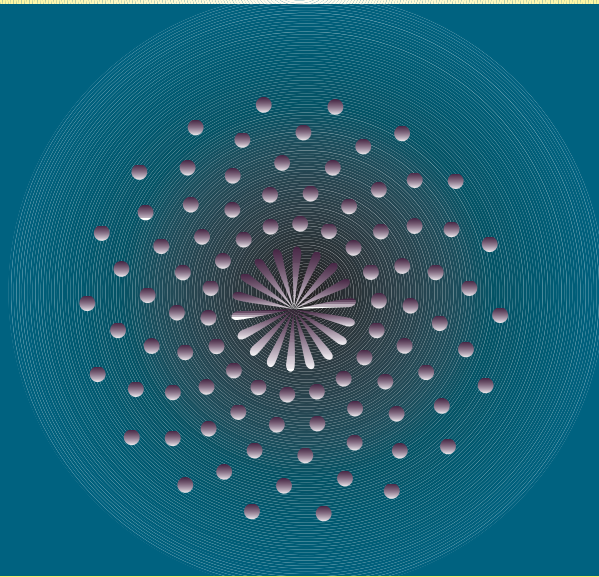


# תוכנית הכשרה בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית 2013-2015/16, תל השומר / חיפה / באר-שבע

התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי



התוכנית בחסות:  
אוניברסיטת בר-אילן  
היחידה להשתלמות ולהדרכה - בית הספר לחינוך



התוכנית באישורה ובחסותה של  
איט"ה - אגודה ישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי  
מוכרת ע"י האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה  
ומוכרת לגמול השתלמות מטעם הועדה לאישור קורסים לגמול  
השתלמות של משרד החינוך

לקבלת אינפורמציה על התוכנית יש להיכנס לאתר או לשלוח מייל  
[sini5@netvision.net.il](mailto:sini5@netvision.net.il) • [www.cbtyakovsinai.com](http://www.cbtyakovsinai.com)

**תוכנית הכשרה  
בפסיכותרפיה  
התנהגותית קוגניטיבית**

**בית סוראסקי תל השומר**

כל יום ה' בשבוע בין השעות 14:15 ועד 19:45  
תאריך פתיחה: 10.10.2013

**בית הכט (בית רוטשילד)**

**שדרות הנשיא 142, מרכז הכרמל, חיפה**  
כל יום ג' בשבוע בין השעות 14:15 ועד 19:45  
תאריך פתיחה: 8.10.2013

**בית מרכז מורים**

**שדרות יצחק רגר 85, באר-שבע**  
כל יום א' בשבוע בין השעות 15:00 ועד 20:00  
תאריך פתיחה: 6.10.2013

## כללי

תוכנית ההכשרה בטיפול התנהגותי קוגניטיבי נערכת ע"י התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי זו השנה השתים עשרה ומופעלת הן בביה"ח תל השומר, הן בחיפה והן בבאר-שבע. אנו מציעים מסלול דו שנתי וכן שנת לימודים שלישית למעוניינים בשנת התמחות נוספת. התוכנית בחסותה של אוניברסיטת בר אילן, היחידה להשתלמות והדרכה, ביה"ס לחינוך. התוכנית באישורה ובחסותה של איט"ה – אגודה ישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי. התוכנית התלת שנתית מוכרת ע"י האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה, כבי"ס לפסיכותרפיה. התוכנית בנויה ע"פ דרישות ההכשרה למטפלים התנהגותיים קוגניטיביים של האגודה האירופאית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי EABCT. התוכנית הדו-שנתית מוכרת לגמול השתלמות מטעם הועדה לאישור קורסים לגמול השתלמות של משרד החינוך (מלבד התוכנית בבאר-שבע).

## הטיפול ההתנהגותי קוגניטיבי

הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית מציעה דרכי התערבות המבוססות על ממצאי מחקרים evidence based psychotherapy ועל תיאוריות פסיכולוגיות עדכניות. מטרת ההתערבות הן לפתח שינוי התנהגות, שליטה ברגשות, שיפור תקשורת ויחסים בינאישיים ועוד. הגישה מתמקדת בקשיי ההווה ובשינויים הרצויים בעתיד, אך מושם בה גם דגש על העבר. במהלך ההתערבות נעשה ניסיון מכוון ועקבי להקנות כלים לפתרון בעיות באופן עצמאי. טכניקות ההתערבות כוללות שיטות מילוליות ולא מילוליות וכן שיעורי בית למטופלים. מטרת ההתערבות מוגדרות יחד עם המטופל באופן ברור ומדויק, כך שניתן לעקוב אחר התקדמות התהליך בכל שלב ושלב.

## איט"ה – אגודה ישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי

איט"ה הינה ארגון המטפלים המרכזי בארץ לטיפול בגישה ההתנהגותית קוגניטיבית וחברים בה מרבית מבכירי המטפלים בגישה. בשנת 2001 החלה איט"ה בהפעלת תוכנית הכשרה מקיפה למטפלים התנהגותיים קוגניטיביים. התוכנית ממשיכה לפעול בהצלחה וכעת נפתח המחזור השנים עשר, שהוא מטעמה ובניהולה של התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי ובאישורה ובחסותה של איט"ה.

## מטרת הלימודים

להכשיר מטפלים בידע תיאורטי ובשיטות התערבות טיפוליות התנהגותיות קוגניטיביות. ההכשרה תכלול קורסים תיאורטיים, סדנאות יישומיות וחוויתיות והדרכה אישית וקבוצתית.

## פרטים חשובים

<b>מועדים:</b>	שנת הלימודים הבאה תפתח ביום ראשון 6.10.2013 בבאר-שבע, ביום שלישי ה-8.10.2013 בחיפה וביום חמישי ה-10.10.2013 בתל-השומר, ותסתיים ביולי 2014.
<b>מיקום:</b>	הלימודים באזור המרכז ייערכו בבית סוראסקי ו/או בבית הספר לסיעוד, שבמתחם ביה"ח שיב"א תל השומר. הלימודים בחיפה ייערכו בבית הכט (בית רוטשילד) שד' הנשיא 142 מרכז הכרמל, חיפה. הלימודים בבאר-שבע ייערכו בבית מורים, שד' יצחק רגו 85, באר-שבע.
<b>יום בשבוע:</b>	הלימודים בחיפה יהיו בימי שלישי בשבוע ובתל השומר בימי חמישי בשבוע, בין השעות 14:15-19:45, הלימודים בבאר-שבע יהיו בימי ראשון בשבוע בין השעות 15:00-20:00. שש שעות אקדמיות בכולם.
<b>משך התוכנית:</b>	ארבעה סמסטרים (שנתיים אקדמיות) בכל סמסטר 14 מפגשים - סה"כ 168 שעות לימוד בשנה (בפועל תינתנה שעות לימוד רבות נוספות).
<b>קהל היעד:</b>	התוכנית מיועדת לפסיכיאטרים, פסיכולוגים, עובדים סוציאליים, מרפאים בעיסוק ובאומנות, קרימינולוגים קליניים, יועצות חינוכיות, אחיות פסיכיאטריות ובעלי מקצוע טיפולי אחר, בהתאם לניסיונם הקליני ולהמלצות ובתנאי שהם עוסקים בטיפול בפועל.

## שכר לימוד וסדרי ההרשמה

- שכר הלימוד לשנה הראשונה יהיה 10,900 ש"ח. הנרשמים לפני תום מועד ההרשמה המוקדמת (30.5.13), יזכו להנחה של 5% בשכר הלימוד לשנה הראשונה (זאת בתנאי שיעבירו את התשלום במועד קבלתם לתוכנית).
- שכר הלימוד לשנה השנייה ישולם במאי 2014, וסביר שיהיה דומה לשכר הלימוד בשנה הראשונה אלא אם תהיינה התייקרויות הקשורות לתפעול התוכנית.
- על הנרשמים לשלוח ביחד עם טופס ההרשמה והמסמכים המצורפים (ראי'ה על גבי טופס ההרשמה הנמצא בסוף החוברת או באתר) צ'ק על סך 200 ש"ח לפקודת ה'תוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי', שישמש כדמי הרשמה. דמי ההרשמה הינם בנוסף לשכר הלימוד. את החומר יש לשלוח בדואר רגיל ולא בדואר רשום ליעקב סיני, מצולות ים 21 גבעתיים 53488.
- בהמשך יזומנו המועמדים לראיון קבלה. הודעות קבלה לנרשמים תמסרנה בהקדם. אם יהיה עודף של נרשמים, יתקבלו המועמדים המתאימים על בסיס של כל הקודם זוכה.
- המועמדים שיתקבלו יעבירו את התשלום בצ'ק לפקודת ה'תוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי' במועד קבלתם לתוכנית.
- ניתן לפרוס את התשלום עד ל-8 תשלומים בתוספת של 5% למחיר.
- ניתן לבטל את ההרשמה עד לתאריך 1.9.13 ואז יוחזרו הצ'קים לנרשם מלבד דמי ההרשמה בסך 200 ש"ח. ביטול הרשמה לאחר ה-1.9.13 לא יאפשר החזרת התשלום.

## מרכז התוכנית

יעקב סיני - פסיכולוג קליני ותעסוקתי - מרכז התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי

## סגל מורי ומדריכי התוכנית

ד"ר יאיר אברהם - פסיכולוג קליני  
ד"ר יוסי אדיר - פסיכולוג קליני  
ד"ר ריצ'ארד אורינג - פסיכולוג  
גב' מיכל אזולאי - עובדת סוציאלית קלינית  
ד"ר נעמי אפל - עובדת סוציאלית, מנהלת מכון שיטות  
מר אברהם בן-יוחנן - פסיכולוג רפואי וחינוכי  
ד"ר אודי בודנר - פסיכולוג קליני, אוניברסיטת בר אילן  
גב' שולמית בנדימן - פסיכולוגית חינוכית  
גב' זקלין ברגר - פסיכולוגית קלינית  
ד"ר יעקב בר-זוהר - פסיכולוג קוגניטיבי, מכללת בית ברל  
ד"ר יוסי גובוז'נסקי - פסיכיאטר לילדים ונוער בית החולים שלוותה  
ד"ר עדי גונן - פסיכולוג קליני  
ד"ר נצח גורן - פסיכולוג קליני  
גב' אירית גיל לב - עובדת סוציאלית  
מר אודי גל - פסיכולוג קליני ורפואי  
ד"ר יגאל גליקסמן - פסיכותרפיסט, נשיא האגודה לבייפידבק לשעבר  
ד"ר דליה גלבוע - פסיכולוגית קלינית ראשית לשעבר של משרד הבריאות  
גב' שרון גרינברג - פסיכולוגית קלינית, בית החולים פרדסיה  
מר ברוך גרינוולד - עובד סוציאלי, ביה"ח באר יעקב  
גב' אילנה גרונק - פסיכולוגית קלינית, בית החולים אברבנאל  
גב' נעמי דותן - פסיכולוגית חינוכית  
ד"ר דני דרבי - DHS פסיכולוג קליני, מכון קוגניטיקה  
ד"ר בוב הופנונג - פסיכולוג קליני  
גב' סיגל הלמן - עובדת סוציאלית קלינית  
ד"ר ציפי העצבי - פסיכולוגית קלינית  
מר אורי הרמן - פסיכולוג קליני  
גב' חנה וייסמן - פסיכולוגית חינוכית ורפואית, מרכז שניידר לרפואת ילדים  
מר אייל ורשביאק - עובד סוציאלי  
גב' יהודית זלצמן - פסיכולוגית התפתחותית  
גב' איה ז'ק - עובדת סוציאלית  
ד"ר דני חמיאל - פסיכולוג קליני  
ד"ר יפעת כהן - פסיכיאטרית, מנהלת מכון אופק  
ד"ר יצחק לב - פסיכולוג קליני  
גב' זהבה לונטל - עובדת סוציאלית  
פרופ' אלי לונטל - עו"ס - ראש המחלקה לעבודה סוציאלית, המכללה האקדמית תל-חי  
ד"ר דניאל לוי - פסיכיאטר  
גב' עמירה ליטמן - MPH מדריכה ב-REBT  
פרופ' יעל לצר - DSC מנהלת המרפאה להפרעות אכילה, ביה"ח רמב"ם, אוניברסיטת חיפה  
ד"ר יופ מאירס - פסיכולוג קליני האוניברסיטה העברית בירושלים  
ד"ר נילי מור - פסיכולוגית, האוניברסיטה העברית בירושלים  
גב' רינה מייזלס - פסיכולוגית קלינית ראשית, ביה"ח בני-ציון  
גב' תרצה מיכאלסון - עובדת סוציאלית  
ד"ר רות מלקינסון - עובדת סוציאלית  
ד"ר רות מסר קויצקי - פסיכולוגית קלינית  
גב' שרית מרגלית - עובדת סוציאלית ופסיכולוגית  
ד"ר צופי מרום - פסיכולוגית קלינית, בית החולים געה ויו"ר איט"ה  
ד"ר סרג'ו מרצ'בסקי - פסיכיאטר - מנהל מחלקת יום באר יעקב ומנהל מרפאת הבטים  
גב' טובה מרק בן צבי - פסיכולוגית קלינית  
גב' שושנה ניר - עובדת סוציאלית, המחלקה לעו"ס, אוניברסיטת בן גוריון בנגב  
ד"ר ניצה נקש - פסיכיאטרית, מרפאת רמת-חן  
גב' שרי עוז - מטפלת משפחתית  
מר גיורא ענבר - עובד סוציאלי  
ד"ר חסינטו ענבר - פסיכולוג קליני, האוניברסיטה העברית בירושלים  
מר יששכר עשת - פסיכולוג קליני ורפואי  
מר אורי פישר - פסיכולוג קליני וחינוכי  
מר עופר פלד - פסיכולוג קליני  
ד"ר ג'ים פריש-פלס - פסיכולוג קליני, מכללת אורנים  
ד"ר נחמה פרסלר - פסיכולוגית קלינית, מנהלת עמיתה, מכון "אופק"  
מר יורם צדיק - פסיכולוג קליני, מרכז רפואי רמב"ם  
גב' שושנה קיגל - פסיכולוגית קלינית, חינוכית והתפתחותית, קופ"ח מאוחדת  
גב' אפרת רובין - פסיכולוגית קלינית  
גב' חנה רוזנברג - עובדת סוציאלית קלינית  
גב' רבקה רוזנברג - עובדת סוציאלית  
ד"ר סלבי רוזנצוויג - פסיכיאטר, מנהל מחלקת שיקום ביה"ח באר יעקב  
גב' טל שברו - עובדת סוציאלית  
ד"ר אפרת שדך - פסיכולוגית קלינית  
גב' אירית שור ספיר - פסיכולוגית קלינית  
פרופ' דני שטיין - פסיכיאטר, מנהל מחלקת הפרעות אכילה תל השומר  
גב' ענת שינה קנדיוטי - עובדת סוציאלית קלינית

הערה: יתכן שיצטרפו מורים ומדריכים נוספים במהלך הלימודים.

## מבנה הקורסים וחובות הלימוד

חלק מהקורסים יינתנו במתכונת סמסטריאלית, כלומר שעתיים אקדמיות מדי שבוע וחלקם יינתנו במפגשים מרוכזים של שש שעות לימוד רצופות על אותו נושא. הקורסים יהיו במתכונת של שיעור או סדנה ויכללו מרכיבים תיאורטיים ומרכיבים מעשיים וחוויתיים.

**התלמידים יתבקשו להכין שיעורי בית ולתרגל באופן מעשי בקבוצות למידה קטנות מעבר לשעות הלימוד. בנוסף, יחויבו התלמידים בהגשת עבודות ובמבחנים בחלק מהקורסים.**

התלמידים יקבלו חומר מקצועי רב במדיה דיגיטלית ובאינטרנט ויוכלו גם לרכוש חומר מקצועי.

התלמידים יחויבו בקריאת מאמרים חשובים במהלך הלימודים.

במהלך הלימודים, כל תלמיד יקבל הדרכה אישית או קבוצתית, בעבור תשלום נוסף, אצל שניים ממדריכי התוכנית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי ובהמשך יתבקש להציג מקרה טיפולי ואף להכין פרוייקט סיום.

על כל תלמיד לטפל בלפחות 8 מטופלים שונים במהלך לימודיו בתוכנית ולפחות ב-3 סוגי בעיות/הפרעות.

קיימת חובת נוכחות בלפחות 80% מהשיעורים.

תלמיד שלא יעמוד בחובת הנוכחות לא יקבל תעודת סיום לפני שישלים את מכסת השעות החסרה בשנה שלאחר מכן ובעבור תשלום.

## תוכנית הלימודים

### בשנה הראשונה

- קורסים בסיסיים להקניית ידע ושליטה בעקרונות הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית.
- יחידת לימוד של Rational Emotive Behavioral Therapy בסיומה ניתן להשיג תעודה בינלאומית ל'פרקטיקום למתחילים' מטעם מכון 'אלברט אליס' בניו יורק (קבלת התעודה מותנית בתשלום סמלי).
- קורסים מעמיקים בטיפול התנהגותי קוגניטיבי בהפרעות חרדה, מיומנויות חברתיות ועוד.

### בשנה השנייה

- קורסים וסדנאות ספציפיים אשר יקנו ידע ושליטה בעקרונות ההתערבות ההתנהגותית-קוגניטיבית במגוון של הפרעות: חרדה, משבר וטראומה, אבל ושכול, OCD, דיכאון, הפרעות אכילה, התמודדות עם מחלות ותאונות, הפרעות אישיות והפרעות פסיכוטיות.
- קורס מקיף בטיפול התנהגותי קוגניטיבי במגוון הפרעות אצל ילדים.
- סדנה בהתערבות קוגניטיבית התנהגותית בקבוצה לרכישת מיומנויות חברתיות.
- סדנאות על אתיקה בטיפול, על שילוב חלומות וטיפול התנהגותי קוגניטיבי ועל הקשר בין הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית והגישה הפסיכודינמית, שילוב תרופות וטיפול התנהגותי קוגניטיבי ועוד.
- מפגשים להצגת מקרים בהם יציגו התלמידים מקרים טיפוליים.
- מסיימי השנה השנייה יקבלו תעודת סיום של התוכנית, אך למעוניינים תוצע שנה שלישית ובה קורסים מתקדמים להתמחויות ספציפיות שיפתחו בהתאם לעניין ולמספר הנרשמים.

## חלוקה למגמות לימוד בתל-השומר

בסמסטר הראשון של שנת הלימודים השנייה תעשה חלוקה לשלוש מגמות לימוד:

### מגמת ילדים ונוער

במגמה זאת יושם דגש על קורסים בטיפול התנהגותי קוגניטיבי בילדים ונוער בנושאי חרדה, דיכאון, הפרעות אכילה, הפרעות קשב וריכוז, פוסט טראומה ועוד. מגמה זו מיועדת לתלמידים העוסקים בטיפול בילדים ונוער. תלמידים שהינם בעלי תואר אקדמי מתחומי החינוך חייבים ללמוד במגמה זאת. חשוב לציין שלאורך כל השנתיים אנו עוסקים לא מעט בטיפול בילדים ונוער, אך באותו סמסטר ישנו דגש מיוחד על התחום.

### מגמת מבוגרים טראומה

במגמה זאת יושם דגש על טיפול התנהגותי קוגניטיבי במבוגרים בעיקר בתחומי הטראומה וכן בנושאי דיכאון, שכול ואבל, OCD ו-GAD. מגמה זאת מיועדת לתלמידים העוסקים בעיקר בטיפול בטראומות ובהפרעות חרדה.

### מגמת מבוגרים בריאות הנפש

במגמה זאת יושם דגש על טיפול התנהגותי קוגניטיבי במבוגרים, הן בתחומי הטראומה, הדיכאון והחרדה ובעיקר על טיפול בהפרעות פסיכוטיות ופוסט פסיכוטיות ובשיקום של בעלי הפרעות נפשיות. מגמה זאת מיועדת לפסיכיאטרים, אחיות פסיכיאטריות ואנשי שיקום העובדים בתחומי בריאות הנפש, האישפוז והשיקום. מגמה חדשה זו תפתח במידה ויהיו בה מספיק מתעניינים. חשוב להדגיש שהמגמות תיפתחנה בתנאי שמספר הנרשמים יהיה גדול דיו. במידה ולא יהיו די נרשמים שיצדיקו פתיחת מגמה הרי שתוכנית הלימודים בשנה ב' תרכז נושאים מרכזיים מכל המגמות גם יחד. חשוב לציין שעד כה תמיד נפתחו המגמות שתוכננו. כל תלמיד שילמד במגמה מסויימת יוכל בשנה שלאחר מכן ללמוד במגמה בה לא למד כחלק מלימודי שנה ג'.

## תוכניות הלימודים בחיפה ובבאר-שבע

תוכניות הלימודים בחיפה ובבאר-שבע תהיינה מקבילות ברובן המכריע לתוכנית הלימודים בתל השומר, אך עדיין יהיו נושאים שילמדו בתוכנית ההכשרה בתל השומר ולא ילמדו בתוכניות בחיפה ובבאר-שבע ונושאים מסויימים שילמדו בחיפה או בבאר-שבע שלא ילמדו בתל השומר. בתוכניות בחיפה ובבאר-שבע לא תהיה חלוקה למגמות. תלמידים הלומדים בחיפה ובבאר-שבע, ידרשו ללמוד מספר מפגשים בתל השומר, כ-5 מפגשים בשנה. בנוסף יוכלו תלמידי חיפה ובאר-שבע להוסיף ימי לימוד נוספים בתל השומר בעבור תשלום נוסף ורק בתיאום ובהסכמה מראש של מנהל התוכנית.

## קורס השלמה במבוא לפסיכופתולוגיה

לתוכנית מתקבלים גם תלמידים שהרקע שלהם בפסיכופתולוגיה מוגבל. למרות שכל התלמידים בתוכנית ילמדו פסיכופתולוגיה במסגרת זאת או אחרת, עדיין רובם חסרים ידע מספיק בתחום. תלמידים אלה יחויבו לעשות קורס במבוא לפסיכופתולוגיה במהלך שנת הלימודים הראשונה. קורס זה הינו קורס שנתי ברמה גבוהה ביותר, שיועבר בתל השומר בימי חמישי בין השעות 12:15 ועד 13:45 לפני תחילת יום הלימודים שמתחיל בשעה 14:15. בחיפה הקורס יועבר בימי שלישי בשבוע במועדים מוגדרים לאורך שנת הלימודים. בבאר-שבע לא יתקיים בשלב זה קורס כזה. עלות הקורס הינה 2,000 ש"ח והיא בנוסף לעלות הכללית של התוכנית. חשוב להדגיש כי רק פסיכיאטרים, פסיכולוגים קליניים ועובדים סוציאליים קליניים בעלי ניסיון בבריאות הנפש יהיו פטורים מהקורס וזאת רק במידה שיעברו מבחן מקדים במבוא לפסיכופתולוגיה. כל בעלי המקצוע האחרים חייבים להשתתף בקורס..

## תוכנית הכשרה לפסיכולוגים קליניים

בתוכנית ההכשרה למדו לאורך השנים גם פסיכולוגים קליניים בהצלחה ובהנאה רבה. במידה ויירשמו לתוכנית בתל-השומר כמות מספקת של פסיכולוגים קליניים, ננסה לפתוח בעבורם מסלול ייחודי בתוכנית. במידה ולא, ישולבו הפסיכולוגים הקליניים שיירשמו בתוכנית הכללית כבעבר.

## ספרות מקצועית

התלמידים יקבלו חומר רב דרך האינטרנט ובמדיות נוספות, וכן חומר כתוב.

## תוכנית לימודים מפורטת – שנה א'

שמות הקורסים/הנושאים	שם החטיבה
מבוא לטיפול התנהגותי עם דגש על טיפול בילדים	בסיסית
מבוא לטיפול קוגניטיבי עם דגש על טיפול בדיכאון	
הדרכת מיומנויות וטכניקות טיפוליות בקבוצות קטנות	
טיפול בשיפור מיומנויות חברתיות ואסרטיביות	
קורס בסיסי ב-RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL THERAPY	REBT
טיפול בהפרעות חרדה עם דגש על פוביות, הפרעות פאניקה, אגורפוביה, חרדה חברתית והפרעה אובססיבית קומפולסיבית	הפרעות חרדה

## תוכנית לימודים מפורטת – שנה ב'

שמות הקורסים/הנושאים	שם החטיבה	תל השומר	חיפה	באר שבע
טיפול בדיכאון ובהפרעה ביפולרית	הפרעות אפקטיביות	●	●	●
טיפול מתקדם ב- ocd, gad ועוד	הפרעות חרדה	●		
טיפול בפוסט-טראומה	הפרעות חרדה	●	●	●
סדנת מבוא לטיפול בחשיפה ממושכת ע"פ פוא	הפרעות חרדה	●	●	
טיפול בהפרעות קשב וריכוז אצל ילדים ומתבגרים	טיפול בילדים ומתבגרים	●	●	●
טיפול בהפרעות חרדה, דיכאון ועוד אצל ילדים ומתבגרים	טיפול בילדים ומתבגרים	●	●	●
טיפול CBT בהפרעות אכילה ובהשמנה	הפרעות אכילה	●	●	●
היכרות עם טיפול באובדן ושכול	טיפול בשכול	●		
טיפול CBT בהפרעות פסיכוסומטיות בשילוב דמיון מודרך	הפרעות פסיכוסומטיות	●	●	●
טיפול בהפרעות שינה	הפרעות שינה	●		
טיפול CBT לחולים במסגרת הרפואה הכללית	רפואית	●		
טיפול בהפרעות אישיות ע"פ בק ופרימן	הפרעות אישיות	●	●	●
טיפול בהפרעות אישיות ע"פ יאנג	הפרעות אישיות	●	●	●
DIALECTICAL BEHAVIOR THERAPY ע"פ לינהאן	הפרעות אישיות	●		
סדנת מבוא ל-CBT בהפרעות פסיכוטיות ובסכיזופרניה	פסיכוזא	●		
CBGT בחרדה חברתית ובמיומנויות חברתיות	טיפול קבוצתי	●	●	
CBT בשיקום חולי נפש ואחרים	שיקום	●		
טיפול מציאותני	מתקדמת	●		
התייחסות לחלומות בטיפול CBT	מתקדמת	●	●	●
טיפול תרופתי ושילוב תרופות בטיפול CBT	מתקדמת	●		
תהליכים בינאישיים מטפל מטופל בראיית ה-CBT	מתקדמת	●	●	●
השילוב בין הגישה הפסיכודינמית וה-CBT	מתקדמת	●	●	●
סדנת מבוא באתיקה בטיפול	מתקדמת	●		
טיפול CBT בכאב	מתקדמת	●		
מפגשים כלליים להצגת מקרים	הצגת מקרים	●	●	

\* CBT - COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY

הערה: יש הבדלים קלים בין שלוש התוכניות. התלמידים בחיפה ובבאר-שבע יוכלו לעשות השלמות בתל-השומר ולהיפך.

## הדרכה אישית או קבוצתית

כל משתתף יוכל להיות מודרך אישית או קבוצתית אצל שניים ממדריכי התוכנית. ההדרכה תתבצע בקליניקה של המדריך ובתיאום איתו, כאשר בכל שנה צריך להיות מדריך שונה.

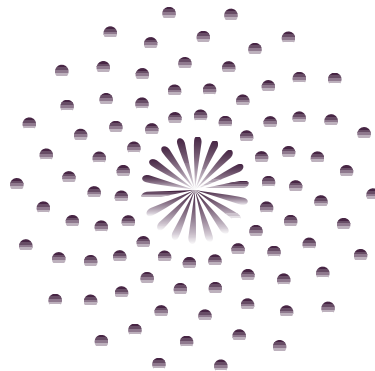
בתחילת השנה הראשונה תתבצע החלוקה למדריכים. התלמידים יקבלו רשימת מדריכים ויתבקשו לבחור מתוכה מדריך. יעשה מאמץ להיענות לבקשות התלמידים, אך חשוב להדגיש שבסופו של דבר, עקב אילוצים שונים, לא כל הבקשות ייענו וכל תלמיד יצטרך לקבל את ההדרכה שתוצע לו. בשנה השנייה יוחלפו המדריכים וכל תלמיד יודרך ע"י מדריך אחר. מומלץ שכל תלמיד יעשה שעת הדרכה אחת לשבוע במהלך שתי שנות הלימוד, סה"כ 52 שעות הדרכה במשך שנתיים.

התשלום לשעת הדרכה פרטנית יהיה בסה"כ 300 ש"ח (שזהו מחיר מוזל) לשעת הדרכה וישולם ישירות ע"י התלמיד למדריך. התשלום להדרכה אינו כלול בתשלום הכולל ללימוד בתוכנית ההכשרה. במידה ויבחר התלמיד להיות בהדרכה קבוצתית הרי שדבר זה יתאפשר רק אם אכן תתגבש קבוצת תלמידים מתאימה ואז עלות מפגש ההדרכה עם המדריך תהיה 360 ש"ח לשעה לכל חברי הקבוצה ביחד והם יחלקו בתשלום למדריך (ישנם מדריכים שידרשו תשלום גבוה יותר).

התלמיד יביא להדרכה מקרים טיפוליים ממסגרת מקום עבודתו.

אין ה'תוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי' מספקת מקרים טיפוליים לתלמידים.

יעשה מאמץ לעזור לתלמידים שאין להם מטופלים למצוא מקומות לטפל בהם בהתנדבות.



## הקלות בתחום ההדרכה

- ייעושה ניסיון לבוא לקראת תלמידים המתקשים בתשלום להדרכה בדרכים האלה:
  - ניתן לעשות הדרכה בקבוצה בה עלות ההדרכה נמוכה יותר לתלמיד.
  - בפועל הרוב המכריע של התלמידים מצליחים לקבל הדרכה קבוצתית.
  - לעיתים ניתן יהיה לארגן לתלמידים הדרכה במקומות עבודתם הנוכחית בעלויות נמוכות או ללא עלות, זאת בתלות באפשרויות של מקום עבודתם.
  - ניתן לנסות לעזור במציאת מקומות עבודה קליניים בהם יוכלו התלמידים לטפל במספר קטן של מקרים תמורת הדרכה במקום ולעיתים לטפל בהתנדבות ללא תמורת הדרכה, אך אין התחייבות שאכן נמצא מקום כזה.
  - אפשר לדלל את שעות ההדרכה ולפרוס אותן ליותר משנתיים.
  - אנו רואים בהדרכה נדבך חשוב. מתוך הבנה לקשיים הכלכליים של חלק מהתלמידים שירשמו, מי שלא יוכל לעמוד בה כלכלית, יוכל לצמצם מעט את מספר שעות ההדרכה. במצב כזה בתעודת הסיום שלו יצוין שעשה מספר קטן יותר של שעות הדרכה. יחד עם זאת יש לזכור שדרישות הקבלה לאיגודים השונים כוללות שעות הדרכה רבות.
  - חשוב להדגיש: הדרישה לקבלת תעודת סיום של התוכנית הדו-שנתית היא של כ-52 שעות הדרכה במשך השנתיים. דרישות הקבלה לחברות מלאה באיט"ה הינן 100 שעות הדרכה אצל מדריכים המוכרים להדרכה באיט"ה, כאשר מתוכן לפחות 50 שעות הינן בהדרכה פרטנית. או לחילופין 85 שעות הדרכה קבוצתית ו-25 שעות הדרכה פרטנית.

## הערות חשובות

- קיימות שלוש תוכניות מקבילות, האחת בחיפה, השניה בבאר-שבע והשלישית בתל השומר. יש ביניהן דמיון רב. תלמידי התוכניות בחיפה ובבאר-שבע יצטרכו להגיע למספר מפגשים מצומצם (כ-5) בתל השומר במהלך השנתיים לצורך השלמות.
  - בתוכנית 28 מפגשים בשנה. התוכנית מפרטת מספר רב של נושאים. ייעושה מאמץ להגדיל את מספר המפגשים במהלך השנה, ללא תוספת עלות, כדי להעביר את מרבית הנושאים. יתכן שחלק מהנושאים המפורטים בתוכנית לא יועברו. חשוב לציין, שיתכנו שינויים בתוכנית מסיבות שונות.
  - **מודגש בזאת** שתוכנית הלימודים תיפתח אך ורק אם יירשמו אליה מספר מספיק של תלמידים. השנה השניה והשלישית לתוכנית הלימודים תיפתחנה רק אם יירשמו אליהן מספר מספיק של תלמידים. מאידך, חשוב לציין, שעד כה תמיד נפתחה שנת הלימודים השניה כשהרוב המכריע של תלמידי שנה א' ממשיך ללימודי שנה ב'.
  - התוכנית הדו-שנתית מוכרת לצורכי גמול השתלמות. התלמידים יידרשו להיענות לדרישות הועדה לגמול השתלמות של משרד החינוך הקובעות נהלים נוקשים של נוכחות וחתימות על רשימות נוכחות. גם תלמידים שאינם זקוקים לאישור לגמול השתלמות יהיו חייבים בדרישות הללו. יש לזכור שהתוכנית בבאר-שבע אינה מוכרת לגמול השתלמות.
  - תלמידים שהינם עובדי משרד החינוך לא יהיו זכאים בהכרח לגמול השתלמות ועליהם להגיש מראש בקשה לגמול אישי. בנוסף התוכנית מוכרת לעובדי משרד החינוך בשנת שבתון וממומנת בחלקה על ידי הקרן להשתלמות מורים.
  - התוכנית בחסות אוניברסיטת בר אילן, היחידה להשתלמות והדרכה, ביה"ס לחינוך, אך הלימודים פיזית יתקיימו מחוץ לאוניברסיטה (בתל-השומר או בחיפה).
- לפרטים נוספים ניתן להיכנס לאתר התוכנית: [www.cbtyakovsinai.com](http://www.cbtyakovsinai.com)

## תוכנית לימודים שנה גימל

שנה גימל היא שנת רשות, בה יוכלו התלמידים להרחיב ולהעמיק את ידיעותיהם. הקורסים של שנה גימל יתקיימו בשלב זה רק בתל-השומר. התלמידים שיסיימו שנתיים של לימוד יקבלו תעודת סיום, אך יוכלו להרחיב את ידיעותיהם בקורסים מתקדמים יותר בשנה השלישית. תלמיד שיצבור בשלושת השנים סה"כ של 550 שעות לימוד, ייחשב כמסיים שנה גימל ויוכל להתקבל כבוגר בית ספר לפסיכותרפיה באיגוד הישראלי לפסיכותרפיה (זאת בתנאי שיעמוד בשאר תנאי הקבלה של האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה). קורסי שנה גימל יהיו בדרך כלל במתכונת של קורסים סמסטריאליים בני 14 מפגשים, 42 שעות לימוד כל אחד. ניתן להירשם לכל אחד מקורסי שנה גימל בנפרד, ואין הכרח להירשם לשנה גימל במלואה. פירוט הקורסים של שנה גימל יפורסם בנפרד ויוכל להשתנות משנה לשנה. הקורסים יפתחו בתלות במספר המשתתפים.

### להלן דוגמאות לקורסי שנה גימל:

ד"ר יאיר אברהם	אקט - ACCEPTANCE and COMMITMENT THERAPY
ד"ר יוסי אדיר	דמיון מודרך, הרפיה, מדיטציה ככלים טיפוליים
ד"ר סרג'ו מרצ'בסקי	הגברת המוטיבציה לטיפול - הראיון המוטיבציוני
פרופסור דני שטיין	טיפול בהפרעות אכילה
ד"ר יפעת כהן	טיפול דיאלקטי התנהגותי (DBT) בהפרעות אישיות גבולית תיאוריה ואפליקציה קלינית
ד"ר סרג'ו מרצ'בסקי	טיפול התנהגותי קוגניטיבי בפסיכוזות
מר עופר פלד	טיפול ממוקד סכמה - טיפול בהפרעות אישיות על-פי יאנג, עם דגש על הפרעת אישיות גבולית והפרעת אישיות נרציסטית
ד"ר רות מלקינסון	טיפול קוגניטיבי-קונסראקטיביסטי באל בעקבות מות אדם: מדה קתקטיס לקשרים מתמשכים
ד"ר ריצ'רד אורינג	כאשר CBT סטנדרטי נכשל: טכניקות קוגניטיביות והתנהגותיות מתקדמות להפרעות חרדה מורכבות ועמידות לטיפול
הגב' חנה רוזנבג	מיומנויות חברתיות ביחסים בינאישיים
ד"ר נעמי אפל	עקרונות בטיפול קבוצתי התנהגותי קוגניטיבי - בנייה והנחיית קבוצות טיפוליות לילדים ומבוגרים
ד"ר נעמי אפל	מסלול הדרכה בטיפול זוגי והדרכת הורים CBT
ד"ר ארז מילר	טיפול קוגניטיבי והתנהגותי בהפרעות קשב וריכוז אצל ילדים
גב' נעמי דותן	טיפול התנהגותי קוגניטיבי בילדים - הלכה למעשה בדגש על REBT הגישה הרציונלית אמוטיבית התנהגותית
גב' אירית שור ספיר	הדרכת הורים בגישת הסמכות החדשה על פי פרופסור חיים עומר

## תעודת הסיום

תעודת הסיום בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית תינתן למסיימי תוכנית לימודים של שנתיים ותהיה מטעם 'התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי'. התעודה תכלול אישור על מלוא שעות הלימוד וההדרכה שעבר התלמיד.

**בוגרי התוכנית יוכלו להשתמש במה שלמדו בתוכנית במסגרת מקצועם הטיפולי הבסיסי.**

התוכנית באישורה ובחסותה של איט"ה – האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי. הקבלה לחברות לאיט"ה בהמשך תלויה בתנאי קבלה נוספים של איט"ה.

אנא בדקו את תנאי הקבלה לחברות באיט"ה באתר [www.itacbt.co.il](http://www.itacbt.co.il)

התוכנית התלת-שנתית מוכרת ע"י האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה כבית ספר לפסיכותרפיה, אך הקבלה לאגוד זה מותנית בעמידה בתנאים נוספים של דרישות קבלה ומוגבלת למספר מצומצם ביותר של מקצועות טיפוליים.

אנא בדקו זאת באתר של האגודה [www.i-a-psychotherapy.org/index.html](http://www.i-a-psychotherapy.org/index.html)

## האם הלימודים בתוכנית נותנים הסמכה לעיסוק בפסיכותרפיה?

מכיוון ששאלה זאת נשאלת רבות אנא קראו בעיון סעיף זה.

נכון להיום, למיטב ידיעתנו, אין חוק פסיכותרפיה. מכאן שאין שום גורם שיכול להסמיך מבחינה חוקית פסיכותרפיסטים. מכאן ששום בית ספר לפסיכותרפיה אינו יכול להסמיך את תלמידיו לעסוק בפסיכותרפיה.

בהעדר חוק כזה, יכול לכאורה כל אדם לקרוא לעצמו פסיכותרפיסט ולא יימצא כעובר על החוק.

מכאן שהתוכנית אינה מסמיכה מטפלים מבחינה חוקית להיות פסיכותרפיסטים (כפי ששום תוכנית אחרת אינה מסמיכה פסיכותרפיסטים).

ישנם חוקים למקצועות שונים. לדוגמה פסיכולוג חייב לפעול במסגרת חוק הפסיכולוגים, פסיכיאטר חייב לתפקד במסגרת החוקים הקשורים לרפואה וכך גם במקצועות אחרים.

**אנו מצפים שכל תלמיד המסיים את תוכנית ההכשרה, יפעל במסגרת החוק ובדרך המקובלת על בסיס המקצוע האקדמי שיש לו.**

ישנן אגודות שהגדירו לעצמן עקרונות להסמכת חברים המעוניינים להתקבל אליהן כחברים.

תוכנית ההכשרה הדו-שנתית עומדת בדרישות הקבלה לחברות באיט"ה – איגוד המטפלים ההתנהגותיים קוגניטיביים והתוכנית התלת-שנתית עומדת בדרישות האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה וזאת מבחינת היקף חומר הלימוד ומספר שעות הלימוד הנדרשות.

לכל אחת מהאגודות הללו יש עדיין דרישות נוספות לקבלה לחברות בהן, הקשורות למספר שעות ההדרכה, ולמקצוע האקדמי של המועמד. כך לדוגמה, בכדי להתקבל לאיט"ה בנוסף להשלמת הלימודים בתוכנית, יש להשלים 100 שעות הדרכה שמתוכן לפחות 50 שעות פרטניות או לחילופין 85 שעות הדרכה קבוצתיות ו-25 שעות הדרכה פרטניות.

## יתרונות התוכנית

תוכנית ההכשרה שלנו מצטיינת בכמה יתרונות בולטים:

- זוהי התוכנית הותיקה והמנוסה ביותר הקיימת כיום ולהלן אנו פותחים את מחזור הלימודים השנים עשר – הן בתל השומר, הן בחיפה והן בבאר-שבע.
- בתוכנית מלמדים בכירי המרצים ואנשי המקצוע בתחום.
- הרוב המכריע של הנושאים הנלמדים בתוכנית נלמדים לעומק ולא על ידי טעימות שטחיות וקצרות.
- התוכנית מתחייבת למתן 168 שעות לימוד בכל שנת לימוד, אך בפועל התלמידים לומדים מעל ל-200 שעות לימוד בכל שנה. עובדה זאת מדגישה את כמות החומר הרב ושעות הלימוד הנוספות הרבות שמקבלים התלמידים.
- התוכנית מוכרת לגמול השתלמות (מלבד בבאר-שבע).
- התוכנית מוכרת על ידי אוניברסיטת בר אילן והתעודה המתקבלת בסופה הינה גם מטעם אוניברסיטת בר אילן.
- התוכנית מוכרת על ידי איט"ה כקורס העומד בדרישות איט"ה לקבלה לחברות.
- התוכנית מוכרת על ידי האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה, במסגרת הלימודים של שלוש השנים כבית ספר לפסיכותרפיה. (זאת כמובן לבעלי מקצוע שזכאים להתקבל לאיגוד הישראלי לפסיכותרפיה).
- התוכנית מוכרת לקרן ההשתלמות של המורים וממומנת בחלקה לאנשים מהמסגרות החינוכיות בשנת שבתון.

## טופס רישום לתוכנית ההכשרה בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית – אוקטובר 2013

תאריך \_\_\_\_\_

לכבוד

יעקב סיני – מרכז התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי

מצולות ים 21 גבעתיים 53488

טל' 03-7314415, 03-2224959, 052-5713902

sini5@netvision.net.il

הרשמה מוקדמת ומוזלת עד ה-30.5.2013.

נא לשלוח בדואר רגיל  
ולא בדואר רשום!

אבקש להירשם כמועמד/ת לתוכנית ההכשרה בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית

אנא סמני/י:  בת"א (תל השומר) או  בחיפה  או בבאר-שבע

שם משפחה \_\_\_\_\_ שם פרטי \_\_\_\_\_

כתובת \_\_\_\_\_

טלפון \_\_\_\_\_ טלפון נייד \_\_\_\_\_ ת.ז. \_\_\_\_\_

תואר אקדמי \_\_\_\_\_ המוסד בו נרכש \_\_\_\_\_

שנת קבלת התואר \_\_\_\_\_ מקצוע \_\_\_\_\_ התמחות \_\_\_\_\_

מקום עבודה עיקרי \_\_\_\_\_ טלפון בעבודה \_\_\_\_\_

עיסוק נוכחי \_\_\_\_\_

כתובת e-mail בכתב ברור ביותר \_\_\_\_\_

שמות ממליצים (כולל טלפון):

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

- אנא צרף/י: צילום תעודות אקדמיות
- דף קורות חיים ופירוט ניסיון מקצועי
- דף פירוט רקע וניסיון בתחום ההתנהגותי קוגניטיבי (אם יש)
- צ'ק על סה"כ 200 ש"ח(דמי הרשמה) לפקודת "התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי" לתאריך טופס ההרשמה.

# תוכנית הכשרה בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית 2013-2015/16, תל השומר / חיפה / באר-שבע

## מטרת הלימודים

להכשיר מטפלים ביידע תיאורטי ושיטות התערבות טיפוליות התנהגותיות קוגניטיביות. ההכשרה תכלול קורסים תיאורטיים, סדנאות יישומיות וחווייתיות וכן הדרכה אישית וקבוצתית. התוכנית תכלול גם יחידת לימוד של REBT, המקנה תעודה בינלאומית מ"מכון אלברט אליס", ניו-יורק.

## מגמות הלימוד

בתל-השומר תתאפשר למידה באחת משלוש מגמות: מגמת ילדים ונוער, מגמת מבוגרים – טראומה ומגמת מבוגרים – בריאות הנפש. בחיפה ובבאר שבע תהיה מגמה מרוכזת אחת בלבד.

## קהל היעד

פסיכיאטרים, פסיכולוגים, עובדים סוציאליים, מרפאים בעיסוק, מרפאים באמנות, יועצות חינוכיות, קרימינולוגים קליניים, אחיות פסיכאטריות ובעלי מקצוע טיפולי אחר, בהתאם לנסיגונם הקליני ולהמלצות.

## המיקום

התוכנית תפעל במקביל בשלושה מחזורים. אחד בבית סוראסקי במתחם ביה"ח ע"ש שיבא, תל-השומר, השני בבית הכט, שד' הנשיא 142 מרכז הכרמל, חיפה והשלישי בבית מרכז מורים, יצחק רגר 85 באר שבע.

## המועד

החל מאוקטובר 2013, אחת לשבוע בין השעות 14:15-19:45 בימי שלישי בשבוע בחיפה ובימי חמישי בשבוע בתל-השומר. הלימודים בבאר-שבע יתקיימו אחת לשבוע בימי ראשון בין השעות 15:00-20:00.

## שכר הלימוד

שכר הלימוד לשנה הראשונה יהיה 10,900 ש"ח. הנרשמים והמשלמים לפני תום מועד ההרשמה המוקדמת (30.5.13), יזכו להנחה של 5% בשכר הלימוד לשנה הראשונה.

## קורסים מתקדמים

לבעלי מקצוע מנוסים מוצעים קורסים מתקדמים ב-CBT, לדוגמה: קורס ב-DBT ע"פ לינהאן, קורס בסכמה תרפיה ע"פ ג'פרי יאנג, קורס בטיפול זוגי והדרכת הורים, קורס בדמיון מודרך ו-CBT ועוד.

יעקב סיני - ה'תוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי'

מצולות ים 21 גבעתיים 53488

טל. 03-7314415, 052-2224959, 03-5713902

sini5@netvision.net.il • www.cbtyakovsinai.com