בית הספר למדעי הפסיכולוגיה
הפקולטה למדעי החברה
ע"ש שמואל והרטה עמיר
אוניברסיטת חיפה

CBT אינטגרטיבי
הכשרה בטיפול קוגניטיבי - התנהגותי ממוקדת חוויה

תוכנית הכשרה
בפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית

שנה"ל 2026-2028

איט"ה
האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי
The Israeli Association for Behaviour and Cognitive Psychotherapies

חיפה – קריית טבעון – אונליין

התוכנית מוכרת ומאושרת על ידי איט"ה

התוכנית מוכרת לגמול השתלמות וקרן השתלמות

התוכנית עומדת בדרישות של ה EABCT- האגודה האירופאית לטיפול קוגניטיבי התנהגותי.

התוכנית בליווי אקדמי של החוג לפסיכולוגיה, אוניברסיטת חיפה.

תוכנית דו שנתית ותלת שנתית

תוכן עניינים

מטרת התוכנית	3
ייחוד התוכנית	3
מבנה התוכנית ופרטים חשובים	4
שנה א - תוכנית הלימודים	6
שנה ב- מסלול מבוגרים מקדם אינטגרציה	9
שנה ג- מסלול פרונטלי	13
רשימת מורי התוכנית	14
למי מיועדת התכנית	15
הרשמה ושכר לימוד	15
בעלי תפקידים	15
לוח שנה"ל	16

מטרת התוכנית

תוכנית ההכשרה נולדה מתוך הרצון לחבר ולהנגיש את העולם הקוגניטיבי-התנהגותי למטפלים אשר עוסקים בפסיכותרפיה. מטרת התוכנית לחשוף את הלומדים באופן הדרגתי למורכבות ולעושר הקיים בתוך השדה הקוגניטיבי-התנהגותי ולאפשרויות העבודה בגישה זו עם קהל מטופלים רב גוני. המיקוד בתוכנית הוא בלימוד מעמיק ומעשי של עקרונות הגישה, בשיטות התערבות מעודכנות ורלוונטיות וביישומן בתרגול בכיתה ועם מטופלים. נתמקד הן בהמשגות התאורטיות והן בהתערבות הטיפולית הכוללת נוכחות אקטיבית, מעשית ומעודדת שינוי של המטפל בחדר הטיפולים.

הייחוד של התוכנית

התוכנית מוכרת באיט"ה במתכונת **דו-שנתית.** יש אפשרות להמשיך לשנה ג' ולקבל תעודה **תלת-שנתית**. הלימוד מתבצע בקבוצה קטנה. דגש רב יינתן על תרגול ויישום הגישה באופן אינטגרטיבי, גמיש, המותאם למטופל הספציפי, לקשר הטיפולי ולשלב הטיפולי. התוכנית מבססת חשיבה אינטגרטיבית בין גישות טיפול שונות.

שנה א' מתמקדת בגישה הקוגניטיבית התנהגותית (גל ראשון ושני) והיישום שלה בטיפול באנשים הסובלים מהפרעות חרדה, מצב רוח וOCD. **שנה ב'** טיפול מקדם אינטגרציה במבוגרים – מיקוד באינטגרציה בין ה CBT לגישות ושפות טיפול נוספות, בין הגישות: גישות הגל ה-3 ב CBT (סכמה תרפיה, ACT, DBT), הגישה ההתייחסותית בטיפול הקוגניטיבי התנהגותי ועוד. **שנה ג'** הינה שנה פרונטלית מלאה ומובנית הנלמדת בחיפה בימי רביעי/חמישי בבוקר (ימי רביעי- ממוקד רגש. ימי חמישי- טיפול בילד, נוער והדרכת הורים) או לחליפין שנה מלאה הנלמדת בתכנית האונליין בימי שני בבוקר (הדרכת הורים בגישת האקט).

המרצים המלמדים בתוכנית הינם אנשי טיפול והוראה מהשורה הראשונה בארץ. צוות המרצים מגוון ורובם בעלי ידע מעשי ותאורטי גם בטיפול דינמי, ענין המאפשר העמקה ועושר בהתבוננות ובלמידה.
הלימוד, שנערך בקבוצה קטנה מאפשר תרגול רב, ממוקד חוויה והתאמה לקצב הקבוצה ברכישת הכלי הטיפולי. המפגשים מורכבים מלימוד של רקע תאורטי, תרגול מעשי בין חברי הקבוצה ובסמסטר ב' והילך משולבת גם הדרכה לימודית במתכונת קבוצתית.

התלמידים יקבלו את כל חומר הקריאה המומלץ, מאמרים ופרקי קריאה נוספים, שאלונים וחומר עזר למטופל.

מבנה התוכנית ופרטים חשובים

הלימודים בהיקף של 5 שעות אקדמיות בשבוע בתוכניות הפרונטליות ו 6 שעות אקדמיות בשבוע בתוכנית האונליין. דרישות התוכנית כוללות נוכחות מלאה, הגשת משימות בית, הגשת עבודת סיכום (תיאור מקרה) ודרישות קליניות: קבלת 50 שעות הדרכה שילוו 100 שעות טיפול. התלמידים יצטרכו לטפל לפחות ב- 8 מטופלים. כל אלה על מנת לעמוד בדרישות של איט"ה. אלה שיבחרו להמשיך לתוכנית התלת שנתית, יצטרכו לסיים לפחות 150 שעות לימוד בקורסי בחירה או שנה ג' פרונטלית נוספת.

עפ"י דרישות איט"ה התוכנית הדו-שנתית כוללת 450 שעות הכוללות:

- 250 שעות לימוד פרונטלי
- 200 שעות לימוד מיומנויות המתחלקות באופן הבא: התנסות בכלים טיפוליים ולימוד מיומנויות (85 שעות), משימות בית (65 שעות) והדרכה אישית או קבוצתית (50 שעות) שאותן יש לרכוש בנפרד.

מיקום וזמנים

חיפה

שנת הלימודים הבאה תפתח 21/22.10.26 .
הלימודים הם חד שבועיים בימי רביעי / חמישי בבוקר בבית הכט שבמרכז הכרמל, שדרות הנשיא 142, חיפה.
שעות הלימוד בין 9:10-13:40 .

קריית טבעון (פירוט אודות הקורסים בתכנית בחוברת מידע נפרדת)

מסלול לימוד המתמקד בטיפול בילדים, נוער והדרכת הורים.
הלימודים בימי שלישי יחלו בתאריך 13.10.26 , בין השעות 9:00-13:30, מתקיימים בסיפרייה ומרכז ההנצחה של טבעון, רחוב המגדל 2.

מסלול אונליין בשיתוף לימוד קרוב

הלימודים מתקיימים בימי חמישי בבוקר 9:00-12:15. ובנוסף מתקיימת קבוצה תרגול קטנה בימי שלישי/רביעי בוקר וערב לבחירה. התכנית מתחילה ב 11/26. ניתן לצפות בהקלטות השיעור בזמן שנח לך. פרטים נוספים בקישור הבא:

הדרכה

לתלמידים יוצעו מדריכים מאזור מגוריהם המוכרים ע"י איט"ה. תאום הזמנים, הנושאים הכספיים וארגון קבוצת ההדרכה יעשו ע"י התלמידים עצמם.

תעודת גמר

תעודת סיום הלימודים מטעם החוג לפסיכולוגיה באוניברסיטת חיפה ואיט"ה, תינתן לתלמיד אשר סיים את כל חובותיו הכוללות: נוכחות מלאה (80%), הגשת שיעורי בית, הגשת עבודת סיום, ועמידה בדרישות הקליניות (50 שעות הדרכה שילוו 100 שעות טיפול. סה"כ לפחות 8 מטופלים)

מומחיות וחברות באיט"ה

כדי להתקבל לאיט"ה כמטפל מומחה ב-CBT יש לעמוד בקריטריונים שאיט"ה מגדירה, ביניהם השלמה של 50 שעות הדרכה נוספות לכדי 100 שעות הדרכה, שנעשו אצל מינימום שני מדריכים מוכרים באיט"ה. למעוניינים להתקבל כחברים באיט"ה נדרש לעיין בתקנון המתפרסם באתר www.itacbt.co.il

תוכנית הלימודים בחיפה/שנה א/

טיפול קוגניטיבי- מהתאוריה למעשי
[מרצה: ד"ר איתי אדרס / חמוטל וולפסון/ דינה נרקיס]

הקורס עוסק באופן מעמיק בטיפול הקוגניטיבי לפי גישתם של אהרון בק ואלברט אליס. הקורס יכלול מבוא ורקע על התפתחות הגישה, עמדת המטפל והקשר הטיפולי ומושגים בסיסיים אשר מרכיבים את הגישה כגון: מחשבות אוטומטיות, טעויות חשיבה, המשגה קוגניטיבית ודיאלוגים סוקרטים. כמו כן, נעסוק בעבודה על סכמות הליבה על פי גישתו של אליס. הקורס כולל הן לימוד תאורטי והן תרגולים בכיתה.

טיפול התנהגותי
[מרצה: דינה נרקיס/ שמרית נחום]

מטרת הקורס ללמד את התאוריה ההתנהגותית תוך שימת דגש לרלוונטיות הגישה בהקשר הטיפולי. המושגים אשר ילמדו הם: התניה קלאסית, אופרנטית, מודלינג ויישומם בטיפול. חיזוק חיובי, בניית מדרגים, הקהייה שיטתית, חשיפות בדמיון והדרכת משפחה.

מבנה המפגש הטיפולי, פורמולציה והסבר פסיכו-חינוכי
[מרצה: ד"ר איתי אדרס/ שמרית נחום]

מטרת הקורס להדגיש את הייחודיות של האינטייק הקוגניטיבי-התנהגותי ולחשוף את התלמידים לשאלונים מרכזיים בתחום. הקורס מתמקד בהסבר הפסיכו-חינוכי, קביעת מטרות טיפוליות ומתן שעורי הבית. מטרת הקורס ליישר קו ולדון בנושאים אלו, אשר באים לידי ביטוי גם בקורסים אחרים בתוכנית.

ויסות פיזיולוגי ושילובו בטיפול
[מרצה: לירון אליאסוב/ ד"ר איתי אדרס/ ד"ר מירב אדרס/ דינה נרקיס]

הקורס עוסק בערוץ הפיזיולוגי והכנסתו למוקד הטיפול. נעסוק במערכות הפיזיולוגיות ובדרכי התערבות יעילים. נלמד טכניקות הרפייה מגוונות ונתמקד בשילובם בטיפול. הטכניקות שילמדו יכללו הרפיה נשימתית, שרירית ודימיון מודרך. כמו כן, נלמד ונתרגל את העקרונות של חשיפה בדימיון, אלמנט

משמעותי ביותר בטיפול הקוגניטיבי התנהגותי המאפשר לייצר אקטיבציה וטרנספורמציה בחדר הטיפול. הקורס כולל תרגולים בכיתה.

הגישה המוטיבציונית ויישומה בטיפול הקוגניטיבי התנהגותי
[מרצה: ד"ר איתי אדרס/ שמרית נחום]

מטרת הקורס לעסוק בנושא המוטיבציה בטיפול הפסיכולוגי. מטרת הקורס לספק כלים יישומיים בעבודה על מוטיבציה הן באמצעות אלמנטים מגישת הגל השלישי (אקט) והן באמצעות הראיון המוטיבציוני (מילר ורולניק) ורעיונות אקזיסטנציאליסטים. כמו כן, נעסוק במעגל השינוי עפ"י פרוצ'סקה ודיקלמנטה והתאמת סוג ההתערבות לשלב בו נמצא המטופל בתהליך השינוי

טיפול בחרדה: פוביות
[מרצה: שני כהן/ דינה נרקיס]

הקורס מקנה ידע תאורטי ומעשי בטיפול בפוביות, הפרעת פאניקה ואגורפוביה. תעשה אינטגרציה של הנלמד בתוכנית עד כה לכדי מודל טיפולי בהפרעות אלו. חלק מהלימוד יעשה באופן חווייתי והתנסותי.

התקפי זעם – ניהול כעסים, התקפי פאניקה
[מרצה: מור זכאי/ אילה גולן/ שמרית נחום]

התמודדות עם כעס ותוקפנות בחיי היום יום היא נחלת כולנו. מדובר באחת התמות הפופולריות ביותר שמטפלים נפגשים עמה בטיפול, הן כנושא עצמאי והן כנגזרת של נושא רחב יותר. הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית מציעה למטפלים פרוטוקולים ממוקדים ומוגדרים, מבוססי מחקר, לניהול כעסים. הגישה ההתנהגותית מתמקדת בדפוס הנלמד של התנהגות תגובתית לגירויים פנימיים או חיצוניים והחיזוקים לתגובה. הגישה הקוגניטיבית מתמקדת בהערכה הקוגניטיבית לאותו גירוי כמלבה או מעורר את הכעס. המודל הטיפולי משלב בין שתי הגישות הנ"ל ומתייחס גם למרכיב הפיזיולוגי תחושתי כגוף ידע נוסף, המשפיע ומושפע בתוך המערכת החושבת, המרגישה והמגיבה. התלמידים ילמדו את המודל באופן תיאורטי ומעשי דרך תרגול והתנסות.

טיפול בחרדה חברתית
[מרצה: פרופ' עידן אדרקה/ דינה נרקיס/ סיוני רותם/ ד"ר מאיה זאבי ברקאי]

חרדה חברתית הינה אחת החרדות הנפוצות ביותר בעולם המערבי. מטרת הקורס לעשות אינטגרציה בין הטיפול הקוגניטיבי וההתנהגותי וללמד את ההתערבות הטיפולית בחרדת חברתית. הקורס יכלול הסבר על ההפרעה, תמות קוגניטיביות מרכזיות ותמות התנהגותיות. הקורס יפרט את המודל הטיפולי להפרעה זו.

טיפול ב OCD

[מרצה: שני כהן/ דינה נרקיס/ ד"ר מאיה זאבי ברקאי]

הקורס יחשוף את התלמידים לגישות המרכזיות והמעודכנות בתחום הטיפול ב OCD. גישות אלו כוללות את מודל החשיפה ומניעת התגובה ההתנהגותית, מודל ההתמכרות, וכן גישות קוגנטיביות. הקורס יכלול סקירה של ההפרעה לפי ה DSM, טקסים התנהגותיים ומנטאליים, תוכן המחשבות, ודפוסי הימנעות. דרך תיאוריה ודרך ניתוח מקרים, התלמידים ילמדו איך להמשיג כל מקרה באופן ייחודי, ואיך לבנות התערבות שתכלול את האסטרטגיות הכי מתאימות להמשגת המקרה.

טיפול בדכאון

[מרצה: דינה נרקיס/ ד"ר מאיה זאבי ברקאי/ שלי שמשוני]

הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי צמח והחל את פועלו דרך הטיפול בהפרעות דכאון. מטרת הקורס להכשיר את התלמידים בטיפול המשלב אספקטים קוגניטיבים והתנהגותיים בדכאון. הקורס יכלול לימוד של הפן ההתנהגותי, הקוגניטיבי וכן הערכה ותכנון טיפולי.

הדרכה לימודית ותרגול מיומנויות

[מרצה: שני כהן/ שלי שמשוני/ ד"ר איתי אדרס]

מטרת הקורס לאפשר תרגול של החומר הנלמד בתוכנית. התרגול יעשה הן באופן הדרכתי בו יביאו המשתתפים מקרים טיפוליים והן באופן התנסותי אישי דרך תרגול עם חברי הקבוצה.

מושגי בסיס בפסיכותרפיה- אתיקה וניהול קשר טיפולי

[מרצה: ד"ר איתי אדרס/ שני כהן/ שמרית נחום]

הקורס עוסק במושגים בסיסיים החיוניים לניהול של קשר טיפולי: הסטינג הטיפולי, החוזה הטיפולי וניהול סיכונים, גבולות בטיפול וחובת דיווח, האינטייק הטיפולי והברית הטיפולית. מושגים אלו מהווים את הבסיס ליצירה ושימור של קשר טיפולי בטוח ומרפא. נלמד על המושגים ב-3 אופנים: הגדרת המושג

ומשמעויותיו, דיון בדילמות טיפוליות רלוונטיות ובחינת המושג דרך הצגת מקרים של המשתתפים. קריאת מאמרים רלוונטיים ילוו את מהלך הקורס.

מודולה רגשית
[שני כהן]

מתמקד במיומנויות טיפול ממוקדות רגש, של המטפל הקוגניטיבי התנהגותי.

הרגש הוא אחד ממרכיבי החוויה שמתפתחים בטיפול cbt. במודולה הרגשית נלמד אודות המנגנונים הרגשיים וכיצד ניתן להשפיע על תהליכי שינוי בטיפול, בתחום הרגשות

תוכנית הלימודים -שנה ב- מסלול נוער ומבוגרים מקדם אינטגרציה

יישומי מיינדפולנס בחדר הטיפול
[ניב אידלמן/ דודו כהן/ ירדן גולדשטיין]

בגל השלישי בטיפול הקוגניטיבי התנהגותי ניתן דגש לא רק על תוכן המחשבות המעצב את מצב הרוח, אלא גם על הטיות קשב, סגנון חשיבה, היאחזות ואספקטים גופניים. בהקשר זה התפתחו מספר גישות המשלבות מיינדפולנס בטיפול קוגניטיבי התנהגותי.

מיינדפולנס, או מודעות קשובה, היא תכונה נרכשת שניתן לפתח באופן מובנה על ידי תרגול ואימון ועיקרה אימון בהפניית הקשב באופן לא שיפוטי למה שמתרחש כאן ועכשיו. מקור האימון במיינדפולנס הוא במסורות מדיטציה בבודהיזם, והוא הותאם בשלושים השנים האחרונות לעבודה קלינית.

אימון במיינדפולנס עוסק בשיפור היכולת לשלוט ולנווט את מיקוד הקשב, תוך עיצוב מחדש של מערך ההתייחסות לחווייה בכל רגע ורגע. מאות מחקרים מדעיים ומחקרים קליניים מצביעים על כך שיש לאימון כזה תועלת קלינית ושהוא מוביל לשינויים בתפקוד המוח ותפקודים פיסיולוגיים אחרים.

הקורס יכלול מבוא תאורטי לגישה ולמחקר וכן יעסוק בתרגול אלמנטים אשר יוכלו לספק כלים ראשוניים הן עבור המטופל והן עבור המטפל הנדרש לשים לב למתרחש בתוכו במהלך השעה הטיפולית.

סכמה תרפיה עפ"י יאנג.
[מרצה: גלית גורן גלעד/ סיגל ברכה סדוביץ/דפנה אשהיים]

סכמה תרפיה הינה גישת טיפול אינטגרטיבית שפותחה לתת מענה למטופלים המתקשים לנהל את יחסיהם הבינאישיים, מוצאים עצמם במעגלים חוזרים של תבניות קשר בלתי מתגמלות ולא אחת תפקודם נפגע בשל דפוסי התנהגות מכשילים. סכמה תרפיה מציעה מגוון עשיר של התערבויות טיפוליות המקדמות שינוי ברמה ההתנהגותית והקוגניטיבית כמו גם ברמת עומק של דיאלוג רגשי מתקן עם דמויות ההתקשרות המופנמות.

בקורס זה נלמד לנוע יחד עם המטופל על הציר שבין קוטב הבעיה הנוכחית לקוטב צרכי הליבה שאינם מקבלים מענה. ציר זה מתקיים בשל התפתחות סכמות, סגנונות התמודדות ומודים שמנהלים את המטופל במצבי הצתה בהם משתחזרים אלמנטים אופייניים לדפוסי ההתקשרות ויחסי האובייקט שלו. מעבר ללמידה התיאורטית יושם בסדנא זו דגש על התנסויות חווייתיות של המשתתפים באסטרטגיות ייחודיות לסכמה תרפיה כגון: קונפרונטציה אמפטית, הורות חלקית מתקנת, עבודה בדמיון על זיכרונות ילדות וביצוע רישום מתקן, מודליניג של מענה תואם לצרכי הליבה, עבודת מודים באמצעות כסאות ועוד.

הקורס יכלול את הנושאים הבאים: צרכים אוניברסלים, 18 סכמות, דפוסי התמודדות בלתי מסתגלים, מודים, פרוטוקול סכמה תרפיה להפרעת אישיות גבולית, פרוטוקול להפרעת אישיות נרציסטית, פרוטוקול להפרעת אישיות המנעותית-תלותית, הדגמות ותרגול.

ACT- Acceptance and Commitment
[מרצה: שלי שמשוני/ ניב אידלמן]

הקורס יעסוק בגישה טיפולית חדשה אשר צמחה במסגרת עולם ה-CBT. גישה זו מדגישה קבלה של תכנים מנטאליים שונים (מחשבות, זיכרונות ורגשות) לצד התמקדות בפעולה המחויבת לתוואי שמציבים ערכיו של המטופל. ACT שייכת למה שמכונה – "הגל השלישי של ה-CBT" (לצד גישות

נוספות כגון DBT, MBCT ו – MBSR) ומציעה מודל עשיר ומורכב ביותר, כמו כן היא נוקטת עמדה טראנס-דיאגנוסטית. בקורס נעסוק הן ב- ACT כמודל טיפולי והן בבסיס הפילוסופי והתיאורטי של הגישה. לאורך הקורס יועבר חומר תיאורטי אשר ילווה בצפייה בסרטים המדגימים התערבויות טיפוליות שונות ויערכו התנסויות בתרגילים חווייתיים.

טיפול CBT בטראומה- PTSD

[מרצים: ד"ר יעל כספי/ שני כהן/ שי מענית]

מטרת הקורס להקנות ידע תאורטי ומעשי עדכני בטיפול בטראומה. הלימוד יכלול רקע תאורטי על PTSD ויתמקד בטיפול בגישת ה CPT (cognitive processing therapy). היבטים תיאורטיים ועיבוד רגשי-קוגניטיבי של הטראומה. היבטים התנהגותיים ועיבוד ע"פ תיאוריית העיבוד הרגשי. עיגון משאבים ושילוב מערכות תמיכה בטיפול. הלימוד כולל חלק תאורטי, תרגול של הגישה וצפייה בסרטונים.

עבודה אינטגרטיבית עם הקשר הטיפולי

[מרצה: לירון אליאסוב]

מטרת הקורס להציג עקרונות להפיכת הקשר הטיפולי כמרחב פעיל בטיפול קוגניטיבי התנהגותי. הקורס מתבסס על מודלים עדכניים של אינטגרציה של הפסיכותרפיה מבוססי מחקר, המדגישים את חשיבות המרכיבים הפעילים של ציפיות והעדפות המטופל והברית הטיפולית בתהליך הטיפולי. קשר טיפולי יציב נתפס בגישה הקוגניטיבית התנהגותית כתנאי בסיסי להפעלת הטכניקות הטיפוליות אך אינו מרחב פעיל בפני עצמו לעבודה טיפולית. גישות באינטגרציה של הסיביטי טוענות שיש מקום לשינוי בהתייחסות למרחב הקשר הטיפולי והפיכתו למרחב פעיל ומרכזי בעבודה הטיפולית. בהמשך לכך הקורס יתבסס על רעיוניתיהם של ליהי, קרטרייט וספרן העוסקים באופן שילוב העבודה על הקשר הטיפולי בתוך טיפול סיביטי ודגש מרכזי יינתן לעבודה באמצעות יחסי ההעברה והעברה נגדית וטכניקות התייחסותיות המאפשרות להעמיק את העבודה של שינוי קוגניציות וסכמות בין אישיות "חמות" כפי שמופעלות בקשר הטיפולי.

DBT (dialectical behavioral therapy)

[מרצה: עדי סיני]

טיפול דיאלקטי-התנהגותי הוכח כיעיל במיוחד במקרים של קשיי ויסות רגשי וחוסר יציבות רגשית וכן בהתנהגות של פגיעה עצמית. תהליך הטיפול מתמקד בדיאלקטיקה בין התבוננות ברגשות וקבלתם ברוח הפסיכולוגיה הבודהיסטית מחד, לבין שימוש באסטרטגיות שינוי דפוסים בכלים קוגניטיביים התנהגותיים מאידך. זהו טיפול קצר מועד, ממוקד ומוכוון למטרות מעשיות. הקורס נועד להקנות למשתתפים רקע עיוני וקליני שיאפשר להם להשתמש בכלים הייחודיים שמציעה השיטה.

לימוד ותרגול מיומנויות חברתיות

[מרצה: סיוני רותם]

מיומנויות חברתיות נרכשות בתהליך ממושך המתחיל עם הלידה ונמשך לאורך הילדות, ההתבגרות והבגרות. מאחר וראשית תהליך למידת המיומנויות החברתיות הוא בילדות, רבים מהילדים הסובלים מקשיים חברתיים "יגררו" קשיים אלו גם בהתבגרות והבגרות, ללא טיפול מתאים. בסדנה נלמד כיצד ללמד את המטופלים מיומנויות חברתיות אשר ישפרו את איכות חייהם. קורס זה יעסוק בתיאוריה ובפרקטיקה של תחום המיומנויות החברתיות. התלמידים ילמדו את תחום התקשורת הבין אישית, החברתית והקבוצתית, ברמה הקוגניטיבית, ההתנהגותית, שפת הגוף ואזורים מוחיים המשפיעים (נוירוני מראה). התלמידים ייחשפו לדוגמאות קליניות על קשיים בהתפתחות מיומנויות אלו בילדים ובמבוגרים. התלמידים ילמדו לטפל בקשיים בפיתוח מיומנויות חברתיות ויתרגלו בכיתה דרכים לטיפול באמצעות סימולציות, משחקי תפקידים, משובים הדדיים וניתוחי מקרה.

סדנת סלפי - פרוטוקול לטיפול בסוגיית זהות ה"עצמי", ילדים מתבגרים ומבוגרים

[מרצה: שני כהן]

ה-"SELFIE" הינו כלי עזר לחדר הטיפולים, לטיפול בנושא של זהות המטופל והדאלקטיקה שבין חלקיו השונים. מטרת התהליך לייצר אינטגרציה בין חלקי הזהות השונים והגמשתם אל מול הנוקשות והבידול שלהם. הגמשת חלקי זהות נוקשים ומבודדים, מקדמת שינוי בהרגלי חשיבה והתנהגות, מפתחת דרכי התמודדות חדשות עם מצבים מאתגרים בחיי היום יום ופותחת צוהר לרווחה נפשית וסיפוק ביחסים עם עצמינו ועם הזולת. הצעת עבודה זו אף היא אינטגרטיבית ומשלבת טכניקות טיפוליות מגישות ואסכולות שונות למשל, טיפול באומנויות, טיפול קוגניטיבי- התנהגותי (גל שני וגל שלישי: אקט, סכמה תרפיה),

טיפול ויניקוטיאני וגשטאלט. פרוטוקול העבודה עם ה-"SELFIE" מציע דרך חוויתית ומסקרנת להכרות עם העצמי ומתאים לטיפול בילדים, מתבגרים ומבוגרים הפונים לטיפול עם בעיות מגוונות.

הדרכה לימודית ותרגול מיומנויות

[שני כהן/ שלי שמשוני/ ד"ר איתי אדרס]

מטרת הקורס לאפשר תרגול של החומר הנלמד בתוכנית. התרגול יעשה הן באופן הדרכתי בו יביאו המשתתפים מקרים טיפוליים והן באופן התנסותי אישי דרך תרגול עם חברי הקבוצה.

תוכנית הלימודים - שנה ג (לבוגרי מסלול דו שנתי)

סטודנט שעם סיום לימודיו הדו שנתיים ירצה להמשיך ולהעמיק ללימודים תלת-שנתיים יוכל לעשות

זאת באחת מהאפשרויות הקיימות

1. שנה פרונטלית ייעודית (פירוט נרחב בחוברת מידע לשנה ג)

להצטרף למסלול פרונטלי שנתי, בקבוצה קבועה ואחידה, העובדת יחד לאורך כל השנה. מסלול

זה מאפשר חוויית למידה רציפה, תומכת ומעמיקה (150 שעות אקדמאיות)

- מסלול "ילדים נוער והדרכת הורים"
- מסלול "ממוקד רגש"

2. קורסי בחירה אונליין:

רכישת קורסי בחירה הנפתחים לאורך השנים, צבירת נקודות בקצב שלך, ובסיום 150 שעות

לימוד לקבל תעודה תלת-שנתית.

רשימת המרצים בתוכנית:

שם	כתובת	טלפון	מייל
ד"ר איתי אדרס	שימקין 26, חיפה	052-2817057	iadres@netvision.net.il
גלית גלעד	כפר הס	054-5315117	Galit.gilad@yahoo.com
דוד כהן	שבי ציון	050-8358242	doodoodoom@gmail.com
ד"ר יעל כספי	חיפה	050-2065276	Yael_caspi@yahoo.com
לירון אליאסוב	חיפה	050-2066143	lironeliasov@gmail.com
ד"ר מאיה זאבי ברקאי	יוקנעם	0585488188	mayazeevi122@gmail.com
ד"ר נורית פינקל	פלמ"ח 23, חיפה	052-8325444	finkeln@walla.com
סיוני רותם	טבעון	052-6510665	sivanyrotem@gmail.com
עדי סיני	נתניה	054-8040787	adi.sinai@gmail.com
פרופ' עידן אדרקה	חיפה	052-3403295	iaderka@psy.haifa.ac.il
עפרה מירון ליכטר	טבעון	054-4306020	ofra.miron@gmail.com
צורית שמש פייגין	תל עדשים	052-5456375	Tzuki77@gmail.com
שי מענית	שכניה	052-7462828	s_maanit@hotmail.com
שלי שמשוני	זכרון יעקב	050-3497750	shellyshimshoni@gmail.com
שני כהן	עין כרמל	052-5408332	shanibulu@gmail.com

שמרית נחום	קרית אתא	052-2817057	shimritn73@gmail.com
דינה נרקיס	יובלים	050-6507985	dinarkis@gmail.com
ניב אידילמן	הרצליה	0544584055	NIVEIDEL@gmail.com
סיגל ברכה סדוביץ	הרצליה	052-2181879	sibracha1@gmail.com
ד״ר מירב אדרס	חיפה	0528618389	meravh10@gmail.com
פרופ מולי להד	תל אביב	052-8455005	mooli.lahad@icspc.org
דפנה אשהיים	פרדס חנה כרכור	052-2353586	adafna@gmail.com

פרטים על כל אחד מהמרצים ניתן למצוא באתר התוכנית: www.cbtadres.co.il

למי מיועדת התכנית

התוכנית מיועדת עבור אנשי טיפול במקצועות הבאים: פסיכולוגים (תואר שני), עובדים סוציאליים, מטפלים בהבעה ויצירה, פסיכיאטרים, יועצות חינוכיות, קרימינולוגים קליניים, מטפלים משפחתיים. המשתתפים יחולקו לקבוצות לימוד עפ"י המקצוע הטיפולי שלהם ועל סמך הניסיון הקליני והידע הקודם בפסיכותרפיה.

הרשמה ושכר לימוד

בכדי להרשם יש למלא את טופס הרישום המכוון פרטים נוספים ניתן למצוא באתר התוכנית- www.cbtadres.co.il. כמו כן, יש לשלוח קו"ח ותעודות מקצועיות **במייל לליאת אשכנזי-** cbt.integrative@gmail.com ובהמשך יתואם ראיון אישי/ קבוצתי.

מועמדים שיתקבלו לתוכנית יתבקשו להעביר מקדמה על סך 500 שקלים (סכום זה יופחת מהתשלום הראשון לתכנית) ולאחר מכן, להעביר את התשלום המלא בהוראת קבע/ תשלומי אשראי על מנת להבטיח את מקומם בקבוצה (קבוצת הלימודים קטנה ולכן מספר המקומות מוגבל) ולחתום על התקנון. שכר הלימוד עבור שנת לימודים הינו 11,600 ₪ כולל מע"מ, ניתן לחלק עד לשמונה תשלומים.

<u>מדיניות ביטולים</u>: ניתן לבטל את הרישום עד ל 1/9 ולקבל חזרה את התשלום . ביטול הרשמה לאחר תאריך זה ועד 1/10 יאפשר החזר של 50% מהתשלום בלבד. לאחר 1/10 לא יינתן החזר תשלום.

<u>בכל מקרה של ביטול לא יוחזרו דמי הרישום על סך 500 ₪.</u>

<u>בעלי תפקידים</u>

ד"ר איתי אדרס- מנהל התוכנית

ליאת אשכנזי- מנהלת אדמיניסטרטיבית

שמרית נחום- מרכזת מקצועית תוכנית הלימודים בחיפה

סיווני רותם- מרכזת מקצועית תוכנית הלימודים בקריית טבעון

אורי הרמן- יו"ר הועדה מקצועית

שני כהן- ועדה מקצועית

לירון אליאסוב- ועדה מקצועית

ד"ר נורית פינקל- ועדה מקצועית

שלי שמשוני- ועדה מקצועית

דינה נרקיס- ועדה מקצועית

<u>לוח שנת הלימודים שנת תשפ"ז</u>

בחיפה לימודים בימי רביעי או בימי חמישי, בבוקר 9:10-13:40 (בהתאם לקבוצה אליה תשובצו)

בטבעון לימודים בימי שלישי בבוקר 09:00-13:30

סמסטר א'- התחלת לימודים: ימי שלישי בטבעון: 13.10.26

ימי רביעי חיפה: 21.10.26 ימי חמישי חיפה: 22.10.26

סיום לימודים בשנת תשפ"ז: סוף יוני 2027 תחילת יולי 2027

במועדים הבאים לא יתקיימו לימודים: פסח, יום הזכרון, יום העצמאות

<u>שימו לב כי ייתכנו שינויים</u>