



כנס EMDR ישראל ה-1  
**30-31.5.2019**



**מבט אל הפסיכותרפיה של המאה ה-21**

יום ה' 30.5 שעות 11:50-11:15

**הרצאה: "להירגע ברגע" ארגז כלים להתערבות סומטית במצבי לחץ**

לפני מספר חודשים, בזמן סבב הטילים האחרון שנורה אל דרום הארץ, התבקשתי לבנות פרוטוקול למצבי לחץ עבור מטפלים שפועלים באזור. הרצאה זו, תציג את הפירות שהניבה של בקשה זו. לאחר תיאור קצר של הפיסיולוגיה של תגובות הלחץ הנפוצות ביותר, אמחיש כיצד להשתמש בארגז הכלים להתערבות סומטית. אדגים סדרה רצופה של התערבויות חושיות הכוללת תנועה בי- ליטראלית, שמטרתן להחזיר אנשים ל-window of toleranc (חלון הסיבולת) שלהם לאחר אפיזודה של סטרס אקוטי.

**ריקי ברנשטיין, MSW, SEP, פסיכותרפיסטית, מדריכה, מטפלת מוסמכת ב-EMDR, מדריכת Brainspotting, Focusing, AEDP, SE, הכשרה קצרה בפסיכותרפיה סומטית, המכוונת למטפלים ב-EMDR ובדיבור), בעלת קליניקה פרטית.**