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

התוכנית מוכרת ומאושרת על ידי איט"ה

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

התוכנית בליווי אקדמי של החוג לפסיכולוגיה אוניברסיטת חיפה

תוכן עניינים

מטרת התוכנית	3
ייחוד התוכנית	3
מבנה התוכנית ופרטים חשובים	4
תוכנית הלימודים	6
רשימת מורי התוכנית	14
תנאי קבלה	15
הרשמה ושכר לימוד	15
בעלי תפקידים	16
לוח שנה"ל תשפ"ב	16

מטרת התוכנית

תוכנית ההכשרה נולדה מתוך הרצון לחבר ולהנגיש את העולם הקוגניטיבי-התנהגותי לאנשי טיפול מתחום בריאות הנפש החינוך והרפואה. מטרת התוכנית לחשוף את הלומדים באופן הדרגתי למורכבות ולעושר הקיים בתוך השדה הקוגניטיבי-התנהגותי ולאפשרויות הטמונות בעבודה בגישה זו עם ילדים ובני נוער. המיקוד בתוכנית הוא בלימוד מעמיק ומעשי של עקרונות הגישה, בשיטות התערבות מעודכנות ורלוונטיות וביישומן בתרגול בכיתה ועם מטופלים. נתמקד בנוכחות אקטיבית, מעשית ומעודדת שינוי.

ייחודיות התוכנית

התוכנית מוכרת באיט"ה במתכונת דו-שנתית ותלת שנתית. הלימוד מתבצע בקבוצה קטנה. דגש רב יינתן על תרגול ויישום הגישה באופן אינטגרטיבי, גמיש, המותאם למטופל הספציפי, לקשר הטיפולי ולשלב הטיפולי. התכנית מבססת חשיבה אינטגרטיבית בין גישות טיפול שונות.

מסלול ילדים, נוער והדרכת הורים - מסלול זה ממוקד בילדים, נוער והדרכת הורים. כולל לימוד של גישות הגל ה-3 ואינטגרציה עם גישות טיפול נוספות .

ניתן להמשיך וללמוד **לשנה ג'** במסגרת לימודי בית הספר CBT אינטגרטיבי בחיפה (פתיחת שנה זו מותנית במספר הנרשמים). שנה ג' במסלול טיפול ממוקד רגש (המתייחס לעבודה עם נוער ומבוגרים) – מיקוד באינטגרציה בין ה CBT לגישות ושפות טיפול נוספות, בין הגישות: טיפול ממוקד רגש, ACT מתקדמים, EDT ועוד). ימי הלימוד של שנה זו הינם ימי רביעי. כמו כן, מתקיים מסלול לימודי שנה ג' בתוכנית האונליין המתמקד בהדרכת הורים בגישת האקט. ימי הלימוד הינם בימי שני בבוקר.

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 והדרכה לימודית במתכונת קבוצתית.

התלמידים יקבלו חומרי קריאה מומלצים, מאמרים ופרקי קריאה, שאלונים וחומר עזר למטופל.

מבנה התוכנית ופרטים חשובים

התכנית הדו שנתית הינה בהיקף של 5 שעות אקדמיות בשבוע, כ - 300 שעות אקדמיות.
הלימודים יתקיימו במשך 4 סמסטרים בקריית טבעון- רחוב המגדל 2, אחת לשבוע בימי ג' בשעות הבוקר. התחלת שנת הלימודים תשפ"ז בתאריך 13 אוקטובר 2026.
דרישות התוכנית כוללות חובת נוכחות (100%) , משימות בית, טיפול במסגרת תחום עיסוק הלומד ב- 8 מטופלים ורכישת לפחות 50 שעות הדרכה על ידי מדריכים המוכרים באיט"ה. כמו כן, יש להגיש בסוף הלימודים עבודת סיכום- הצגת מקרה של אחד הטיפולים. כל אלה על מנת לעמוד בדרישות של איט"ה.
תלמידים אשר יחליטו לסיים את לימודיהם לאחר שנה אחת יצטרכו לטפל לפחות ב- 4 מטופלים ולרכוש עבורם לפחות 25 שעות הדרכה (פרטני ו/או קבוצתי). מי שיבחר להמשיך לתכנית התלת שנתית, יצטרך לסיים עוד 150 שעות לימוד בקורסי בחירה או שנה ב' 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

התוכנית מתקיימת במרכז ההנצחה – רחוב המגדל 2, קרית טבעון , במשך 4 סמסטרים. תחילת התוכנית לשנת הלימודים תשפ"ז בסמסטר חורף 13.10.26.
הלימודים יתקיימו בימי שלישי בין השעות 09:00-13:30. שנה שלישית, למי שיבחר בתכנית התלת שנתית, תתקיים בבית הכט (ליד האודיטוריום), שדרות הנשיא 142, מרכז הכרמל, חיפה בימי רביעי או חמישי בשעות הבוקר.

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 אוניברסיטת חיפה ואיט"ה, תינתן לתלמיד אשר סיים את כל חובותיו הכוללות: נוכחות מלאה, הגשת שיעורי בית, הגשת עבודת סיום, ועמידה בדרישות הקליניות (הדרכה ומספר מטופלים: תכנית דו-שנתית: 8 מטופלים + 50 שעות הדרכה +מינימום 100 שעות טיפול תחת הדרכה.

מומחיות וחברות באיט"ה

כדי להתקבל לאיט"ה כחבר/ה 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

קורסים בשנה א -

טיפול קוגניטיבי לילדים ונוער- מהתאוריה למעשי

[מרצה: ד"ר איתי אדרס/ חמוטל וולפסון]

הקורס עוסק באופן מעמיק בטיפול הקוגניטיבי לפי גישתם של אהרון בק ואלברט אליס והנגשתו לשפת הילדים בראי ההתפתחות הקוגניטיבית של האדם. 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: ד"ר עפרה מירון ליכטר / 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]

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: ד"ר מירב אדרס/ צורית שמש פייגין]

הקורס מלמד טכניקות הרפייה מגוונות ומתמקד בשילובם בטיפול. הטכניקות שילמדו יכללו הרפיה נשימתית, שרירית ודימיון מודרך. הקורס כולל תרגולים בכיתה.

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.

הפרעות חרדה בילדות

[מרצה: ד"ר מאיה זאבי ברקאי]

פחדים נפוצים מאוד בילדות ואף מהווים חלק ממהלך התפתחותי תקין.
ילדים הסובלים מהפרעות חרדה סובלים מפחדים לא נורמטיביים ומתקשים להכיר בכך שהפחד שלהם אינו הגיוני.
הפרעות חרדה בילדות מובילות לתלונות סומטיות, התנהגויות נמנעות, התפרצויות זעם ועלולות לפגוע בהשגת משימות התפתחותיות. הזנחת הבעיה עלולה לגרום להחמרה והתקבעות בגיל מבוגר יותר.
טיפול התנהגותי קוגניטיבי הוא טיפול מבוסס ראיות וקצר הנותן מענה מצויין לחרדות בקרב ילדים.
בקורס נתעמק בנושאים הבאים:

- פחדים נורמטיביים בילדות לעומת הפרעות חרדה
- הפרעות החרדה הנפוצות בילדות: פוביות ספציפיות, חרדת פרידה, הפרעת חרדה מוכללת, אילמות סלקטיבית, חרדה חברתית והתקפי פאניקה.
- ילמדו פרוטוקולים לטיפול בהפרעות אלה המורכבים בין היתר מהמודולות: ויסות פסיכופיזיולוגי, טיפול קוגניטיבי ומטה קוגנטיבי, וטיפול התנהגותי
- דגש על עבודה עם הורים כחלק בלתי נפרד מהטיפול בילד
- מצבים בהם הפרוטוקול "לא עובד" עקב מאפיינים ספציפים של הילד ו/או ההורה.
- קורס משלב תיאוריה והתנסות דרך ניתוחי מקרה

טיפול בדיכאון בקרב ילדים ונוער

[מרצה: ד"ר עפרה מירון ליכטר]

הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי צמח והחל את פועלו דרך הטיפול בהפרעות דכאון. מטרת הקורס להכשיר את התלמידים בטיפול המשלב אספקטים קוגניטיביים והתנהגותיים בדיכאון. הקורס יתייחס לתופעות של פגיעה עצמית ואובדנות בקרב ילדים ובני נוער. הקורס יכלול לימוד של הפן ההתנהגותי, הקוגניטיבי וכן הערכה ותכנון טיפולי.

התערבות במצבי אובדנות ופגיעה עצמית

[שלי שמשוני/ נעמה ינקלביץ']

בקורס נכיר נתונים לגבי תופעת האובדנות ונתוודע לגל האובדני. יילמדו כלים להערכת סיכון אובדני, בניית תכנית בטחון ושיטות התערבות ראשוניות למניעת אובדנות. בנוסף נכיר את תופעת הפגיעה העצמית הלא אובדנית ואת הגורמים לה.

הדרכה לימודית ותרגול מיומנויות

[מרצה: סיוני רותם]

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.

ניהול כעסים

[מרצה: שמרית נחום]

הפרעות של שליטה בעצבים וכעסים נפוצות אצל ילדים ומבוגרים כאחד. הקורס נועד ללמד כיצד להקנות מיומנויות ניהול כעסים אפקטיביות יותר עפ"י הגישה הקוגניטיבית התנהגותית. 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 כחלק אינטגרלי מהקורס טכניקות וויסות שונות, ילמדו את המודל באופן תיאורטי ומעשי דרך תרגול והתנסות.

הגישה המוטיבציונית ויישומה בטיפול קוגניטיבי התנהגותי

[מרצה: ד"ר איתי אדרס]

מטרת הקורס ללמד את הגישה המוטיבציונית העוסקת בעבודה מול אמביוולנטיות וגיוס המטופלים לתהליך הטיפולי תוך התמקדות בילדים ונוער. הלימוד יכלול הסבר של מעגל השינוי עפ"י פרוצ'סקה ודיקלמנטה וגישתם של מילר ורולניק וכן נשלב התערבויות מעולם הקבלה ומחוייבות (ACT) והגישה האקזיסטנציאליסטית.

טיפול קוגנטיבי התנהגותי בחרדה חברתית

[מרצה: סיוני רותם]

חרדה חברתית היא הפרעה המתפתחת לרוב בילדות המאוחרת ומגיעה לשיא שכיחותה בגיל ההתבגרות. אז היא הופכת לאחת המצוקות הרגשיות הנפוצות והמגבילות ביותר אשר פוגעת בתפקוד האקדמי, הרגשי והחברתי. ללא התערבות מותאמת, ההפרעה נוטה להפוך לכרונית ועשויה להוות "שער" לקשיים רגשיים מורכבים יותר.

קורס זה נועד להעניק למטפלים ארגז כלים מקיף, עדכני וחווייתי לטיפול ממוקד בחרדה חברתית. במהלך הלמידה נזהה את המנגנונים הקוגניטיביים וההתנהגותיים המשמרים את החרדה, נלמד את הפרוטוקול הטיפולי תוך התאמתו לעולמם של ילדים ומתבגרים. נתמקד בבניית תוכנית חשיפות הדרגתית ויצירתית, נלמד כיצד לשלב אימון במיומנויות חברתיות בתוך התהליך, ונשים דגש מיוחד על הדרכת הורים כמרכיב קריטי לשינוי. הקורס משלב בין תיאוריה קלינית לבין כלים פרקטיים ליישום מיידי בקליניקה, במטרה לאפשר למטפלים להוביל תהליכי שינוי משמעותיים ומבוססי ראיות.

קורס ויסות רגשי דרך תהליכי משחק ויצירה

[מרצה: צורית שמש פייגין]

הקורס יעסוק בחיבור ואינטגרציה שבין עולם הC.B.T ועולם התרפיה באמנות, סביב נושא הוויסות הרגשי. הקורס נועד לאפשר למידה מתוך התנסות חווייתית ומתוך דוגמאות קונקרטיות מחדר הטיפול, ולהקנות כלים יישומיים מעולם המשחק והיצירה לטיפול בילדים עם קשיי ויסות רגשי.

הקורס כולל הכרות עם מושגים בסיסיים בתחום הוויסות הרגשי, מאפיינים של קושי בוויסות רגשי, הכרות עם תחומי הוויסות הרגשי כגון הכרת תפקיד הרגשות, זיהוי ושיום רגשות, עוצמות רגש, רגשות

מעורבבים, זיהוי רגש לעומת תחושה/ מחשבה/ התנהגות, עצירה והתבוננות ועוד. כמו כן, הקורס יעסוק בתפקיד הסביבה בוויסות הרגשי, הדרכת הורים וצוות חינוכי לילדים עם קשיי ויסות רגשי.

קורסים בשנה ב:

ACT לטף

Acceptance and Commitment - ACT

[מרצה: אביבה צחור]

ACT (Acceptance and Commitment Theory), - טיפול קבלה ומחויבות, היא אחת הגישות הבולטות בגל השלישי. במרכזה עומדת השאיפה לפתח גמישות פסיכולוגית אצל המטופל, כדרך להתמודדות עם מגוון רחב של תסמינים ולהגברת רווחה נפשית.

בבסיס הגישה עומדים שישה תהליכים, הפועלים להגברת הגמישות הפסיכולוגית. בין התהליכים המרכזיים: מיינדפולנס, קבלה, ערכים ומחויבות לפעולה.

גישת אקט, מספקת שדה של עבודה ריגשית חווייתית מעמיקה בתוך החדר, תוך חקירה עצמית והתבוננות ויחד עם זאת מכוונת לפעולה ומניעה לשינוי במציאות חייהם של הילדים והמתבגרים הנמצאים בטיפולנו.

בקורס ילמד הבסיס התיאורטי של הגישה ותעשה העמקה בטיפול פסיכולוגי על פי הגישה, בטיפול בילדים ומתבגרים. נלמד כיצד הגישה מספקת למתבגרים ומתבגרות מענה המותאם לסוגיות ההתפתחותיות ורגשיות המעסיקות אותם.

הקורס יועבר באופן דידקטי-חוויתי, תוך שילוב תרגילים וכלים השאובים מהגישה ומותאמים לילדים ובני נוער, יינתנו דוגמאות מתוך העבודה הקלינית ויעשה תרגול באופן פרטני ובקבוצות קטנות.

מיינדפולנס לילדים

[מרצה: דודו כהן]

קְשיבוּת, הידועה גם בשמות מודעות קשובה או מיינדפולנס (מאנגלית: Mindfulness) היא התהליך הפסיכולוגי של הבאת תשומת לב מכוונת ובלתי שיפוטית לחוויות המתרחשות בזמן הווה. מודעות קשובה, היא יכולת מולדת אשר התרגול הופך לנגישה. בקורס, נלמד את יסודות תרגול המיינדפולנס כפי שניתן להנגישו לילדים, בדרך משחקית וקלה להבנה. נלמד כיצד ניתן להנחות ילדים לנוכחות בהווה ולקשיבות לחוויה.

טיפול בהפרעות טורדניות כפייתיות (טורט וטיקים, טריכוטילומניה, skin picking**)**

[מרצה: ד"ר מאיה זאבי ברקאי]

הקורס יחשוף את התלמידים לגישות המרכזיות והמעודכנות בתחום הטיפול בהפרעות טורדניות כפייתיות. הקורס יכלול סקירה של הפרעות הרלוונטיות לגיל הילדות וההתבגרות לפי ה DSM. דרך תיאוריה ודרך ניתוח מקרים, התלמידים ילמדו איך להמשיג כל מקרה באופן ייחודי, ואיך לבנות התערבות שתכלול את האסטרטגיות הכי מתאימות להמשגת המקרה.

סכמה תרפיה עפ"י יאנג.

[מרצה: דפנה אשהיים]

סכמה תרפיה פותחה על ידי ד"ר גפרי יאנג בשנות ה90 ונחשבת כאחת הגישות החדשניות של הגל השלישי בטיפולי CBT. סכמה תרפיה משלבת כלים מגישות שונות כגון: טיפול התנהגותי קוגניטיבי, טיפול ממוקד רגש, תיאוריית ההתקשרות, תיאוריית יחסי אובייקט ודרמה תרפיה.

בשנים האחרונות התפתחה גישת הסכמה תרפיה לעבודה עם הורים וילדים כמענה לצרכים בסיסיים שלא נענים על ידי הסביבה. מטרת העל בעבודה עם ילדים היא לסייע לילד למצוא דרכים סתגלניות, למילוי צרכיו הרגשיים, על ידי חיזוק קולו של הילד "החכם" - The wise child, שלומד לספק את צרכיו באופן אדפטיבי באמצעות כלים פנימיים ובאמצעות הסביבה בה הוא גדל.

בקורס נלמד את מושגי היסוד בסכמה תרפיה וכן את הכלים המגוונים והחוויתים בהם עובדים בסכמה תרפיה עם ילדים.

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.

"מעבר לטיפול קוגניטיבי התנהגותי": מודל מתקדם ודינאמי לטיפול קוגניטיבי התנהגותי בפוסט-טראומה

[מרצה: פרופסור מולי להד]

בסדנא יושם דגש על הבנה ורכישת מיומנויות בכלי התערבות חדשניים לטיפול בהפרעות חרדה והפרעות שלאחר טראומה המבוססים על הגישה הקוגניטיבית - התנהגותית, לצד הבנה פסיכו-דינאמית של המטופל ותהליכים המשפיעים על מצבו ועל יכולתו להבריא.

מודל משולב קצר מועד לטיפול ב-PTSD, המעוגן במתודות טיפול חדשניות:

SOMATIC EXPERIENCE (SE),FANTASTIC REALITY (FR) ו- COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY (CBT).

המשתלמים בסדנה ירכשו את הידע התיאורטי הנחוץ לטיפול בהפרעות פוסט-טראומתיות ואת המיומנויות הדרושות לאבחון וטיפול. הסדנא תכלול סדרת הרצאות, הדגמות, התנסות ותרגול.

אהבה אינה מספיקה: הדרכות הורים לילדים עם הפרעת התנהגות

[עפרה מירון – ליכטר]

בקורס נלמד על המיומנות החמקמקה של הדרכת הורים במצבים מורכבים. ראשית, נבדוק אילו הנחיות מתאימות למצבים שונים (חרדה, דכאון, הפרעות התנהגות) – מה דומה ומה שונה בהן. בהמשך, נתמקד בהנחיות להורים שילדם סובל מהפרעת התנהגות. זהו נושא חשוב תמיד, ובעת הזו במיוחד לאור העלייה

העצומה במספר הילדים המאובחנים כך. בהתאם לגישתם של פרופ' חיים עומר וד"ר שולמית בלנק נלמד על יישום מעשי של מונחים מעורפלים כמו "סמכות" ו-"גבולות". לבסוף, נשוחח על מלכודות חשיבה ומחשבות אוטומטיות האופייניות להורים עם ילדים הסובלים מהפרעת התנהגות ונשרטט את הדרכים להתמודד איתן.

עבודה טיפולית עם הורים בגישת אקט

[מרצה: אביבה צחור]

ACT (Acceptance and Commitment Theory)), טיפול קבלה ומחויבות, היא אחת הגישות הבולטות בגל השלישי של CBT. אקט הינה גישה מבוססת מיינדפולנס. במרכזה עומדת השאיפה לפתח גמישות פסיכולוגית אצל המטופל, כדרך להתמודדות עם מגוון רחב של תסמינים ולהגברת רווחה נפשית.

בבסיס הגישה עומדים שישה תהליכים, הפועלים להגברת הגמישות הפסיכולוגית. גישת ACT מסתמכת על עקרונות התנהגותיים, ככזו היא מניחה שכל התנהגות מתרחשת בתוך הקשר (context)ולפיכך כאשר אנו מטפלים בילדים, קיימת חשיבות רבה להבנה של סביבתם, ובפרט הסביבה המשפחתית. בשיעורים תעשה העמקה בייחודיות והמורכבות של עבודה טיפולית עם הורים בגישת אקט, והאופן בו היא מספקת כלים משמעותיים להניע שינוי בחיי המשפחה והילדים/מתבגרים דרך עבודה טיפולית עם ההורים.

הלימוד משלב למידה תיאורטית וחוויתית- המשלבת תרגול בתנועה, ישיבה, צפייה בסרטונים, סימולציות קבוצתיות ותרגולים קבוצתיים במליאה.

- ייתכנו שינויים בתכני הקורסים או במרצים.

CBT אינטגרטיבי- רשימת מורי התוכנית

שם	כתובת	טלפון	מייל
ד"ר איתי אדרס	חיפה	052-2817057	iadres@netvision.net.il
דודו כהן	שבי ציון	050-8358242	doodoodoom@gmail.com
דינה נרקיס	יובלים	050-8526926	dinarkis@gmail.com
פרופסור מולי להד	ראש פינה	052-8455005	mooli.lahad@icspc.org
ד"ר מאיה זאבי ברקאי	יקנעם עילית	058-5488188	mayazeevi@yahoo.com
ד"ר מירב אדרס	חיפה	052-8618389	meravh10@gmail.com
דפנה אשהיים	פרדס חנה כרכור	052-2353586	adafna@gmail.com
סיוני רותם	טבעון	052-6510665	sivanyrotem@gmail.com
ד"ר עפרה מירון ליכטר	טבעון	054-4306020	ofra.miron@gmail.com
צורית שמש פייגין	תל עדשים	052-5456375	Tzuki77@gmail.com
חמוטל וולפסון	קרית טבעון	052-2250463	hamutalwolf@gmail.com
שלי שמשוני	זכרון יעקב	050-3497750	shellyshimshoni@gmail.com
שמרית נחום	קרית אתא	050-6507985	shimritn73@gmail.com
שני כהן	עין כרמל	052-5408332	shanibulu@gmail.com

למי מיועדת התכנית

התוכנית מיועדת עבור אנשי טיפול במקצועות הבאים: פסיכולוגים (תואר שני), עובדים סוציאליים, מטפלים בהבעה ויצירה, פסיכיאטרים, רופאי משפחה, יועצות חינוכיות, קרימינולוגים קלינים ומטפלים משפחתיים נדרש ניסיון של שנתיים.

הרשמה ושכר לימוד

בכדי להירשם יש למלא את טופס המקוון (ניתן גם דרך האתר: www.cbtadres.co.il). כמו כן, יש לשלוח תעודות אקדמיות, קורות חיים ותמונת פספורט לליאת אשכנזי בכתובת המייל: **cbt.integrative@gmail.com**

בהמשך לכך יתואם ראיון אישי/קבוצתי.

מועמדים שיתקבלו לתוכנית יתבקשו להסדיר תשלום דמי רישום של 500 ₪ על מנת להבטיח את מקומם בקבוצה (קבוצת הלימודים קטנה ולכן מספר המקומות מוגבל) ולחתום על התקנון.

שכר הלימוד עבור התכנית הדו שנתית הינו 23,200 ₪ כולל מע"מ **(11,600 ₪ לשנת לימודים)**. בשנה ניתן לחלק ל – 8 תשלומים שווים החל מתאריך 1.10.26 בהעברה בנקאית או ב-10 תשלומים באשראי. על מנת לשמור מקום בקבוצת הלימוד יש להעביר מקדמה של דמי רישום על סך 500 שקלים (סכום זה יופחת מהתשלום השנתי).

מדיניות ביטולים: ניתן לבטל את הרישום עד ל 1/9/26 ולקבל חזרה את התשלום (פרט לדמי הרישום על סך 500 שקלים). ביטול הרשמה לאחר תאריך זה ועד 1/10/26 יאפשר החזר של 50% מהתשלום בלבד. לאחר 1/10/26 לא יינתן החזר תשלום.

בעלי תפקידים

ד"ר איתי אדרס- מנהל התוכנית

אורי הרמן- יו"ר הועדה מקצועית

ד"ר איתי אדרס- ועדה מקצועית

שני כהן- ועדה מקצועית

עפרה מירון לכטר- ועדה מקצועית

שמרית נחום – רכזת תוכנית ההכשרה בחיפה.

סיווני רותם- רכזת תוכנית ההכשרה בטבעון.

ליאת אשכנזי- רכזת אדמינסטרטיבית.

לוח שנת הלימודים –

לימודים בימי שלישי

התחלת לימודים: יום שלישי: 13.10.26

סיום לימודים: יום שלישי : 22.6.27

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

שימו לב כי ייתכנו שינויים