

אוניברסיטת תל אביב
בית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש בוב שאפל
תשע"ט

תואר ראשון

מרצה: ד"ר רוני ברגר

שם קורס בעברית:

טראומטיזציה משנית - אשכול התערבות שנה ב'

שם באנגלית:

Secondary traumatization

תיאור הקורס:

בשנים האחרונות עלתה המודעות להשפעות השליליות של החשיפה העקיפה לחוויות טראומטיות של מטופלים וניצולים של צוותי חרום (שוטרים, כבאים ואנשי מד"א), של צוותים רפואיים (רופאים אחיות ואנשי סיעוד) ושל צוותי בריאות הנפש (עובדים סוציאליים ומטפלים). חוויות אלו הותירו בקרב המסייעים והמטפלים סימפטומים פוסט-טראומטיים ושחיקה שפגעו בבריאות הפיזית והנפשית ובתפקודם המקצועי. מחקרים עדכניים מצאו רמה גבוהה של טראומטיזציה משנית ושחיקה בקרב אנשי בריאות הנפש שנעה בין 12%-37% (Baum, 2016; Ben-Porat & Itzhaky, 2011; Boscarino, Figley, & Adams, 2004; Cohen, Gagin & Peled-Avram, 2006; Choi, 2011; Craig & Sprang, 2010; Molnar et al., 2020; Sprang, Lei & Bush, 2021; Shoji et al., 2015; Weiss Dagan, Ben-Porat & Itzhaky, 2016). ממצאים אלו מצביעים על החשיבות של הבנת התהליך של טראומטיזציה משנית ושחיקה ושל מציאת דרכים ברמה הפרטנית של העובד הסוציאלי ושל הארגון להתמודדות עם התופעה ולמניעתה. הקורס אם כן, יתמקד בלימוד התהליכים המביאים לטראומטיזציה משנית ושחיקה ולגורמי הסיכון להתפתחותם, לזיהוי הסימפטומים של טראומטיזציה משנית ושחיקה ולרכישת כלים למניעתה והפחתתה ברמה האישית, המקצועית והארגונית. הקורס לא יהיה רק קורס תיאורטי אלא קורס מעשי שבו ידרשו הסטודנטים להתנסות בכלים פרקטיים לחיזוק חוסנם, כגון נשימה וואגלית, מיינדפולנס, מדיטציות של חמלה, תרגילים סנסו-מוטוריים, הרפיה שרירית ושימוש בדמיון מודרך. הם גם ילמדו טכניקות קבוצתיות לעבוד חוויות טראומטיות כגון אוורור, משאוב ודבוב קבוצתי. כמו כן, נסקור גישות ארגוניות למניעת טראומה משנית ושחיקה באמצעות נהלים ארגוניים, הדרכה מקצועית וטיפול יחסיים מטבים בין הנהלה לעובדים.

Course description: In the last decade, awareness has risen to the negative effects of indirect exposure to traumatic experiences of clients and survivors among emergency personnel (police, firefighters, and EMTs), medical teams (doctors, nurses) and mental health teams (social workers and therapists). These findings help and treat post-traumatic stress and burnout symptoms that have affected physical and mental health and professional functioning. Recent studies have found a high level of secondary traumatization and burnout among mental health professionals ranging from 12% -37% (Baum, 2016; Ben-Porat & Itzhaky, 2011; Boscarino, Figley, & Adams, 2004; Cohen, Gagin & Peled-Avram, 2006; Choi, 2011; Craig & Sprang, 2010; Molnar et al., 2020; Sprang, Lei & Bush, 2021; Shoji et al., 2015; Weiss Dagan, Ben-Porat & Itzhaky, 2016). These findings demonstrate the vital need to understand the process of

secondary traumatization and burnout and to develop ways to curb this phenomenon. The course will focus on learning to understand the underlying processes leading to secondary traumatization and burnout, the risk of developing these processes, identifying the symptoms of secondary traumatization and burnout and developing strategies to mitigate and prevent these processes in a personal and organizational levels. The course will be both theoretical and practical course in which students will be required to experience and practice resilience techniques such as vagal breathing, mindfulness, compassion meditations, sensorimotor exercises, muscle relaxation and guided imagery. Students will also learn group techniques to process traumatic experiences such as ventilation, resourcing and psychological debriefing. Additionally, we will address organizational factors that may contribute to the prevention of secondary traumatization and burnout including protective working conditions, providing professional supervision and cultivating supportive relationship between the administration and the social workers.

דרישות קדם:

קריאה ונוכחות בשיעורים

מטרות הקורס:

- (1) להכיר את התופעות של טראומטיזציה משנית ושחיקה
- (2) להבין את התהליכים העומדים בבסיס התופעות של טראומטיזציה משנית ושחיקה
- (3) להכיר את גורמי הסיכון לפיתוח סימפטומים של טראומטיזציה משנית ושחיקה בקרב עובדים סוציאליים
- (4) לזהות את הסימפטומים של טראומטיזציה משנית ושל שחיקה
- (5) לרכוש כלים למניעה והתמודדות עם סימפטומים של טראומטיזציה משנית ושל שחיקה
- (6) להכיר כיצד ניתן למנוע טראומטיזציה משנית ושל שחיקה ברמה התעסוקתית והארגונית
- (7) לטפח איכויות של חמלה עצמית בקרב עובדים סוציאליים

תכני הקורס:

חומר קריאה	נושא השיעור	שעור
פריט # 1	מבנה הקורס. תיאום ציפיות והקדמה - הגדרות של התופעה של התופעות של טראומטיזציה עקיפה ומשנית, תשישות חמלה ושחיקה למוד מיומנות (ל"מ) – נשימה וואגלית	1
פריטים # 2-4	ההשפעות הנוירו-פיזיולוגיות חשיפה לאירועים טראומטיים - המוח המשולש והפונקציות של פעילותו. שלושת מערכות הוויסות הרגשי והשפעתן. ל"מ – מיינדפולנס בסיסי	2
פריטים # 5-6	מערכות הוויסות הרגשי ותיאורית וההתקשרות - האיזון בין מערכות הוויסות הרגשי והשפעת תיאוריית ההתקשרות על התמודדות עם אירועים טראומטיים ל"מ – תרגול מיינדפולנס	3
פריט # 7	סימפטומטולוגיה של טראומה משנית ושחיקה – תיאור הסימפטומים של טראומה משנית ושחיקה ברמה הגופנית, הרגשית הקוגניטיבית וההתנהגותית ל"מ – תרגיל של סריקת גוף	4
פריטים # 8-9	מכניזמים בבסיס של טראומה משנית ושחיקה - מהם המכניזמים הפיזיולוגיים, הפסיכולוגיים והקוגניטיביים לפתוח טראומטיזציה משנית	5

מטלות:

- (1) **נוכחות חובה בשיעורים**: בקורס תועבר רשימת נוכחות כל שיעור. היעדרות של עד שלוש פעמים מותרת באישור המרצה בלבד. היעדרות של עד שלוש פעמים ללא אישור המרצה תגרור הורדת 5 נקודות מהציון הסופי. במקרה של 4 היעדרויות ומעלה, יועבר שם הסטודנט/ית למזכירות סטודנטים שתשלח מכתב על הפסקת השתתפותו/ה בקורס.
- (2) הסטודנטים יגישו ארבעה דיווחים רפלקטיביים על תרגלים שינתנו במהלך הקורס (אורך הדיווח יהיה מקסימום אחד). כל דיווח יחשב ל-5% מהציון הכללי, וארבעתם יהוו 20% מהציון בקורס.
- (3) מבחן סיכום 80% - המבחן יהיה של שאלות סגורות multiple-choice ויתמקד ביישום החומר הנלמד).

רשימה ביבליוגרפית

- 1) Gilbert, P. (2009). Introducing compassion-focused therapy. *Advances in psychiatric treatment* vol. 15, 199–208. **חובה**
- 2) Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27, 77–102. <https://doi.org/10.1023/A:1024515519160> **חובה**
- 3) Besser, A., & Neria, Y. (2012). When home isn't a safe haven: Insecure attachment orientations, perceived social support, and PTSD symptoms among Israeli evacuees under missile threat. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(1),34-46 <https://doi.org/10.1037/a0017835> **חובה**
- 4) Woodhouse, S., Ayers, S., & Field, A. P. (2015). The relationship between adult attachment style and post-traumatic stress symptoms: A meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 35, 103-117. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.07.002> **בחירה**

- 5) Mccann, L., & Pearlman, L. A. (1990). Vicarious traumatization: A framework for understanding the psychological effects of working with victims. *Journal of Traumatic Stress*, 3(1), 131–149. <https://doi.org/10.1007/BF00975140>. **חובה**
- 6) Molnar et al., (2020). Vicarious traumatization among child welfare and child protection professionals: A systematic review. *Child Abuse & Neglect*, Vol. (110), pp 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104679> **בחירה**
- 7) Kanter, J. (2007). Compassion Fatigue and Secondary Traumatization: A Second Look. *Clin Soc Work J* 35, 289–293. <https://doi-org.rproxy.tau.ac.il/10.1007/s10615-007-0125-1> **חובה**
- 8) Anat Ben-Porat & Haya Itzhaky (2011) The Contribution of Training and Supervision to Perceived Role Competence, Secondary Traumatization, and Burnout Among Domestic Violence Therapists, *The Clinical Supervisor*, 30:1, 95-108, DOI: 10.1080/07325223.2011.566089 **חובה**
- 9) Craig, C. D., & Sprang, G. (2010). Compassion satisfaction, compassion fatigue , and burnout in a national sample of trauma treatment therapists. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 23(3), 319–339. <https://doi-org.rproxy.tau.ac.il/10.1080/10615800903085818> **בחירה**
- 10) Stamm, B. H. (2009). Professional quality of life: Compassion satisfaction and fatigue version 5 (ProQOL 5) [Measurement instrument. Retrieved from http://proqol.org/ProQol_Test.htm **חובה**
- 11) חיים בצל הגבול: התמודדות במצבי לחץ, אי-וודאות, סיכונים ביטחוניים, צמצום (2000אילון, ע. ולהד.מ.) **חובה** הוצאת נורד, קרי טיבעון. **חובה** תאגידים ומעבר לשלום, פרק א' עמ'
- 12) Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5, 1–12. doi:[10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x](https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x). **חובה**
- 13) Bluth, K, Neff, KD (2018) New frontiers in understanding the benefits of self-compassion. *Self and Identity* 17(6): 605–608. **בחירה**
- 14) Ben-Porat , A. & Itzhaky, H. (2011). The Contribution of Training and Supervision to Perceived Role Competence, Secondary Traumatization, and Burnout Among Domestic Violence Therapists, *The Clinical Supervisor*, 30:1, 95-108, DOI: 10.1080/07325223.2011.566089 **בחירה**
- 15) Wagaman, M. A., Geiger, J. M., Shockley, C., & Segal, E.A. (2015). The Role of Empathy in Burnout, Compassion Satisfaction, and Secondary Traumatic Stress among Social Workers, *Social Work*, Volume 60, Issue 3, Pages 201–209, <https://doi.org/10.1093/sw/swv014>
- 16) Jaehee, Y., Choi , K., Droubay, B. A & Kim, S. (2019). Compassion satisfaction and compassion fatigue among medical social workers in Korea: the role of empathy, *Social Work in Health Care*, 58:10, 970-987, DOI: 10.1080/00981389.2019.1686678 **בחירה**
- 17) Mitchell, J. T. (1983). When disaster strikes: The critical incident stress debriefing process. *Journal of Emergency Medical Services*, 8: 36–39. **חובה**

- 18) Rose, S., Bisson, J., & Wessely, S. (2003). A systematic review of single-session psychological interventions ('debriefing') following trauma. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 72:176-184

בחירה