



### מנחת הקורס: ג'ינה רוס

המייסדת והנשיאה של שני מרכזים בינלאומיים לריפוי טראומה - ITI ישראל ו-ITI ארה"ב. בשנת 1999 החלה ללמד SE™ בישראל.

רוס היא מורה מוסמכת בינלאומית של SE™, מומחית בנושא השפעתה של טראומה קולקטיבית בזמני קונפליקט ומלחמה, ומחברת הספרים: "מעבר למערבולת הטרומה", "ממערבולת הטרומה לריפוי", וסדרה של שבעה ספרים עבור עשרה מגזרים שונים.

בנוסף, גב' רוס היא מרצה מבוקשת בנושא טראומה בתחנות רדיו, טלוויזיה וכנסים בינלאומיים, ומתמחה בתרפיה בין-תרבותית בשבע שפות שונות.

# סילבוס קורס SE מתחילים

רוס ג'ינה המנחה בקורס SE™ BEGINNERS ללמוד כיצד לרפא טראומה, לשקם את היכולת לוויסות עצמי ולפתח חוסן

## מהי החוויה הסומטית SE™?

החוויה הסומטית (SE™) מוכחת מחקרית, שיטה נזירה-ביו-פסיכולוגית, מוכוונת גוף-תודעה. היא כוללת את הגוף, החלק החסר בריפוי טראומה. באופן ייחודי, חוץ מהיותה שיטה שעומדת בפני עצמה, SE™ יכולה להיות משולבת בכל השיטות הטיפוליות האחרות. SE™ פותחה לרפא טראומה ולשחרר מתח ועוררות טראומטית.

SE™ יעילה מאד בריפוי של PTSD ומתח, אשר נוצרו מטרומה הלם או מטרומה התפתחותית ודפוסי היקשרות, במגוון רחב של מסגרות קליניות וחינוכיות, וכן בריפוי של הפרעות חרדה, דיכאון ופוביות.

SE™ פותחה ע"י ד"ר פיטר לוין ונלמדת ברחבי העולם מעל 40 שנה והיא חווייתית מטבעה. ההכשרה המלאה של SE™ מציעה גישה מתוחכמת ומסתמכת על הממצאים המדעיים העדכניים ביותר מתחומים כמו טראומטולוגיה, ביולוגיה, נזירולוגיה, פסיכולוגיה, תיאוריית היקשרות, פיזיולוגיה, התיאוריה הפוליוואגלית של סטיבן פורג'ס והמחקר של אלן שור על טראומה ודפוסי היקשרות.

SE™ משקמת את היכולת לוויסות עצמי, עוזרת למנוע טראומה, להימנע משחיקה ואגירה של מתח, מפתחת חוסן ומסייעת לתקשורת. SE™ מחברת אותנו ללא מודע דרך הגוף באופן בטוח ומוכל ועובדת עם סימפטומים של טראומה אשר מוחזקים בזיכרון המרומז, ללא סיפור. השיטה מקדמת את הרעיון המדהים של היות הגוף המרפא עצמו. SE™ מטפלת בסוגים שונים של טראומה, ביניהם מלחמה, אסונות טבע, תאונות דרכים, טראומה מינית, טראומה רפואית, טראומת לידה וכאבים כרוניים. בנוסף, מטופלים יכולים להשתמש בכלים הבסיסיים של SE™ כדי לשחרר מתח בעצמם "על המקום", בכל זמן ובכל מצב.



**Trauma repeats itself until it gets healed. But this time, there are transformations in the world that give us an opportunity to do something different.**



# סילבוס קורס SE מתחילים

קורס ג'ינה המנחה בקורס SE™ BEGINNERS  
ללמוד כיצד לרפא טראומה, לשקם את היכולת לוויסות עצמי  
ולפתח חוסן

## מה נלמד בקורס?

- הבנת הפיזיולוגיה של לחץ טראומטי והשפעתו על מערכת העצבים האוטונומית
- תרגול מעקב אחר תחושות כדי להבין את התגובות של מערכת העצבים האוטונומית
- לימוד הניורופיזיולוגיה של כל אחת מהתגובות לאיום: לחימה, בריחה וקיפאון
- תרגול היכולת לעקוב אחר תחושות, כדי להשלים את מעגל התגובה לאיום ועל ידי השלמת תגובות הישרדותיות שלא בוצעו בעת האירוע
- ללמוד כיצד "לכייל" (לווסת) בתהליך משא ומתן של החוויה הסומטית בטיפול בטראומה, כדי להבטיח שילוב בריא מתוך ההתנסות
- הבנת מודל ה-SIBAM – תחושה, רגש, משמעות, תמונה (חמשת החושים), התנהגות (תנועות הגוף), ומשמעותו לגבי טראומה
- לעזור לקליינט לשחזר גבולות נאותים ולשמור עליהם
- ללמוד לזהות תגובות טראומטיות, לנרמל ולייצב אותן
- לרכוש מיומנויות התערבות בזמן קצר, המאפשרים פתרונות ארוכי טווח לתסמינים כרוניים ואקוטיים של טראומה
- ללמוד כיצד לשלב SE® להתנהלות המקצועית היומיומית של המטפל

# סילבוס קורס SE מתחילים

קורס ג'ינה המנחה בקורס SE™ BEGINNERS ללמוד כיצד לרפא טראומה, לשקם את היכולת לוויסות עצמי ולפתח חוסן



## פרטים טכניים

מודולה 1 (BEG1): מתקיימת כולה באופן מקוון באמצעות פלטפורמת זום (Zoom).	מיקום
<b>מודולה 2 (BEG2):</b> משלבת מפגשי זום עם <b>מפגשים פרונטליים בירושלים</b> . המפגשים בירושלים יתקיימו בתאריכים 14.10.26 (יום רביעי), וכוללים הרצאה, תרגול ומפגש סיכום.	
<ul style="list-style-type: none"><li>מודולה 1 (BEG1): כוללת 11 מפגשי למידה וסיכום המתקיימים באופן מקוון (זום), ובנוסף מפגש סופרוויז'ן קבוצתי אחד.</li><li>מודולה 2 (BEG2): כוללת 8 מפגשי למידה בזום, יום לימודים מרוכז בירושלים המורכב מ-3 מפגשים פרונטליים (הרצאה, תרגול וסיכום), ומפגש סופרוויז'ן מסכם בזום. סה"כ 24 מפגשים</li></ul>	מספר מפגשים
הקורס מועבר בשפה האנגלית עם מעטפת תמיכה מלאה לדוברי עברית. במהלך כל ההרצאות של ג'ינה רוס מתקיים תרגום סימולטני לעברית, כך שהתכנים המקצועיים והתיאורטיים מוגשים בצורה ברורה ומדויקת לקהל הישראלי.	שפה
תרגול כ-3.5 שעות, זום הרצאה 4 שעות	משך כל מפגש
111 ש"א	היקף הקורס
<ul style="list-style-type: none"><li>אנשי מקצוע בבריאות הנפש: פסיכולוגים, פסיכיאטרים, עובדים סוציאליים (עו"ס) ופסיכותרפיסטים.</li><li>מטפלים באמצעות אמנויות: מטפלים בתנועה, בדרמה ובאומנויות חזותיות.</li><li>אנשי חינוך וייעוץ: יועצים חינוכיים ומטפלים רגשיים העובדים במוסדות חינוך.</li><li>צוותים רפואיים ופרא-רפואיים: רופאים, אחיות ופיזיותרפיסטים.</li><li>מטפלי גוף-נפש ושיקום: כירופרקטים ומטפלי גוף מוסמכים בעלי רקע טיפולי מוכר מארגונים בעלי קוד אתי מקצועי.</li></ul>	קהל יעד
לפי הטבלה המפורטת בהמשך	ימים ושעות
עלות הכשרת המתחילים בשיטת SE™ (החוויה הסומטית) היא 6,560 ש"ח, הכוללת מע"מ. מחיר זה משקף את שכר הלימוד עבור שתי מודולות הלימוד (BEG1 ו-BEG2) ובנוסף כולל השתתפות בשני מפגשי סופרוויז'ן (הדרכה) קבוצתיים המתקיימים בסיום המודולות. חשוב לציין כי ההרשמה לקורס מחייבת השתתפות מלאה בשתי המודולות ולא ניתן להירשם לאחת מהן בלבד.	עלות

תאריך	יום בשבוע	שעות המפגש	סוג המפגש
05.07.26	ראשון	16:30-20:30	הרצאה
06.07.26	שני	09:00-12:30	תרגול
06.07.26	שני	16:30-20:30	הרצאה
07.07.26	שלישי	09:00-12:30	תרגול
07.07.26	שלישי	16:30-20:30	הרצאה
08.07.26	רביעי	09:00-12:30	תרגול
09.07.26	חמישי	16:30-20:30	הרצאה
10.07.26	שישי	09:00-12:30	תרגול
12.07.26	ראשון	16:30-20:30	הרצאה
13.07.26	שני	13:00-16:30	תרגול
13.07.26	שני	17:00-18:30	סיכום מודולה
21.07.26	שלישי	17:00-20:00	סופרוויז'ן קבוצתי

תאריך	יום בשבוע	שעות המפגש	סוג המפגש
05.10.26	שני	16:30-20:30	הרצאה
06.10.26	שלישי	09:00-12:30	תרגול
06.10.26	שלישי	16:30-20:30	הרצאה
07.10.26	רביעי	09:00-12:30	תרגול
12.10.26	שני	09:00-13:00	הרצאה
12.10.26	שני	16:30-20:00	תרגול
13.10.26	שלישי	09:00-13:00	הרצאה
13.10.26	שלישי	16:30-20:00	תרגול
14.10.26	יום רביעי המפגש מתחלק ל3 מפגשים פרונטלים בירושלים	09:00-13:00	הרצאה
14.10.26		14:00-17:30	תרגול
14.10.26		17:30-18:30	סיכום קורס
24.11.26	שלישי	17:00-20:00	סופרוויז'ן קבוצתי

- דגשים חשובים לפני הרישום:

- לימודי SE מיועדים למטפלים בעלי תעודת טיפול מוכרת מארגונים בעלי קוד אתי בלבד, שברשותם

- תעודות אחריות וביטוח מקצועי

- לימודי SE מצטרפים להכשרתכם הקיימת ואינם עומדים בפני עצמם

- לא ניתן להירשם לאחת מהמודולות ברמת מתחילים בלבד

- ניתן להיעדר מהרצאה אחת או תרגול אחד בלבד לאורך מודולה אחת

- אין הקלטות מכל סיבה שהיא

- תרגולים מתקיימים בעברית ובאנגלית

## מהן האפשרויות להמשך לימודים וקבלת הסמכת SEP בינלאומית?

עבור מטפלים המעוניינים להעמיק מעבר לשנת המתחילים, קיימת דרך להסמכה מלאה כמטפלי SEP (Somatic Experiencing Practitioner) מטעם המרכז בארה"ב. לאחר סיום שלב המתחילים (Beginners), ניתן להמשיך לשלב הביניים (Intermediate) הכולל שלושה קורסים בני 4 ימים כל אחד, ולאחר מכן לשלב המתקדמים (Advanced) הכולל שני קורסים בני 6 ימים. מסלול זה מעניק למטפל הכרה בינלאומית רחבה ומיומנויות טיפוליות מתקדמות בשיטה.

## באילו סוגי טראומה ספציפיים מטפלת שיטת SE?

שיטת החוויה הסומטית הוכחה כיעילה במיוחד בטיפול במגוון רחב של מצבי טראומה ומתח. בין היתר, השיטה נותנת מענה לטראומות הלב (כמו מלחמה, אסונות טבע ותאונות דרכים), טראומות רפואיות, טראומות לידה וכאבים כרוניים. בנוסף, השיטה מטפלת בטראומה התפתחותית ובדפוסי היקשרות, ומסייעת לשחרר סימפטומים של חרדה ודיכאון המוחזקים בזיכרון הגופני גם ללא "סיפור" מודע של האירוע.

## מהי המדיניות המיוחדת לנשים בהיריון המשתתפות בקורס?

חשוב לדעת כי בהתאם לחוזה הלימודים ולשמירה על בריאות המשתתפות, נשים בהיריון יכולות להשתתף בתרגולים כמטפלות וכצופות בלבד, אך לא כמטופלות. זאת בשל העוצמה הרגשית והגופנית של התהליכים המתרחשים במהלך התרגול. יש לעדכן את הנהלת הקורס מראש על מנת לאפשר תכנון נכון ובטוח של קבוצות התרגול.

## איך לוודא שההרשמה שלי לקורס בוצעה בצורה תקינה דרך "פנימה"?

בעת ההרשמה לקורס, חשוב מאוד לציין במפורש שהנעתם דרך ארגון "פנימה". ציון פרט זה מבטיח את הרישום שלכם תחת המעטפת המקצועית של הארגון ומאפשר לכם לקבל את המידע הרלוונטי בנוגע לסמינר הקליני ולהתאמה המגדרית של הקבוצה. לכל שאלה בנושא, ניתן ליצור קשר ישירות עם משרד הארגון או עם מנהלת ההכשרות.

## האם דמי ההרשמה לקורס מוחזרים במקרה של ביטול?

בהתאם למדיניות הארגון, דמי ההרשמה אינם מוחזרים במקרה של ביטול או דחייה של ההשתתפות בקורס מצד הסטודנט. דמי ההרשמה נועדו להבטיח את מקומו של המשתתף בהכשרה ולכסות את עלויות האדמיניסטרציה הכרוכות בעיבוד הבקשה ובתיאום הלוגיסטי של הקורס.

## מהם התנאים לקבלת החזר כספי במקרה של ביטול ההרשמה?

מדיניות ההחזרים של קורס SE™ מבוססת על לוחות זמנים קבועים מראש כדי לאפשר ניהול תקין של הקבוצות:

ביטול של שבועיים או יותר לפני תחילת הקורס: יוחזר תשלום בגובה 50% משכר הלימוד בלבד.

ביטול של שבוע או פחות לפני תחילת הקורס: יוחזר תשלום בגובה 25% משכר הלימוד בלבד.

ביטול עם תחילת הקורס או במהלכו: לא יינתן החזר כספי על שכר הלימוד.

## האם קיימים מקרים חריגים המאפשרים החזר כספי לאחר תחילת הלימודים?

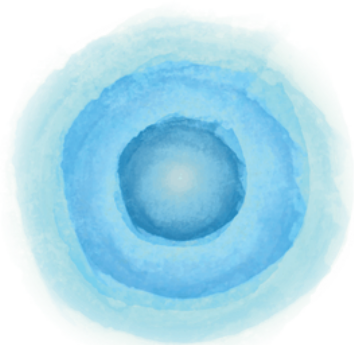
החזר כספי לאחר תחילת הקורס או במהלכו יישקל אך ורק במצבים של "כוח עליון" ובהצגת אישורים רשמיים מתאימים. מקרים אלו כוללים אשפוז, מוות של קרוב משפחה מדרגה ראשונה או מצב ביטחוני חריג המונע את קיום הלימודים. במידה וההכשרה לא נפתחת ביוזמת הארגון, הסטודנטים יקבלו החזר כספי מלא על כל התשלומים שבוצעו.

## מהי המדיניות לגבי דחיית ההשתתפות בקורס למחזור עתידי?

סטודנט המעוניין לדחות את לימודיו למחזור עתידי לאחר תחילת הקורס או במהלכו, יוכל לעשות זאת בכפוף לתשלום דמי הרשמה חדשים בסך 500 ש"ח. אפשרות זו מאפשרת לשמור על הרצף הלימודי במועד מאוחר יותר מבלי לאבד את הזכאות להשלמת ההכשרה, וזאת בכפוף לזמינות המקומות במחזורי הבאים.

## למי ניתן לפנות לצורך בירורים טכניים ונושאי תשלום?

לסיוע טכני, קבלת חשבוניות או הסדרת תשלומים, ניתן לפנות למשרדי ארגון "פנימה" בטלפון 077-5712727 או במייל [office@pnimacenter.co.il](mailto:office@pnimacenter.co.il). לשאלות מקצועיות נוספות ועדכונים לגבי ההכשרות, ניתן ליצור קשר עם צליל לוי, מנהלת ההכשרות, בטלפון 054-4829399.



**קורס SE™ BEGINNERS עם רוס ג'ינה**  
**ללמוד כיצד לרפא טראומה, לשקם את היכולת**  
**לזוויסות עצמי ולפתח חוסן**

מרכז פנימה ירושלים  
קדיש לוז 1 רמת שרת, ירושלים.  
077-5712727  
office@pnimacenter.co.il

הקורס מתחיל לאחר פסח

יום ראשון

5/7/2026

חשוב מאוד לציין במפורש שהגעתם דרך ארגון "פנימה". ציון פרט זה מבטיח את הרישום שלכם תחת המעטפת המקצועית של הארגון ומאפשר לכם לקבל את המידע הרלוונטי בנוגע לסמינר הקליני ולהתאמה המגדרית של הקבוצה. לכל שאלה בנושא, ניתן ליצור קשר ישירות עם משרד הארגון או עם מנהלת ההכשרות.



נרשמים כאן:

<https://www.pnimacenter.co.il>