



מנפלאות המוח לנפלאות האדם 1

סדנה בסיסית מרוכזת לאנשי מקצועות הטיפול

בהנחיית ד"ר נאוה לויט בן נון, ד"ר יוליה גולנד וד"ר נועה אלבלדה

סדנה מרוכזת המאפשרת היכרות מעמיקה עם הנושאים המרכזיים בחקר המוח, החל מהתשתית המוחית, דרך מערכות הרגש, המוטיבציה והקוגניציה ועד ליכולת האנושית הייחודית להבין את העצמי ואת האחר. הסדנה נבנתה במיוחד לאנשי מקצועות הטיפול מתוך ניסיון רב בעבודה מול קהל זה ומטרתו לפתח ראייה מחודשת של ההתנהגות הנורמלית והאבנורמלית לאור התובנות מחקר המוח.

השתתפות בסדנה מזכה בתעודת השתתפות מטעם מרכז סגול למוח ותודעה בבית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה במרכז הבינתחומי הרצליה.

לפרטים נוספים ניתן לפנות לד"ר נועה אלבלדה, anoa@idc.ac.il

פירוט ההרצאות:

המוח המתפתח – בהרצאה זו נכיר את הנורון, את הסינפסה ואת תאי הגליה ונבין את ההשפעה של שינויים קטנים בהם על תפקוד מוחי והתנהגותי. נלמד כיצד מתפתחת התשתית המוחית המורכבת והמופלאה, מה משפיע על התפתחות זו, וכיצד המגדר של המוח נקבע. נדון בתפיסה שהולכת ומשתנה לגבי התפתחות המוח מתפיסה של הבשלה מוחית לתפיסה של התפתחות "צוותי עבודה במוח", נבדוק כיצד נראה התהליך ההתפתחותי של צוותים אלו ומה קורה כשהוא משתבש.

המוח הגמיש - בהרצאה זו נבין כיצד מתאים עצמו המוח בכל רגע ורגע לסביבה בה הוא נמצא. כיצד המוח מייצג את העולם החיצון, ומשמר את הידע והניסיון שנרכש מרגע לרגע. נבין מה המשמעות של המושג "המוח הפלסטי", מהם המנגנונים הביולוגיים הגורמים לפלסטיות המוחית, מהם התנאים להעברת מידע חדש לזכרון לטווח רחוק, איך שינה וחלומות קשורים לפלסטיות המוחית ומה קורה כשהתהליכים הפלסטיים המוחיים משתבשים.

המוח הגופני - בהרצאה זו נכיר כיצד המוח קולט ומעצב את העולם שבחוץ ואת העולם הפנימי של הגוף בו הוא נמצא, וכיצד הוא מגיב ופועל על עולם זה. נלמד על הקשר ההדדי בין המוח לגוף באמצעות המערכת האוטונומית, המערכת ההורמונלית ומערכת החיסון. נדון כיצד המוח מגיב לעולם ומה הן המוטיבציות לתנועה. לבסוף נדבר על מצבים אבנורמליים כגון אוטיזם מנקודת המבט של מערכות אלו.

התזמורת המוחית - בהרצאה זו נבחין בין רשתות אנטומיות לרשתות תפקודיות ונדון במשמעויות של התפיסה הרשתית להבנת תפקוד המוח כתזמורת מכווננת. נבחן כיצד משתנה הרשת התפקודית במצבי מודעות שונים, נדון בקשר בין אי-תקינות רשתית לפסיכופתולוגיות שונות ונדון במשמעות של "עמידות מוחית". לבסוף נבדוק כיצד הבדלים ב"כיוון המוחי" יכולים להסביר הבדלים אינדיבידואליים ומושגים כגון אישיות וטמפרמנט.



המוח המרגיש והמשתוקק - בהרצאה זו נסקור את המערכות המוחיות התומכות בתפקוד רגשי וכן את המערכות הקשורות למערכת התגמול. נבדוק כיצד באים לידי ביטוי רגשות שונים במוח, אילו מנגנונים עומדים בבסיס של תהליכי ויסות רגשי, ומה עומד בבסיס ההבדלים הבינאישיים בתפקוד הרגשי. נכיר גם את מערכות התגמול במוח שצובעות עבורנו את העולם בצבעים של "נעים" ו"לא נעים" ועומדות בבסיס הכמיהות וההתמכרויות שלנו. לבסוף נדבר על מצבים אבנורמליים כגון הפרעת קשב וריכוז, הפרעה טורדנית-כפייתית (OCD) או דכאון מנקודת מבט של מערכות אלו.

המוח החושב והקשוב - בהרצאה זו נלמד על המערכות המוחיות התומכות ב"קוגניציה" וביכולות השליטה והבקרה של המוח וכן נכיר את מערכות הקשב השונות. נבדוק האם האזור הפרה-פרונטלי אחראי בלעדית לקוגניציה גבוהה ונכיר מי עוד תומך בה בתפקידיה החשובים. נבדוק מה באמת ההבדל בין המוח הימני למוח השמאלי, מה עומד בבסיס של קבלת החלטות והאם באמת אפשרית קוגניציה ללא מערכות רגש. נכיר את מערכות הקשב השונות ונבין באמצעותן את המושג "דינמיקה בין-רשתית" וכיצד רשתות רבות עובדות יחד כדי לתמוך ביכולת שונות.

המוח הספונטני - הרצאה זו תעסוק במצב מוחי שהזנח במשך שנים רבות אך כיום מלהיב את הקהילה המדעית: מה קורה במוח כאשר האדם אינו עוסק במשימה כלשהי? נכיר את רשת המנוחה ודרך רשת זו נתוודע למהפך אשר קרה בתקופה האחרונה בתפיסת תפקודו הבסיסי של המוח. במהלך ההרצאה נדבר על ההבנה שהמוח מאורגן ברשתות וכן מה משמעות של רשת מוחית. נכיר את הרשתות הבסיסיות במוח ונראה כיצד ניתן לחקור פתולוגיות דרך חקר הרשתות. כמו כן, נדבר על התפקיד האקטיבי של המוח ביצירת מציאות.

העצמי המוחי - בהרצאה זו נחפש יחד את ה-SELF במוח. נבדוק האם קיים אזור או רשת מוחית המוקדשת לתפקוד ה"עצמי" ואילו עוד תפקודים מוחיים מעורבים ב"עצמי המוחי". נבחן גם מה קורה לעצמי המוחי בפתולוגיות שונות כגון דיכאון, וסקיזופרניה ואוטיזם.

המוח החברתי - גילויים של נירוני המראה בתחילת שנות התשעים יצר גל חסר תקדים של מחקרים חדשים אשר הביאו להיווצרותו של מודל מוחי חדש, והוא מודל המוח החברתי. בהרצאה זו נכיר את מנגנוני המראה במוח האדם ונבדוק כיצד הם מאפשרים להבין את האחר, להרגיש את האחר ולפעול עם האחר בצורה אינטואיטיבית ויעילה. כמו כן, נבדוק כיצד מערכות המראה שופכות אור חדש על תופעות חברתיות מעניינות כגון נטייה אוטמטית לנושית לחיקוי וסינכרון בינאישי. לבסוף נדון בשאלה המרתקת כיצד הבנת העצמי קשורה להבנת האחר במוח.

המוח האמפתי - הרצאה זו תעסוק בבסיס הביולוגי של פסגת היכולות האנושיות והיא היכולת האמפטית. נשאל מה הם המרכיבים החיוניים של אמפתיה בינאישית ונלמד את המנגנונים המוחיים הרלוונטיים. כמו כן נציג את המסלול ההתפתחותי של אמפתיה ונבדוק האם יכולת אמפתית היא תוצר של התפתחות קוגניטיבית או שמא זו יכולת ביולוגית מולדת והישרדותית.



על המרצות:

ד"ר נאוה לויט בן נון, ד"ר יוליה גולנד וד"ר נועה אלבלדה הן חוקרות ומרצות במרכז סגול למוח ותודעה, בית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה, המרכז הבינתחומי הרצליה. המרצות מקיימות את הסדנה מתוך אמונה כי היכרות עם עבודתו של המוח האנושי יכולה להוביל לתובנות משמעותיות בתפיסת העולם הטיפולית והאישית של משתתפי הסדנה. המנחות הינן בעלות ניסיון רב בהעברת ידע מורכב בשפה פשוטה וקליטה.

ד"ר נאוה לויט בן נון



מייסדת ומנהלת של מרכז סגול למוח ותודעה ומכון מודע למיינדפולנס מדע וחברה בבית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה, המרכז הבינתחומי הרצליה. בעלת דוקטורט ממכון ויצמן למדע. כיום עוסקת בשאלות של השפעת ויסות של מערכות מוחיות בסיסיות על התפתחות, עמידות מוחית ואינטראקציה בינאישית. כמו כן, ד"ר לויט בן נון מתעניינת ביישומים של גישות אימון מוחי מסוג מיינדפולנס בטיפול ובחינוך.

בשנים האחרונות עוסקת ד"ר לויט בן נון בבניית שפה משותפת לחוקרי מוח, מטפלים ואנשי חינוך. ד"ר לויט בן נון מלמדת קורסי חובה וקורסים מתקדמים בנושא המוח לסטודנטים לתואר ראשון בבית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה במרכז הבינתחומי הרצליה ובעלת ניסיון רב במתן הרצאות לקהלים של מטפלים ואנשי חינוך.

ד"ר יוליה גולנד



ד"ר גולנד הינה בעלת דוקטורט ממכון ויצמן למדע והאוניברסיטה העברית בירושלים. כיום עוסקת בחקר התהליכים הביולוגיים המעורבים באינטראקציה בינאישית במרכז סגול למוח ותודעה. ד"ר גולנד מתעניינת במיוחד בתהליכים בינאישיים ייחודיים כגון סינכרון והדדיות. ד"ר גולנד מלמדת קורסים מתקדמים בנושא המוח לסטודנטים לתואר ראשון בבית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה במרכז הבינתחומי הרצליה. בנוסף, ד"ר גולנד נותנת הרצאות על המוח לקהל הרחב.

ד"ר נועה אלבלדה



ד"ר אלבלדה היא בעלת דוקטורט במדעי המוח מאוניברסיטת תל-אביב. כיום, ד"ר אלבלדה מנהלת את המעבדה לחקר המוח במרכז סגול למוח ותודעה שבמרכז הבינתחומי הרצליה. בנוסף, היא אחראית על פיתוח והפצת התכנים החינוכיים של המרכז ומלמדת קורסים לתואר ראשון בנושא המוח במרכז הבינתחומי הרצליה, באוניברסיטת תל-אביב ובאוניברסיטה הפתוחה. ד"ר אלבלדה מתמחה בהנגשת התובנות העולות ממחקרי מוח עדכניים לקהלים מגוונים הכוללים אנשי מקצוע מתחום החינוך ובריאות הנפש וכן הציבור הרחב.