



ביה"ס ל-CBT
פרט ♦ זוג ♦ משפחה

ביה"ס ל-CBT

פסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית פרט ♦ זוג ♦ משפחה

ניהול אקדמי: מר עופר פלד

תוכנית לימודים דו - שנתית

אוקטובר 2016 – יוני 2018

* שנה שלישית אופציונאלית – קורסי בחירה



התוכנית באישור איט"ה – האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי

ועומדת בדרישות של EABCT – האגודה האירופאית למטפלים התנהגותיים קוגניטיביים

מנהל ביה"ס: עופר פלד 052-2225113 ♦ מ. אדמיניסטרטיבית, עירית 052-2499683
אתר: www.cbt-school.com ♦ מייל: cbt.school.il@gmail.com ♦ לימודים: קרן היסוד 75 רעננה
מען למכתבים: ת.ד. 9007 אבן יהודה 4050002 ♦ פקס: 09-8989291



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

עלון מידע

ביה"ס ל-CBT מקנה ידע ומיומנות טיפולית בפרוטוקולים של האסכולות המובילות בפסיכותרפיה התנהגותית-קוגניטיבית - גישת טיפול ממוקדת, יעילה, מבוססת מחקר למגוון הפרעות. טיפול CBT ניתן לשלב במערך פרטני, זוגי, משפחתי וקבוצתי הן בעבודה עם מבוגרים והן בעבודה עם ילדים ונוער. התלמידים ילמדו ליישם פרוטוקולים המקדמים שינוי בממדים של מחשבות – רגשות – התנהגות – פיתוח מיומנויות.

ביה"ס ל-CBT מתאפיין באיכותו המבוססת על: א. בחירה קפדנית של קבוצת הלימוד ב. למידה בקבוצה קטנה ובאווירה משפחתית ג. בחירה בלתי מתפשרת של מרצים ותכני לימוד ד. היכרות וליווי אישי של כל תלמיד ה. רמת שביעות רצון גבוהה ביותר של הלומדים (4.8 מתוך 5.0 בסקר ינואר 2016).

ייחודו של ביה"ס הוא בהקניית מיומנויות טיפול CBT עם ילדים, נוער ומבוגרים בראייה מערכתית באמצעות אינטגרציה שבין טיפולי CBT יעילים למגוון הפרעות לבין היישום שלהם במעגלי החיים הסובבים את המטופל, על פי מודל הרבדים הבא:



מודל רבדים - בניית טיפול רב שכבתי - ביה"ס ל-CBT



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

אוכלוסיית היעד ותנאי קבלה

תוכנית הלימודים תעשיר את מיומנויות הטיפול ותאפשר ללומדים להתייעל בתחום עיסוקם המקצועי. הלימודים מיועדים לבעלי תואר שני במקצוע טיפולי עם ניסיון בפסיכותרפיה, כגון: פסיכולוגים, עובדים סוציאליים, פסיכיאטרים, מטפלים באומנות, מטפלים משפחתיים וכד'.

קורס בפסיכופתולוגיה הוא תנאי הכרחי לקבלה לתוכנית. במקרים מיוחדים יינתן אישור להשלמת הקורס בפסיכופתולוגיה במהלך שנת הלימודים הראשונה במסגרות אקדמיות חיצוניות.

הקבלה לתוכנית תהיה על סמך ניסיון קליני, המלצות וראיון אישי.

מיקום ומועדים

הלימודים בביה"ס יתקיימו במכללת רעננה, רח' קרן היסוד 75.

תוכנית הלימודים של שנים א'+ב' מתקיימת בימי ג' בין השעות 09:30-14:45 (6 שעות אקדמיות ביום).

תוכנית הלימודים של שנה ג' תפורסם בנפרד.

פתיחת שנת הלימודים בתאריך 25.10.16

סיום שנת הלימודים בתאריך 20.6.17 (ייתכנו שינויים בתאריך סיום השנה)

מסלול הלימודים

תוכנית לימודים דו-שנתית במהלך יילמדו המבואות לטיפול התנהגותי קוגניטיבי ויישומם בפרוטוקולים מתקדמים לטיפול במגוון הפרעות ובעיות אותם פוגש בעבודתו המטפל בפרט ובמשפחה (הפרעות חרדה לסוגיהן, דיכאון, טראומה, ADHD, ויסות התנהגות, קשיים חברתיים, בעיות ביחסים בינאישיים, קשיים באינטימיות, הפרעות אישיות ועוד).

* שנה שלישית אופציונאלית – קורסי בחירה המיועדים להעשיר את מיומנויות הטיפול בתחומי תוכן ספציפיים כגון: הגל השלישי ב – CBT, סכמה תרפיה, מודלים מוטיבציוניים וכד'.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

מתכונת הלימודים

ביה"ס מציע תוכנית לימודים תלת-שנתית. השנתיים הראשונות הן לימודי חובה לצורך השלמת תוכנית הכשרה למטפלים התנהגותיים-קוגניטיביים המוכרת ע"י איט"ה. שנה ג' (אופציונאלית) הינה שנת העשרה, המציעה קורסים לצורך העמקה והתמקצעות בתחומי תוכן ספציפיים. הקורסים של שנה ג' פתוחים למטפלים מזרמים שונים (בתנאי שעומדים בדרישות הכניסה המוגדרים לכל קורס) וניתן להירשם לכל אחד מהקורסים בנפרד ללא קשר ללימודים בשנתיים הראשונות.

- ♦ שנה א' כוללת 162 שעות שיוקדשו ללימוד המבואות ותרגול ביישום פרוטוקולים בסיסיים במגוון הפרעות תוך התייחסות למודל הרבדים.
- ♦ שנה ב' כוללת 162 שעות שיוקדשו לטיפול בהפרעות מורכבות, סכמה תרפיה, טיפול CBT במשפחה וטיפול הגל השלישי
- ♦ התוכנית הדו-שנתית כוללת סה"כ 450 שעות, מתוכם:
 - ♦ 250 שעות של למידה פרונטאלית
 - ♦ 200 שעות המוקדשות לרכישת מיומנויות ותרגול, מתוכם: 74 שעות להקניית מיומנויות ותרגול בכיתה, 70 שעות תרגול בבית, 56 שעות הדרכה אותן יש לרכוש בנפרד
- ♦ הלימודים יתקיימו במתכונת של למידה תיאורטית, תרגול והדרכה, הדגמות חיות ובמידת האפשר צפייה בסרטוני הדגמה טיפוליים.
- ♦ תוכנית הלימודים נתונה לשינויים



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

תוכנית הלימודים

שנה א'

- ♦ הגישה ההתנהגותית ויישומה ברבדים השונים
- ♦ עיצוב התנהגות: גמילה, סדר יום, הפרעות קשב וריכוז וכד'
- ♦ למידה חברתית
- ♦ טיפול קוגניטיבי עפ"י אהרון בק עם דגש על טיפול בדיכאון
- ♦ המשגה ובניית תוכנית טיפולית עפ"י שלושה מודלים בהתאם לרובד ההתערבות
- ♦ אינטייק ב – CBT מול גישות אחרות
- ♦ REBT – טיפול רציונאלי אמוטיבי עפ"י אלברט אליס
- ♦ הקשר הטיפולי ותקשורת טיפולית ב-CBT
- ♦ CBT בעבודה עם ילדים, משפחות, והמערכת החינוכית בהפרעות מרכזיות (הפרעות חרדה למיניהן, דיכאון, בעיות התנהגות ועוד)
- ♦ הפרעות חרדה במבוגרים (פרוטוקולים של CBT לפוביות, התקפי פאניקה, הפרעות פסיכוסומטיות, חרדה חברתית, OCD, GAD)
- ♦ מודל פתרון בעיות
- ♦ מיומנויות חברתיות, התערבויות במצבי נידוי חברתי ובריונות ברשת
- ♦ CBT באוריינטציה משפחתית ומערכתית

שנה ב'

- ♦ הראיון המוטיבציוני
- ♦ CBT בהפרעות אכילה
- ♦ טיפול תרופתי בשילוב CBT
- ♦ טיפול CBT באמצעות משחק
- ♦ CBT במצבי דחק במשפחה והכנה להתערבויות רפואיות
- ♦ פרוטוקולים לטיפול בהפרעה פוסט-טראומטית (PE, CPT)
- ♦ סכמה תרפיה להפרעות אישיות
- ♦ DBT – טיפול דיאלקטי התנהגותי
- ♦ הגל השלישי ב-CBT
- ♦ קשיבות (MINDFULNESS)
- ♦ ACT - טיפול דרך קבלה ומחויבות
- ♦ סיום טיפול ומניעת הישנות בילדים ובמבוגרים
- ♦ CBT בשילוב טיפול באומנות
- ♦ אתיקה בפסיכותרפיה

שנה ג' (אופציונאלית, אינה כלולה בשכ"ל)

ביה"ס ל-CBT פותח שערי לאנשי מקצועות הטיפול להירשם לקורסי בחירה וימי עיון העוסקים בפיתוחים העכשוויים של מספר גישות פסיכותרפיה מהמובילות בשדה ה-CBT. יש לעיין בעלון קורסי הבחירה.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

מטלות לימודיות

- ♦ קריאת חומרי הלימוד ועיון בספרות מקצועית מומלצת.
- ♦ השתתפות בתרגולים, ביצוע מטלות, מבחנים.
- ♦ נוכחות - לפחות 80% משעות הלימוד.
- ♦ הגשת הצגות מקרים טיפוליים - תיאור מקרה בכתב על פי כללי ה- Single Case
- ♦ טיפול – במהלך 2 שנות הלימוד הראשונות יש לטפל ב-10 מטופלים לפחות (5 מטופלים בשנה) ולהתנסות לכל הפחות ב- 3 סוגים שונים של הפרעות.
- ♦ רכישת הדרכה מקצועית ב-CBT בהיקף כולל של 56 שעות משני מדריכים שונים המוכרים כמדריכים מוסמכים ע"י איט"ה. קבלת חו"ד מהמדריכים המעידות על רכישת מיומנויות טיפול CBT ברמה נאותה. באחריות התלמידים להעביר את חו"ד הכתובות לביה"ס.

עמידה וסיום כל חובות הלימוד בשנתיים הראשונות ופירעון שכ"ל הם תנאי לקבלת תעודת גמר. אי מילוי כל המטלות הלימודיות ו/או אי עמידה בסטנדרטים קליניים ואתיים הנדרשים מאיש מקצוע טיפולי, עלולים לגרום להפסקת הלימודים בתוכנית בהליך מסודר. במקרה כזה לא יוחזר התשלום עבור לימודיו של התלמיד/ה.

טיפולם והדרכות

נדבך מרכזי נוסף לתוכנית הלימודים הוא יישום הידע הנרכש ב-CBT בעבודה עם מטופלים. התלמידים נדרשים לטפל במקום עבודתם ב-10 מטופלים לפחות (5 מקרים בשנה), בגישת CBT. באחריות התלמידים העובדים במסגרות ציבוריות לקבל את אישור הממונים עליהם ולפעול בהתאם לנהלים הנהוגים במסגרתם. כמו כן, באחריות התלמידים לטפל במטופלים בתחום עיסוקם ולוודא שהם מכוסים בביטוח אחריות מקצועית, שנרכש על חשבונם או ממומן ע"י מקום עבודתם.

תלמידים הזקוקים למטופלים יכולים להיוועץ עם מנהלי התוכנית לגבי פתרונות אפשריים במסגרות טיפול בקהילה.

בתקופת הלימודים בתוכנית הדו-שנתית של ביה"ס, התלמידים נדרשים לצבור 56 שעות הדרכה על מטופליהם (28 שעות הדרכה בכל שנת לימודים). התלמידים יכולים לקבל הדרכה פרטנית (מינימום 45 ד' למפגש) או בקבוצה של עד 4 משתתפים (לפי חישוב של חצי שעה לכל משתתף בפגישה). על התלמידים לבחור שני מדריכים שונים, **המוכרים כמדריכים מוסמכים ע"י איט"ה** (מדריך אחד בכל שנת לימודים). בסיום כל שנת לימודים, נדרש להגיש למדריך עבודה מסכמת של הצגת מקרה שלוה בהדרכה. עלות ההדרכה ובדיקת עבודת סוף שנה, אינן חלק משכ"ל השנתי ועל המודרך לשלם בעבורן ישירות למדריך.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

שימו לב! כדי להתקבל לאיט"ה כמטפל מומחה ב-CBT יש לעמוד בקריטריונים שאיט"ה מגדירה, ביניהם השלמה של עוד 44 שעות הדרכה. למעוניינים להתקבל כחברים באיט"ה נדרש לעיין בתקנון המתפרסם באתר <http://www.itacbt.co.il>

תעודת סיום

תעודת סיום תוכנית לפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית תוענק בתום שתי שנות הלימוד הראשונות ולאחר עמידה בכל המטלות.

התעודה הינה מטעם בית הספר ל - CBT ובחסות איט"ה ותכלול אישור על סך שעות הלימוד ושעות ההדרכה.

מנהל התוכנית

- ♦ מר עופר פלד פסיכולוג קליני בכיר ומדריך מוסמך, מנהל המרכז לסכמה תרפיה רעננה, ישראל. מטפל CBT ומדריך מוסמך. בוגר התוכנית הבינלאומית להכשרת מטפלים ומדריכים בסכמה תרפיה ניו-ג'רזי, בהנחיית דר' ג'פרי יאנג ונודי בהרי, נשיאת ISST היוצאת. מרצה בלימודי המשך בפסיכיאטריה בביה"ס לרפואה באוניברסיטת ת"א ובאוניברסיטת בר אילן. מרצה בתוכניות המובילות להכשרת מטפלי CBT בארץ בתחום ילדים, נוער ומבוגרים. מדריך צוותים טיפוליים בקופות החולים, תחנות לבריאות הנפש, תחנות לטיפול זוגי ומשפחתי. דוקטורנט בפקולטה לפסיכולוגיה באוניברסיטת בר-אילן, חוקר את יעילות ההתערבויות בסכמה תרפיה בהפרעת אישיות הימנעותית. 13 שנים עבד במרכז לבריאות הנפש גהה במהלכם שימש כפסיכולוג ראשי במחלקה סגורה מבוגרים, פסיכולוג ראשי במחלקת יום לנוער וכאחראי על מסלול ההתמחות בפסיכולוגיה קלינית בבית-החולים.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

סגל המרצים בתוכנית

- ♦ **ד"ר צופי מרום** – פסיכולוגית קלינית מדריכה, ראש תחום CBT בי"ח גהה, יו"ר איט"ה, מרצה בכירה במסלול לפסיכולוגיה קלינית מכללת רופין
- ♦ **ד"ר ניצה נקש** – פסיכיאטרית, מנהלת המרפאה הפסיכיאטרית, המרכז לברה"נ ע"ש בריל, רמת חן. מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה.
- ♦ **ד"ר דני דרבי** – פסיכולוג קליני מומחה מדריך, דוקטור למיניות האדם, מנהל מכון קוגניטיקה, מייסד שותף של המעבדה לחקר ROCD במרכז הבינתחומי הרצליה, חבר ועד איט"ה. מטפל ומדריך מוסמך באיט"ה.
- ♦ **ד"ר רות מלקינסון** – עו"ס, חברת סגל בביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת ת"א. אחראית הכשרה במרכז הבינלאומי לחקר אובדן, שכול וחוסן נפשי באונ' חיפה. מדריכה מוסמכת במכון של אלברט אליס בניו-יורק. מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה.
- ♦ **ד"ר גבי וייל** – פסיכולוג ראשי, מרכז ברה"נ, משרד הבריאות באר-שבע
- ♦ **ד"ר עידית שלו** – פסיכולוגית שיקומית מומחית ומטפלת משפחתית מוסמכת. חברת סגל במגמה לפסיכולוגיה חינוכית באונ' בן-גוריון, חוקרת מוטיבציה, מטפלת מומחית באיט"ה.
- ♦ **ד"ר הילה ביצ'קוב שושני** – פסיכיאטרית בכירה מרפאת מבוגרים ביה"ח שלוותה, מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה.
- ♦ **ד"ר רות מסר קויצקי** – פסיכולוגית קלינית בכירה, מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה.
- ♦ **ד"ר חנה וייסמן** – פסיכולוגית חינוכית ורפואית מדריכה, מנהלת המרפאה לפסיכולוגיה רפואית לילדים, תה"ש. מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה.
- ♦ **ד"ר מעין שורר** – פסיכולוגית קלינית, מנהלת המרפאה לפוסט טראומה ואילמות סלקטיבית בבי"ח שניידר, מנהלת תוכנית CBT שניידר. מרצה במסלול לפסיכולוגיה קלינית במכללת רופין. מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה.
- ♦ **ד"ר יונתן קושניר** – פסיכולוג קליני בכיר, מרפאת חרדה ביחידה לפסיכיאטריה של הילד במרכז הרפואי שיבא תה"ש, ומרצה בחוג לפסיכולוגיה במרכז הבינתחומי הרצליה. מטפל מומחה באיט"ה.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

- ♦ **ד"ר קלאודיה לנג** – פסיכולוגית קלינית מדריכה, מנהלת מרפאת חרדה לילדים בביה"ח תה"ש. מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה.
- ♦ **ד"ר איתי אדרס** – פסיכולוג קליני, מנהל התוכנית CBT אינטגרטיבי בחיפה, מטפל ומדריך מוסמך באיט"ה.
- ♦ **ד"ר יובל עודד** – פסיכולוג קליני שיקומי, מנהל המרפאה לפסיכופיזיולוגיה וביופידבק, מטפל מומחה באיט"ה.
- ♦ **ד"ר נצח גורן** – פסיכולוג ביחידה להפרעות חרדה והמכון לטיפול בכאב בי"ח איכילוב. מטפל מומחה באיט"ה.
- ♦ **יששכר עשת** – פסיכולוג קליני רפואי מומחה, מדריך מוסמך באיט"ה ובטיפול משפחתי, מרצה בתוכנית הכשרה ב-CBT.
- ♦ **רן אלמוג** – פסיכולוג קליני מומחה. מטפל מומחה באיט"ה, מטפל ביופידבק, EMDR ומנחה קבוצות.
- ♦ **ענת שינה קנדיוטי, M.S.W.** – מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה, מטפלת משפחתית חוגית מוסמכת, מדריכה בכירה בשיקום בבריאות הנפש בקהילה.
- ♦ **שני כהן, M.S.W.** – מטפלת ומדריכה מוסמכת באיט"ה. מנהלת שותפה ב"מרכז CBT-קליניקת מומחים", מרצה בתוכניות הכשרה ב-CBT.
- ♦ **אמירה ישראלי** – פסיכולוגית קלינית, מדריכה, אחראית מרפאה לטיפול בבני נוער במרכז הרפואי זיו בצפת.
- ♦ **יעל אברהם** – פסיכולוגית חינוכית מומחית, מדריכה. מטפלת משפחתית מוסמכת. סגנית מנהלת השירות הפסיכולוגי באר שבע, מרצה בתוכניות הכשרה ב-CBT.
- ♦ **איתי הרמן, M.S.W.** – מטפל מוסמך באיט"ה. עו"ס במרפאת חרדה ופסיכוסומטיקה לילדים ונוער, ראש העין.
- ♦ **רינת ינאי** – מטפלת באומנות מוסמכת, מטפלת CBT במחלקת יום לנוער ביה"ח גהה.
- ♦ **מר עופר פלד** – פסיכולוג קליני בכיר, מנהל ביה"ס ל-CBT ומנהל המרכז לסכמה תרפיה רעננה, ישראל.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

רישום ושכ"ל

♦ המעוניינים להירשם לתוכנית הדו-שנתית מתבקשים למלא את טופס הרישום, לצרף את המסמכים הנדרשים ולשלחם **בדואר 24 בלבד!!** (לא דואר רגיל ולא דואר רשום) **לבית הספר ל-CBT ת.ד. 9007 אבן יהודה, מיקוד: 4050002**

♦ דמי רישום בסך 200 ₪ ישולמו בצ'ק לפקודת בית הספר ל - CBT ויצורפו למעטפת הרישום. לאחר קבלת דמי הרישום יחל תהליך המיון.

♦ כאמור, הקבלה לתוכנית תהיה על סמך ניסיון קליני, המלצות וראיון אישי.

♦ פתיחת כל שנת לימודים תלויה במספר הנרשמים. במידה ולא תפתח שנת הלימודים התשלום יוחזר במלואו למעט דמי הרישום.

♦ שכר הלימוד לשנת הלימודים 2016 - 2017:

♦ 8432 ₪ + מע"מ - 9950 ₪, **לרישום עד תאריך 15.6.16**

♦ 8983 ₪ + מע"מ - 10,600 ₪, לרישום מאוחר - על בסיס מקום פנוי.

♦ עלות ימי העיון של ביה"ס וקורסי הבחירה של שנה ג' יפורסמו בנפרד.

♦ ניתן לחלק את שכר הלימוד ל-6 תשלומים בצ'קים לפקודת בית הספר ל - CBT. (הצ'ק הראשון עם הקבלה לביה"ס ושאר 5 הצ'קים לראשון בכל חודש עוקב).

♦ ביטול רישום: ניתן לבטל את הרישום עד תאריך 1.9.16 והכסף יוחזר למעט עלות דמי רישום בסך 200 ₪. לאחר התאריך 1.9.16 לא יוחזר שכ"ל במקרה של ביטול רישום.

♦ הפסקת לימודים לאחר פתיחת שנת הלימודים תהיה כרוכה בחיוב מלוא שכר הלימוד לאותה שנה.

♦ **פרטי התקשרות:**

ביה"ס ל-CBT: ת.ד. 9007 אבן יהודה, מיקוד 4050002

אתר ביה"ס ל-CBT: www.cbt-school.com

דוא"ל: cbt.school.il@gmail.com

פקס: 09-8989291

עיריית טל פלד מנהלת אדמיניסטרטיבית: 052-2499683

עופר פלד מנהל התוכנית: 052-2225113



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

תאריך: _____

טופס רישום

פרטים אישיים:

שם פרטי: _____ שם משפחה: _____ מין: ז/נ ת.ז.: _____
כתובת: _____ מיקוד: _____ דוא"ל: _____ @ _____
מקצוע: _____ טלפון נייד: _____ טלפון נוסף: _____ פקס: _____

השכלה:

תואר אקדמי הגבוה ביותר: _____ מוסד: _____ סיום: _____
תארים נוספים: _____

מסגרות הכשרה (פרקטיקום/התמחות/תוכניות הכשרה):

רישיון תעסוקתי/הסמכה (כולל מ.ר.): _____

ניסיון בטיפול: CBT _____ דינמי _____ משפחתי _____ אחר _____

קיבלתי מידע על התכנית:

פרסום ב: _____ המלצה _____ אתר: _____

נא לצרף את המסמכים הבאים:

- ♦ צילום תעודות אקדמאיות + תמונת פספורט צבעונית ועדכנית
- ♦ דף קו"ח ופירוט ניסיון מקצועי (תמציתי)
- ♦ 2 מכתבי המלצה
- ♦ דמי רישום על סך 200 ₪ בצ'ק לפקודת ביה"ס ל-CBT.

את טופס הרישום והמסמכים הנלווים יש לשלוח בדואר 24 (בלבד) אל:

ביה"ס ל- CBT ת.ד. 9007 אבן יהודה, מיקוד 4050002.
בחימתי אני מאשר/ת קבלת חשבוניות ממוחשבות במייל.
אני מצהיר/ה בחתימתי שקראתי את עלון המידע של ביה"ס ל-CBT ואני מסכימ/ה לכל תנאיו.

חתימה _____



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

ביה"ס לפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית פרט • זוג • משפחה

יום עיון ומפגש היכרות עם ביה"ס ל - CBT
המכללה העירונית רעננה
רח' קרן היסוד 75
יום ב' 6.6.16
09:30-14:30

♦ 09:30 - 10:00 רישום, התכנסות וכיבוד קל

♦ 10:00 - 11:30 **חיים בסרט - טיפול CBT במערך פרטני ומשפחתי,**

תוך ניתוח דוגמאות טיפוליות הלקוחות מסצנות בסרטים

ד"ר עידית שלו - פסיכולוגית שיקומית מומחית, מטפלת מוסמכת בטיפול CBT
ומשפחתי, חברת סגל במגמה לפסיכולוגיה חינוכית באונ' בן-גוריון, חוקרת מוטיבציה

♦ 11:30 - 11:45 הפסקה

♦ 11:45 - 13:15 **CBT להפרעות אישיות**

הדגמת טיפול בסכמה תרפיה לה"א נרציסטית - מסע מבדידות לאינטימיות

עופר פלד - פסיכולוג קליני בכיר, מדריך מוסמך ב-CBT ובסכמה תרפיה,
מנהל ביה"ס ל-CBT ומנהל המרכז לסכמה תרפיה רעננה ישראל

♦ 13:15 - 13:30 הפסקה

♦ 13:30 - 14:30 **הצגת ביה"ס ל-CBT פרט, זוג, משפחה - מודל רבדים**

♦ עלות: רישום מוקדם 80 ש"ח למשתתף. (טופס מצ"ב)
רישום ביום העיון - על בסיס מקום פנוי ובעלות של 100 ש"ח.
לנרשמים לתוכנית הלימודים בביה"ס ל-CBT עלות יום העיון תקוז מדמי הרישום.
אין החזר תשלום בגין ביטול השתתפות ביום העיון.

**** אם אין ברצונך לקבל הודעות מייל נוספות מאיתנו, אנא ציין/י זאת במייל חוזר ****

מנהל ביה"ס: עופר פלד 052-2225113 • מ. אדמיניסטרטיבית, עיריית 052-2499683
אתר: www.cbt-school.com • מייל: cbt.school.il@gmail.com • לימודים: קרן היסוד 75 רעננה
מען למכתבים: ת.ד. 9007 אבן יהודה 4050002 • פקס: 09-8989291



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

הרשמה ליום עיון ומפגש היכרות עם ביה"ס ל - CBT
המכללה העירונית רעננה
רח' קרן היסוד 75
יום ב' 6.6.16
09:30-14:30

שם: _____ שם משפחה: _____
כתובת מייל: _____
טלפון נייד: _____ טלפון נוסף: _____
כתובת למשלוח דואר: _____ מיקוד: _____
מקצוע: _____ תחום טיפול: _____

אמצעי תשלום:

80 ₪ באמצעות: כרטיס אשראי (PAYPAL) / העברה בנקאית

כיצד נודע לך על הכנס ? _____
הערות _____

את טופס הרישום יש לשלוח אל:

09-8989291 או לפקס: cbt.school.il@gmail.com

להסדרת תשלום: עיריית 052 - 2499 683



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

קורסי בחירה בביה"ס ל-CBT 2016-2017

ביה"ס ל-CBT מציע למטפלים מגישות שונות קורסי בחירה העוסקים בפיתוחים העכשוויים והמובילים בפסיכותרפיה אינטגרטיבית בשדה ה-CBT:

- 1. סדנא בגישה המאחדת עפ"י בארלו, בהנחיית יששכר עשת.** פרוטוקול זה המיועד לשיפור הויסות הרגשי מורכב מ-4 מודולות: א. מודעות לרגשות, ב. הערכה מחודשת של מחשבות, ג. זיהוי התנהגויות המונעות מרגש ומניעת הימנעות רגשית, ד. חשיפה למצבים ולתחושות. "הגישה המאחדת" משלבת התערבויות מהגל השני והשלישי ב-CBT במטרה ליישמן כטיפול שלם חוצה אבחנות במטופלים הסובלים ממגוון הפרעות רגשיות. הסדנא משלבת למידה תיאורטית וחוייתית.
- 2. איך משתחררים ממעגלי הימנעות? תלות? עוינות? סכמה תרפיה לצמיחה מבדידות לאינטימיות, בהנחיית עופר פלד.** קורס מרגש זה יפרוס המשגות תיאורטיות וקשת התערבויות שסכמה תרפיה מציעה למטופלים המתמודדים עם קשיים במרחב הבינאישי. בהתאם להפרעות האישיות השונות (הימנעותית, תלותית, אובססיבית קומפולסיבית, גבולית ונרציסטית) יודגמו ויתורגלו התערבויות קוגניטיביות, ממוקדות רגש, התנהגותיות, ושימוש בקשר הטיפולי הייחודי לסכמה תרפיה, המקדמים שינוי ומראים יעילות טיפולית מוכחת.
- 3. שימוש במודלים מוטיבציוניים להתמודדות עם תקיעות בטיפול בקרב הפרעות שונות, בהנחיית ד"ר עידית שלו.** קורס חדשני זה יסקור סגנונות מוטיבציוניים ומצביים במגוון הפרעות, יעסוק במודלים מוטיבציוניים ושימוש באסטרטגיות למינוף מוטיבציה לקידום תקיעויות בטיפול. בקורס יעשה שימוש בתיאורי מקרה ותרגול של המשתתפים באסטרטגיות הנלמדות.
- 4. קורס מקיף ב- ACT תרפיית קבלה ומחויבות, בהנחיית רן אלמוג.** קורס יישומי המאפשר למידה ורכישת מיומנויות בגישה מובילה בגל השלישי של טיפולי ה-CBT. יילמדו מודל הגמישות הפסיכולוגית, ומגוון טכניקות לקבלה פסיכולוגית, הפרדה קוגניטיבית, קשיבות, הבחנה בין העצמי התוכני לעצמי הקונטקסטואלי, זיהוי ערכים, ופיתוח היכולת לפעולה מחויבת. הקורס מלווה בתרגול והתנסות מעשית.
- 5. CBT עם ילדים ובהדרכת הורים, בהנחיית ד"ר יונתן קושניר.** עם מי כדאי לעבוד עם הילד? ההורים? גם וגם? מה עושים כשהילד מסרב לבוא לטיפול? וכשההורים חוששים להביא את ילדם לטיפול? בקורס יילמדו פרוטוקולים ושיטות התערבות יעילות עם הורים ועם ילדים הסובלים מהפרעות שינה, דיכאון, חרדות, והפרעות התנהגות. הקורס ילווה בהדגמות ותרגולים.

יתקבלו לקורסים המועמדים המתאימים ביותר בעלי השכלה וניסיון טיפולי קודמים
קורסי הבחירה מאפשרים צבירת שעות לימוד לקראת תוכנית תלת-שנתית ללימודי פסיכותרפיה התנהגותית-קוגניטיבית.
מצ"ב טופס רישום ועלון מפורט לגבי הקורסים. מספר המקומות מוגבל, הקדימו להירשם!!!

עופר פלד

מנהל ביה"ס ל-CBT

מנהל ביה"ס: עופר פלד 052-2225113 • מ. אדמיניסטרטיבית, עיריית 052-2499683
אתר: www.cbt-school.com • מייל: cbt.school.il@gmail.com • לימודים: קרן היסוד 75 רעננה
מען למכתבים: ת.ד. 9007 אבן יהודה 4050002 • פקס: 09-8989291



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

סדנא בגישה המאחדת של דיוויד בארלו ושות'

Barlow - Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders

מנחה יששכר עשת

"הגישה המאחדת" משלבת התערבויות מהגל השני והשלישי ב-CBT. הגישה מציעה לצרף התערבויות שונות מגובות מחקר, וליישמן כטיפול שלם במטופלים הסובלים מהפרעות רגשיות, מבלי להתייחס באופן מדויק לאבחנות פסיכיאטריות על פי ה-DSM. בסדנא נכיר ונתרגל את מרכיבי הגישה בדרכים שונות, ובאמצעות דוגמאות טיפוליות. הסדנא מאפשרת להשתמש בגישה, או לשלב מרכיבים ממנה בדרך הטיפולית של המשתתפים.

1. הגישה מאפשרת לטפל באנשים הסובלים ממספר הפרעות רגשיות בו זמנית, באמצעות: א. יכולת לוויסות רגשות ותחושות. ב. יכולת למחשבות, שהן הערכות מציאות מבוססות על עובדות. ג. יכולת לפעולות מתוך תכנון במקום להימנע מרגשות או להיות מונע מרגשות.

2. הגישה נותנת מקום מרכזי לחוות את מלוא החוויה האנושית באמצעות: א. הכרות של תפקיד הרגשות. ב. הטמעת דרך חיים של קשיבות (mindfulness). ג. העזה להיחשף למצבים רגשיים מאיימים.

3. הגישה מכוונת להסתגלות לסביבה באמצעות: א. פיתוח מחשבות מותאמות למציאות. ב. זיהוי התנהגויות של "ליתר ביטחון" המטשטשות את היכולת שלנו לזהות את מרכיבי המציאות.

4. הגישה מחויבת לרווחת המטופל ולא לגישה תיאורטית ולכן יש: א. עידוד המטופל לבנות מוטיבציה לשינוי. ב. עידוד המטופל לעקוב אחרי ההתקדמות שלו בדרכו להתמודד עם מצוקותיו.

בסיכום התהליך הטיפולי על פי בארלו, המטופל לומד א. להיות מחויב לשינוי ולעקוב אחרי תהליך השינוי. ב. להכיר את עולמו הרגשי ולקבל את רגשותיו, מבלי שיהיה מופעל על ידם, ג. להעריך את מרכיבי המציאות בה הוא חי. ד. לזהות התנהגויות בלתי מסתגלות ולפתח התנהגויות מסתגלות. ה. להפעיל תהליכי קשיבות (mindfulness) שמטרתה לאמן את המוח לזהות את מרכיבי ההווה שהיא המציאות בה אנו נתונים. ו. להעז לחשוף עצמו באופן מתוכנן למצבים מאיימים.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

מבנה הסדנא: 4 מפגשים של 6 שעות אקדמיות (סה"כ 24 שעות).
במפגשים ישולבו למידה תיאורטית והתנסות חווייתית-מעשית במודולות ההתערבות השונות. נדרשת נוכחות של 80% ומעלה משעות הסדנא.

מיקום ומועדים: הסדנא תתקיים בביה"ס ל-CBT ברח' קרן היסוד 75 רעננה (המכללה העירונית) בימי ג' בין השעות 09:30-14:45 (6 שעות אקדמיות).
תאריכים: 27.9.16; 20.9.16; 13.9.16; 6.9.16.

רישום ועלות: הקורס פתוח למטפלים בעלי רקע קודם ב-CBT (בוגרי שנה א' ומעלה בתוכניות ההכשרה) ובעלי ניסיון טיפולי. עלות הקורס 2,250 ₪ למשתתף.

מנחה הסדנא: יששכר עשת פסיכולוג קליני רפואי, מדריך מוסמך בטיפול קוגניטיבי התנהגותי וטיפול משפחתי. משלב בעבודתו התייחסות לתרבות ולאמונות הדתיות של המטופלים. מטפל, מלמד ומדריך במסגרות טיפוליות שונות. עסק שנים רבות בהוראה והדרכה של רופאי משפחה במחלקה לרפואת משפחה בחיפה. כותב מאמרים, שירים וסיפורים בתחומי הטיפול והאמונה היהודית. בעל האתר "לרפא את יצירי כפיך". מחבר הספרים: "הורות בדרכי שלום, הקניית כישורי חיים בדרכי נעם", "פתח לנו שער, סיפורים קצרים על פסיכותרפיה בזמני חורבן, גלות, נחמה וגאולה." "הרופא שבאדם והאדם שברופא"



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

איך משתחררים ממעגלי הימנעות? תלות? עוינות?

סכמה תרפיה לצמיחה מבדידות לאינטימיות

מנחה הקורס: מר עופר פלד פסיכולוג קליני בכיר

יש המתקשים ליצור ולתחזק קשרים, חוששים ליזום ולהתערבב בין אנשים ומוצאים עצמם שעות רבות בגפם, חווים בדידות. יש הנצמדים לאנשים בכל מאודם, מוכנים לעשות הכל בעבור האחר שרק לא ישאיר אותם רגע לבד וגם הם חווים בדידות בקשר. ויש את אלה הנתונים במרוץ בלתי פוסק להשיג, לנהל, להוכיח ולהשפיע, מקיפים עצמם באנשים ועדין חשים בודדים. אך אלה שחשים נח וטבעי בחברת אחרים כמו גם בחברת עצמם, אינם מנוהלים מתחושת הבדידות חוזים לאינטימיות במגוון קשרים משמעותיים. סכמה תרפיה, אשר פותחה ע"י ג'פרי יאנג, הינה גישה טיפולית מהשדה ההתנהגותי-קוגניטיבי המשלבת עקרונות מתיאוריות יחסי אובייקט, התקשרות וגשטלט לעבודה עם מטופלים המתמודדים עם קשיים ביחסים בינאישיים, דפוסי חיים מכשילים והפרעות אישיות.

בקורס נלמד את **מודל 18 הסכמות**, נעסוק בתהליכי הערכה ונתמקד בפרוטוקולים של סכמה תרפיה **לעבודת מודים עם הפרעת אישיות הימנעותית, תלותית, ואובססיבית-קומפולסיבית, גבולית ונרציסטית**. נלמד כיצד לבסס קשר של קבלה ושייכות עם הנמנעים, קשר מעודד עצמאות וקומפלטיות עם התלותיים, קשר ספונטני עם האובססיביים-קומפולסיביים, קשר יציב עם הגבוליים וקשר של הדדיות עם הנרציסטים.

לאורך הקורס ניעזר בטכניקות הטיפול של '**הורות מתקנת בגבולות תואמים**' ו'**קונפירונטציה אמפטית**'. נעבוד עם המודים באמצעים חווייתיים, קוגניטיביים והתנהגותיים כדי לבסס קשרים בוגרים ומתגמלים המאפשרים למטופל לחוות נינוחות וקירבה לאחר כמו גם עם עצמו. בקורס יושם דגש על בחירת התערבויות יעילות בהתאם למודים המופיעים ברגע נתון בטיפול.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

נושאים שיילמדו בקורס:

- ♦ צרכים אוניברסאליים בסיסיים עפ"י יאנג
- ♦ מודל 18 הסכמות ודפוסי התמודדות מאל אדפטיביים
- ♦ תהליכי הערכה ושימוש בשאלונים
- ♦ המשגת מקרה במושגי סכמה תרפיה ובניית תוכנית טיפולית
- ♦ אסטרטגיות התערבות קוגניטיביות, חווייתיות והתנהגותיות
- ♦ הרחבה על רישום חווייתי מתקן, בדמיון ובעבודת כסאות
- ♦ מצבי סכמה (מודים) בהפרעת אישיות הימנעותית, תלותית, אובססיבית-קומפולסיבית, גבולית ונרציסטית.
- ♦ אסטרטגיות התערבות ספציפיות ל: מודים ילדיים, מודים של דפוסי התמודדות, מודים הוריים דיספונקציונלים ולבוגר הבריא
- ♦ אומנות הקונפונטציה האמפטית וההורות המתקנת בגבולות תואמים
- ♦ התמודדות עם מצבי סיכון של פגיעה עצמית ואובדנות
- ♦ חשיפה הדרגתית בדמיון ובמצאיות במטרה לבסס את תחושת הנפרדות, מסוגלות עצמית ואת היכולת לפתח אינטימיות.

מבנה הקורס: הקורס בן 10 מפגשים של 6 שעות אקדמיות (סה"כ 60 שעות אקדמיות). במפגשים ישולבו למידה תיאורטית והתנסויות חווייתיות-מעשיות מעבודתם הקלינית של משתתפי הקורס. ייעשה שימוש בקטעי ווידאו, הדגמות חיות של התערבויות טיפוליות, משחקי תפקידים ותרגול מיומנויות הטיפול.

התנאים לקבלת תעודה של ISST - 'החברה הבינלאומית לסכמה תרפיה': נוכחות של 80% ומעלה משעות הלימוד והשתתפות בסימולציות. הקורס מוכר כשלב ראשון בתהליך ההכשרה למטפלים מוסמכים בסכמה תרפיה.

מיקום ומועדים: הקורס יתקיים בביה"ס ל-CBT ברח' קרן היסוד 75 רעננה (המכללה העירונית) בימי א' בין השעות 09:30-14:45 (6 שעות אקדמיות). סה"כ 10 מפגשים (60 שעות אקדמיות).

תאריכים: 06.11.16; 13.11.16; 20.11.16; 27.11.16; 04.12.16; 11.12.16; 18.12.16;
01.01.17; 08.01.17; 15.01.17



ביה"ס ל-CBT

פרט • זוג • משפחה

רישום ועלות: הקורס פתוח למטפלים מגישות שונות, בעלי ניסיון טיפולי. מספר המקומות בקורס מוגבל בשל השילוב בין חלקים תיאורטיים להתנסויות ותרגול מעשי. יתקבלו לקורס המתאימים מבין המקדימים להירשם. עלות הקורס 3,450 ₪ למשתתף.

מנחה הקורס: עופר פלד פסיכולוג קליני בכיר ומדריך מוסמך, מנהל ביה"ס ל-CBT המרכז לסכמה תרפיה רעננה, ישראל. מטפל CBT ומדריך מוסמך. בוגר התוכנית הבינלאומית להכשרת מטפלים ומדריכים בסכמה תרפיה ניו-ג'רזי, בהנחיית דר' ג'פרי יאנג ונודי בהרי, נשיאת ISST היוצאת. מרצה בלימודי המשך בפסיכיאטריה בביה"ס לרפואה באוניברסיטת ת"א ובאוניברסיטת בר אילן. מרצה בתוכניות המובילות להכשרת מטפלי CBT בארץ בתחום ילדים, נוער ומבוגרים. דוקטורנט בפקולטה לפסיכולוגיה באוניברסיטת בר-אילן, חוקר את יעילות ההתערבויות בסכמה תרפיה בהפרעת אישיות הימנעותית. שימש שנים רבות כאחראי על מסלול ההתמחות בפסיכולוגיה קלינית בבי"ח גהה.

ביבליוגרפיה:

Arntz, A., & Jacob, G. (2013). *Schema therapy in practice: An introductory guide to the schema mode approach*. West Sussex: Wiley-Blackwell

Arntz, A., & van Genderen, H. (2009). *Schema therapy for borderline personality disorder*. West Sussex: Wiley-Blackwell.

Behary, W.T. (2008). *Disarming the narcissist surviving & thriving with the self-absorbed*. Oakland: New Harbinger Pub.

Giesen-Bloo, J., van Dyck, R., Spinhoven, P., van Tilburg, W., Dirksen, C., van Asselt, T., Kremers, I., Nadort, M. and Arntz, A. (2006). Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder: randomized trial of schema-focused therapy vs transference-focused psychotherapy. *Archives of general psychiatry*, 63, 649-658.

van Vreeswijk, M., Broersen, J. & Nadort, M. (2012). *The Wiley-Blackwell handbook of Schema Therapy: Theory, research and practice*. West Sussex: Wiley-Blackwell.

Young, J.E., & Klosko, J.S. (1993). *Reinventing your life*. New York: Plume.

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.



ביה"ס ל-CBT

פרט • זוג • משפחה

שימוש במודלים מוטיבציוניים להתמודדות עם תקיעות בטיפול בקרב הפרעות שונות בהנחיית ד"ר עידית שלו

תהליכים מוטיבציוניים משחקים תפקיד מרכזי בקידום שינוי פסיכולוגי, אולם עד כה לא נעשה שימוש בחקר מוטיבציה במחקר בסיסי לצורך הבנה ופירוק תקיעות טיפולית. קורס זה יסקור תהליכים מרכזיים בחקר המוטיבציה כגון סוג המטרות הטיפוליות שיש להציב בשלבי הטיפול השונים, קשרים בין תוצאות וסוג חוזקים למוטיבציה לטיפול, אנרגטיות ויטליות והשפעתן על מהלך הפגישה, שילוב מכוונות לפעולה בטיפול ועוד. נתייחס לקשרים בין מאפייני אישיות והפרעות אישיות, דיכאון וחרדה לסגנונות מוטיבציוניים תכונתיים ומצביים. נדון בהשפעות מוטיבציוניות על קידום שינוי בהשוואה לתקיעות טיפולית בשלבי הטיפול השונים. נתייחס לאסטרטגיות טיפוליות מגוונות למינוף מוטיבציה לשינוי כגון שימוש בשפה סוגסטיבית, דמיון תוצאות ושימוש בסביבה הפיזית. ננתח דוגמאות טיפוליות ותיאורי מקרה, תוך התייחסות להבדלים אינדיבידואלים בסגנונות מוטיבציוניים בין מטפל למטופל. נפתח הבנה אסטרטגית של מהלך הטיפול כיצד המשגת הטיפול במונחים מוטיבציוניים יכולה לקדם שינוי. המשתתפים יתרגלו המשגה מבוססת מוטיבציה, ושימוש בעקרונות מוטיבציוניים לחילוץ מתקיעות טיפולית.

מבנה הקורס: הקורס בן 7 מפגשים של 6 שעות אקדמיות (סה"כ 42 שעות אקדמיות). במפגשים ישולבו למידה תיאורטית ותרגול של המשתתפים.

מיקום ומועדים: הקורס יתקיים בביה"ס ל-CBT ברח' קרן היסוד 75 רעננה (המכללה העירונית) בימי ג' בין השעות 09:30-14:45 (6 שעות אקדמיות ביום).
תאריכים: 10.1.17, 17.1.17, 24.1.17, 31.1.17, 7.2.17, 28.2.17, 7.3.17.

רישום ועלות: הקורס פתוח למטפלים מגישות שונות, בעלי ניסיון טיפולי. יתקבלו לקורס המתאימים מבין המקדימים להירשם. עלות הקורס: 3,250 ₪.

מנחת הקורס: ד"ר עידית שלו פסיכולוגית שיקומית מומחית, מטפלת זוגית ומשפחתית מוסמכת, חברת סגל בתוכנית לפסיכולוגיה חינוכית, החוג לחינוך, אוניברסיטת בן גוריון. השלימה את לימודי הדוקטורט ב-2007 במחלקה לפסיכולוגיה באוניברסיטת חיפה, ואת לימודי הפוסט דוקטורט ב-2010 בפסיכולוגיה חברתית ניסויית באוניברסיטת ייל, שם התמחתה בחקר המוטיבציה וביחסי גוף-נפש. עידית מטפלת אינטגרטיבית בעלת מומחיות קלינית מחוג לפסיכיאטריה באוניברסיטת פלורידה. מחקרה של עידית עוסק בתפר בין פסיכולוגיה חברתית-קוגניטיבית לפסיכולוגיה קלינית ורפואית ומתמקד בוויסות עצמי מוטיבציוני, קוגניטיבי וחוש, תודעה נטועה בגוף, דמויים מנטליים והשפעתם על רווחה נפשית.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

ACT – קורס מקיף

מנחה הקורס: מר רן אלמוג

ביה"ס ל-CBT מציע מקיף ב- ACT (Acceptance and Commitment Therapy), גישה מובילה בגל השלישי של טיפולי ה- CBT ומדגישה קבלה של תכנים מנטאליים שונים (מחשבות, זיכרונות ורגשות) על פני מאבק בהם, זאת תוך מחויבות לערכים אותם הפרט שואף לממש.

בקורס נעסוק הן ב- ACT כמודל טיפולי והן בבסיס הפילוסופי והתיאורטי של הגישה. לאורך הקורס יועבר חומר מעשי ותיאורטי, אשר ילווה בצפייה בסרטים המדגימים התערבויות טיפוליות שונות ותערך התנסות בתרגילים חווייתיים. במהלך הקורס יושם דגש יישומי, תוך שימוש רב בתרגול בקבוצות קטנות. בסיום הקורס יוכלו המשתתפים ליישם טכניקות מרכזיות הנוגעות לתהליכי ACT השונים עם מטופליהם ויצוידו בכלים להמשך תרגול והעמקה עצמיים במיומנויות טיפוליות של ACT.

נושאי הלימוד:

- בסיס פילוסופי ותיאורטי של גישה ה-ACT
- המודל הגמישות הפסיכולוגית והטיפול ב-ACT
- פתיחת הטיפול ותכנונו
- טכניקות מרכזיות לפיתוח קבלה פסיכולוגית (acceptance)
- טכניקות מרכזיות להפרדה קוגניטיבית
- טכניקות מרכזיות לשכלול היכולת להפניה של תשומת לב להווה
- טכניקות מרכזיות להבחנה בין העצמי התוכני והעצמי הקונטקסטואלי
- טכניקות מרכזיות לזיהוי ערכים והבהרתם
- טכניקות מרכזיות לפיתוח היכולת לפעולה מחויבת



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

מבנה הקורס: 7 מפגשים, כל מפגש 6 שעות אקדמיות (סה"כ 42 שעות)
המפגשים יכללו למידה תיאורטית, הדגמה של טכניקות טיפוליות לקידום תהליכים
המרכיבים את משושה הגמישות, ותרגול בקבוצות קטנות.

על המנחה: רן אלמוג פסיכולוג קליני, מטפל CBT מוסמך, מטפל כותב ומרצה בגישת
ACT, ממקימי הסניף הישראלי של ACBS (הארגון העולמי של ACT). בעל קליניקה פרטית
לטיפול פסיכולוגי. את הכשרתו בגישת ACT רכש בסדנאות עם בכירי מדריכי ACT בעולם
ובניהם סטיבן הייז, קלי ווילסון, ראס האריס ועוד.

מיקום ומועדים: הקורס יתקיים בביה"ס ל-CBT ברח' קרן היסוד 75 רעננה (המכללה
העירונית) בימי ג' בין השעות 09:30-14:45
בתאריכים – 25.10.16; 01.11.16; 08.11.16; 15.11.16; 29.11.16; 06.12.16; 13.12.16.

רישום ועלות: הקורס פתוח למטפלים מגישות שונות, בעלי ניסיון טיפולי. יתקבלו לקורס
המתאימים מבין המקדימים להירשם. עלות הקורס: 3,250 ₪.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

CBT עם ילדים

ובהדרכת הורים

מנחה הקורס: ד"ר יונתן קושניר פסיכולוג קליני בכיר

ילדים ומבוגרים הסובלים ממגוון של קשיים ממשיכים להשתמש באותן דרכי התמודדות אליהן הם רגילים למרות שאין שיפור בתסמינים ולרוב אף החמרה. הדבר נכון גם לגבי אסטרטגיות ההתמודדות שההורים נוקטים אל מול קשיים אלו. בהקשר זה ההורים עלולים לעצב סביבה בה הקשיים של הילד יבואו לידי ביטוי או אף להחמיר אותם. מטרת הקורס היא להכיר מודלים קוגניטיביים התנהגותיים למגוון הפרעות שכיחות בילדים ונוער (חרדה, שינה, דיכאון, והפרעות התנהגות), תוך דגש על טכניקות התערבות קוגניטיביות וכן עבודה על קוגניציות הוריות ושינוי התנהלותם על מנת לעזור לילד להתמודד בצורה אדפטיבית. לרוב, העבודה נעשית גם עם הילד וגם עם הוריו. אולם במקרים בהם הילד מסרב לקבל טיפול, ניתן להוביל ולכוונו להתמודדות עם קשייו דרך הנחיית ההורים.

מבנה הקורס: הקורס בן 11 מפגשים של 4 שעות אקדמיות (סה"כ 44 שעות אקדמיות). במפגשים ישולבו למידה תיאורטית והתנסויות מעבודתם הקלינית של משתתפי הקורס. ייעשה שימוש בהדגמות של התערבויות טיפוליות ותרגול המיומנויות.

מיקום ומועדים: הקורס יתקיים בסמסטר ב' בביה"ס ל-CBT ברח' קרן היסוד 75 רעננה (המכללה העירונית) בימי ג' בין השעות 09:30-12:45 (4 שעות אקדמיות). תאריכים יפורסמו בהמשך.

רישום ועלות: הקורס פתוח למטפלים מגישות שונות, בעלי ניסיון טיפולי. יתקבלו לקורס המתאימים מבין המקדימים להירשם. עלות הקורס: 3,250 ₪.

מנחה הקורס: ד"ר יונתן קושניר, פסיכולוג קליני, תואר PhD מאוני' ת"א ופוסט דוקטורט במרכז לטיפול בהפרעות חרדה והפרעות שינה של ילדים ומתבגרים באוניברסיטת יוסטון, ארה"ב. התמחה בבי"ח "גהה" ביחידה לטיפול בהפרעות חרדה במבוגרים. כיום פסיכולוג בכיר במרפאת החרדה ביחידה לפסיכיאטריה של הילד במרכז הרפואי שיבא, תה"ש ומרצה בחוג לפסיכולוגיה במרכז הבין תחומי בהרצליה. חבר מומחה באיט"ה.



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

תאריך: _____

טופס רישום לקורסי בחירה 2016-2017

פרטים אישיים:

שם פרטי: _____ שם משפחה: _____ מין: ז/נ ת.ז.: _____
כתובת: _____ מיקוד: _____ דוא"ל: _____ @ _____
מקצוע: _____ טלפון נייד: _____ טלפון נוסף: _____ פקס: _____

השכלה:

תואר אקדמי הגבוה ביותר: _____ מוסד: _____ שנת סיום _____
תארים נוספים: _____

מסגרות הכשרה (פרקטיקום/התמחות/תוכניות הכשרה):

רישיון תעסוקתי/הסמכה (כולל מ.ר.): _____

ניסיון בטיפול: _____ CBT _____ דינמי _____ משפחתי _____ אחר _____
קיבלתי מידע על התכנית באמצעות: _____
פרסום ב: _____ המלצה _____ אתר: _____

ברצוני להירשם לקורסים הבאים (נא להקיף בעיגול את הקורסים המבוקשים):

1. **סדנא בגישה המאחדת עפ"י בארלו**, בהנחיית יששכר עשת (2,250 ₪)
2. **איך משתחררים ממעגלי הימנעות? תלות? עוינות – סכמה תרפיה**, בהנחיית עופר פלד (3,450 ₪)
3. **שימוש במודלים מוטיבציוניים להתמודדות עם תקיעות בטיפול – ד"ר עידית שלו** (3,250 ₪)
4. **קורס מקיף ב-ACT** – בהנחיית רן אלמוג (3,250 ₪)
5. **CBT עם ילדים ובהדרכת הורים** – בהנחיית ד"ר יונתן קושניר (3,250 ₪)



ביה"ס ל-CBT
פרט • זוג • משפחה

קבלה ודמי רישום:

- ♦ יתקבלו לקורסים המועמדים המתאימים ביותר בעלי השכלה וניסיון טיפולי קודמים
- ♦ לנרשמים לקורס עד תאריך 1.8.16 תינתן הנחה של 5%.
- ♦ לנרשמים לשני קורסים עד תאריך 1.8.16 תינתן הנחה של 7%.
- ♦ לנרשמים לשלושה קורסים ומעלה עד תאריך 1.8.16 תינתן הנחה של 10%.
- ♦ דמי רישום בסך 100 ₪ יועברו עם טופס הרישום.

דמי ביטול:

- ♦ דמי הרישום (ע"ס 100 ₪) אינם מוחזרים
- ♦ למבטלים עד 30 יום לפני מועד פתיחת הקורס, יוחזרו 100% מעלות הקורס.
- ♦ למבטלים במהלך החודש שלפני פתיחת הקורס, יוחזרו 50% מעלות הקורס.
- ♦ למבטלים לאחר פתיחת הקורס, לא יוחזר תשלום.

נא לצרף את המסמכים הבאים:

- ♦ צילום תעודות אקדמאיות + תמונת פספורט צבעונית ועדכנית
- ♦ דף קו"ח ופירוט ניסיון מקצועי (תמציתי)
- ♦ דמי רישום על סך 100 ₪ בצ'ק לפקודת ביה"ס ל-CBT.

את טופס הרישום והמסמכים הנלווים יש לשלוח בדואר 24 (בלבד) אל:

ביה"ס ל- CBT ת.ד. 9007 אבן יהודה, מיקוד 4050002.

אני מצהיר/ה בחתימתי שקראתי את עלון המידע של ביה"ס ל-CBT ואני מסכימ/ה לכל תנאיו. כמו כן, אני מאשר/ת קבלה במייל של חשבונות מביה"ס ל-CBT.

חתימה _____