13:00-14:00

14:00-18:00

18:00-19:30

19:30-21:00

21:00

יום שבת
8.5.21

07:00-09:00

09:00-12:30

12:30-13:30

13:30-17:00

17:00

סיור מרתק בנצרת בהדרכתו של אנדרו עבאדו.
נפגשים בשעה 10:00 בכניסה למלון. עלות למשתתף 60 ₪.
ארוחת צהרים בעיר או במלון
(לארוחה במלון צריך להזמין מראש דרך גל כנסים)
מפגש רעים
קבלת חדרים
צחי ארנון: פתיחה חגיגית של הכנס, חלוקת פרסי יקיר האגודה
איתן אברמוביץ: המוח האנושי וחווית הזמן: בין אבולוציה
של התודעה להיפנותרפיה
הפסקת קפה ועוגה
John Lentz: The Simplicity of Hypnosis
אסיפה כללית: אישור דוח תקציב 2020
הפסקה
ארוחת ערב
ערב חברתי בהנחיית יוסי אדיר, הכולל סדנה
ומסיבת Midnight Trance

ארוחת בוקר
סדנאות מקבוצה א'
ארוחת צהרים
סדנאות מקבוצה ב'
מנוחה
קבלת שבת וארוחת ערב
ערב חגיגה דרום אמריקאית עם להקת "טריו אינדיו".

ארוחת בוקר
סדנאות מקבוצה ג' / סדנאות ארוכות מקבוצה ה'
ארוחת צהרים
סדנאות מקבוצה ד' / ארוכות מקבוצה ה'
קוקטיל שקיעה חגיגי ופרידה

סדנאות לבחירה היפנו-2021

אפשרויות לבחירת הסדנאות

שילוב אפשרי	שישי בוקר	שישי אחה"צ	שבת בוקר	שבת אחה"צ
1	קב' א': סדנאות קצרות	קב' ב': סדנאות קצרות	קב' ג': סדנאות קצרות	קב' ד': סדנאות קצרות
2	קב' א': סדנאות קצרות	קב' ב': סדנאות קצרות	קב' ה': סדנאות ארוכות	

מצבי אגו ומסע בזמן: טכניקות היפנוטיות בזרקורי תרבויות שונות

סדנה 1

ד"ר איתן אברמוביץ

פסיכיאטר מבוגרים מומחה ופסיכותרפיסט, מרצה בפסיכיאטריה, חוקר מוח, מורשה לעסוק בטיפול, מחקר והוראה מדעית בתחום ההיפנוזה. מנהל מכון "היפנו-קמפוס" להיפנוזה רפואית והיפנו-אנליזה, מודיעין.



במבוא דידקטי אציג בסיס תרבותי של שיטות טיפול קדומות (טיבטי ויהודי), עקרונות טיפול על ידי דיסוציאציה נשלטת, הקשורות למצבי תודעה סוערים (עיבוד מצבי אגו, תוך גירוש השטן ויצר הרע). בחלק החוויתי אדגים מספר שיטות היפנו-אנליטיות המתבססות על פרקטיקה טיפולית קדומה, באדפטציה עכשווית, תוך שימוש בכלים טיפוליים היסטוריים אותנטיים (סכין וגרזן, "פחורפא", "ספינת הדמויות", מוטות "שליטה").

הסדנה פתוחה לכל משתתפי הכנס

מהחוץ אל הפנים - יחסי עם אוכל

סדנה 2

ד"ר טל-לי אביב

פסיכולוגית קלינית וחינוכית מומחית, מטפלת משפחתית ומרשית לעסוק בהיפנוזה.



העיסוק בדיאטות תופס מקום רחב בעולם השפע, בעולם המערבי. משחר ינקותנו אנו מפתחים יחס למזון ולמקור המזון. מלאני קליין בהתייחסה ל"שד הטוב" ול"שד הרע", זרעה את זרעי האמביוולנטיות שלנו כלפי מקור השפע. בסדנא נצלול באמצעות ההיפנוזה מתחת לקרחון (פרויד) וננסה לדלות מהלא מודע את הקולות בתזמורת המייצגים מצבי אגו שונים בתוכנו והמספרים את סיפור האוכל בחיינו. בסדנא תוצג גישה טיפולית המסייעת לפתח יחס מודע למזון ולתת לו את המקום הראוי והמדויק לאדם.

הסדנה מיועדת לכולם

ד"ר יוסי אדיר

פסיכולוג קליני, מורשה להיפנוט והוראה מדעית בהיפנוזה, סגן יו"ר האגודה הישראלית להיפנוזה, פסיכולוג אחראי בהמטו-אונקולוגיה, מרכז רפואי "שיבא", תל השומר.



כאשר למדתי היפנוזה ורציתי להשתמש בכלי ההיפנוטי לטיפול בדיכאון, מנעו ממני זאת בטענה כי "אסור לעשות היפנוזה למטופלים הסובלים מדיכאון כי זו קונטרה-אינדיקציה". חשבתי לעצמי: "כמה חבל. הרי מטופלים אלו עושים היפנוזה עצמית שלילית. אפשר לקחת את המטופל/ת למקום נעים, לזיכרונות נעימים מהעבר, לעתיד טוב יותר ועוד ועוד". אך עדיין טענו, מסיבות שחלקן מוצדקות, שזו קונטרה-אינדיקציה. כמובן שנדרשת זהירות בעבודה עם מטופלים הסובלים מדיכאון, במיוחד בדיכאון עמוק ובתחילת דרכו של המטפל/ת בהיפנוזה.

בסדנא זו יחודדו עיני קונטרה-אינדיקציה לטיפול בדיכאון, יודגמו ויידונו טכניקות טיפוליות שונות להתמודדות עם קשיים והפרעות במצב הרוח. נדון בטיפול במצב רוח ירוד, בדיכאון תגובתי או מתמשך, דיכאון הנובע מחולי גופני, ועוד. הסדנא הינה לימודית-התנסותית-חוויתית.

סדנא מעשית להתמודדות עם מטופלים הסובלים מהפרעות פסיכוסומטיות בעזרת היפנוזה פורמלית ולא פורמלית

סדנה 4

ד"ר יעקב עזרא

נוירולוג ומורשה להיפנוט ולהוראה מדעית של היפנוזה. מנהל השירות לנוירולוגיה תפקודית בסורוקה ויו"ר משותף של האגודה הישראלית לפסיכוסומטיקה



מטופלים הפונים לרופא עם תלונה גופנית על רקע נפשי, מהווים אתגר בשלושה מישורים: כיצד לאבחן אותם, כיצד לבשר להם ולהתגבר על ההתנגדות וכיצד לטפל בהם בהתאם לבעייתם הספציפית ולמיקומם על הספקטרום הפסיכוסומטי. נדגים כיצד להעיר את תת המודע תוך התחברות לתלונות ולרקע של המטופל ונתרגל ביחד כיצד לטפל בחולים אלו תוך התמקדות במקרים שכיחים של פונים למרפאה עם תלונות רפואיות בלתי מוסברות.

סדנה 5

איתור הזיכרונות השליליים בתת המודע ועיבודם, כאמצעי להשגת שיפור באיכות החיים

ד"ר ציפורה שני

פסיכולוגית חינוכית ורפואית בכירה, מורשית להפנוט ולהוראה מדעית של היפנוזה. מורשית להוראה ומדריכה ב-EMDR, מטפלת ומדריכה בטיפול זוגי ומשפחתי.



תת המודע משמש מקום אחסון לחוויות שליליות המאופסנות כזיכרונות. זיכרונות אלו הם הבסיס להיווצרות אמונות שליליות, המשפיעות על תפיסת המציאות שלנו, ועל היווצרות סימפטומים, המפריעים למהלך התנהגות תקין. בסדנא זו תוצג דרך יעילה וממוקדת מגישת AIP, לכניסה לתת מודע כדי לחשוף זיכרונות אלו במטרה לעשות להם עיבוד אדפטיבי שישפיע על קיום הסימפטומים ויתרום לשיפור איכות החיים של הפונה. דרך עבודה זו, מותאמת לילדים נוער ומבוגרים.

הסדנא מיועדת לכל משתתפי הכנס המעוניינים לתרום לאיכות החיים שלהם ושל מטופליהם

סדנה 6

תיבת הכוחות הקסומים - טיפול בהיפנוזה בילדים ונוער

פרופ' ג'ורג' מוגילנר

מורשה לטיפול בהיפנוזה, מומחה בכירורגית ילדים, מנהל בדימוס של כירורגית ילדים בני ציון



ד"ר שרגית גרינברג

מורשית לטיפול והוראה בהיפנוזה, מומחית ברפואת המשפחה ורפואה פליאטיבית, מכבי שרותי בריאות, המחלקה לרפואת המשפחה באוניברסיטת בן גוריון.



בסדנא נצא למסע למציאת כוחות הקסם שבנו להעצמה, שינוי הרגלים, הקלה על סימפטומים ככאב. בדרך נפגוש כלים שונים, יצירת סיפורים, מתגי קסם. יינתנו כלים לבנית מטפורות לטיפול בהרגלים כהרטבה, גמגום ובסימפטומים כעצירות שלשול כאב ועוד, המתאימים לטיפול בילדים. בסדנא גם יוצגו סרטים היפנוטיים שהוכנו עי פרופ' מוגילנר להכנה לניתוחים וטיפול בכאב הסדנא מתאימה לכל מי שהיה פעם ילד מרגיש קצת ילד ורוצה ליהנות מסדנא חווייתית, הביאו אתכם ספר, צעצוע אהוב או תמונה שלו. הדקו חגורות אנחנו יוצאים לדרך.

יצירתיות בהתאמת והמצאת טכניקות טיפוליות בהיפנוזה

סדנה 7

ד"ר גבי גולן

פסיכולוג קליני ורפואי מדריך, מורשה לעיסוק והוראת ההיפנוזה



הסדנא תעסוק בפיתוח יכולת איש המקצוע העוסק בהיפנוזה להתאים את הטכניקות ההיפנוטיות הטיפוליות למטופל המסוים, ו"המצאת" טכניקות חדשות המותאמות למאפייני התקופה, תת התרבות וגיל המטופלים.

הסדנא מיועדת אך ורק אנשי מקצוע חסרי או בעלי ניסיון בשימוש בהיפנוזה, תינתן עדיפות לפסיכולוגים, רופאים ורפואי שיניים

שימוש בהיפנוזה עם מטופלים הסובלים מבעיות פסיכוסומטיות

סדנה 8

ד"ר יוסי מאירסון

פסיכולוג קליני, מורשה לטיפול, מחקר והוראה מדעית של היפנוזה, מנהל תוכנית לפסיכותרפיה היפנוטית באוני' בר אילן, יו"ר משותף של האגודה הישראלית לפסיכוסומטיקה.



טיפול במטופלים הסובלים מבעיות פסיכוסומטיות לעתים מהווה אתגר לא קטן במיוחד לנוכח הקושי שלהם להכיר במרכיבים פסיכוסוציאליים הבאים לידי ביטוי בסימפטומים גופניים. בסדנה יוסברו ויודגמו טכניקות היפנוטיות המאפשרות לקדם תהליכים טיפוליים עם מטופלים אילו. הסדנה היא התנסותית, ובמהלכה המשתתפים יוזמנו להתנסויות טיפוליות.

איך מחלצים את המטופל מתקיעות ומבוי סתום בטיפול? התשובה: יצירתיות! ויש עוד תשובה: יצירתיות!

סדנה 9

ד"ר שאול נבון

פסיכולוג רפואי מומחה-מדריך, מורשה להיפנוט ולמחקר מדעי בהיפנוזה.



מטופלים פונים לטיפול בהיפנוזה עקב תקיעות עם עצמם, תקיעות עם החיים שלהם ותקיעות עם הבעיות שלהם. יוצגו שיטות היפנוטיות יצירתיות לעבודה עם מטופלים תקועים ועם בעיות במבוי סתום. הסדנא מתאימה למתחילים ומתקדמים בטיפול בהיפנוזה. יובאו מקרים על ידי המנחה ונעבוד על מקרים שיובאו על ידי משתתפי הסדנא.

Two workshops: trance with borderline & bipolar

סדנה 10

Dr. John D. Lentz, Kentucky, USA

Marriage and Family Therapist; Private practice in Kentucky and Indiana.



First 2 hours workshop: Treating the Trances of Borderline Personality Disorder

This workshop offers useful methods of helping someone get out of the trance they were in that caused the problem in the first place. With Borderline personality disorder there are several different trances that cause a person to be labeled as Borderline. This workshop offers you practical tools for dealing with Borderlines, and ways to help them get out of the trances that make up the disorder. This approach will be demonstrated and you will have an opportunity to practice.

Second 2 hours workshop: Treating the Trances of Bipolar Disorder

This workshop helps you treat the underlying trances that make up Bipolar disorder and offers you tools that you will find useful immediately. You will see options for dealing with Bipolar disorder that will make it easier, and more straight forward for you to help.

השילוב של היפנוזה במסגרת של טיפול בתרפיית הקבלה והמחויבות ACT: Acceptance and Commitment Therapy

סדנה 11

ד"ר יוסי אנוריין

פסיכולוג חינוכי מומחה מדריך, מטפל ומדריך בביופידבק ונורופידבק. יו"ר האגודה
בביופידבק. מטפל בגישות הגל השלישי: סכמה תרפיה, DBT, DBT-RO, FAP, ו-
ACT. ACT. Matrix Trainer, Certified ACT.



ACT הוא טיפול התנהגותי מהגל השלישי בעל יסודות מבוססים מדעית. בסדנא נכיר מודל פשוט ביותר של טיפול ACT שפותח על ידי קווין פולק, המאפשר עבודה טיפולית אינטגרטיבית. אנחנו נתנסה בשימוש במודל ונראה כיצד היפנוזה משתלבת היטב בחיזוק האגו בשני האופנים הן בפיתוח הקבלה והחמלה והן בבירור ערכים והפעולה המחויבת (committed action) לקראת הגשמתם. הסדנא תתבסס בעיקר על הדגמה תרגול חלקים מרכזיים מן המודל.

הסדנא מיועדת לכל מי שמעוניין להשתמש בטיפול התנהגותי מהגל השלישי בשילוב עם היפנוזה

סיפורים מרפאים

סדנה 12

ד"ר מירה אציל

פסיכולוגית קלינית ורפואית - מדריכה.



סדנא התנסותית שעוסקת בפיתוח "אינטליגנציה בריאותית" להעצמת המטופלים, ופיתוח מיומנויות להגברת האפקטיביות הטיפולית של המטופלים. יושם דגש על טכניקות אריקסוניאניות ושימוש בסיפורים ומטפורות ליצירת שינוי תודעתי, וכוחם של סיפורים לחבר בין תפקודים לוגיים ושפה, לבין החושים, הדמיון והרגשות שמטביעים את החוויה בנפש. הסדנא תאפשר תרגול, התנסות אישית, והדרכה.

קריאה מומלצת: מירה אציל "אינטליגנציה בריאותית" מודן 2012
בעיקר פרק 12 "סיפורים מרפאים" [עמ' 175]

הפעלת תת המודע לצורך ריפוי גופני ונפשי

סדנה 13

ד"ר צחי ארנון

פסיכולוג קליני ורפואי. מוסמך לטיפול ומחקר בהיפנוזה. יו"ר האגודה הישראלית להיפנוזה. קליניקה פרטית, מרצה בכיר מומחה במכללת עמק יזרעאל (לשעבר), אחראי תחום גוף נפש בצוות רפואה משלימה במרכז הרפואי בני ציון, חיפה.



הנחת היסוד של ריפוי נפשי וגופני בעזרת היפנוזה עומדת על שתי רגליים: רגל אחת היא ההנחה שקיים כוח ריפוי טבעי בנפש ובגוף הפועל בדרך כלל ברמה הלא מודעת, ורגל שנייה היא שניתן לעורר ולהפעיל את הכוח הזה תוך פניה אל הרמה הלא מודעת באמצעות היפנוזה. בסדנה אציג סדרת שאלות המופנות אל המטופל לפני ההיפנוזה, ומכוונות להבנה של הבעיה, הגורמים לה, הבנתו של המטופל את הבעיה, ואמונותיו שיכולות לתרום להכוונת ההיפנוזה. בהמשך אציג מספר טכניקות היפנוטיות ליצירת קשר עם תת המודע הן כדי לשאול שאלות והן כדי לעורר אותו להפעלת כוח הריפוי.

לגלות לעורר ולחזק את "5 העוגנים של התודעה והנוכחות" – כמקורות העוצמה שבנו

סדנה 14

אריה טבעון

פסיכולוג קליני ורפואי מדריך, מורשה לעיסוק והוראת ההיפנוזה



למקום אליו מופנית תודעתנו, שם תגבר נוכחותנו עוצמתנו, השפעתנו והאנרגיה הנפשית שבנו. ההיפנוזה היא כמו פנס בחושך המבליט וממקד אזור מסוים, אך גם יוצר רקע אחורי מטשטש. היכן השתוקקותנו הראשונית? האם היא נשכחה? לאיזו עמדה ו/או תפקיד נכנסתי מילדותי? מה נרצה להבליט ומה להקטין? מהן נקודות הייחוס לבחירת מיקוד? איך נדע להעיר את החלקי והחסום שבנו ובמטופלינו? כיצד נוכל להשתמש בכלים מיוחדים של ההיפנוזה וכוחה מנקודת מבט הוליסטית המאפשרת לגלות את החסר, לעורר ולהעצים את החלק החסום שהכרחי לצמיחה? כיצד נראה עצמנו כאדם שלם יותר, מאושר ממומש יותר?

מדובר בסדנא חווייתית ותיאורטית שמציגה בתקציר שיטה רחבה ומפה קיומית, הוליסטית בעזרתה נוכל לאפיין ולמקד 5 עוגני נוכחות- לחוות ולטעום מהם, כיצד הם נוגעים בשכבות שונות מהגלוי המוחשי למטה-פיסי ורוחני שבנו. מוצגת מפה של "5 אשכולות הנוכחות" כ"עוגנים", כ"שפות", כתודעות מעצבות, שגלומות בנו. "האשכולות" מהוות "תבניות על" כצבר של מיומנויות וחוויות פסיכו-פיסיות, המאפשרות נקודות ייחוס אוניברסאליות לאבחון, ולמיקוד התערבות. כל "אשכול": מעצב חוויות יסוד של העצמי, בונה מיקוד, נקודות מבט ייחודית, ציפיות, ודחפים שנותנים מניע התנהגותי, שפה, רגשות ודחף לפעולה. במעגל ההתפתחות של חיינו אנו מוצאים עצמנו בפרופיל של סוגי נוכחות משתנית, בד"כ מאולצת, תגובתית, שיוצרת נטיות דומיננטיות מול נטיות מוחלשות בנוכחותנו, כשלעיתים אנו מחסירים חלקים מהותיים מהעצמי השלם שהיינו רוצים לממש. הדבר נוגע לזוגיות, להורות, לחברות ולטיפול. ננסה לטעום מאלו, בסדנא מאוד מקוצרת זו.



עמוק, מהיר, יעיל - טכניקות קצרות ומהירות
להפחתת דחק, הפחתת כאב, ושיפור הביטחון העצמי

סדנה 15

כרמית אריאלי-כגן

פסיכולוגית קלינית, מטפלת CBT ומדריכת EMDR, מורשית לעיסוק בהיפנוזה.
מטפלת בילדים נוער ומבוגרים. קליניקה פרטית.



מטרת הסדנא: הקנייה של טכניקות העצמה המשלבות רכיבים הלקוחים מ-EMDR, CBT ו-NLP
תוך שימוש בהיפנוזה פורמלית ובלתי פורמלית.

תיאור הסדנא: כמו בהרדמה מאוזנת, הסוד להשגת שיפור מהיר הינו שימוש בכלים מגישות שונות
תוך שילוב היפנוזה (פורמלית ולא פורמלית) להשגת השפעה סינרגטית. אלמד התערבויות קצרות
המשלבים עקרונות ותרגילים מ-NLP, EMDR, CBT ו-SE עם היפנוזה. לאחר כל התערבות נלמד
ונדון ממה הן מורכבות, ובכך תזכרו אותן גם לאחר הסדנא. ההתערבויות יכולות לעמוד בפני עצמן,
או לשמש כאינדוקציה. את עקרונות השילוב תוכלו ליישם בכל טיפול.

הסדנא מתאימה לכל משתתפי הכנס

Two workshops: instant trance & love forever

סדנה 16

Dr. John D. Lentz, Kentucky, USA

Marriage and Family Therapist; Private practice in Kentucky and Indiana.



First 2 hours workshop: Instant Trances

Offers a means of thinking about trance that invites options and may even offer you a new way of intervening. While instant trance is about recognizing how to alter an existing trance and or to use your own trance to invite change it is a useful tool. The demonstration part of this workshop will be about practical clinical skills.

Second 2 hours workshop: How to Stay in Love Forever

This workshop offers an approach to relationships that comes from utilizing trance and how you fell in love in the first place. It is effective and was based upon research from looking at people who were deeply in love.

סדנה 17

כלים לא-קונבנציונליים ליצירת טרנס, העמקת טרנס ועבודה מטפורית

חלי בונאבנטורה שניר

פסיכולוגית קלינית מומחית-מדריכה ורפואית מומחית, מורשה לעיסוק בהיפנוזה, קליניקה פרטית, רמת אביב.



כוחה של המטפורה באינדוקציה, העמקה והנגשת תכנים טיפוליים מוכר. כאשר המטפורה היא חפץ פיזי, חוויה מוחשית ועוצמתית יותר. הזמנת המטופל לבחון חפצים מוכרים ולבחור מתוכם - יכולה לשמש כאינדוקציה: מסקרנת, משעשעת ומרפה התנגדויות. בחינה משותפת של הבחירות שהוא עשה חושפת תובנות שהוא לא היה מודע להן. כאן נפתח שדה רחב של אפשרויות לעבודה טיפולית: למפגש עם אגו-סטייטס, רגשות מודחקים, קונפליקטים וכוחות. נפגוש את הטכניקה ויישומים שונים שלה באמצעות התנסויות חווייתיות, הדגמות ותאורי מקרים.

הסדנא מיועדת למי שעוסק בעבודה מטפורית - או רוצה לחוות אותה

סדנה 18

אכילה מודעת ככלי לשינוי תבניות אכילה אוטומטיות

ד"ר ג'ני סינה

פסיכולוגית קלינית ורפואית. פסיכולוגית אחראית במרפאת השמנת יתר בשיבא, קליניקה פרטית באבן יהודה



אכילה נעשית לעתים קרובות באופן אוטומטי ולא מודע ולכן קשה לשנותה. בסדנה אתן רקע על מודל אינטגרטיבי לטיפול בהשמנה ואדגים כיצד ניתן להעלות דפוסי אכילה למודעות על ידי חקירת אירועי אכילה. עיקר הסדנה הוא תרגול של אכילה מודעת. זוהי טכניקה שצמחה מתוך תרגולי מיינדפולנס והיא מאפשרת האטה ותשומת לב לאכילה באופן שמפרק את מרכיבי חווית האכילה לגורמים שונים.

אדגים כיצד ניתן להשתמש בתרגול כדי לחזק מוטיבציה למערכת יחסים טובה יותר עם אוכל בעזרת סוגסטיות.

הסדנא מיועדת לכל מי שרוצה להרחיב את ההבנה שלו על השמנה והטיפול בה וגם למי שרוצה לבחון את תבניות האכילה שלו.

להרדים את המודע: טיפול לשיפור תהליכי הירדמות ושינה באמצעות סוגסטיות היפנוטיות ולימוד היפנוזה עצמית

סדנה 19

מר גל חייקין

פסיכולוג קליני מדריך, מורשה להיפנוט. מטפל בעיקר בפוסט טראומה וחרדה, לשעבר מפקד היחידה לטיפול בתגובות קרב בחיל הרפואה. כיום בעל קליניקה פרטית בבאר שבע, מעביר סדנאות קבוצתיות ממוקדות לוויסות לחץ וחרדה במשהב"ט, ומטפל במילואים ביחידה לתגובות קרב.



הטיפול המומלץ כיום להפרעות הירדמות ושינה מבוסס על עקרונות של CBT. בסדנה תוצג גישה טיפולית שנבנתה ומועברת ביחידה לתגובות קרב בחיל הרפואה ולמטופלי משהב"ט. הגישה משלבת סוגסטיות עקיפות והיפנוזה עצמית בטיפול. בסדנה יוצגו התכנים הפסיכו חינוכיים המועברים למטופלים, ונערוך התנסות בתהליך הירדמות באמצעות סוגסטיות היפנוטיות מוכרות, יותר או פחות.

הסדנא לא מתאימה לשומרי שבת

היפנוזה וטאי צ': ערוצים לא מילוליים לביסוס ראפור

סדנה 20

יחיאל אסולין

פסיכולוג קליני מומחה, מדריך, מורשה להיפנוט



האימון בטאי צ', ובייחוד האימון בזוגות (push hands) מערב דרכים לא מילוליות להגברת המודעות ותשומת הלב לגוף, למצב הפיזיולוגי ולהשפעות ההדדיות בין האני והאחר. האימון בטאי צ' כשלעצמו עושה שימוש נרחב במטאפורות ודימויים המהווים למעשה סוגסטיות לא מילוליות לדיוק והעמקה של העבודה. בסדנא נשים לב לאופן בו ניתן לגבש סוגסטיות עצמיות כגון אלו ליצירה ביסוס וחיזוק הקשר עם המטופל ברמה הגופנית קדם-מילולית. מוזמנים לבוא עם נכונות לעבודה בתנועה ומגע, ועם ביגוד נוח.

הסדנה מתאימה גם לשומרי שבת

ד"ר לינדה הראל

רופאת נשים. מורשית היפנוט.

מ"מ מנהל אגף נשים ויולדות, מרכז רפואי מעייני הישועה, בני ברק



אנחנו כל היום נושמים ונמצאים בתנועה. אפילו בישיבה על כסא אנחנו מזיזים ידיים ושרירי הפנים. הנשימה היא כמעט תמיד אוטומטית ובחלק מהזמן אנחנו עושים תנועות גוף אוטומטיות ללא כל מודעות לכך. במדיטציה אנחנו מוסיפים מודעות לנשימה ולרב מרגיעים את הגוף והנפש. ההיפנוזה יכולה לעזור להתמיד בתרגול ואף להעצים את החוויה של מדיטציה ומיינדפולנס. בסדנא נעשה סקירה מדעית קצרה על ההשפעה של מודעות ומדיטציה על תפקוד גופני ונפשי וכן דיון על הדומה והשונה בין היפנוזה למדיטציה. נלמד ונתרגל מדיטציה פשוטה, מודעות לתנועת הגוף ומודעות לנשימה תוך שימוש בכלים היפנוטיים לחיזוק היכולת לבצע ולהתמיד בתרגול.

הסדנא מתאימה למי שנושם וזז ומעוניין להשתמש בהיפנוזה לשיפור התנועה והמודעות



ד"ר אודי בונשטיין



פסיכולוג קליני ורפואי, מורשה לעיסוק, מחקר והוראה מדעית של היפנוזה; פסיכולוג ראשי של המרכז הרפואי לגליל; מייסד ומלמד ב'הדדיות - מכון מוכר ללימודי היפנוט'; מחבר 'העין הפנימית' (2011), 'היפנוזה' (2014) ו'חולם מלא' (2020); יו"ר לשעבר של האגודה הישראלית להיפנוזה; כיום - סטודנט לתואר שני באקדמיה למוסיקה ומחול בירושלים.

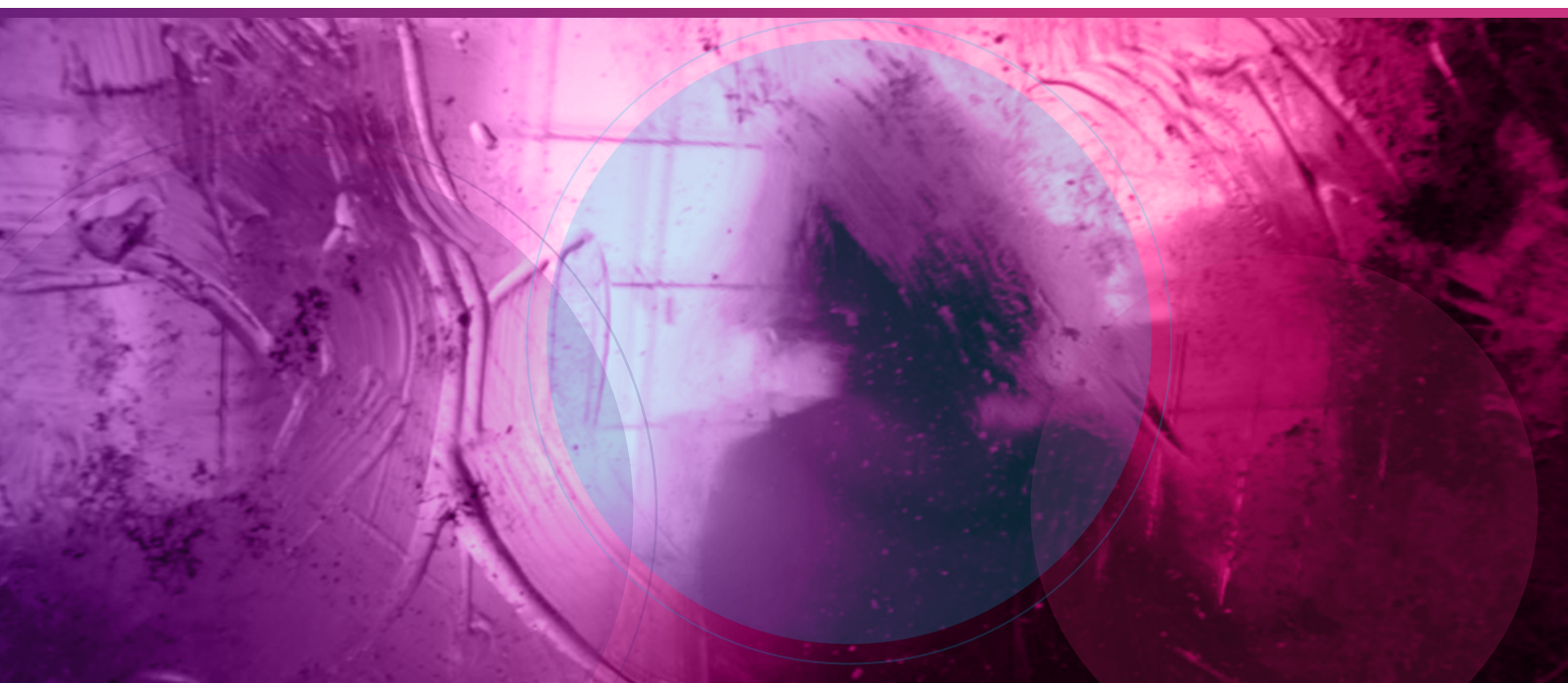
כישרון סבאנטי (Savant Syndrome) הוא מצב בו לאדם עם מוגבלות שכלית חמורה יש כישרון יוצא דופן בתחום אחד (גאונות מתמטית, זיכרון יוצא דופן או יכולת אומנותית ומוסיקלית). אחד ההסברים לתופעה זו הוא פגיעה בהמיספרה השמאלית, שבהתפתחות התקינה 'מעכבת' את (או יוצרת אינהיביציה על) ההמיספרה הימנית. כפי שמודגם במקרים של פגועי מוח - פגיעה זו 'משחררת' כישרים שדומה שהיו שם תמיד, אך לא יכלו לבוא לידי ביטוי בשל אותה אינהיביציה. האם ניתן להוציא מהכוח אל הפועל כישרים סבנטיים גם מבלי שנהיה אידיויטים, נלקה באוטיזם או נסבול מאירוע מוחי חמור? דומה שההיפנוזה מעמידה לרשותנו כלים המאפשרים לחקור זאת, בעיקר באמצעות יכולתנו לתפעל שינוי בפונקציות אינהיביטוריות של מוחנו (כפי שנדרש בתהליכים יצירתיים), אך בצורה בטוחה, הפיכה, ורצונית.

הסדנה, שתבסס על ניסיונו של המנחה, תעסוק בחקירה ובהוצאה לפועל של הכישרים הסבאנטיים של המשתתפים, דרך למידת ותרגול כלים היפנוטיים מתקדמים.

כסוגסטיה, מוזמנים לסרוק את הברקוד למעבר לדף האומן של המנחה <<



הסדנה מיועדת למי שטרם גילו את כל מה שטמון בהם | הסדנה לא מתאימה לשומרי שבת



ד"ר סילבי גולדמן

רופאה פנימית, מורשית לטיפול מחקר והוראה מדעית של היפנוזה



אדר לביא

פסיכולוג חינוכי, מטפל ביופידבק, מורשה להיפנוט. מטפל מוסמך
בשיטת Somatic Experiencing, טיפול בהפרעות חרדה וטראומה



"אתה נמצא במקום שבו נמצאות מחשבותיך, ודא שמחשבותיך נמצאות במקום שבו אתה רוצה להיות" (רבי נחמן מברסלב).

הסדנה תציע התנסות בזיהוי וגילוי אמונות מגבילות ואיתור ובניית אמונות מעצימות באמצעות תהליך היפנוטי המשולב בגישות נוספות.

הסדנה תתייחס למקורות הסבל על פי גישות פסיכולוגיות ורוחניות (פרקי אבות בודהיזם). בהמשך נדגים ונחוה שימוש בטכניקות שונות הנגזרות מגישות מתבוננות (contemplative) כגון מיינדפולנס ACT NLP, ושילובן בהיפנוטרפיה. הסדנה היא התנסותית ונעשית בדרך של הדגמה ותרגול על ידי המשתתפים.

נעשה מאמץ להתאים את הסדנה גם לשומרי שבת

**שימוש במצבי אגו אור וחום לטיפול בקשיי הסתגלות
למשברים, דיכאון ובעיות פסיכוסומטיות**

נצר דאי

פסיכולוג קליני מומחה מדריך, מורשה להוראת היפנוזה



ד"ר אילה דאי-גבאי

פסיכולוגית קלינית מומחית מדריכה, מורשית לטיפול בהיפנוזה



במסגרת הסדנה נאיר וניעזר במטפורות של אור וחום כמשאבים פנימיים, ומצבי אגו רדומים במטרה לשפר את יכולת ההתמודדות עם משברים ומחלות פסיכו סומטיות. וטקינס דיבר על מצב אגו 'כאב' ומצב אגו 'מחלה'. אנו נעבוד על מצבי אגו נגדיים ונגייס את כוחם להתמודד עם כאב ומחלה.

מתאים גם לרופאים | מתאים לשומרי שבת

ד"ר שאול ליבנה

פסיכולוג קליני מדריך, חינוכי מדריך, מורשה להוראה בהיפנוזה



הגישה ההיפנואנליטית משתמשת בכלים היפנו-השלכתיים לעבודה עמוקה עם תכנים לא-מודעים. בסדנא נציג, נדגים ונתרגל שורה של אמצעים כאלו לעבודה אקספלורטיבית עם המטופלים. בין היתר, נסקור כלים קלסיים כמו שיטת התיאטרון (וולברג), שיטות ואירופאית של עבודת הדמיה (החלום בעירות - דהסואל, עבודות של לוינר ואסגליאולי וכד') ועבודות אידאו-מוטוריות לתחקיר לפי מתכונת C.O.M.P.I.S.S. נקפוץ יחדיו לחוויה מרעננת ומרתקת!

הסדנא לא מתאימה לשומרי שבת

פסיכולוגיה חיובית: מחוסר אונים נרכש לאופטימיות וחוסן

סדנה 26

פרופ' אורן קפלן

פסיכולוג קליני, פרופסור לפסיכולוגיה, מרצה וחוקר פסיכולוגיה חיובית וחוסן



"פסיכולוגיה חיובית" הינה גישה העוסקת בחקר הכוחות והמשאבים שעומדים לרשות הפרט להתמודדות וחוסן בעת משבר, כמו גם לצמיחה אישית ושגשוג. הפסיכולוגיה המסורתית אופיינה בשימוש בסוגסטיית שליליות בשל המיקוד שלה בפסיכופתולוגיה: הפחתת כאב נפשי, דיכאון, חרדות. המזור לאלה כרוך על פי רוב בגיוס כוחות להתמודדות, ולא רק בחקר הכשל, שהרי הפחתת דיכאון אינה מביאה בהכרח לאושר, הפחתת קונפליקטים בחיי נישואין אינה מביאה בהכרח לאהבה וזוגיות בריאה... מכאן שמיקוד קליני בליקויים ואפילו הצלחה מסחררת בהחלמה מן ליקוי, לא תביא בהכרח לבריאות ושגשוג. הסדנה תאתגר את המיקוד המסורתי בבעיות ותציע התנסויות להעצמת המטופל (והמטפל) במטרה להתמודד בצורה טובה יותר עם משברים ואתגרי חיים, כמו גם עם משימות של צמיחה ומימוש עצמי. ישולבו אזכורים תיאורטיים, סרטונים ותיאורי מקרה, עם טכניקות ותרגילים ליישום בקליניקה ובחיים, להעשרת סוגסטיית ומטאפורות ולשימוש בתהליכים היפנוטיים פורמאליים ונטוראליים.

מתאים למתחילים ומתקדמים, מאושרים, והשואפים להיות מאושרים יותר | לא מתאים לשומרי שבת

עלויות וסדרי הרשמה

מי שאינו חבר אגודה			חבר אגודה*			
יום אחד***	יומיים**	לכל הכנס	יום אחד***	יומיים**	לכל הכנס	תפוסה
****	****	2500 ₪	****	****	1995 ₪	אדם בחדר זוגי
****	****	3390 ₪	****	****	2990 ₪	יחיד בחדר
	1625 ₪	1730 ₪	830 ₪	1145 ₪	1380 ₪	השתתפות ללא לינה****
עלות 80 ₪ (ארוחת צהריים במסעדת המלון בתוספת 110 ₪)			עלות 60 ₪ (ארוחת צהריים במסעדת המלון בתוספת 110 ₪)			סיור בנצרת

* חבר אגודה נחשב מי ששילם דמי חבר לשנת 2021 ובהצגת מספר הקבלה.
למי שעדיין לא שילם:

דמי החבר הם 350 ₪ לשנה קלנדרית, או 175 ₪ לחברים מעל גיל 67.

ניתן לשלם את דמי החבר באמצעות אפליקציית bit או אפליקציית PayBox למספר הטלפון של האגודה:
058-5533239, או בהעברה בנקאית לבנק הפועלים (12), סניף 616, חשבון 665591 (מי שבחר בהעברה בנקאית
מתבקש לשלוח SMS לטלפון של האגודה כדי שנוכל לעקוב). קבלות יישלחו במייל מתוכנת ניהול חשבוניות ירוקה.

** יומיים נחשבים מיום ה' בצהריים עד יום ו' בערב או מיום ו' בבוקר ועד תום הכנס.

*** יום אחד נחשב מיום ה' בצהריים עד צהרי יום ו' או מצהרי יום ו' עד תום הכנס.

**** השתתפות ללא לינה כוללת את הסדנאות, ארוחת ערב, והפעילות החברתית לימי הרישום.

***** יש קושי לקבל מהמלון רק לילה אחד בסוף שבוע, ולכן יש צורך לבדוק זאת מול גל כנסים.

התשלום לכנס יתבצע בכרטיס אשראי, באתר המאובטח של הכנס:

www.gal-conventions.co.il

ניתן לחלק ל-3 תשלומים.

למשלמים באשראי תיגבה תוספת של 35 ₪ המועברת לחברת האשראי.

ההרשמה הפורמלית מסתימת בתאריך 18.4.21. רישום מאוחר יותר יתאפשר רק על בסיס מקום פנוי

בחירת הסדנאות תעשה ישירות באתר הכנס: www.gal-conventions.co.il. מומלץ למהר ולהקדים הרשמתכם
ככל הניתן על מנת להבטיח מקומכם בסדנאות.

מדיניות ביטול ההרשמה:

- שינויים וביטולים ייעשו במייל בלבד למשרדי גל כנסים - conventions@gal-ct.com
- על כל שינוי בהזמנה ייגבו דמי טיפול בסך 100 ₪
- בעת ביטול ההרשמה עד תאריך 15.4.21 יוחזר התשלום בניכוי 150 ₪
- בעת ביטול ההרשמה עד תאריך 22.4.21 יוחזר התשלום בניכוי 250 ₪
- בעת ביטול ההרשמה מתאריך 22.4.21 יוחזר התשלום בניכוי 50% מהתשלום לכנס.
- בעת ביטול ההרשמה פחות משלושה ימי עסקים לפני תחילת הכנס לא יהיו החזרים כספים.