



## סדנת ACT עם פרופ' תמר פנקוס

**הסדנה תתקיים בתאריך: 23.10.18 בין השעות: 09:00-17:00.  
באולם סוראסקי קומה 2-, בבניין המרכזי ב"ח איכילוב, רח' וייצמן 6 ת"א.**

סדנא של יום אחד עם פרופ' תמר פנקוס מאוניברסיטת לונדון שבאנגליה, פסיכולוגית וחוקרת בעלת שם עולמי בנושא טיפול בכאב בתחום שלד-שריר. בסדנא נכיר את גישת (ACT) acceptance and commitment therapy, זהו טיפול פסיכולוגי הכולל בתוכו מיינדפולנס ותהליכי קבלה, מחויבות והתחייבות לשינוי התנהגותי. גישה זו נחקרת רבות ונכנסת גם לעולם הרפואה והפיזיותרפיה. בנוסף יילמדו גישות הומניסטיות מתוך עולם הפסיכולוגיה. בסדנא נרכוש מיומנויות בשימוש בכלים פסיכולוגיים, שיוכלו לעזר לפיזיותרפיסטים בטיפול היומי עם המטופלים.

This one- day course aims to introduce into practice evidence-based techniques and skills that can improve quality of life for people with pain, based on the approach of acceptance and commitment therapy (ACT), in combination with mindfulness, and other humanistic approaches within psychology. It is relevant to a wide range of practitioners who encounter people with pain including chiropractors, nurses, osteopaths and physiotherapists.

Recent clinical guidance and research has emphasised the need for practitioners to apply a biopsychosocial model of care. Whilst many practitioners are comfortable with the bio aspect of the model, integrating psychological and related communication skills into practice is more challenging. While the prevailing psychological approaches in pain populations have been CBT and behaviour change, there is emerging evidence that ACT-based approaches offer promise, are acceptable to professionals and patients and are particularly relevant in the context of chronic pain that cannot be cured.

This course will provide introductory skills and an awareness of potential ACT and mindfulness psychological tools to enable practitioners to be more confident in delivering an integrated biopsychosocial model of care to their patients, with increased awareness of their own and their clients' goals.

The course comprises a series of mini-lectures introducing each topic, describing the evidence to support the role of ACT and mindfulness-based psychological factors in pain and the need for their incorporation into practice. There will be opportunities to experiment with using new skills in experiential sessions. Practical sessions will be balanced with theory and reviews of relevant evidence

### מתי?

ב- 23.10.18 יום ג', בשעות 09:00-17:00, באולם סוראסקי קומה 2-, בבניין המרכזי ב"ח איכילוב, רח' וייצמן 6 ת"א.

### עלות?

לחבר עמותה 300 ₪. למי שאיננו חבר 490 ₪. להרשמה [לחץ כאן](#). לתקנון ביטולים [לחץ כאן](#).