



אוניברסיטת תל-אביב  
בית-הספר לעבודה סוציאלית ע"ש בוב שאפל  
Tel Aviv University - Bob Shapell School of Social Work

### מבוא למצבי לחץ וטראומה Introduction to Coping with stress and trauma

תואר שני - מסלול טראומה  
סמסטר א' תשפ"ג

מס' קורס : 1110440133

שם המרצה : ד"ר אופיר לוי, משרד : חדר 211      טלפון : 03-6409593 . דואר אלקטרוני :  
[ofirleviphd@gmail.com](mailto:ofirleviphd@gmail.com) . שעת קבלה : יום ב' בשעה 13:45 – (בתיאום מראש)

כללי: טראומה הינה תופעה רחבה ולה פנים רבות. היא מתרחשת על רקע מגוון אירועים לרבות חוויות טראומתיות שנחו לאורך שלבי ההתפתחות ומשפיעות על איכות היחסים הבין אישיים שהנפגע מבסס עם סביבתו. החל מ-1980, נוסחו ב-DSM הסימפטומים האופייניים לנפגעי הפרעת לחץ פוסט טראומתית (PTSD) ואליהם נוספו תגובת לחץ חריפה (Acute Stress Reaction) המופיעה ב-ICD-10, הפרעת לחץ חריפה (Acute Stress Disorder) וטראומה מורכבת (Complex Trauma) שתופיע בהרחבה ב-ICD-11. כל התופעות הללו נחשבות לחלק בלתי נפרד מהפנומנולוגיה של הפרעות הלחץ ואליהן יש להוסיף תופעות נוספות כמו הטראומטיזציה המשנית (Secondary traumatization). בקורס זה נלמד על הסימפטומים האופייניים לכל תופעה הקשר ביניהם, אבחון ודרכי המניעה הקיימים. כל זאת בהתבסס על סימולציות ואמצעי המחשה נוספים.

Trauma is a broad phenomenon with many faces. It occurs on the background of a variety of events, including traumatic experiences that were experienced throughout the stages of development and affect the quality of the interpersonal relationships that the victim establishes with his environment. Starting in 1980, the DSM formulated the typical symptoms of post-traumatic stress disorder (PTSD) and to them were added acute stress reaction (ASR) appearing in ICD-10, acute stress disorder (ASD) and complex trauma (CT) which will appear in detail in ICD-11. All these phenomena are considered an integral part of the phenomenology of stress disorders and to them additional phenomena such as secondary traumatization should be addressed. In this course we will learn about the typical symptoms of each phenomenon, the connection between them, their diagnosis and the existing prevention methods. All this will be based on simulations and additional means of illustration.

מועד ומיקום ההרצאות : יום ב', 13:45-15:12, חדר 118.

דרישות קדם: אין

1. סוג הקורס: שיעור רגיל

כל הזכויות שמורות לד"ר אופיר לוי

## 2. נושאי הקורס:

א. הכרת שלבי ההתפתחות של פוסט טראומה וטראומה מורכבת על שלביהם החל מתגובת דחק חריפה (A.S.R.) דרך הפרעת דחק חריפה (A.S.D.) ועד הפרעת לחץ פוסט טראומתית (P.T.S.D.) וטראומה מורכבת (Complex trauma). כל זאת בדגש על סימפטומים, אבחון, שכיחות ומניעה

ב. תהליך הערכה ואבחון של נפגעי תגובת דחק (ASR) והפרעת דחק פוסט טראומתית (ASD) בדגש על האבחנה בין אינטייק בשעת שגרה לחירום  
ג. תהליך ההערכה והאבחון של הפרעת לחץ פוסט טראומתית (PTSD) וטראומה כרונית-מורכבת (Chronic-Complex Trauma).

ד. תהליך הערכה ואבחון של דיסוציאציה (dissociation) והקשר שלה לחשיפה לאירועים טראומתיים

ה. אבחון של טראומה משנית (secondary traumatization/ competition fatigue) ומניעתה (בהתבסס על שימוש בקבוצת התמך הטבעית)

## הערה: ייתכנו שינויים בתכנים שילמדו ובסדר העברת הנושאים

3. אופן הלימוד: הרצאות המבוססות על חומר הקריאה ובליווי מצגת וסרטים.

4. דרישות הקורס:

דרישות הקורס	אופן מילוי הדרישות	שקלול הציון
מבחן בסוף הסמסטר	מבחן רב ברירה (אמריקאי) - 25/28 שאלות	95%
פעילויות כיתה	נוכחות והשתתפות פעילה בשיעורים	5%

## 5. קוד ההתנהלות בקורס:

- קריאת חומרי הקריאה והשתתפות פעילה בשיעורים (לצורך כך, סטודנטים שנבצר מהם להגיע פיזית לכיתה, מתבקשים להקפיד על מצלמות פתוחות).
- נוכחות חובה בכל השיעורים. היעדרות עד 3 פעמים מותרת באישור המרצה בלבד. היעדרות מ-4 פעמים ומעלה תוביל לדיווח למזכירות הסטודנטים ובהמשך לכך, ישלח מכתב לסטודנט על הפסקת השתתפותו בקורס. נוכחות תיחשב נוכחות פיזית בכיתה, או בזום בעת השידור המקוון.
- **איחורים**: ככלל, אין להכנס באיחור/ לאחר לשיעורים. במקרים חריגים המחייבים איחור, יש ליידע את המרצה מראש.
- יש להימנע מסגירת מצלמות או עזיבת השיעור.

## 6. ביבליוגרפיה

### חובה

- איגוד הפסיכיאטריה בישראל ומשרד הבריאות. (1997). *הסיווג והאבחון הפסיכיאטרי לפי ארגון הבריאות העולמי ICD-10*. הוצ' דיונון – אוניברסיטת תל-אביב.

- APA (2013). *The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5) (pp. 271-286; 298-302)*. Washington, DC: American Psychiatric Publication.

- Bryant, A., R. (2017). Acute Stress Disorder. *Current Opinion in Psychology*, 14, 127–131. [doi.10.1016/j.copsyc.2017.01.005](https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.01.005)
- Greinacher, A., Derezza-Greeven, C., Herzog, W. & Nikendei, C. (2019). Secondary traumatization in first responders: a systematic review. *European Journal of Psychotraumatology*, 10, 1-21, doi: 0.1080/20008198.2018.156284.
- Leon, R.M., Osburn, K.H., Bellairs, T. (2018) Processing War: Similarities and Differences in PTSD Antecedents and Outcomes between Military and Civilian War Survivors. *Occupational Stress and Well-Being in Military Contexts*, 16, 1-22. doi.org/10.1108/S1479-355520180000016001.
- Levi, O., Shoal-Zukerman, Y. (2017). Continuance Group Intervention Protocol (CGIP) for a Unique Intervention. *International Journal of Emergency Mental Health & Human Resilience*, 19(2). 1-7. DOI: 10.4172/1522-4821.1000364
- Maerckerm, A., Brevin, R. C., Bryant, R. (2013). Diagnosis and classification of disorders specifically associated with stress: proposals for ICD-11. *World Psychiatry*, 12(3), 198-206. DOI: 10.1002/wps.20057.
- Schottenbauer, A.M., Glass, R.G. Arnkoff, B.D., Gray, H.S. (2008). Contributions of psychodynamic approaches to treatment of PTSD and trauma: A review of the empirical treatment and psychology literature. *Psychiatry*, 71(1), 13-34. doi: 10.1521/psyc.2008.71.1.13

#### רשות:

- לוי, א', שובל, י'. (2010). "התערבות קבוצתית המשכית – פרוטוקול להתערבות ייחודית עם יחידות מילואים לוחמות". *שיחות*, כ"ד (3), 282-275.
- עומר, ח', (1991). פיגועים המוניים: תפקיד צוות חירום. *שיחות*, 3, 157-170.
- שובל, י', לוי, א', דקל, ר', סולומון, ז'. (2011). "הערכת התערבות התשואול לגוניה: סקירת הספרות המחקרית", *חברה ורווחה לא* (2), 173-203.
- Adler, A. B., Start, A. R., Milham, L., Allard, Y. S., Riddle, D., Townsend, L., & Svetlitzky, V. (2019). Rapid response to acute stress reaction: Pilot test of iCOVER training for military units. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. doi.org/10.1037/tra0000487.
- Bar-Haim, Y., Murray B. Stein, B.,S., Bryant, A.B....et al (2020). Intrusive Traumatic Re-Experiencing: Pathognomonic of the Psychological Response to Traumatic Stress. *American Journal of Psychiatry*.
- Bryant, A., R. (2011). Acute Stress Disorder as a Predictor of Posttraumatic Stress Disorder: A Systematic Review. *J. Clin, Psychiatry*, 72(2), 233-239. doi: [10.4088/JCP.09r05072blu](https://doi.org/10.4088/JCP.09r05072blu).
- Gilbar, O. (2019) Examining the boundaries between ICD-11PTSD/CPTSD and depression and anxiety symptoms: A network analysis perspective. *Journal of Affective Disorders*, 11, 429-439. doi: 10.1016/j.jad.2019.11.060.

- Israel-Cohen, Y., Kashy-Rosenbaum, G., Kaplan, O. (2016). Acute Stress Reaction and Positive Future Orientation as Predictors of PTSD Among Israeli Adolescents Exposed to Missile Attacks. *Translational Issues in Psychological Science, 2(4)*, 361-370. Doi: 10.1037/tps000009
- Mitchell, J. T. (1983). When disaster strikes: The critical incident stress debriefing process. *Journal of Emergency Medical Service, 8*, 36-39.
- Levi, O. (2017) In Depth Psycho-Sociological Interview (Intake) and Placement for Treatment in Case of Combat PTSD. *MOJ Addiction Medicine & Therapy, 3(5)*, 1-5. DOI: 10.15406/mojamt.2017.03.00058.
- Lonergan, M. (2014) Cognitive Behavioral Therapy for PTSD: The Role of Complex PTSD on Treatment Outcome. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 23(5)*, 494-512, DOI: 10.1080/10926771.2014.904467.
- Solomon, Z., Levin, Y., Crompton, L., & Ginzburg, K. (2019). Is acute stress reaction a risk factor for early mortality? *Health Psychology, 38(7)*, 606-612. doi: [10.1037/hea0000744](https://doi.org/10.1037/hea0000744)
- Wampold, E.B. et al., (2010) Determining what works in the treatment of PTSD. *Clinical Psychology Review 30*, 923-933. doi:10.1016/j.cpr.2010.06.005

#### פירוט תוכן השיעורים בטבלה

שבוע מס'	נושא ההרצאה	ציון מקורות קריאה (אופציונלי)	הדרישות (במידה ורלבנטי)
1	הכרות, הצגת הקורס, תיאור כללי של המושג טראומה והרקע להתפתחותה ותיאור של הסימפטומים האופייניים לתגובת לחץ חריפה (Acute Stress Reaction), שכיחותם, הרקע להתפתחותם, מניעתם ודרכי ריפויים.	*איגוד הפסיכיאטריה בישראל ומשרד הבריאות. (1997). הסיווג והאבחון הפסיכיאטרי לפי ארגון הבריאות העולמי ICD-10. הוצ' דיונון – אוניברסיטת תל-אביב.  *Maerckerm, A., Brevin, R. C., Bryant, R. (2013). Diagnosis and classification of disorders specifically associated with stress: proposals for ICD-11. <i>World Psychiatry, 12(3)</i> , 198-206 DOI: 10.1002/wps.20057.206	<b>הערה:</b> במודל ישנו תיאור של ASR התואם את ה- ICD-11
2	המשך תיאור של הסימפטומים האופייניים לתגובת לחץ חריפה (Acute Stress Reaction), שכיחותם, הרקע להתפתחותם, מניעתם ודרכי ריפויים ותיאור ASD	APA (2013). The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5) (pp. 280-286). Washington, DC: American Psychiatric Publication.	<b>הערה:</b> המאמר של Maerckerm ילווה אותנו לאורך כל הקורס כיוון שהוא עוסק במגוון רחב של הפרעות המייצגות את הפנומנולוגיה של הטראומה

	Bryant, A., R. (2017). Acute Stress Disorder. <i>Current Opinion in Psychology</i> , 14. 127–131. <a href="https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.01.005">doi.10.1016/j.copsyc.2017.01.005</a>	המשך תיאור של הסימפטומים האופייניים להפרעת לחץ חריפה (Acute Stress Disorder), שכיחותם, הרקע להתפתחותם, מניעתם ודרכי ריפויים.	.3
בכל קבוצה - ארבע סטודנטיות		<b>סימולציה</b> (על בסיס חלוקה לחדרים בזום) – אבחון ותכנון תוכנית התערבות ב- ASR ו- ASD	.4
	APA (2013). The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5) (pp. 271-280). Washington, DC: American Psychiatric Publication.	תיאור של הסימפטומים האופייניים להפרעת לחץ פוסט טראומתית (Post Traumatic Stress Disorder), שכיחותם, הרקע להתפתחותם, מניעתם ודרכי ריפויים.	.5
	Leon, R.M., Osburn, K.H., Bellairs, T. (2018) Processing War: Similarities and Differences in PTSD Antecedents and Outcomes between Military and Civilian War Survivors. <i>Occupational Stress and Well-Being in Military Contexts</i> , 16, 1-22. <a href="https://doi.org/10.1108/S1479-355520180000016001">doi.org/10.1108/S1479-355520180000016001</a>	תיאור של הסימפטומים האופייניים להפרעת לחץ פוסט טראומתית (Post Traumatic Stress Disorder), שכיחותם, הרקע להתפתחותם, מניעתם ודרכי ריפויים.	.6
יושם דגש על אבחנה מובדלת עם הפרעת אישיות גבולית בין השאר דרך מאמרו של Maerckerm	Schottenbauer, A.M., Glass, R.G. Arnkoff, B.D., Gray, H.S. (2008). Contributions of psychodynamic approaches to treatment of PTSD and trauma: A review of the empirical treatment and psychology literature. <i>Psychiatry</i> , 71(1), 13-34. <a href="https://doi.org/10.1521/psyc.2008.71.1.13">doi: 10.1521/psyc.2008.71.1.13</a> .	תיאור של הסימפטומים האופייניים לטראומה כרונית-מורכבת (Chronic-Complex Trauma), שכיחותם, הרקע להתפתחותם, מניעתם ודרכי הסיוע להפחתת עוצמת הסימפטומים והעלאת התפקוד של הנפגע.	.7
		תיאור של הסימפטומים האופייניים לטראומה כרונית-מורכבת (Chronic-Complex Trauma), שכיחותם, הרקע להתפתחותם, מניעתם ודרכי הסיוע להפחתת עוצמת הסימפטומים והעלאת התפקוד של הנפגע.	.8
בכל קבוצה ארבע סטודנטיות		<b>סימולציה</b> (על בסיס חלוקה לחדרים בזום) – אבחון ותכנון תוכנית טיפול ל- PTSD	.9

		וטרואומה כרונית-מורכבת.	
	APA (2013). The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5) (pp. 298-302). Washington, DC: American Psychiatric Publication.	הפרעות דיסוציאטיביות (דגש על שכחה דיסוציאטיבית [(dissociative amnesia] והקשר שלהם לחשיפה לאירועים טראומטיים.	.10
	*Greinacher, A., Derezza-Greeven, C., Herzog, W. & Nikendei, C. (2019). Secondary traumatization in first responders: a systematic review. <i>European Journal of Psychotraumatology</i> , 10, 1-21, doi: 10.1080/20008198.2018.156284.	הפרעות דיסוציאטיביות (דגש על שכחה דיסוציאטיבית [(dissociative amnesia] והקשר שלהם לחשיפה לאירועים טראומטיים ותחילת דיון על טראומטיזציה משנית.	.11
הערה: במאמר שפרטיו מופיעים למטה, ישנו תיאור מפורט של הפרוטוקול: לוי, א', שובל, י. (2010). "התערבות קבוצתית המשכית – פרוטוקול להתערבות ייחודית עם יחידות מילואים לוחמות". שיחות, כ"ד (3), 282-275.	*Levi, O., Shoval-Zukerman, Y. (2017). Continuance Group Intervention Protocol (CGIP) for a Unique Intervention. <i>International Journal of Emergency Mental Health &amp; Human Resilience</i> , 19(2). 1-7. DOI: 10.4172/1522-4821.1000364	המשך תיאור של הסימפטומים האופייניים לטראומטיזציה משנית (secondary traumatization) שכיחותם, הרקע להתפתחותם, מניעתם ודרכי ריפויים.	.12
כתיבת תוכנית התערבות (מניעה) בהתבסס על תרחיש חירום		תרגיל מסכם (על בסיס חלוקה לחדרים בזום) – מניעה באמצעות קבוצת התמך הטבעית. סיכום הקורס והכנה למבחן.	13

#### הערות:

- ייתכנו שינויים בסדר העברת הנושאים ובפרטי הקריאה.
- כמו כן, בכפוף להנחיות סביב מגפת הקורונה, ייתכנו שינויים באופן העברת הקורס, תכניו והמטלה הסופית.
- במידה והשיעורים יועברו באופן פרונטלי, הקורס יוגש באמצעות שידור חי מקוון אך הוא לא יוקלט.