

ניהול אקדמי – ד"ר דני דרבי

מנהל ארגוני – הרב ד"ר א. לוינזון

תכנית לימודית דו שנתית* :

חשון תשע"ו – אלול תשע"ז

טיפול קוגניטיבי התנהגותי (CBT) הינו טיפול קצר מועד וממוקד מטרה, בשיטה חדשנית שהוכיחה יעילות מובהקת במגוון הפרעות. הגישה מבוססת על ממצאי מחקרים ועל תיאוריות פסיכולוגיות עדכניות. יתרונה הבולט הוא בהישגים שהיא נוחלת במגוון רחב של קשיים, בטווח קצר יחסית.

טיפול קוגניטיבי התנהגותי הפך בשנים האחרונות לטיפול הנפשי המועדף בהפרעות כמו חרדות מסוגים שונים, תסמונת פוסט טראומטית, מצבים של דיכאון, אובססיות, הפרעות אכילה וכדומה. כיום הוא נבחר כהתערבות מועדפת אף בהפרעות אישיות. טיפול בשיטת CBT נמצא יעיל אף בבעיות נפוצות, המאפיינות אנשים בטווח הנורמה כגון: ניהול כעסים, חוסר ביטחון עצמי, דאגנות יתר וקשיים רבים העולים בחיי היומיום.

מטרת התכנית היא להכשיר מטפלים העוסקים בפועל בתחום הבין – אישי במגזר החרדי בידע תאורטי ושיטות התערבות טיפוליות התנהגותית קוגניטיבית. הדגש הוא על התאמת השיטה לרקע ולתרבות הייחודיים למגזר ברמה מקצועית גבוהה, העונה לקריטריונים של האגודה האירופאית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי, כפי שנלמדים במרכזים להכשרת CBT ב"תל השומר" וב"הדסה".

התוכנית קבלה אישור מאיט"ה – האגודה הישראלית לטיפול קוגניטיבי התנהגותי.

***ישנה אפשרות לפצל את הלימודים וההדרכה עד 5 שנים.**

- מסלול גברים בעלי תואר אקדמי* בטיפול.
- מסלול נשים בעלות תואר אקדמי* בטיפול.
- מסלול לאנשי חינוך ללא תעודת אי ט"ה
- מסלול למחנכות בי-ם בסימנר הישן, בב"ב בסימנר גור.
- * או תואר ראשון אינקולנטי מוכר ע"י משרד החינוך.

ההכשרה בשיטה תעשיר את מיומנויות הטיפול ותפשר ללומדים התייעלות בתחום עיסוקם המקצועי והטיפול.

מבנה הקורס

ארבעה סמסטרים (שנתיים אקדמיות)

התכנית כוללת סה"כ 450 שעות, מתוכן:

250 שעות למידה פרונטאלית

200 שעות המוקדשות לרכישת מיומנויות ותרגול, מתוכם: 80 שעות

להקניית מיומנויות ותרגול בכתה, 70 שעות תרגול בבית, ו- 50 שעות הדרכה אותן יש לרכוש בנפרד.

הצלחה בתכנית אינה מחייבת קבלת התלמיד כחבר באיט"ה.

תכני הלימוד

קורסי יסוד:

- ידע ושליטה בהכרת תהליכים קוגניטיביים, התנהגותיים והשילוב ביניהם, תיאוריות ופרקטיקום.
- ידע בסיסי בפסיכופתולוגיה, בדגש על אוריינטציה של תהליכים קוגניטיביים התנהגותיים.
- אינטייק ב – CBT – הדרכה פסיכולוגית.
- אבחון עפ"י DSM V , ICD 10 .
- תהליך המשגת מקרה ובניית תכנית טיפולית.
- טיפול בשיפור מיומנויות חברתיות ואסרטיביות.
- מיומנות CBT: יומן מחשבות, יומן אירועים, הרפיות, חשיפות ועוד.
- הדרכות קבוצתיות.

CBT למתקדמים

- קורסים מעמיקים בטיפול קוגניטיבי התנהגותי בפסיכופתולוגיות, בעיקר בחרדה, דיכאון, כפייתיות (OCD), אבחון ופרוטוקול הטיפול.
- פרוטוקולים לטיפול בהפרעה פוסט – טראומטית: (1 חשיפה ממושכת PE 2) טיפול קוגניטיבי CPT (3) תנועות עיניים EMDR.
- CBT בהפרעות פסיכוטיות – והפרעות אישיות.
- טיפול משפחתי קוגניטיבי התנהגותי.
- CBT בילדים ונוער, במסגרת המשפחה ומערכת החינוכית.
- סדנאות בנושא טיפול תרופתי בשילוב CBT, דיאטה, הפרעות בחיי אישות ואתיקה בטיפול.
- הצגת מקרים והדרכות קבוצתיות.

הגל השלישי ב – CBT

- מימנויות הטיפול הדיאלקטי התנהגותי עפ"י לינהן
- MUNDFULNESS קשיבות.
- ACT עפ"י סטיבן הייז.
- SFT סכמה - תרפיה עפ"י ג'פרי יאנג.
- פרקטיקום, ניתוח תיאורי מקרה.

תכנית התמחות לבוגרי הקורס

- טיפול משפחתי.
- EMDR.
- CBT עם ילדים ונוער.
- סכמה תרפיה בה"א.
- הדרכה ב – CBT.

מטלות לימודיות

- קריאת חומרי הלימוד ועיון בספרות מקצועית מומלצת.

- השתתפות בתרגולים, ביצוע מטלות בית.
- נוכחות – לפחות 80% משעות הלימוד.
- בסוף כל סמסטר הגשת עבודה על תיאור בן 12 מפגשים, כל עבודה על פסיכופתולוגיה שונה.
- בסיום הקורס, עבודת גמר מעמיקה על תיאוריות ויישום בפסיכופתולוגיה מרכזית.
- טיפול במהלך שנות הלימוד יש לטפל ב - 10 מטופלים לפחות ולהתנסות לכל הפחות ב- 3 סוגים של הפרעות.

בסגל המרצים:

- **ד"ר דני דרבי** – פסיכולוג קליני מומחה, מרצה ב – CBT בבה"ח הדסה ותל השומר, מנהל מכון קוגניטיקה.
- **ד"ר אלכסנדר לוינזון**, מטפל CBT מוסמך, מטפל משפחתי מוסמך ומדריך בטיפול משפחתי, מנהל תוכנית הכשרה CBT בבית יעקב, בעבר מטפל CBT במרפאה הפסיכיאטרית בהדסה, התמחות ב – CBT קבוצתי וטיפול PTSD.
- **ד"ר אלכס טייטלבוים** – פסיכיאטר, סגן מנהל בבה"ח כפר שאול – המרכז הירושלמי לבריאות הנפש.
- **ד"ר עודד בן ארוש** – מרצה בתכנית CBT בבה"ח הדסה, מנהל מרכז לטיפול בהפרעה טורדנית כפייתית.
- **ד"ר מוטי שרצר** – מטפל משפחתי ומדריך מוסמך EMDR.
- **ד"ר יאיר אברהם** – פסיכולוג קליני מומחה, מרצה בתכנית ההכשרה בבה"ח תל השומר.
- **מר אריאל צ'וקלמן** – פסיכולוג קליני מומחה בבה"ח כפר שאול, מטפל CBT ומדריך ב – CBT.
- **מר נועם וויספר** - MSW מטפל CBT במרפאה הפסיכיאטרית בבית החולים "מעייני הישועה".

מיקום ומועדים

הלימודים יתקיימו בירושלים ובאיזור המרכז (בני ברק או, רמת גן).

טרם נקבע יום, בין השעות : 22:00 – 17:00 (6 שעות אקדמיות ביום)

פתיחת שנת הלימודים בתאריך חשוון תשע"ו.

הלימודים בירושלים יתקיימו במתנ"ס שמואל הנביא.

רישום ושכ"ל

- המעוניינים להירשם לתוכנית מתבקשים למלא את טופס הרישום, לצרף את המסמכים הנדרשים ולשלוח ל: מייל: yksr@neto.net.il ולהתקשר לטל': 050-4129754
- דמי רישום בסך 200 ₪ יצורפו לטופס ההרשמה.
- הקבלה לתוכנית תהיה על סמך נסיון, המלצות וראיון אישי.
- שכר הלימוד לכל שנת לימודים : 10,000 ₪, (אפשרי לפצל את הלימודים עד 5 שנים). המשלמים עד ר"ח אלול תשע"ה ישלמו סך : 9,000 ₪.
- ניתן לחלק את שכר הלימוד ל – 8 תשלומים בצ'קים. הצ'קים לשכ"ל ימסרו – לאחר אישור קבלה לקורס.
- ביטל רישום: ניתן לבטל את הרישום עד ר"ח חשוון תשע"ו, הכסף יוחזר בניכוי דמי רישום בסך : 200 ₪. לאחר ר"ח חשוון לא יוחזר שכ"ל במקרה של ביטול רישום.

התנסות מאושרת על-ידי אי"ה - האגודה הישראלית לטיפול קוגניטיבי התנהגותי