



## יום עיון: מקומה של התקווה בבריאות הנפש

יום ד' 1 ביולי 2015 9:00-17:00

אולם 1 הקמפוס המרכזי בקריה האקדמית אונו

רחוב צה"ל 104, קרית אונו

אוניברסיטת תל אביב באמצעות קרן טאובר ובשת"פ של ביה"ס הארצי לשיקום, שילוב והחלמה ויספר"א-האגודה הישראלית לשיקום פסיכיאטרי מזמינים אתכם ליום עיון בנושא: מקומה של התקווה בבריאות הנפש

מנחה גב דורית רדליך, דוקטורנטית

התקווה משמעותית בתהליך ההחלמה בבריאות הנפש. התקווה נמצאת בבסיס האמונה שהחלמה הינה אפשרית. יום העיון יאפשר למשתתפים לזהות ולהתחבר לתקווה בתוכם, וכן יקנה כלים כיצד ליישם ולשלב את עקרונות התקווה בחיי היום יום ובפרקטיקה.

# תכנית היום



| תוכן   | זמן         |
|--|-------------|
| ברכות: פרופ' אורית ברט, ראש החוג לריפוי בעיסוק, אוניברסיטת ת"א<br>ד"ר נעמי הדס לידור, רכזת תכנית התמחות בשיקום פסיכיאטרי, החוג לריפוי בעיסוק, אוניברסיטת תל אביב<br>גב' סילביה טסלר לזוביק, יו"ר ועד מנהל יספר"א                   | 9:00-9:15   |
| מה זאת תקווה?<br>קצת היסטוריה על תקווה בבריאות הנפש<br>תקווה והקשר למושגים אחרים (פעילות)<br>תרגיל קוגניציה  | 9:15-10:45  |
| הפסקה  | 10:45-11:00 |
| תיאוריה תקווה קוגניטיבית-סניידר<br>סרטון- הטיפוס של וומפלר<br>מודל תקווה "גשטאלט"-דופן<br>סרטון-המינגווי<br>תרגול-סיפורי תקווה וניתוח שלהם ע"פ דופן  | 11:00-12:30 |
| הפסקה  | 12:45-13:45 |
| חשיבות התקווה במחקרים בתחומים השונים<br>האם אפשר למדוד תקווה?<br>תרגיל במדידת תקווה  | 13:45-15:15 |
| הפסקה  | 15:15-15:30 |
| כלים ליישום תקווה:<br>שבעה סמלים לעבודה של תקווה: The 7C's<br>ערכת תקווה למשתמש<br>זיהוי התקווה שלי (פתיחות לאפשרויות)<br>הקשבה לתקווה של האחר (הקשבה פעילה)<br>עידוד להתבוננות (כתיבה, הרהור, נוכחות)<br>שיח תקווה - יישום בשיקום | 15:30-17:00 |
| פעילויות, דיונים וסרטונים<br>*יתכנו שינויים  | לאורך היום  |