

# יום עיון מקוון 16.3.2021

## בנושא:

# פסיכולוגיה תעסוקתית

# בזמן קורונה



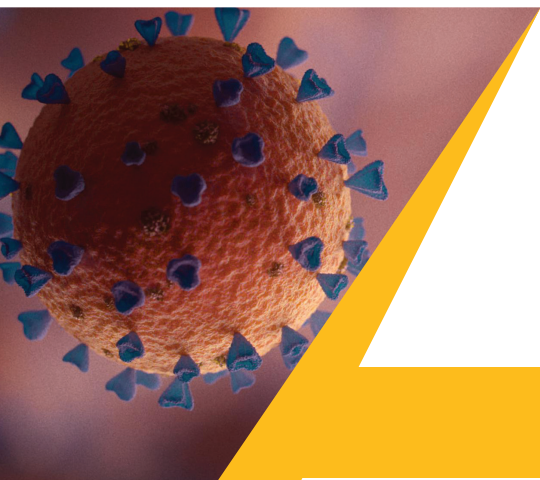
## להרשמה

לחץ כאן

ברכות ודברי פתיחה: <b>יורם שליאר</b> - יו"ר הפ"י <b>מיכל פוני</b> - יו"ר ועד החטיבה התעסוקתית ארגונית בהפ"י	09:15-09:00
<b>נעמה גרינוולד</b> הצצה קלינית על תהליכי יעוץ בעבודה עם הפרט ועם הארגון בשגרת קורונה	10:30-09:15
הפסקה	10:45-10:30
<b>ד"ר אנירה רייזר</b> חיים בצל הקורונה. חוסר סובלנות לאי-וודאות ואסטרטגיות לניהול תחושה זו	11:15-10:45
<b>ד"ר ג'ני סינה</b> מתחושת סכנה לביטחון בחדר היעוץ-זיהוי ווויסות התגובה העצבית מפריזמה פולי-ווגאלית	12:45-11:45
הפסקת צהריים	13:30-12:45
<b>ד"ר יעל בן-חורין</b> פרונטלי או דיגיטלי? שיקולים יישומיים בקבלת החלטות לגבי אופן עבודת הפסיכולוג	14:30-13:30
שיתוף עמיתים בחדרים - להיות פסיכולוג תעסוקתי בימי קורונה	15:00-14:30
שיתוף וסיכום	15:30-15:00

יום העיון מיועד לפסיכולוגים

עלות יום העיון: 30 ש"ח לחבר/ת הפ"י, 75 ש"ח לאורח/ת



## נעמה גרינולד

### הצצה קלינית על תהליכי יעוץ בעבודה עם הפרט ועם הארגון בשגרת קורונה



משבר הקורונה והמעבר לעבודה מרחוק מביאים איתם שינויים משמעותיים בדינמיקה הארגונית וביחסי העבודה. הם מאתגרים את משמעותם של תפקידים ניהוליים ומביאים אותנו, הפסיכולוגים הארגוניים והתעסוקתיים, לבחון מחדש את התשומות שאנו מביאים עמנו לארגון.

בהרצאה אציע מושגים אחדים מהעולם הקליני-פסיכואנליטי, הרלוונטיים לדינמיקה התוך-אישית והבין-אישית בימי קורונה בהקשר הארגוני. נבחן את מושג הסזורה של ביון ונעמוד על חשיבות האיזון בין המשכיות לקטיעה בתקופה רבת-תהפוכות. נציע את מושג פונקציית ההשבה של אלוורז, הרלוונטי עבור אותם עובדים הנסוגים לתוך עצמם ומתקשים לחזור ולתקשר באופן זורם. בנוסף, נציע את מושג המנטליזציה של פונגי כמושג מפתח לפתרון קונפליקטים באמצעות לקיחת מספר נקודות מבט בו זמנית.

בהרצאה אציג את המושגים השונים ואחבר לדוגמאות מהעולם הארגוני והייעוצי.

**נעמה גרינולד** הינה פסיכולוגית קלינית, מטפלת בקליניקה פרטית בירושלים. יועצת ארגונית במכון צפנת. מרצה באוניברסיטה העברית במגמה הקלינית של הילד ובתוכניות למנהלים בבית הספר למדיניות ציבורית וממשל. מנהלת מדרשת אפיקים להוראת פסיכואנליזה ברוח אינטגרטיבית במכון מפרשים במכללה האקדמית תל אביב-יפו.



## ד"ר אבירה רייזר

### חיים בצל הקורונה. חוסר סובלנות לאי-וודאות ואסטרטגיות לניהול תחושה זו



מהם הגורמים לתחושת אי וודאות? מהם האתגרים שאי וודאות מציבה בפנינו?

האם אנשים מסוימים עשויים להיות רגישים יותר למצבי אי

וודאות? מהן ההזדמנויות שמספקת לנו תחושת אי הוודאות? כיצד ניתן ליצור אי של וודאות בתקופת הקורונה?

שאלות אלו ואחרות מעסיקות באופן הולך וגובר את היועצים והמטפלים כמו גם את שדה המחקר האקדמי בתקופת הקורונה.

האתגרים שמציבה בפנינו המגפה מחדדים ביתר שאת את תפיסת אי הוודאות של כולנו. אי הוודאות מלווה אותנו בפן הכלכלי, אישי, בריאותי, פוליטי, משפחתי וחברתי ותחושות אלו הולכות ומתחדדות מסגר לסגר.

בהרצאה הנוכחית נתחקה אחר השורשים של אי הוודאות כפי שהיא עולה בספרות האקדמית-מחקרית, בשיח הקליני ובשיח הייעוצי. במהלך ההרצאה נסקור את הגורמים הפיזיולוגיים והפסיכולוגיים, אשר פוגעים ביכולת שלנו להתמודד באופן יעיל עם אי וודאות, נתבונן על ההבדלים האישיים בתפיסת אי וודאות לצד היתרונות הקיימים במצבי אי וודאות. לבסוף, נבחן האם קיימים מסלולים שונים דרכם אנו יכולים לסייע לנועצים להתמודד עם מצבי אי וודאות.

ד"ר אבירה רייזר הינה פסיכולוגית ארגונית מומחית וראש המגמה לפסיכולוגיה ארגונית ותעסוקתית באוניברסיטת אריאל. בנוסף, הינה יועצת ארגונית וחברה בפא"י ובהפ"י. לצד היותה מרצה, ד"ר רייזר חוקרת סוגיות של רווחה נפשית והתנהגות פרו חברתית בקרב עובדים. היא פרסמה עשרות מחקרים אקדמיים בכתבי עת מובילים בעולם והציגה בעשרות כנסים בארץ ובעולם.

## ד"ר ג'ני סינה

### מתחושת סכנה לביטחון בחדר היעוץ-זיהוי וויסות התגובה העצבית מפריזמה פולי-ווגאלית



בשנה החולפת התמודדנו עם מגפת הקורונה ועם תחושת סכנה וחוסר וודאות. בהרצאה זו אציג/אדגים כיצד ניתן לעבוד עם מטופלים במצבי חרדה וחוסר וודאות באמצעות התיאוריה הפולי-ווגאלית של סטיבן פורג'ס. התיאוריה פורסמה ב-1994 והיא זוכה בשנים האחרונות לביסוס מחקרי ושימושים מעשיים בעולם הטיפול. עיקרה בהבנת המנגנונים הפיסיולוגיים של מצבי סכנה ובטחון והיא מרחיבה את ההתבוננות על מערכת העצבים ממנגנון דו נתיבי - עוררות והרגעה, למנגנון תלת נתיבי - עוררות, הרגעה וכיבוי.

בהרצאה נלמד על המערכת הסימפתטית, על שני מנגנונים פארה-סימפתטיים ועל החשיבות של הקשר הבין-אישי לוויסות מערכת העצבים באופן שיוצר עבור המטפל "מפה". שימוש ב"מפה" זו, דרך מעקב מרגע-לרגע (moment-to-moment) אחר תגובות המטופל, מאפשרת להציע התערבויות שמסונכרות עם מערכת העצבים של המטופלים ובכך להחזיר את תחושת הבטחון והיציבות.

ד"ר ג'ני סינה היא פסיכולוגית קלינית ורפואית ומורשתית היפנוזה. פסיכולוגית אחראית במרפאה לטיפול בהשמנת יתר במרכז הרפואי שיבא והיא בעלת קליניקה פרטית באבן יהודה.

מתוך העבודה עם אנשים שסובלים מסימפטומים גופניים הרחבתי את ההבנה שלי על מנגנוני ויסות פיסיולוגיים ועל עבודה חווייתית bottom-up בנוסף לעבודה הקוגניטיבית top-down. כיום עובדת באופן חווייתי עם מטופלים ומשלבת שיטות טיפול באופן אינטגרטיבי (בעיקר AEDP, מיינדפולנס, ACT).



## ד"ר יעל בן חורין

### פרונטלי או דיגיטלי? שיקולים יישומים בקבלת החלטות לגבי אופן עבודת הפסיכולוג



הצעה למודל יישומי לשיקולים באופן העבודה כפסיכולוג תעסוקתי-ארגוני, שגובש במסגרת ועדה שעסקה בבחינת המשמעות של העבודה המקוונת על ההתמחות והעבודה בענפים של הפסיכולוגיה התעסוקתית-ארגונית.

תקופת הקורונה הביאה עימה לשינוי באופן העבודה ובכלל זה בעבודה שלנו כפסיכולוגים תעסוקתיים-ארגוניים. הצורך בריחוק חברתי ובעקבותיו המעבר של ארגונים ופרטים לעבודה מרחוק, הובילו לשימוש נרחב ולעיתים בלבדי בפלטפורמות דיגיטליות בתחום של מיון, ייעוץ ארגוני והטיפול התעסוקתי.

בתקופה זו, כאשר שוק העבודה כבר פועל ב"נורמלי החדש" של הקורונה, ומתארגן לתקופה שלאחר הקורונה, נראה שהעבודה מרחוק-בפלטפורמות דיגיטליות, תשאר במינון כזה או אחר בעולם העבודה, וגם בתחומים השונים של הפסיכולוגיה התעסוקתית-ארגונית הפועלת בתוך הזירה הזו. לאור זה, נשאלת השאלה מהם השיקולים המקצועיים שיש לקחת בחשבון כאשר בוחנים האם ניתן לעשות עבודה באופן מקצועי בפלטפורמות דיגיטליות על פני עבודה פנים אל פנים.

ההרצאה תעסוק בהבטים שיש לשקול כאשר בוחנים האם ניתן לעשות את העבודה באופן דיגיטלי, וכן בתובנות, דגשים מקצועיים ומשמעויות של עבודה בדיגיטל. ההרצאה תציג תובנות שגובשו במסגרת ועדה שעסקה בנושא, וכן תתבסס על ספרות בתחום ונסיון אישי.

ד"ר יעל בן-חורין היא פסיכולוגית תעסוקתית - ארגונית, חברה בוועדה המקצועית ויו"ר הוועדה לעבודה מקוונת מטעם הוועדה המקצועית.

יעל מומחית ומדריכה בתחום של מיון, ייעוץ תעסוקתי וייעוץ ארגוני. חברת סגל בתוכנית להנחיית קבוצות בבית הספר לעבודה סוציאלית באוניברסיטת תל אביב. יעל מובילת תחום פיתוח מנהלים בחברת akt וכן עובדת כפסיכולוגית ארגונית ויועצת אישית למנהלים בכירים בארגונים ציבוריים ועסקיים מובילים. יעל עוסקת בפיתוח חוסן אישי, צוותי וארגוני.

