

**חדש! חדש! חדש!**

בשנת הלימודים הקרובה ייפתח לראשונה מסלול הכשרה בטיפול קוגניטיבי התנהגותי בילדים ונוער. המסלול עומד בפני עצמו עבור מטפלים בעלי ידע מוקדם ב-CBT, או כהשלמה למסלול ההכשרה בטיפול במבוגרים, ומאפשר הכשרה תיאורטית בלבד או בשילוב עם הכשרה מעשית.

# CBT

## תכנית הכשרה בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי

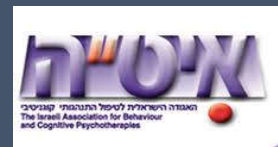
בית החולים הדסה עין כרם

### טיפול קוגניטיבי התנהגותי

טיפול קוגניטיבי התנהגותי הוא גישה טיפולית מוגבלת בזמן ומוכוונת לפתרון בעיות בטיפול, המתמקדת באתגרים יומיומיים, מחשבות והתנהגויות. טיפול קוגניטיבי התנהגותי מתבסס על ההנחה שהאופנים בהם אנו חושבים ומפרשים אירועי חיים משפיעים על ההתנהגות ובסופו של דבר על הרגשות שלנו. מחקרים רבים הראו שגישה טיפולית זו נמצאה יעילה בטיפול בטווח רחב של הפרעות, מצבים ובעיות במבוגרים וילדים. בעקבות מחקרים אלה העניין בגישה בקרב קלינאים, קובעי מדיניות והציבור הרחב הולך וגובר.

### אודותינו

תכנית ההכשרה בבית החולים הדסה (קמפוס עין כרם) נוסדה בשנת 2002 על בסיס הרעיון שלימוד הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי באופן מקצועי מחייב תרגול תוך קבלת משוב מידי על ידי צוות המדריכים. עם השנים המודל הוכיח את יעילותו והמרכז לטיפול קוגניטיבי התנהגותי הכשיר קלינאים רבים. תכנית ההכשרה מאפשרת למידה עיונית ובמקביל רכישת מיומנויות מעשיות בטיפול קוגניטיבי התנהגותי במסגרת טיפולים תחת הדרכה במרפאה הפסיכיאטרית בבית החולים.





## מבנה התכנית

בשנה הראשונה ילמדו התלמידים אבחון והערכה ומיומנויות טיפול מגוונות, ויתמקדו בהיכרות מעמיקה עם הפרעות הפסיכיאטריות הנפוצות ופרוטוקולים לטיפול בהן בגישות של הגל הראשון והשני ב CBT.

**חדש!!** החל משנה"ל תש"פ, בשנה השנייה של הקורס, לצד היכרות עם הפרעות נוספות והטיפול בהן, יתמקדו התלמידים **בהעמקה בגישות שונות של הגל השלישי ב CBT** (ACT, DBT, MBSR, סכמה תרפיה).

התלמידים הלומדים במסלול המלא יתחילו לקבל מטופלים בסביבות חודש ינואר של שנה א' לאחר שעמדו בהצלחה במבחן תיאורטי לקראת קבלת מטופלים.

במהלך הכשרתם הסטודנטים מטפלים באופן מדורג ובמקביל להתפתחות המיומנויות וביטחונם כמטפלים במקרים מורכבים יותר ובגישות טיפוליות שונות בתוך הספקטרום הקוגניטיבי התנהגותי. הטיפולים מתבצעים תחת הדרכת קלינאים בעלי ניסיון ועל פי הצורך גם בעבודה בצוות רב מקצועי (פסיכיאטר, עו"ס, נירופסיכולוג) מתוך המרפאה. בנוסף, **הסטודנטים נחשפים אל "מאחורי הקלעים" של הטיפול באוכלוסיות פסיכיאטריות מורכבות, מצטרפים לביקור רופאים במחלקת האשפוז ומצטרפים אל חדרי הטיפול של הפסיכיאטרים בבית"ח.**

הקבוצה הקטנה וההיכרות האישית מאפשרים לסטודנטים מרחב לגדילה כמו גם קשר ויחס אישי עם סגל הקורס המתבטא במתן מענה לצרכי הסטודנטים בשיעורים העיוניים, בטיפול ובהדרכה או בנושאים אחרים.



## ייחודיות התכנית

**תכנית ההכשרה מתקיימת במסגרת מרכז CBT שבמרפאה הפסיכיאטרית בבית"ח הדסה עין כרם.**

המרפאה הפסיכיאטרית מעניקה שירותי בריאות הנפש לאוכלוסיה אמבולטורית מגוונת ומתמחה באבחון וטיפול פסיכיאטרי וטיפול פסיכולוגי פרטני במגוון גישות. מרכז CBT מוכר בירושלים ובסביבתה ככתובת לטיפול CBT עבור מטופלים הסובלים מהפרעות שונות.

אנו מאמינים שכדי לסייע למטפלי CBT בתחילת דרכם ללמוד ולרכוש ניסיון וביטחון ביכולותיהם המקצועיות עליהם להתנסות בטיפול במגוון מקרים תחת הדרכה. במטרה לספק טיפול מועיל למטופל ולמטפל כאחד, **הלימודים בתכנית מאפשרים לסטודנטים להיעזר במשאבים של מרכז CBT לצורך מיון והתאמת מטופלים לרמת המיומנות של הסטודנטים.**



## הכשרה עיונית

## הכשרה מעשית

מטרת ההכשרה העיונית היא להקנות לסטודנטים היכרות טובה עם עולם התוכן של הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי, הכולל ידע תיאורטי ומודלים מבוססי מחקר לצורך זיהוי, הערכה וטיפול בהפרעות שונות כמו גם היכרות עם פרוטוקולים טיפוליים מבוססי ראיות ופיתוח מיומנויות טיפוליות.

מטרת ההכשרה המעשית היא מתן אפשרות לסטודנטים לתרגל, תחת הדרכה, את הידע התיאורטי כמו גם להתנסות בקשיים ובמורכבויות שעולים בעולם הטיפול "האמיתי", באמצעות טיפול בלפחות **10 מטופלים הסובלים מלפחות שלוש אבחנות שונות** במהלך תקופת תכנית ההכשרה. במסגרת ההכשרה המעשית כל סטודנט יקבל 50 שעות הדרכה פרטנית ו-50 שעות הדרכה קבוצתית בקבוצה בת עד ארבעה משתתפים.

### תכנית ההכשרה כוללת מסלולי התמחות בטיפול במבוגרים ובילדים.

היחידות העיקריות הנלמדות במסלול ההתמחות בטיפול במבוגרים: אבחון והערכה, מיומנויות בטיפול התנהגותי וטיפול קוגניטיבי, דיכאון, תסמונת פוסט טראומטית (PTSD), הפרעות טורדניות כפייתיות, הפרעות חרדה, וכן התמחות בסכמה תרפיה, DBT ו-ACT. בנוסף יילמד הטיפול בהפרעות אכילה, הפרעת קשב, התמכרויות, אבל מורכב, עבודה מטא-קוגניטיבית עם מחלות פסיכיאטריות מורכבות, בעיות רפואיות וכאב

שימו לב! חדרי הטיפול המשמשים את ההכשרה המעשית זמינים בכל יום החל מהשעה ארבע אחה"צ, ובימי שישי.

**התכנית התיאורטית מתקיימת בימי רביעי בין השעות 09:00-12:00.** בשנה מתקיימים כ-38 מפגשים הכוללים שיעורים פרונטאליים, התנסות ותרגול בכיתה וקריאה כמו גם שיעורי בית הכוללים קריאה ותרגול מיומנויות.

## מסלול מלא:

מסלול זה נמשך שנתיים ועומד בקריטריונים לקבלה כחבר או כחבר מומחה באיגוד הישראלי לטיפול קוגניטיבי התנהגותי (איט"ה).

המסלול המלא מורכב מ:

**הכשרה עיונית** - לימוד תיאורטי בהיקף של 200 שעות והכשרה מעשית

**טיפול** - במסגרת התנסות בטיפול במרכז CBT במרפאה הפסיכיאטרית בבית החולים, יטפל כל סטודנט ב-10 מטופלים הסובלים מהפרעות שונות כגון דיכאון, PTSD, OCD, פוביה ספציפית, הפרעת פאניקה ועוד.

**הדרכה** - במהלך תקופת הלימודים והטיפול כל סטודנט יקבל 50 שעות הדרכה פרטנית ו-50 שעות הדרכה קבוצתית

עלות מסלול הכשרה מלא: 18,500 ₪ לשנת לימוד.

## מסלול תיאורטי:

מסלול זה נמשך שנתיים וכולל השתתפות בשיעורים תיאורטיים בלבד.

הערה: בכדי לעמוד בדרישות החברות באיגוד הישראלי לטיפול קוגניטיבי התנהגותי (איט"ה) יהיה על הלומדים במסלול זה להשלים באופן עצמאי את פרק ההתנסות המעשית: טיפול בעשרה מטופלים תחת הדרכה.

עלות המסלול התיאורטי: 11,000 ₪ לשנת לימוד.

הקבלה לשני המסלולים מותנית בעמידה בקריטריונים ובראיון קבלה



## מסלול תיאורטי

ניתן להתקבל למסלול התיאורטי במקביל להשתתפות במסלול התיאורטי למבוגרים, או במידה והמועמד הינו בוגר של תכנית כזו. עלות מסלול זה הינה 10,000 ₪ עבור ההשתתפות בתכנית זו בלבד, או 14,000 ₪ לשנה הראשונה עבור ההשתתפות בתכנית המשולבת מבוגרים וילדים.

הקבלה למסלול התיאורטי לטיפול בילדים מותנית במעבר בחינה תיאורטית במושגי יסוד בטיפול קוגניטיבי התנהגותי.

## מסלול מלא

במסגרת תכנית זו, מלבד הקורס התיאורטי, המשתתפים יטפלו במטופלים המתקבלים למרפאת פסיכיאטריה של הילד בביה"ח הדסה, בגילאי 6-17. הטיפול ישולב בהדרכת הורים וילווח בהדרכה ובגיבוי הצוות הרב מקצועי של מרפאת פסיכיאטריה של הילד. תלמידים במסלול זה יראו במסגרת הכשרתם 10 מטופלים לאורך שנתיים. עלות מסלול זה הינה 15,000 ₪ לשנה הראשונה (תיאוריה + מעשי) ו- 5000 ₪ לשנה השנייה (מעשי בלבד).

מועמדים למסלול זה המשתתפים במקביל בתכנית ההכשרה למבוגרים, יוכלו לבחור לראות במסגרת הכשרתם 5 מטופלים בוגרים ו- 5 מטופלים צעירים. עלות מסלול זה (תיאורטי + מעשי, מבוגרים + ילדים), 21,500 ₪ לשנה הראשונה ו- 18,500 ₪ לשנה השנייה.



## חדש! מסלול חדש להכשרת מטפלי CBT במרפאה הפסיכיאטרית לילדים ונוער בהדסה עין כרם

המסלול כולל 100 שעות לימוד תיאורטיות הנפרסות על פני שנה, **מדי יום רביעי בין השעות 12:30-15:30**. התכנית כוללת הכשרה בתחומים של מיומנויות קוגניטיביות התנהגותיות בעבודה עם ילדים בגל הראשון, השני והשלישי ומיועדת לבוגרי תכנית הכשרה בטיפול קוגניטיבי התנהגותי במבוגרים, או לבעלי ידע מוקדם בטיפול קוגניטיבי התנהגותי. ניתן ללמוד בשתי התכניות (ילדים ומבוגרים) במקביל.

היחידות העיקריות הנלמדות במסלול ההתמחות בטיפול בילדים: הפגישה הראשונה עם הילד והוריו, הערכת הילד והוריו, הדרכת הורים, הדרכה במסגרות חינוכיות, התמודדות עם קשיי מוטיבציה בילדים, שימוש במשחק ב-CBT, טכניקות הרגעה בילדים, PTSD בילדים, ADHD, טיקים וטורט, הפרעות חרדה בילדים, אילמות סלקטיבית, סומטיזציה וכאב, אנקופרזיס, אנורזיס, קשיי שינה, בעיות התנהגות, ACT בילדים. סיום לימודים במסלול ילדים בלבד מקנה תעודה של הדסה. לקבלת תעודת מטפל איטה תידרש השלמה.

## חובות הלימודים

**נוכחות** – ניתן להיעדר מעד שני מפגשים בסמסטר.

**קריאה** – חובה לעמוד במטלות הקריאה ובביצוע מטלות אחרות כגון תרגול מיומנויות

**בחנים** – לפני קבלת מטופלים ובבמהלך הקורס

עבודה קלינית ותיאורטית בסיום כל שנת לימוד

בחינה מסכמת בעל פה בסיום תכנית ההכשרה

## תעודת הסמכה

עם סיום חובות הלימוד בקורס יקבלו הסטודנטים תעודת בוגר/ת של התכנית להכשרת מטפלי CBT (מבוגרים, ילדים או משולב) מטעם המחלקה הפסיכיאטרית בביה"ח הדסה ואישור על מילוי חובותיהם.

סטודנטים המעוניינים בהכרה של האיגוד הישראלי לטיפול התנהגותי קוגניטיבי (איט"ה) יוכלו לפנות באופן עצמאי למזכירות האיגוד בכדי להסדיר את קבלתם.

התכנית הינה בחסות איט"ה ועומדת בדרישות ההכרה של איט"ה למעמד של חבר/חבר מומחה (בהתאם לתעודות המקצועיות הקיימות ברשותו של המועמד, להלן). אין בסיום הקורס כדי להבטיח קבלה או מעמד באיט"ה.

## קריטריונים לקבלה לאיט"ה

הקריטריונים לקבלה לאיט"ה במעמד "חבר מומחה" הינם מועמדים בעלי תואר שני לפחות במקצועות הבאים: עובד סוציאלי, פסיכולוג מתמחה או מומחה, פסיכיאטר, רופא (MD), קרימינולוג קליני או טיפול באומנויות.

הקריטריונים לקבלה לאיט"ה במעמד "חבר" הינם בעלי תואר ראשון לפחות בתחומי הטיפול והחינוך: עובד סוציאלי, יעוץ חינוכי, חינוך מיוחד, הפרעות בתקשורת, ריפוי בעיסוק או סיעוד.

למסלול המלא יתקבלו מועמדים העונים על הקריטריונים לקבלה לאיט"ה כחבר מומחה, כמו כן קיימת אפשרות להצטרפות למסלול המלא בכפוף לוועדת חריגים.

לפרטים נוספים ניתן לעיין באתר איט"ה בכתובת [www.itacbt.co.il](http://www.itacbt.co.il)

## למי מיועדת התכנית

בהתאם לקריטריונים לקבלה לאיט"ה, התכנית מיועדת לפסיכולוגים מתמחים או מומחים, עובדים סוציאליים, פסיכיאטרים, רופאים (MD), קרימינולוגים קליניים או מטפלים באומנות.

## סגל התכנית

מנהלת מרכז CBT הדסה: ד"ר שירי בן-נאים

רכז טיפול והכשרה: מר צבי ריצ'מן

רכזת אקדמית מסלול מבוגרים: ד"ר היידי ווייסמן

רכזת אקדמית מסלול ילדים: גב' יעל אנקרי

מרצים בתכנית: ד"ר שירי בן נאים, ד"ר היידי ווייסמן, מר צבי ריצ'מן, גב' יעל אנקרי, מר מורן גילעד, פרופ' שרה פרידמן, ד"ר רונדה אדסקי, ד"ר נפתלי הלברשטאט, הגב' ליסה אורמונד, ד"ר יפתח יובל, ד"ר ציפי העצני, גב' שרה אביצור, גב' יעל בלייך, פרופ' אילנית חסון-אוחיון, גב' אביגיל סגל-בן עמי, ד"ר דניאל פיינגולד, גב' שושי ישעיהו ועוד.



## דרישות קבלה ותנאים

1. משלוח קורות חיים עדכניים ותעודות השכלה רלוונטיות
2. ראיון קבלה
3. תשלום דמי רישום בסך 200 ₪ (ירדו משכר הלימוד)
4. רישום עד תאריך 1.6.2019 יזכה ב-700 ₪ הנחה

ביטול הרשמה עד 1.10.2019  
יזכה בהחזר מלא בניכוי דמי הרישום

ביטול מאוחר יותר יזכה בהחזר יחסי (עד מחצית משכ"ל השנתי).

### להרשמה:

יש ללחוץ על [הלינק](#) ולמלא את הטופס

לפרטים:

[Hadassah\\_cbt@hadassah.org.il](mailto:Hadassah_cbt@hadassah.org.il)

או בדואר לכתובת המרכז לטיפול התנהגותי-  
קוגניטיבי מחלקה פסיכיאטרית בית החולים  
האוניברסיטאי הדסה עין כרם ת.ד. 12000 ירושלים  
מיקוד 91120 02-6777938 פקס 02-6777063

