

ברוכים הבאים לאספה הכללית של יספר"א בנושא:

שחיקה בעבודה: פיתוח קשיבות (מיינדפולנס)

כדרך התמודדות עם שחיקה

יום שלישי, ה- 4 ביוני 2019, סינמטק ת"א

9:30 התכנסות.

10:00 פתיחה וברכות.

10:10 מיינדפולנס וחיים בריאים: שחיקה, עבודה, וקשב בחיים המודרניים. ד"ר אסף פדרמן*

בהרצאה, ד"ר אסף פדרמן יציג את תחום המיינדפולנס מהזווית של בריאות נפשית, יציבות, וניהול עצמי במאה ה-21. מה המנגנונים הפסיכולוגיים שגורמים למיינדפולנס להיות יעיל דווקא בתקופה הזו, ובמיוחד אל מול הקצב והטכנולוגיה שמשפיעים על החיים שלנו?

11:30 אספה כללית.

11:45 הפסקה וארוחת צהריים קלה.

12:30 כשמיינדפולנס ואנשי השיקום בבריאות הנפש נפגשים. פאנל בהנחיית אנדראה פינארט - M.S.W מכון צוהר- טיפול, שיקום, הדרכה והכשרה.

משתתפים:

מתי ליבליך - התכנית לתרפיה מבוססת מיינדפולנס, היחידה ללימודי המשך, ביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן.

עמית שירת - מנהלת הוסטל לצעירים "גלים" - חברת שלו

רועי נתנזון - מדריך ראשי בהוסטל לצעירים "גלים" - חברת שלו

איילת צוקרמן - "קרוב" בית דרומי למיינדפולנס. מנחת קורסי מיינדפולנס לאנשי מקצוע. מדריכה מקצועית בשיקום.