



Cog-Fun A

התערבות קוגניטיבית – תפקודית בריפוי בעיסוק למבוגרים עם ADHD

יפעת ולדר שוקרון, מעין כהן

סילבוס קורס Cog-Fun A מקוון (פברואר -מרץ 2024)

מפגש 1- 15.02	מבוא לפרוטוקול ויחידה 1: קידום מודעות ל ADHD שלי בחיי היומיום
8: 45-9: 00	התכנסות
9: 00-10: 30	פתיחה והרצאת מבוא ל Cog-Fun A
10: 30-10: 45	הפסקה
10: 45-12: 15	תפקודים ניהוליים "כשאומרים לי שאני חושב מחוץ לקופסא, אני נלחץ- על איזה קופסא הם מדברים?" "סדר בבלאגן"- חוסר יציבות בביצוע, תגמול ומאמץ
12: 15-12: 45	הפסקת צהרים
12: 45-14: 15	איכות חיים ותחלואה נלווית
14: 15-14: 30	הפסקה
14: 30-16: 00	סיכום וסיום- התנסות ביומן מטופל
16: 15-17: 15	לימוד ותרגול BRIEF A

מפגש 2- 22.02	המשך יחידה 1: קידום מודעות ל ADHD שלי בחיי היומיום
8: 45-9: 00	התכנסות
9: 00-10: 30	פתיחה- "אתמול? מה זה?" יצירת רצף בשיח עם מבוגר עם ADHD מודעות מסתגלת
10: 30-10: 45	הפסקה
10: 45-12: 15	תרגול ראיון מודעות אינטגרטיבי
12: 15-12: 45	הפסקת צהרים
12: 45-14: 15	סרט, רצייה כתשתית הכרחית לטיפול - "איך אני מניע? איפה המפתחות לצוללת?"
14: 14-14: 30	הפסקה
14: 30-16: 00	שגרות ב – ADHD "מה מצאתי ולא ידעתי?!"



מפגש 3 - 29.02	יחידה 2: זיהוי, שיום וניכוס אסטרטגיות בהקשר עיסוקי (מרכישת ידע להתנסות)
8: 45-9: 00	התכנסות
9: 00-10: 30	סיכום יחידה 1
10: 30-10: 45	הפסקה
10: 45-12: 15	יחידה 2- למידה מטה קוגניטיבית- עקרונות, כלים וסכנות למידה
12: 15-12: 45	הפסקת צהרים
12: 45-14: 15	למידה ותרגול של תבנית לניטור וניתוח התנסות תפקודית בעבר (OPEA)
14: 14-14: 30	הפסקה
14: 30-16: 00	המשך תרגול כלים וסיכום היום
מפגש 4 - 7.03	יחידה 3: קידום זהות עיסוקית מסתגלת
8: 45-9: 00	התכנסות
9: 00-10: 30	סיכום יחידה 2 ותחילת יחידה 3
10: 30-10: 45	הפסקה
10: 45-12: 15	זיהוי אירועים קריטיים ומתן מענה למשברים בטיפול למידת אסטרטגיות גלובליות: חמלה עצמית, סינגור עצמי, שק המאמץ ועוד
12: 15-12: 45	הפסקת צהרים
12: 45-14: 15	תרגול כלי יחידה 3
14: 14-14: 30	הפסקה
14: 30-16: 00	התנסות בכלים

מפגש 5 - 14.03	יחידה 4: חיבור ואינטגרציה של כל מרכיבי הטיפול
8: 45-9: 00	התכנסות
9: 00-10: 30	רצף חידה 3 ותחילת יחידה 4
10: 30-10: 45	הפסקה
10: 45-12: 00	יחידה 4 – "תזכירי לי, על מה דיברנו?" ותרגול כלי היחידה
12: 00-12: 30	הפסקת צהרים
12: 30-14: 00	מודל ה IRM
14: 00-14: 15	הפסקה
14: 15-16: 00	אבחון וטיפול תרופתי ב ADHD – ד"ר טמיר אפשטיין



חיבור ואינטגרציה של כל מרכיבי הטיפול	מפגש 6 - 21.03
התכנסות	8: 45-9: 00
תיאור מקרה אינטגרטיבי	9: 00-10: 30
הפסקה	10: 30-10: 45
המשך תיאור מקרה אינטגרטיבי ראיות מחקר	10: 45-12: 15
הפסקת צהרים	12: 15-12: 45
היכרות עם צוות ההדרכה הכנה לניהול עצמי	12: 45-14: 15
הפסקה	14: 14-14: 30
הפרעת קשב – למידה מתמדת "סוף דבר"	14: 30-16: 00