

סילבוס לקורס מקוון- התמודדות עם טראומה בחדר לידה

מספר מפגש	תאריך	תוכן
1	16.5.2022	פתיחת קורס מודלים איפה אנחנו פוגשות טראומה בחיים שלנו? איפה אנחנו פוגשות טראומה בחדר לידה? מה קורה לי במפגש עם טראומה בחדר לידה? סוגים של טראומה, מה זה אירוע טראומתי? Polyvagal Theory על פי סטיבן פורג'ס, וויסות רגשי, חלון העוררות, התכווצות והתרחבות, סימנים של עוררות יתר, מודל "זרם החיים" על פי פיטר לוין, סימפטומים כדרכי התמודדות.
2	23.5.2022	פוסט-טראומה סימפטומים והתנהגות אופייניים בפוסט טראומה, איך זה נראה אצל היולדת בחדר לידה? PTSD, PPPTSD, גורמים ל-PPPTSD, מהם הצרכים של היולדת הפוסט-טראומתית? השוואה בין PPPTSD וPPDI.
3	30.5.2022	אלימות מינית והנפגעות ממנה הגדרה, סוגים, אפידמיולוגיה, פוסט-טראומה מורכבת. הילדה הנפגעת, הנערה, האישה: התנהגויות אופייניות, השפעות פיזיולוגיות, אמונות, מחשבות, תקשורת, תחושות גוף, החוויה הרגשית. הדינמיקה של הסוד.
4	6.6.2022	היולדת עם פוסט-טראומה עם איזה מטען היא מגיעה ללידה? אישה קשיים עומדים לפניה? מה היא מבקשת? מה היא צריכה? ממה היא מפחדת? מה היא מעוררת אצל המטפלות שלה?
5	13.6.2022	חוסן, החלמה מהם המשאבים שלה? מה עוזר לה להתמודד עם הקושי? חוסן, התמודדות עם טראומה, החלמה מטראומה על פי ג'ודית הרמן, צמיחה פוסט-טראומתית. מי מעבירה את הטראומה לדור הבא ומי מצליחה לשבור את מעגל הטראומה?
6	20.6.2022	המפגש עם הנפגעת מה היא חוותה בעבר? מה היא מביאה איתה להריון, ללידה ולאמהות? הנחיות לעבודה עם נפגעות. לשאול או לא לשאול לגבי ההיסטוריה שלה? סביבה תומכת תגובות לחשיפת הסיפור. הריון בקרב נפגעות, טריגרים, המלצות לעבודה. עיגון משאבים.
7	27.6.2022	הנפגעת בלידה בגוף בלידה; הלידה כאירוע עם פוטנציאל לריפוי. קשיים שכיחים אצל יולדות פוסט-טראומתיות, סימפטומים בלידה, תוצאות הלידה, האתגרים לצוות המטפל. איך ניתן לזהות יולדת פוסט-טראומתית? טריגרים בלידה, ניתוק בזמן לידה, יצירת שדה מרפאה, עידוד חוויות לידה מרפאות, תשומת לב לצרכים.

8	4.7.2022	הנפגעת אחרי הלידה הנקה בקרב נפגעות, הבעייתיות של ההנקה, אימהות כמקור לריפוי, המלצות לעבודה עם נפגעות אחרי הלידה. היולדת אחרי לידה קשה.
9	11.7.2022	סטריס וטראומה משנית מעורבות יתר, המחיר של האמפטיה. מה קורה אם המיילדת בעצמה נפגעת? אם היא פוסט טראומתית? טראומה משנית בשדה הטיפול, מי חשוף לטראומה משנית? תפקיד האמפטיה בסטריס טראומתית, טראומה משנית בקרב מיילדות, טריגרים, מקורות הקושי.
10	18.7.2022	שחיקה compassion fatigue and compassion reward, המפגש בין המיילדת השחוקה ליולדת הנפגעת, שחזור של טראומה אצל מטפלים, משולש הקורבן, מניעת שחיקה
11	25.7.2022	חמלה כתחליף לאמפטיה איך אנחנו מגיבים למצוקה של האחר? הבדלים בין רחמים, הזדהות, אמפטיה וחמלה, גם בפיזיולוגיה. חמלה עצמית, חמלה ב-6 צעדים. עקרונות לסיוע וכלים לסיוע.
12	1.8.2022	טיפול מיועד טראומה ברמה ארגונית איך אפשר לשנות את מערכות יחסים בין בני הצוות על מנת להכניס יותר חמלה ולמנוע שחיקה? סביבת עבודה בטוחה, למידה מטעויות, תקשורת פתוחה בגובה עיניים, תמיכה הדדית, הדרכה מקצועית סיכום קורס