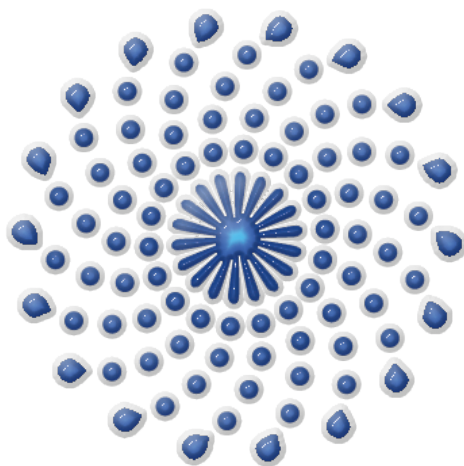


# תוכנית הכשרה דו ותלת שנתית

בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית 2019-21/2022  
בתל השומר תוכניות בוקר ואחה"צ  
מגמת ילדים ונוער, מגמת מבוגרים  
ומגמת טיפול הורי, זוגי ומשפחתי

**תוכניות אחה"צ בחיפה ובבאר שבע**

**התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי**



אוניברסיטת בר-אילן  
היחידה לפיתוח מקצועי - בית הספר לחינוך



התוכנית באישורה של איט"ה - אגודה ישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי  
מוכרת לגמול השתלמות מטעם הועדה לאישור  
קורסים לגמול השתלמות של משרד החינוך  
מוכרת לשנת שבתון של עובדי מערכת החינוך  
מוכרת כתוכנית תלת שנתית נפרדת על-ידי האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה

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)

# תוכניות הכשרה - אוקטובר 2019 בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית

## בית סוראסקי תל השומר

בימי ה' בשבוע

תאריך פתיחה: 31.10.2019

בתל השומר מגמת ילדים ונוער, מגמת מבוגרים,

מגמת טיפול הורי, זוגי ומשפחתי

תוכנית בוקר בין השעות 08:15 ועד 14:00

תוכנית אחה"צ בין השעות 14:15 ועד 20:00

## בית הכט (בית רוטשילד)

שדרות הנשיא 142, מרכז הכרמל, חיפה

בימי ג' בשבוע

תאריך פתיחה: 29.10.2019

תוכנית אחה"צ בין השעות 14:15 ועד 20:00

## בית מרכז מורים

שדרות יצחק רגר 85, באר-שבע

בימי א' בשבוע

תאריך פתיחה: 27.10.2019

תוכנית אחה"צ בין השעות 14:15 ועד 20:00

## הנחות בשכר הלימוד למקדימים בהרשמה!

הנחות בשכר לימוד לכל המקדימים בהרשמה.

הנחה מיוחדת נוספת של 10% לעובדים סוציאליים ולפסיכולוגים.

הנחה מיוחדת של 20% לנרשמים לא יאחר מה-30.5.2019

לתכנית ההכשרה בחיפה ובבאר שבע.

## פרטים חשובים

מועדים:	שנת הלימודים הבאה תפתח ביום שלישי ה-29.10.2019 בחיפה, ביום חמישי ה-31.10.2019 בתל-השומר וביום ראשון ה-27.10.2019 בבאר שבע ותסתיים ביוני 2020.
מיקום:	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 מרכז מורים, שד' יצחק רגר 85, באר-שבע.
יום בשבוע:	הלימודים בתל השומר יהיו בימי חמישי בשבוע, הלימודים בחיפה בימי שלישי בשבוע והלימודים בבאר-שבע בימי ראשון בשבוע.
שעות הלימוד:	תוכנית הבוקר תתקיים בין השעות 08:15 ועד 14:00. תוכנית אחה"צ תתקיים בין השעות 14:15 ועד 20:00. תוכנית אחה"צ תתקיים בתל השומר, חיפה ובאר-שבע. תוכנית בוקר תתקיים רק בתל-השומר.
משך התוכנית:	ארבעה סמסטרים (שנתיים אקדמיות) בכל סמסטר 14 מפגשים - סה"כ 168 שעות לימוד בשנה (בפועל תינתנה שעות לימוד רבות נוספות).
קהל היעד:	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 במסגרת ציבורית, ובתנאי שמקצועם מוכר לקבלת חברות באיט"ה.

## שכר לימוד וסדרי ההרשמה

- שכר הלימוד לשנה הראשונה יהיה 10,900 ש"ח כולל מע"מ.
- הנחה מיוחדת של 10% בתשלום לנרשמים עד 30.3.2019. הנרשמים בין התאריכים 1.4.2019 עד 30.5.2019 יזכו להנחה של 5% משכר הלימוד לשנה הראשונה (זאת בתנאי שיעבירו את התשלום במועד קבלתם לתוכנית). שכר הלימוד לשנה השנייה ישולם במאי 2020, וסביר שיהיה זהה לשכר הלימוד בשנה הראשונה אלא אם תהינה התייקרויות הקשורות לתפעול התוכנית.
- מעבר להנחה הנ"ל המיועדת לכל הנרשמים, יש הנחה נוספת של 10% לנרשמים שהם עובדים סוציאליים ופסיכולוגים.
- במקום ההנחות הנ"ל אנו מציעים הנחה מיוחדת של 20% בתשלום לנרשמים לא יאוחר מה-30.5.2019 לתוכנית בחיפה ובבאר שבע והנחה של 30% במידה והנרשמים הם עובדים סוציאליים או פסיכולוגים. כל זאת כמובן למעבירים את התשלום במועד קבלתם לתוכנית.
- על הנרשמים לשלוח יחד עם טופס ההרשמה והמסמכים המצורפים (ראי/ה על גבי טופס ההרשמה הנמצא באתר). צ'ק על סך 200 ש"ח לפקודת "התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי", שישמש כדמי הרשמה. דמי ההרשמה הינם בנוסף לשכר הלימוד ולא יוחזרו בשום תנאי.  
את החומר יש לשלוח **בדואר 24 ולא בדואר רשום** ליעקב סיני, מצולות ים 21 גבעתיים 5348811.
- בהמשך יזמנו המועמדים לראיון קבלה. הודעות קבלה לנרשמים תמסרנה בהקדם.  
במידה ויהיה עודף של נרשמים, יתקבלו המועמדים המתאימים על בסיס של כל הקודם זוכה.
- המועמדים שיתקבלו יעבירו את התשלום לפקודת "התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי" במועד קבלתם לתוכנית. ניתן לשלם בצ'ק, בכרטיס אשראי או במזומן.
- ניתן לפרוס את התשלום עד ל-8 תשלומים בתוספת של 5% למחיר.
- ניתן לבטל את ההרשמה עד לתאריך 1.8.19 ואז יוחזר התשלום לנרשם מלבד דמי ההרשמה בסך 200 ש"ח. ביטול הרשמה בין התאריכים 2.8.19 ועד יום פתיחת התוכנית יגרור החזר התשלום למעט 2,000 ש"ח שלא יוחזרו.
- ניתן גם להתקשר טלפונית למספר 052-2224959 בכדי להירשם ואז לשלוח את חומר ההרשמה במייל לכתובת [sini5@netvision.net.il](mailto:sini5@netvision.net.il) ולהביא את דמי ההרשמה, בסה"כ 200 ש"ח למועד הראיון האישי שיקבע.

**עם תחילת התוכנית לא ניתן יהיה לבטל את ההרשמה ולא יוחזר התשלום.**

# כ ל י

תוכנית ההכשרה בטיפול התנהגותי קוגניטיבי נערכת ע"י "התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי" זו השנה השמונה 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 לפיתוח מקצועי, ביה"ס לחינוך. התוכנית באישורה של איט"ה - אגודה ישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי. המסלול היחודי והנפרד של התוכנית התלת-שנתית מוכר ע"י האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה, כבי"ס לפסיכותרפיה. התוכנית בנויה בהתאם לדרישות ההכשרה למטפלים התנהגותיים קוגניטיביים של האגודה האירופאית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי EABCT. התוכנית הדו-שנתית מוכרת לגמול השתלמות מטעם הועדה לאישור קורסים לגמול השתלמות במשרד החינוך. התוכנית מוכרת לשנת שבתון לעובדי מערכת החינוך, ובדרך כלל מוכרת לגמול השתלמות לאופק חדש במסלול של גמול אישי.

## טיפול התנהגותי 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 מוגדרת 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 השמונה עשר, שהוא מטעמה ובניהולה של "התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי" ובאישורה של איט"ה.

## מטרת הלימודים

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

## מבנה הקורסים וחובות הלימוד

חלק מהקורסים יתנו במתכונת סמסטריאלית, כלומר שעתיים אקדמיות מדי שבוע וחלקם יתנו במפגשים מרוכזים של שש שעות לימוד רצופות על אותו נושא. הקורסים יהיו במתכונת של שיעור או סדנה ויכללו מרכיבים תיאורטיים ומרכיבים חוויתיים. התלמידים יתבקשו להכין שיעורי בית, להגיש עבודות ולעמוד במספר מבחנים בחלק מהקורסים. לתלמידים ימסר חומר מקצועי רב במדיה דיגיטלית ובאינטרנט וניתן גם יהיה לרכוש ספרות מקצועית במחיר מוזל. במהלך הלימודים כל תלמיד יתבקש לטפל לפחות בשמונה מטופלים שונים ולרכוש 52 שעות הדרכה אישית או קבוצתית משניים ממדריכי התוכנית שהם מדריכים מוכרים באיט"ה. בסיום כל שנה על התלמידים יהיה להציג מקרה כתוב בהדרכת המדריך שלהם.

קיימת חובת נוכחות של 80% בשיעורים. על כל היעדרות יש להביא אישור מתאים. תלמיד שלא יעמוד בחובת הנוכחות, לא יקבל תעודת סיום לפני שישלים את מכסת השעות החסרה בשנה לאחר מכן ובעבור תשלום נוסף.

# מרכז התוכנית

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

## סגל מורי התוכנית

שם	עיסוק	תחומי הוראה בתכנית
ד"ר יאיר אברהם	פסיכולוג קליני	טיפול התנהגותי, טיפול בילדים, ACT
פרופ' יואל אליצור	פסיכולוג קליני, רפואי וחינוכי, האוניברסיטה העברית ירושלים	טיפול משפחתי
ד"ר נעמי אפל	עו"ס, מנהלת מכון "שיטות"	טיפול הורי, זוגי ומשפחתי, מיומנויות חברתיות
פרופסור אודי בודנר	פסיכולוג קליני, אוניברסיטת בר אילן	דמיון מודרך ו-CBT, בהפרעות פסיכוסומטיות
מר ניב אידלמן	פסיכולוג קליני, מרפאת שחף תל השומר	מיינדפולנס
ד"ר דיאנה ארנברג	פסיכולוגית קלינית, בי"ח טירה	תרגול מיומנויות CBT
גב' שני ביסר סגל	נוירופסיכולוגית, מכון שיטות	טיפול בילדים בהפרעות שונות
ד"ר עודד בן ארוש	פסיכולוג קליני	טיפול ב OCD
ד"ר יעקב בר-זוהר	פסיכולוג, מכללת בית ברל	CBT וחלומות
ד"ר שרון בן רפאל	פסיכולוגית קלינית, בי"ח איכילוב	הריון ולידה
גב' דליה ברקוביץ	פסיכולוגית תעסוקתית, עצמאית	תרגול מיומנויות CBT
ד"ר יוסי גובוז'נסקי	פסיכיאטר בי"ח שלוותה	PTSD בילדים
ד"ר עדי גונן	פסיכולוג קליני	CBT בהפרעות שינה
ד"ר אירית גיל לב	עו"ס, אוניברסיטת חיפה	טיפול קבוצתי CBGT
מר אודי גל	פסיכולוג קליני ורפואי, תחנת העמקים	ביו פידבק ודמיון מודרך
ד"ר דליה גלבוע	פסיכולוגית קלינית ראשית לשעבר משרד הבריאות	אתיקה בטיפול
ד"ר איילה דאי	פסיכולוגית קלינית, האוניברסיטה העברית	CBT בילדים
גב' נעמי דותן	פסיכולוגית חינוכית	תרגול מיומנויות CBT ו-REBT, טיפול בילדים, ADHD
ד"ר דני דרבי	פסיכולוג קליני, מכון	CBT ו-ROCD
ד"ר ציפי העצני	פסיכולוגית קלינית	טיפול בהשמנת יתר, הפרעות אכילה
מר אורי הרמן	פסיכולוג קליני	תרגול מיומנויות CBT, הקשר הטיפולי ב CBT
גב' כנרת וסטמן	עובדת סוציאלית קלינית	תרגול מיומנויות CBT וטיפול במקרים מורכבים
גב' טלמור זטלר	עובדת סוציאליות	תרגול מיומנויות והתערבות מערכתית בכיתה CBT
גב' ענת ורזגר	מטפלת באומנויות	מיינדפולנס, טיפול באוטיזם
גב' קרן זמיר	עו"ס, מכון שיטות	חרדה אצל ילדים
ד"ר דני חמיאל	פסיכולוג קליני, מרפאת רמת חן	Low intensity CBT
גב' רינה טל	עובדת סוציאלית	חרדה במשפחה
ד"ר יעפת כהן	פסיכיאטרית, מנהלת מכון אופק	DBT, הורות קשובה
ד"ר דניאל לוי	פסיכיאטר	טיפול ב PTSD
מר נדב לוי	פסיכולוג קליני	DBT
פרופסור אלי לונטל	עו"ס, אוניברסיטת חיפה, מכללת תל חי	טיפול מציאונתי
פרופסור יעל לצר	DSC בי"ח רמב"ם, אוניברסיטת חיפה	טיפול בהפרעות אכילה
ד"ר יופ מאירס	פסיכולוג קליני	טיפול בילדים, פתרון בעיות, תרגול מיומנויות REBT
ד"ר נילי מור	פסיכולוגית, האוניברסיטה העברית	טיפול בחרדה, דיכאון והפרעות התנהגות בילדים
ד"ר עידן מיליצ'ר	עו"ס	טיפול מיני
ד"ר רות מלקינסון	עו"ס	REBT
גב' שרית מרגלית	עו"ס MA ופסיכולוגית ITA CBT ISRAEL	תרגול מיומנויות CBT
ד"ר צופי מרום	פסיכולוגית קלינית, בי"ח גהה ויו"ר איט"ה לשעבר	טיפול בחרדה חברתית
ד"ר סרג'ו מרצ'בסקי	פסיכיאטר - מנהל מחלקת יום באר יעקב ומנהל מרפאת הבטים	מבוא לטיפול קוגניטיבי, מוטיבציה לטיפול, טיפול בפסיכוכימיה, ויסות רגשי
ד"ר ניצה נקש	פסיכיאטרית, מנהלת מרפאת רמת-חן	טיפול בפוסט טראומה PE וטיפול ב OCD
ד"ר חן נרדי	עו"ס, מכון דיאלוג	אסרטיביות בטיפול זוגי
מר יעקב סיני	פסיכולוג קליני ותעסוקתי	טיפול בהפרעות חרדה, תרגול מיומנויות CBT
גב' דנה ספקטור	פסיכולוגית קלינית	DBT
מר גיורא ענבר	עו"ס קליני	PTSD חרדה, דיכאון תכנון טיפול ו-CBT
מר יששכר עשת	פסיכולוג קליני	פסיכולוגיה רפואית והפרוטוקול המאוחד של ברלו
ד"ר עופר פלד	פסיכולוג קליני	סכמה תרפיה
ד"ר ג'ים פריש פלס	פסיכולוג קליני, מכללת אורנים	CBT בילדים
גב' שושנה קיגל	פסיכולוגית קלינית, חינוכית והתפתחותית	REBT
גב' ענת שינה קנדיטי	עו"ס קלינית	תרגול מיומנויות CBT
גב' חנה רוזנברג	עובדת סוציאלית קלינית	אסרטיביות והתמודדות עם כעס, אלימות במשפחה
גב' רבקה רוזנברג	עובדת סוציאלית קלינית	תרגול מיומנויות CBT ו-REBT
ד"ר סלבי רוזנצוויג	פסיכיאטר	מבוא לטיפול תרופתי
פרופ' תמי רונן	עו"ס, דיקאן הפקולטה למדעי החברה, אוני' ת"א	CBT ופסיכולוגיה חיובית
גב' שרון שגיא ברג	יעוצת ארגונית MA מוסמכת ISST	סכמה תרפיה
ד"ר אפרת שדר	פסיכולוגית קלינית, אוניברסיטת ת"א	פסיכופתולוגיה, טיפול דינמי
ד"ר אירית שור ספיר	פסיכולוגית קלינית	סמכות הורית והדרכת הורים
פרופסור דני שטיין	מנהל מחלקת הפרעות אכילה תה"ש	טיפול בהפרעות אכילה

# רשימת מדריכים נוספת בתוכנית

גב' גפנית אגסי, ד"ר יוסי אדיר, גב' דינה אייל, גב' תמר אלטשולר, ד"ר הילה ביצ'קוב שושני, מר אברהם בן יוחנן, גב' שולמית בנזימן, גב' ז'קלין ברגר, מר אביב ברין, גב' אורית ברעם, ד"ר עופר בשרי, גב' איה גלבווע, ד"ר יגאל גליקסמן, ד"ר ילנה גלמן, מר ברוך גרינוולד, גב' דגן שרון, מר אלעד דהן, גב' הלמן סיגל, גב' אפרת הראל, גב' עירית וגנר, גב' יעל וינבר, מר איל ורשביאק, גב' יהודית זלצמן, גב' איה ז'ק, מר אהוד חלק, מר אריאל חן, מר מוטי כהן, מר יצחק לב, גב' זהבה לוונטל, גב' רינה מייזליס, גב' תרצה מיכאלסון, ד"ר רות מסר קויצקי, גב' טובה מרק בן צבי, גב' שושנה ניר, מר ברק סבר, ד"ר חסינטו ענבר, גב' אפרת רובין, ד"ר ארנון רולניק, גב' טל שברו, מר מאיר שוסטר, גב' סוזן שפירא, גב' מעיין מעוז, גב' לינדה וגנר, גב' אילנה גרנק, ד"ר חנה ויסמן, גב' עמירה ליטמן, גב' צפנת ליברמן, מר אמיר גלבווע, גב'ענת קול, גב' נינה שוהם, ד"ר נירית וייסברוד, גב' כרמית חפר, גב' רותי פרישר, גב' ניצה דור, גב' טל גומא, גב' אנה גולדברט, גב' יעל אליעזר, גב' שרון לוריא וגב' הגרה פלדמן.

## הסבר כללי על מבנה הלימודים ותוכניות הלימוד

תוכנית ההכשרה הבסיסית היא תוכנית בת שנתיים. התוכנית נלמדת בתל-השומר בימי חמישי בשבוע בשני מחזורים: תוכנית בוקר בין השעות 08:15 ועד 14:00 ותוכנית ערב בין השעות 14:15 ועד 20:00 שתי התוכניות זהות במהלכן. תלמידים המחוייבים בקורס ב'מבוא לפסיכופתולוגיה' יעשו את הקורס במהלך שנת הלימודים הראשונה בשעות הבאות: תלמידי הבוקר יעשו את הקורס בימי חמישי בין השעות 14:15 ועד 16:30. תלמידי הערב יעשו את הקורס בין השעות 11:15 ועד 13:45. בחיפה ובבאר שבע התלמידים לא יחוייבו בקורס מבוא לפסיכופתולוגיה. בנוסף קיימת תוכנית **בחיפה** בבית הכס מרכז הכרמל חיפה בימי שלישי בשבוע בין השעות 14:15 ועד 20:00 **ובבאר-שבע** בבית מרכז מורים באר שבע בימי ראשון בשבוע בין השעות 14:15 ועד 20:00. ניתן להוסיף גם לימודי שנה שלישית שאינה חובה המתקיימת רק בתל-השומר. יעשה ניסיון לפתוח קורסי שנה ג' בחיפה ובבאר שבע.

## שנת הלימודים הראשונה

בשנת הלימודים הראשונה נלמדים היסודות של הטיפול ההתנהגותי ושל הטיפול הקוגניטיבי בקורסי מבוא מעמיקים ומפורטים. בנוסף נלמד מבוא ל-REBT. במקביל נערך תרגול בקבוצות קטנות בהן יתרגלו התלמידים על עצמם טכניקות קוגניטיביות התנהגותיות ויחוייבו בהגשת תרגולים עצמיים. בהמשך ייערך קורס מעמיק בטיפול בהפרעות חרדה ובעיקר בטיפול בפוביות פשוטות, הפרעות פאניקה, חרדה חברתית ובהמשך גם בטיפול ב-OCD. בנוסף ייערכו סדנאות בטיפול מיומנויות חברתיות.

## שנת הלימודים השניה בתל-השומר תחולק לשלוש מגמות.

### מגמת ילדים ונוער

בסמסטר הראשון של השנה השניה יושם דגש על עקרונות הטיפול היחודיים בילדים ונוער כולל הדרכת הורים. יושם דגש על טיפול במגוון הפרעות אצל ילדים ונוער כגון: הפרעות חרדה לסוגיה, PTSD, דיכאון, הפרעות אכילה, הפרעות התנהגות, הפרעות קשב וריכוז, REBT בטיפול בילדים ונוער, שימוש ב-CBT בהתערבויות מערכתיות בביה"ס ועוד.

### מגמת המבוגרים

בסמסטר הראשון של השנה השניה יושם דגש על עקרונות הטיפול ב-PTSD (CPT, PE, EMDR) ועוד וכן ב-OCD, GAD, ובדיכאון במבוגרים.

## בסמסטר השני שתי המגמות יאוחדו

הנושאים שיילמדו יהיו בעיקר סביב הגישות מהגל השלישי בפסיכותרפיה היינו סכמה תרפיה, ACT, DBT ועוד. בנוסף ינתנו קורסים בתחומי שילוב דמיון מודרך ומיינדפולנס בטיפול בהפרעות פסיכוסומטיות, שילוב חלומות ב-CBT, טיפול מיני, טיפול תרופתי, Low intensity CBT, וכמובן תעשה עבודה בקבוצות קטנות על הצגות מקרים.

### מגמת טיפול הורי זוגי ומשפחתי (בניהולה האקדמי של ד"ר נעמי אפל)

לימודי מגמה זו ימשכו כל השנה השניה ויוקדשו כולם לטיפול הורי, זוגי ומשפחתי ב-CBT. הלימודים יתמקדו בטיפול משפחתי מערכתי, בפרוטוקולים לטיפול בהפרעות החרדה השונות ובדיכאון בראייה מערכתית-משפחתית, טיפול בטראומות בתוך המשפחה (אלימות במשפחה, פגיעות מיניות) טיפול והדרכה הורית (סגנונות הורות, סמכות הורית, אסרטיביות הורית), טיפול בבעיות נלוות של הריון ולידה, טפול בבעיות התנהגות וחרדה אצל ילדים ונוער, ניהול כעסים במשפחה, מערכות מוטיבציות - BIS/BAS, טיפוח ערך עצמי ומסוגלות עצמית, הפרעות קשב והספקטרום האוטיסטי במשפחה, גירושין ופרק ב' - המבט הזוגי וההורי, תרומתה של הפסיכולוגיה החיובית לטיפול זוגי ומשפחתי. חשוב להדגיש כי מגמת טיפול הורי זוגי ומשפחתי תתקיים רק בשעות הערב. יחד עם זאת, תלמידים המתקשים ללמוד בשעות הערב יוכלו ללמוד את השנה הראשונה בשעות הבוקר, אך השנה השניה ללימודים תהיה בשעות הערב בלבד.

### מסיימי שלוש המגמות יוכלו להתקבל בהמשך לאיט"ה

וזאת בתנאי שיעשו שעות הדרכה נוספות.

## תוכניות הלימודים בחיפה ובבאר-שבע

תוכניות הלימוד בבאר-שבע כוללות קבוצות למידה קטנות יותר ולפיכך לא תהיה בהן חלוקה למגמות לימוד ולא יתקיים הקורס במבוא לפסיכופתולוגיה.

שנת הלימודים הראשונה תהיה ללימודים בתל-השומר. בשנת הלימודים השניה בחיפה ובבאר-שבע ילמדו נושאים הקשורים הן לטיפול בילדים והן לטיפול במבוגרים. חלק מהשיעורים יהיו מקבילים לאלו הנלמדים בתל-השומר וחלק מנושאי הלימוד יהיו שונים, אך במהות יקבלו תלמידי באר-שבע וחיפה את מלוא הנדרש בתוכנית הכשרה מלאה ומקיפה להכרה ב-CBT.

כך לדוגמה ילמדו בחיפה ובבאר-שבע מגוון נושאי טיפול בילדים, טיפול בפוסט טראומה, הפרעות אכילה, חלומות ו-CBT, טיפולים מהגל השלישי בפסיכותרפיה: ACT, DBT, סכמה תרפיה, מיינדפולנס וכמובן עבודה על הצגות מקרים בקבוצות קטנות.

בנוסף לכך בחיפה ילמדו נושאים נוספים, כגון: טיפול בהפרעות שינה, טיפול CBT במחלות פיזיות, טיפול קבוצתי CBGT, טיפול מציאותני ועוד. בבאר-שבע ילמדו נושאים נוספים כגון ויסות רגשי, טיפול בפסיכוסים ועוד.

תלמידי חיפה ובאר שבע יחויבו להגיע למספר מועט של מפגשים בימי חמישי בתל-השומר (4-3 מפגשים בממוצע בשנה). בנוסף יוכלו תלמידים אלה להגיע למפגשים נוספים בתל-השומר לפי רצונם ובתיאום מראש ללא תשלום נוסף.

## קורס השלמה במבוא לפסיכופתולוגיה

לתוכנית מתקבלים גם תלמידים בעלי רקע מוגבל בפסיכופתולוגיה.

למרות שכל התלמידים בתוכנית למדו פסיכופתולוגיה במסגרת זאת או אחרת, עדיין לרובם חסר ידע מספק בתחום. תלמידים אלה יחויבו לעשות קורס במבוא לפסיכופתולוגיה במהלך שנת הלימודים הראשונה. קורס זה הינו קורס שנתי ברמה גבוהה ביותר, תוך השמת דגש על DSM5. הקורס יועבר בתל השומר בימי חמישי בין השעות 11:15 ועד 13:45 לפני תחילת יום הלימודים שמתחיל בשעה 14:15. לתלמידי תוכנית הבוקר יועבר הקורס בין השעות 14:00 ועד 16:30. בחיפה ובבאר-שבע לא יתקיים בשלב זה קורס כזה.

עלות הקורס הינה 2,000 ש"ח והיא בנוסף לעלות הכוללת 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.

חובה על כל בעלי המקצוע האחרים להשתתף בקורס.

## קורסים מתקדמים ותעודת שנה ג'

אנו מציעים מגוון של קורסים מתקדמים כחלק מלימודי שנה גימל. קורסים אלה מאפשרים לתלמידינו העמקת יתר בתחומים מגוונים של הגל השלישי בפסיכותרפיה ויותר. הקורסים הינם במתכונת סמסטריאלית בני 14 מפגשים 42 שעות לימוד כל אחד וניתן להירשם לכל אחד מהם בנפרד. כל אחד מהקורסים הללו מוכר לגמול השתלמות. פירוט קורסי שנה גימל מפורסם בנפרד ויכול להשתנות משנה לשנה. מסיימי השנה השלישית יקבלו תעודת סיום תלת-שנתית שבדרך כלל מקובלת בקופות החולים לקבלת עובדים סוציאליים קליניים כמטפלים עצמאיים.

**(תעודה זו אינה שייכת לתוכנית היחודית והנפרדת המוכרת על ידי האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה).**

### להלן דוגמאות לקורסי שנה ג'

ד"ר יאיר אברהם	אקט - ACCEPTANCE and COMMITMENT THERAPY
ד"ר אפרת שדך	מבוא לטיפול דינמי
ד"ר נעמי אפל	לדבר CBT עם הורים וילדים
ד"ר נעמי אפל	המסע הזוגי וההורי בראי ה-CBT
מר ניב אידלמן	מיינדפולנס ושימוש בטיפול CBT
ד"ר יפעת כהן	טיפול דיאלקטי התנהגותי (DBT) בהפרעת אישיות גבולית, קורס בסיסי וקורס מיומניות
ד"ר אודי אורן	EMDR
ד"ר סרג'ו מרצ'בסקי	טיפול התנהגותי קוגניטיבי בפסיכוזות
ד"ר עופר פלד	סכמה תרפיה - טיפול בהפרעות אישיות על-פי יאנג, עם דגש על הפרעת אישיות גבולית והפרעת אישיות נרציסטית
ד"ר אירית שור ספיר	הדרכת הורים בגישת הסמכות החדשה על פי פרופסור חיים עומר
ד"ר יובל עודד	הכשרה בביופידבק למטפלים התנהגותיים קוגניטיביים
פרופ' יעל לצר	פסיכותרפיה בינאישית (IPT) תיאוריה ומעשה

### תוכנית הכשרה תלת שנתית נפרדת בהכרת האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה

תוכנית תלת שנתית נפרדת העומדת בדרישות האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה כמפורט בתקנון האיגוד ובאתר האיגוד. התוכנית מיועדת אך ורק לבעלי מקצועות העומדים בקריטריוני הקבלה לאיגוד, היינו, פסיכולוגים קליניים, פסיכיאטרים, עובדים סוציאליים קליניים (תואר שני) ובעלי מקצוע נוספים המפורטים בתקנון האיגוד, אשר יש להם נסיון קליני בבריאות הנפש של לפחות שנתיים בעת קבלתם לתוכנית ובמהלכה. התלמידים יהיו חייבים בלפחות 90 שנות הדרכה על ידי מדריכים בהתאם לרשימת מדריכים שהוכרה על ידי האיגוד. התלמידים שיתקבלו למסלול זה ילמדו כ-450 שעות בנפרד משאר תלמידי התוכניות האחרות ויקבלו שעות העשרה נוספות ב-CBT מעבר לכך.



## הדרכה אישית או קבוצתית

כל משתתף יוכל להיות מודרך אישית או קבוצתית אצל שניים ממדריכי התוכנית המוכרים באיט"ה. ההדרכה תבצע בקליניקה של המדריך ובתיאום איתו, כאשר בכל שנה תתקיים ההדרכה עם מדריך שונה.

בתחילת השנה הראשונה תבצע 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 יקיים שעת הדרכה אחת לשבוע במהלך שתי שנות הלימוד, סה"כ 52 שעות הדרכה במשך שנתיים. התשלום לשעת הדרכה פרטנית יהיה בסך 300 ש"ח (שהינו 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 "התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי" אחראית לספק מקרים טיפוליים לתלמידים.

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

התלמידים חייבים בשתי הצגות מקרים אחת לכל שנה, אותן יעריך המדריך ועל בדיקתן ישלם המודרך בנפרד.

חשוב להדגיש שהתלמידים רשאים לקבל הדרכה על מטופלים המתאימים למקצועם הבסיסי. כך לדוגמה יעצות חינוכיות יוכלו לטפל רק בילדים במסגרות חינוכיות ורק במקרים המתאימים למקצוען.

## הקלות בתחום ההדרכה

יעשה 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 בכפוף לאפשרויות של מקום עבודתם.
- ניתן לנסות לעזור במציאת מקומות עבודה קליניים בהם יוכלו התלמידים לטפל במספר קטן של מקרים תמורת הדרכה במקום ולעתים 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.
- הדרישה לסיום התוכנית התלת שנתית הנפרדת בהכרת האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה היא 90 שנות הדרכה על ידי מדריכים מוכרים באיט"ה, המוכרים גם על ידי האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה.

## 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 בתל השומר במהלך השנתיים לצורך השלמות.
- בתוכנית 28 מפגשים בשנה. התוכנית כוללת מספר רב של נושאים. ייעשה מאמץ להגדיל את מספר המפגשים במהלך השנה, ללא תוספת עלות, כדי להעביר את מרבית הנושאים. יתכן שחלק מהנושאים המפורטים בתוכנית לא יעברו. חשוב לציין, שיתכנו שינויים בתוכנית מסיבות שונות.
- מודגש בזאת שתוכנית הלימודים תיפתח במידה וירשמו אליה מספר מספיק של תלמידים. השנה השניה והשלישית לתוכנית הלימודים תיפתחנה במידה וירשמו 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 חייבים בדרישות הללו.**
- תלמידים שהינם עובדי משרד החינוך לא יהיו זכאים בהכרח לגמול השתלמות ועליהם להגיש מראש בקשה לגמול אישי לאופק חדש. בנוסף התוכנית מוכרת לעובדי משרד החינוך בשנת שבתון וממומנת בחלקה על ידי הקרן להשתלמות מורים.
- התוכנית בחסות אוניברסיטת בר אילן, היחידה לפיתוח מקצועי, ביה"ס לחינוך, אך הלימודים יתקיימו בפועל מחוץ לאוניברסיטה (בתל-השומר, בחיפה ובבאר-שבע).
- תוכנית הבוקר בתל-השומר מאפשרת לתלמידים המעוניינים בכך ללמוד בשעות הבוקר את אותה תוכנית המת-קיימת מזה שנים בשעות אחר-צה, אך חלק קטן מהלימודים בכל מקרה ייעשה בשעות אחר-צה.

## 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 של איט"ה - האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי. הקבלה לחברות לאיט"ה בהמשך מותנית בתנאי קבלה נוספים של איט"ה.

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

מסיימי התוכנית התלת שנתית יקבלו תעודת סיום בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית שבדרך כלל מוכרת בקופות החולים ובמוסדות נוספים.

מסיימי המסלול היחודי והנפרד התלת שנתי המוכר על ידי האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה, יקבלו תעודת סיום תלת שנתית בפסיכותרפיה, ויוכלו להתקבל לאיגוד הישראלי לפסיכותרפיה בתנאי שיעמדו בכל תנאי הקבלה של האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה המפורטים בתקנון האיגוד ובאתר האיגוד.

# 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 אף גורם שיכול להסמיך מבחינה חוקית פסיכותרפיסטים. לכן אף בית ספר לפסיכותרפיה אינו יכול להסמיך את תלמידיו לעסוק בפסיכותרפיה. בהעדר חוק כזה, יכול לכאורה כל אדם לקרוא לעצמו פסיכותרפיסט ולא ימצא 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 כפוף למסגרת חוק הפסיכולוגים, פסיכיאטר חייב לתפקד במסגרת החוקים הקשורים לרפואה וכך גם במקצועות אחרים.

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

## יתרונות התוכנית

תוכנית ההכשרה שלנו מצטיינת בכמה יתרונות בולטים:

- זוהי התוכנית הותיקה והמנוסה ביותר הקיימת כיום ולהלן אנו פותחים את מחזור הלימודים השמונה עשר - הן בתל-השומר, הן בחיפה והן בבאר-שבע.
  - התוכנית פותחת תוכניות בוקר ותוכניות אחר הצהריים בתל-השומר.
  - הרוב המכריע של הנושאים הנלמדים בתוכנית נלמדים לעומק ולא על ידי "טעימות" שטחיות וקצרות.
  - התוכנית מתחייבת למתן 28 מפגשים שהם 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.
  - התוכנית בחסות אוניברסיטת בר אילן והתעודה המתקבלת בסוף התוכנית הינה גם מטעם אוניברסיטת בר אילן.
  - התוכנית מוכרת על ידי איט"ה כקורס העומד בדרישות איט"ה לקבלה לחברות.
  - התוכנית מוכרת לקרן ההשתלמות של המורים וממומנת בחלקה לאנשים מהמסגרות החינוכיות בשנת שבתון.
  - התוכנית מבוססת על כ-40 מרצים מבכירי אנשי המקצוע בתחום, מלמדים בפועל חומר מעמיק ולא על מספר מצומצם של מרצים, כפי שקורה בתוכניות אחרות.
  - התוכנית הכשירה במשך שנות קיומה קרוב ל-1,000 תלמידים.
  - בתוכנית בתל השומר שלוש מגמות: מגמת ילדים ונוער, מגמת מבוגרים ומגמה ייחודית לטיפול הורי, זוגי ומשפחתי בניהולה האקדמי של ד"ר נעמי אפל
  - התוכנית מוכרת על ידי האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה, במסלול היחודי והנפרד של שלוש השנים כבית ספר לפסיכותרפיה. (המיועדת אך ורק לבעלי מקצוע העומדים בדרישות הקבלה של האיגוד).
- זוהי תוכנית ההכשרה היחידה נכון להיום בטיפול קוגניטיבי התנהגותי המוכרת על ידי האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה.

**מבצעי הנחות בשכר הלימוד למקדימים בהרשמה.**

**לפרטים נוספים ניתן להיכנס לאתר התוכנית: [www.cbtyakovsinai.com](http://www.cbtyakovsinai.com)**

# תוכנית הכשרה דו ותלת שנתית

בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית 2019-21/2022

בתל השומר תוכניות בוקר ואחה"צ

מגמת ילדים ונוער, מגמת מבוגרים

ומגמת טיפול הורי, זוגי ומשפחתי

**תוכניות אחה"צ בחיפה ובבאר שבע**

## מטרת הלימודים

להכשיר מטפלים בידע תיאורטי ושיטות התערבות טיפוליות התנהגותיות קוגניטיביות. ההכשרה תכלול קורסים תיאורטיים, סדנאות יישומיות וחוויתיות וכן הדרכה אישית וקבוצתית.

## מגמות הלימוד

בתל-השומר תתאפשר למידה באחת משלוש מגמות: מגמת ילדים ונוער, מגמת מבוגרים - טראומה ומגמות לטיפול הורי, זוגי ומשפחתי. בחיפה ובבאר שבע תהיה מגמה מרוכזת אחת בלבד. בתל-השומר יפתחו תוכנית בוקר ותוכנית אחה"צ. בחיפה ובבאר-שבע יפתחו רק תוכניות אחה"צ.

## קהל היעד

פסיכיאטרים, פסיכולוגים, עובדים סוציאליים, מרפאים בעיסוק, מרפאים באמנות, יועצות חינוכיות, קרימינולוגים קליניים, אחיות פסיכיאטריות ובעלי מקצוע טיפולי אחר, בהתאם לנסיגה הקליני ולהמלצות, ובתנאי שהם עוסקים בטיפול בפועל במסגרות ציבוריות ובתנאי שהם עונים לקריטריונים של קבלה לחברות באיט"ה.

## 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 2019, אחת לשבוע בימי חמישי בשעות הבוקר בתל-השומר בין השעות 08:15 ועד 14:00 ובשעות אחה"צ 14:15 ועד 20:00. בחיפה ובבאר שבע בשעות אחה"צ בין השעות 14:15 ועד 20:00, בימי שלישי בחיפה ובימי ראשון בבאר-שבע.

## שכר הלימוד

שכר הלימוד לשנה הראשונה הינו 10,900 ש"ח כולל מע"מ. הנחה מיוחדת של 10% לנרשמים לפני 30.3.2018. הנחה של 5% בשכר הלימוד לנרשמים בין התאריכים 1.4.2018 עד 30.5.2018.

## הנחות מיוחדות

הנחה מיוחדת נוספת של 10% לעובדים סוציאליים ולפסיכולוגים. הנחה מיוחדת של 20% לנרשמים לא יאוחר מה-30.5.2018 לתוכנית ההכשרה בחיפה ובבאר שבע.

## 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 במינדפולנס, קורס בביפידבק למטפלי CBT, קורס ב-IPT ועוד.

יעקב סיני - "התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי"

מצולות ים 21 גבעתיים 5348811

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

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