

סילבוס - תוכנית הוראה לקורס

## קשובים לנפש

ד"ר תמר סטרולזי וד"ר אורי יצקר

81471

\_\_סדנה\_\_ (שיעור, תרגיל, סמינר, סדנה, מעבדה וכד')

3 נ"ז

שנה ג' רפואה שש שנת

א'

ימי חמישי, 8:30-11:30

\_\_[tamarstu@gmail.com](mailto:tamarstu@gmail.com), [uriy@ziv.gov.il](mailto:uriy@ziv.gov.il)\_\_

**סוג הקורס:**

**היקף נ"ז:**

**שנת לימודים:**

**סמסטר:**

**יום ושעה**

**מייל מרצה:**



## תיאור הקורס ומטרות למידה

### תקציר הקורס (להרחבה)

"קשובים לנפש" הינו קורס העוסק בבריאות הנפש תוך הסתכלות על התמורות שהתרחשו בתחום זה בשנים האחרונות בעקבות מגיפת הקורונה והמלחמה הממושכת. הקורס יתמקד ברפואה מונעת בבריאות הנפש בבני נוער, ויכשיר את הסטודנטים להעביר סדנה למניעת אובדנות ואיתור מוקדם של התנהגות סיכונית בבני נוער בבתי הספר בצפון.

### מטרות/תוצרי הלמידה (להרחבה)

ידע

1. הלומדים יתארו את אתגרי גיל ההתבגרות בעידן הנוכחי ובפרט בגליל ובצפון
2. הלומדים יתארו את הפסיכופתולוגיות העיקריות בקרב בני הנוער
3. הלומדים ינתחו את הגורמים לתמורות העיקריות במצב בריאות הנפש בבני הנוער בצפון
4. הלומדים יגדירו מהי מצוקה נפשית ונורות אדומות לזיהוי מוקדם של מצוקה כזו
5. הלומדים יסבירו מהם מהן דרכי המניעה וגורמי הסיוע לבני נוער במצוקה

מיומנויות

1. הלומדים ידריכו סדנה של שלושה מפגשים בכיתות בתי הספר התיכונים בצפון
2. הלומדים יזהו נורות אדומות בקרב בני הנוער ויסייעו בהפנייה מוקדמת להערכה

### ערכים (אופציונלי רק במידה ורלוונטי)

הלומדים יגבשו תפיסה ביופסיכוסוציאלית בהסתכלות על האדם- הן כבני נוער בכיתות והן כמטופליהם בעתיד תוך העמקת ההבנה בקשר שבין בריאות הגוף והנפש.



### למידה פעילה - תכנון מהלך השיעורים: (להרחבה)

מס' השיעור	נושא השיעור	למידה פעילה	קריאה/ צפיה נדרשת	הערכה תהליכית/מעצבת (להרחבה)
1	גיל ההתבגרות- מושגי יסוד, תהליכים רגשיים ופסיכולוגיים, שינויים ביולוגיים, התנהגויות תואמות גיל	מילוי שאלון עמדות עצמי		
2	פסיכופתולוגיות עיקריות בבני נוער והתנהגויות סיכוניות+ אובדנות	חלוקה לקבוצות, הרצאת אורח		הצגה בקבוצות
3	בריאות הנפש בעידן המסכים+ השפעת משברים לאומיים על בריאות הנפש			
4	בריאות הנפש בהתייחס לתרבות ואוכלוסיות מיוחדות	פאנל רב תרבותי		

הצגת תכנית תמיכה		למידה בקבוצות	רפואה מונעת בבריאות הנפש – תכניות מניעה ופיתוח חוסן, הגישה הביופסיכוסוציאלית טיפול במשבר	5
		התנסות פעילה	מיינדפולנס	6
		סימולציות- משחק תפקידים	איתור מצוקה וגורמי סיוע	7
סימולציות- הדרכה		סימולציות- הדרכה	היכרות עם מערכי השיעור ותכני הסדנה+ תרגול עמידה מול קהל	8
סימולציות- הדרכה		סימולציות- הדרכה	סימולציות	9
סימולציות- הדרכה		סימולציות- הדרכה	סימולציות	10
משוב עצמי		הדרכה	יציאה לבתי הספר	11
משוב עצמי		הדרכה	עיבוד ומשוב + יציאה לבתי הספר	12
משוב עצמי		הדרכה	עיבוד ומשוב+ יציאה לבתי הספר	13
		מילוי שאלון עמדות עצמי	משוב וסיכום	14

(בקורס שנתי, יש להוסיף את המפגשים הנוספים)  
 \*ייתכנו שינויים בסילבוס בהתאם לקצב ההתקדמות ואפקטיביות הלמידה



## ציון סופי

תיאור התוצר	משקל בציון הסופי
כתיבת תכנית טיפול ומניעה בגישה ביופסיכוסוציאלית	30% מהציון הסופי
השתתפות פעילה במהלך הקורס- הצגה בקבוצות, השתתפות בסימולציות	30 % מהציון הסופי
מבחן מסכם	40 % מהציון הסופי
	% מהציון הסופי



## דרישות הקורס

כתיבת תכנית טיפול ומניעה בגישה ביופסיכוסוציאלית  
 חובת נוכחות ב-80% מהשיעורים



## דרישות קדם

אין

