



## תוכנית הכשרה דו-שנתית ותלת-שנתית בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית (CBT) אוקטובר 2021

### תוכניות ההכשרה בביה"ח תל-השומר- בביה"ס לסיעוד

בתוכנית מספר מסלולים אפשריים:

שלוש מגמות שיתקיימו בימי חמישי בבוקר ואחה"צ, תאריך פתיחה 7.10.2021:  
\* ילדים ונוער \* מבוגרים \* טיפול הורי זוגי ומשפחתי

תוכנית ייחודית במגמה למטפלים במערכות חינוכיות יתקיימו ב:  
ימי ראשון בוקר (תאריך פתיחה 3.10.2021) וימי חמישי בערב (תאריך פתיחה 7.10.2021)  
תוכנית תלת שנתית נפרדת בהכרת האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה והסתדרות הפסיכולוגים,  
בימי חמישי בשבוע, תאריך פתיחה 7.10.2021

### תוכניות ההכשרה בחיפה - בבית הכט, שד' הנשיא 142 מרכז הכרמל

ימי שלישי אחה"צ, תאריך פתיחה 5.10.2021

### תוכנית ההכשרה בבאר-שבע -בבית מרכז המורים, שד' יצחק רגר 85

ימי ראשון אחה"צ, תאריך פתיחה 3.10.2021

### תוכנית הכשרה דו-שנתית רק בזום החל מיולי 2021 (ראה פירוט בסוף החוברת)

שכר הלימוד 10,900 ש"ח לשנה + 200 ש"ח דמי הרשמה  
לנרשמים לא יאוחר מה-30.5.2021 הנחה של 10% בתשלום  
לתוכנית בתל-השומר ושל 15% לתוכניות בחיפה ובאר-שבע



אוניברסיטת בר אילן  
היחידה לפיתוח מקצועי - בית הספר לחינוך

ליצירת קשר ולהרשמה יש לפנות למרכז התוכנית - יעקב סיני  
טלפון 052-2224959, פקס. 03-5713902  
דואר אלקטרוני: sini146@gmail.com • yakov@cbtyakovsinai.com  
או באתר התוכנית: <https://www.cbtyakovsinai.com>

## התוכנית מוכרת במספר ארגונים:

- ◀ התוכנית באישור איט"ה - אגודה ישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי.
- ◀ בחסות אוניברסיטת בר-אילן, היחידה לפיתוח מקצועי - בית הספר לחינוך.
- ◀ מוכרת לגמול השתלמות למרבית המקצועות ומוכרת לשנת שבתון לעובדי מערכת החינוך.
- ◀ מוכרת כתוכנית תלת שנתית נפרדת ע"י האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה.
- ◀ מוכרת כתוכנית תלת שנתית כהשתלמות מקצועית מובהקת לפסיכולוגים ע"י הפ"י.

## כללי

הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית מציעה דרכי התערבות המבוססות אמפירית על ממצאי מאות מחקרים ועל תיאוריות פסיכולוגיות עדכניות. (evidence based psychotherapy). מטרת ההתערבות הן לפתח שינויים בהתנהגות, בוויסות הרגשי, בתקשורת הבינאישית ועוד. הגישה מתמקדת בקשיי ההווה ובשינויים הרצויים בעתיד, אך מושם בה גם דגש על העבר כדי לבחון כיצד נוצרו הקשיים וכיצד הם משתמרים לאורך השנים. 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 ככל שניתן כך שאפשר יהיה לעקוב אחר התקדמות התהליך בכל שלב ושלב.

מטרת הלימודים בתוכנית הינן להכשיר מטפלים ביידע תיאורטי ובשיטות התערבות טיפוליות התנהגותיות קוגניטיביות. ההכשרה כוללת קורסים תיאורטיים, סדנאות יישומיות וחוויתיות והדרכה אישית וקבוצתית בטיפול.

התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי פותחת השנה את המחזור ה-20 שלה. למדו בה עד כה קרוב ל-2000 תלמידים. זוהי התוכנית המוכרת, הוותיקה, המקיפה והמגוונת ביותר הקיימת בארץ. במהלך שתי שנות הלימוד, התלמידים ילמדו בין 400 ל-450 שעות לימוד ע"י יותר מ-40 מבכירי המרצים בתחום בארץ.

התוכנית הינה באישור איט"ה, בחסות אוניברסיטת בר-אילן, מוכרת לגמול השתלמות ובה גם מסלול ייחודי נפרד באישור האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה והסתדרות הפסיכולוגים.

## שכר לימוד, סדרי הרשמה ואפשרויות ביטול

שכר הלימוד לשנה הראשונה יהיה 10,900 ש"ח לשנה + 200 ש"ח דמי הרשמה.

לנרשמים לא יאוחר מה-30.5.2021 - הנחה של 10% בתשלום לתוכנית בתל-השומר ושל 15% לתוכניות בחיפה ובאר-שבע.

ניתן להירשם לתוכנית דרך טופס ההרשמה באתר התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי <https://www.cbtyakovsinai.com> או טלפנית ליעקב סיני 052-2224959.

הנרשמים יזמנו לראיון אישי שבסופו יקבלו את ההודעה על קבלתם. **במידה ויתקבלו יהיה עליהם להסדיר את התשלום במקום, כלומר במועד סיום הראיון וזאת בצ'קים דחויים או בכרטיס אשראי.** אי הסדרת התשלום במקום לא תאפשר שמירת מקום הקבלה לתוכנית, ובנוסף תשלום שלא במועד הראיון האישי יחויב בתוספת של 5% על התשלום המקורי.

**מדיניות ביטולים:** ניתן לבטל את ההרשמה לתוכנית עד ה-1.8.21 או אז יוחזר מלוא התשלום מלבד דמי ההרשמה בסה"כ 200 ש"ח.

למבטלים את ההרשמה בין התאריכים 2.8.21 ועד למועד תחילת הלימודים יוחזר התשלום למעט 2,000 ש"ח ועוד דמי ההרשמה בסה"כ 200 ש"ח שלא יוחזרו.

עם תחילת הלימודים בתוכנית לא ניתן יהיה לבטל את ההרשמה ולא יוחזר התשלום.

ניתן להקפיא את הלימודים במהלך שנת הלימודים מכל סיבה שהיא ולהמשיכם ללא תוספת תשלום בשנה שלאחר מכן.

אנא שימו לב: תהיה הקפדה על תנאי התשלום והביטול.

## מועדים מיקום וקהל יעד

התוכנית כוללת שתי שנות לימוד ובהן 28 מפגשים חד שבועיים של שש שעות לימוד כל אחד סה"כ 168 שעות לימוד לשנה (בפועל יינתנו יותר שעות לימוד). הלימודים בימי חמישי בשבוע יתקיימו בקומה השלישית של ביה"ס לסייעוד שבמתחם ביה"ח תל-השומר החל מה-7.10.21 (בנוסף בימי ראשון תתקיים מגמת המטפלים במערכות חינוכיות).

הלימודים בתל-השומר יתקיימו בשעות הבוקר 08:15 ועד 13:45 או בשעות אחר הצהרים 14:15 ועד 19:45.

הלימודים בחיפה ובבאר-שבע יתקיימו רק בשעות אחה"צ 14:15 ועד 19:45.

הלימודים בימי ראשון יתקיימו בבית מרכז מורים, שד' יצחק רגר 85 בבאר-שבע, החל מ-3.10.21.

הלימודים בימי שלישי יתקיימו בבית הכט שד' הנשיא 142, מרכז הכרמל חיפה, החל מ-5.10.21.

התוכנית מיועדת לתלמידים שמקצועם עומד בדרישות הקבלה לאיט"ה, העוסקים בפועל בטיפול פסיכולוגי במסגרת ציבורית. מדובר על פסיכיאטרים, פסיכולוגים, עובדות סוציאליות, מטפלים ביצירה והבעה, קרימינולוגים, יועצות חינוכיות, אחיות פסיכיאטריות, קלינאיות תקשורת ומרפאים בעיסוק. מורות מנוסות לחינוך מיוחד יתקבלו רק למגמת המטפלים במערכות חינוכיות.

## הלימודים בבית הספר לסיעוד שבמתחם בית החולים תל-השומר

תוכנית הלימודים הדו-שנתית בתל השומר מחולקת לארבע מגמות: מגמה לטיפול בילדים ונוער, מגמה לטיפול במבוגרים עם דגש על פוסט טראומה, מגמה לטיפול הורי זוגי ומשפחתי ומגמה למטפלים במערכות חינוכיות.

הלימודים בשלוש המגמות הראשונות בשנה הראשונה יתקיימו בימי חמישי בבוקר בין השעות 08:15 ועד 13:45 או אחה"צ, בין השעות 14:15 ועד 19:45 וזאת בקומה השלישית של בית הספר לסיעוד, שבמתחם בית החולים תל-השומר.

שנת הלימודים הראשונה משותפת לתלמידי מגמת הטיפול בילדים ונוער, מגמת הטיפול במבוגרים ומגמת הטיפול ההורי זוגי ומשפחתי וניתן יהיה ללמוד בה או בשעות הבוקר או בשעות אחה"צ.

בשנת הלימודים הראשונה ילמדו יסודות הטיפול ההתנהגותי קוגניטיבי ע"י בכירי המרצים בתחום. בנוסף התלמידים יתרגלו בקבוצות קטנות מיומנויות בסיסיות ב-CBT. בהמשך יעברו התלמידים קורסים ב-REBT, טיפול בהפרעות חרדה בילדים ומבוגרים, טיפול במיומנויות חברתיות ואתיקה בטיפול.

רוב התלמידים יחויבו לעבור קורס נוסף ב'מבוא לפסיכופתולוגיה' כתוספת לשנת הלימודים הראשונה.

תלמידי מגמת המטפלים במערכות חינוכיות ילמדו בנפרד בימי ראשון בין השעות 08:15 ועד 13:45 או בימי חמישי בין השעות 14:15 ועד 19:45.

**שנת הלימודים השנייה מחולקת בתל השומר למגמות:**

### מגמת הטיפול בילדים ונוער

מגמה זו מיועדת לאנשי טיפול מנוסים בטיפול בילדים ונוער ובה שמים דגש על מגוון רחב של נושאי טיפול בגילאים אלה: בעיות התנהגות, הפרעות בתקשורת וקשב וריכוז, הפרעות חרדה כולל חרדת בחינות, ערך עצמי ומסוגלות עצמית, מיומנויות חברתיות, דיכאון וטראומה, הפרעות אכילה ועוד. כל זאת במסגרת של טיפול פרטני, קבוצתי, הדרכת הורים והתערבויות מערכתיות במערכת החינוך. בנוסף יינתן מבוא לגישות הגל השלישי בפסיכותרפיה (סכמה תרפיה, מיינדפולנס, ACT, DBT) ועוד. בסיומה של השנה נעסוק בהצגות מקרים של התלמידים בתוכנית.

שנת הלימודים השנייה במגמה זו, תתקיים ברובה בשעות הבוקר.

## מגמת הטיפול במבוגרים

מגמה זו מיועדת לאנשי טיפול מנוסים בטיפול במבוגרים ובה שמים דגש על טיפול בפוסט טראומה דיכאון ו-OCD במבוגרים. בהמשך ניתנים מבואות נרחבים לגישות הגל השלישי בפסיכותרפיה (סכמה תרפיה, מיינדפולנס, ACT, DBT דמיון מודרך ועוד). בסיומה של השנה נעסוק בהצגות מקרים של התלמידים בתוכנית.

שנת הלימודים השנייה תתקיים רק בשעות הערב ולא יתקבלו אליה מטפלים בילדים, כגון יועצות וכדומה.

## מגמת הטיפול בדגש על טיפול הורי זוגי ומשפחתי בניהולה האקדמי של ד"ר נעמי אפל

מגמה זאת מיועדת לאנשי טיפול מנוסים בתחום הטיפול ההורי הזוגי והמשפחתי (יועצות חינוכיות יתקבלו אליה רק במידה והן מוכרות באיגוד הישראלי לטיפול משפחתי).

הלימודים יתמקדו בהגברת תהליכי הוויסות הרגשי אצל בני המשפחה, בפרוטוקולים לטיפול בהפרעות החרדה השונות ובדיכאון בראיה מערכתית, טיפול בטרואמות בתוך המשפחה (אלימות במשפחה, פגיעות מיניות), טיפול והדרכה הורית (סגנונות הורות, סמכות ואסרטיביות הורית), טיפול בבעיות נלוות של הריון ולידה, טפול בבעיות התנהגות וחרדה אצל ילדים ונוער, ניהול כעסים במשפחה, גירושין ופרק ב' ותרומתן של הגישות מהגל השלישי והפסיכולוגיה החיובית לטיפול הורי זוגי ומשפחתי. בסיומה של השנה נעסוק בהצגות מקרים של התלמידים בתוכנית. שנת הלימודים השנייה תתקיים בשעות הערב בין השעות 15:00 ועד 20:30.

## מגמת מטפלים במערכות חינוכיות

מגמה זאת מיועדת למורות מנוסות לחינוך מיוחד וליועצות בתנאי שיקבלו אישור ממקום עבודתן לטפל תחת הדרכה במספר ילדים בבית הספר בו הן עובדות..

שנת הלימודים הראשונה תהיה דומה לזאת של שנה א' בשאר המגמות, אך יושם בה דגש על קצב הדרגתי ואיטי יותר של למידה ותרגול התלמידים בעקרונות הבסיסיים של טיפול בכלל ושל CBT בפרט. בשנה זאת תהיה התמקדות אך ורק בטיפול בילדים ונוער ולא במבוגרים. בנוסף התלמידים יעברו קורס בפסיכופתולוגית ילדים ונוער שיהיה חלק מלימודי השנה הראשונה ולא ידרשו לקורס נוסף בתחום.

בשנת הלימודים השנייה יושם דגש על התערבויות בנושאים של בעיות התנהגות, הפרעות תקשורת וקשב ריכוז, מיומנויות חברתיות, ערך עצמי ומסוגלות עצמית, הפרעות חרדה, טראומה דיכאון והפרעות אכילה אצל ילדים ונוער, כל זאת במסגרת של טיפול פרטני קבוצתי והדרכת הורים וכן התערבויות מערכתיות במערכת החינוכית. בנוסף ינתן מבוא לגישות הגל השלישי בפסיכותרפיה בדגש על התאמות לכישוריהם והשכלתם של תלמידי התוכנית (סכמה תרפיה, מיינדפולנס, ACT, DBT). בסיומה של השנה נעסוק בהצגות מקרים של התלמידים בתוכנית.

למגמת מטפלים במערכות חינוכיות יפתחו בשנה הבאה שני מחזורי לימוד האחד בימי ראשון בין השעות 08:15 ועד 13:45 והשני בימי חמישי בין השעות 14:15 ועד 19:45.

## תוכניות הלימודים בחיפה ובאר-שבע

תוכנית הלימודים בחיפה מתקיימת בימי שלישי בשבוע בבית הכט שדרות הנשיא 142. תוכנית הלימודים בבאר-שבע מתקיימת בימי ראשון בשבוע, בבית מרכז מורים, שדרות יצחק רגר 85. שתי התוכניות מתקיימות בשעות אחר הצהרים בין 14:15 ועד 19:45.

שנת הלימודים הראשונה בחיפה ובבאר-שבע זהה כמעט בכל לשנת הלימודים הראשונה המתקיימת בתל-השומר. בשנת הלימודים השנייה תהיה חלוקה לשתי מגמות במספר מצומצם של מפגשים קבוצה אחת תשים דגש על טיפול בילדים ונוער וקבוצה שניה תשים עם דגש על טיפול בפוסט טראומה במבוגרים. בהמשך השנה נעסוק במבואות מורחבים לגישות הגל השלישי (סכמה תרפיה, CBT, דימיון מודרך, ביופידבק ובטיפול במקרים מורכבים).

בחיפה נוסף גם מפגשים על טיפול בהפרעות אכילה, ב-CBT במטופלים עם בעיות רפואיות ועוד ובבאר-שבע נוסף מפגשים בשילוב מיינדפולס ו-CBT בטיפול בהשמנה ועוד.

בסיומה של השנה נעסוק בהצגות מקרים של התלמידים בתוכנית.

חשוב לציין: תלמידי חיפה ובאר-שבע לא יהיו חייבים בקורס מבוא לפסיכופתולוגיה ובנוסף יצטרכו להגיע ל-3 עד 5 פגישות בימי חמישי בתל-השומר כחלק מתוכנית הלימודים. מי התלמידים שמעוניין, יוכל להגיע למפגשי בונס נוספים בימי חמישי בתל-השומר בתיאום מראש וללא תוספת תשלום.

מורות לחינוך מיוחד לא יוכלו להתקבל ללימודים בחיפה או בבאר-שבע אלא רק למגמת מטפלים במערכות חינוכיות בתל-השומר.

## קורס השלמה במבוא לפסיכופתולוגיה

מניסיוננו למרות שכל התלמידים שלנו למדו בעבר פסיכופתולוגיה, מעטים אכן שולטים בנושא חשוב ועקרוני זה. לכן תלמידי התוכנית בשנה הראשונה בתל-השומר יחויבו להשתתף בקורס בן כ-60 שעות לימוד במבוא לפסיכופתולוגיה המועבר ברמה גבוהה ביותר ע"י טובי המרצים. תלמידי הבוקר ילמדו את הקורס בימי חמישי בין השעות 14:15 ועד 16:30, תלמידי אחה"צ ילמדו את הקורס בימי חמישי, בין השעות 11:30 ועד 13:45 וזאת בעלות נוספת של 2,000 ש"ח.

רק פסיכיאטרים, פסיכולוגים קליניים מנוסים ועו"סים קליניים בעלי ניסיון בבריאות הנפש יוכלו להיות פטורים מהקורס במידה וירצו בכך, אך יצטרכו לעשות מבחן בסיסי במבוא לפסיכופתולוגיה במועד תחילת הלימודים.

תוכנית הלימודים של מגמת המטפלים במערכות חינוכיות כוללת בתוכה לימודי פסיכופתולוגיה ולכן תלמידי מגמה זאת לא יצטרכו להוסיף עוד קורס כזה לתוכניתם.

## קורסים מתקדמים ותעודה של שנה גימל

שנת הלימודים השלישית הינה שנת רשות ובה ניתן יהיה לבחור להירשם לקורסים סמסטריאליים מעמיקים ומתקדמים. קורסים אלה יתקיימו בדרך כלל בימי חמישי אחה"צ, שני קורסים לסמסטר. קורסים אלה לא יהיו מוכרים לגמול השתלמות.

בכדי לזכות בתעודת סיום של שנה גימל יצטרכו התלמידים להשלים לפחות ארבע קורסים כאלה, כש אחד מהם הוא הקורס במבוא לפסיכותרפיה דינמית. תעודת סיום תלת שנתית תאפשר לעו"סים קליניים להתקבל כמטפלים עצמאיים בקופות החולים. להלן דוגמאות לקורסים מתקדמים:

לדבר CBT עם הורים וילדים והמסע ההורי והזוגי בראי CBT

שני קורסים - ד"ר נעמי אפל

קורס אקט ACT - ד"ר יאיר אברהם

קורס בסיסי וסדנת מיומנויות ב-DBT - ד"ר יפעת כהן

קורס בסכמה תרפיה - ד"ר עופר פלד

קורס במיינדפולנס - מר ניב אידלמן

קורס במבוא לפסיכותרפיה דינמית - ד"ר אפרת שדך ועוד

## תוכנית תלת שנתית נפרדת

### בהכרת האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה

תוכנית הכשרה תלת שנתית נפרדת העומדת בדרישות האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה כמפורט בתקנון האיגוד ובאתר האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה. התוכנית מיועדת לבעלי מקצוע העומדים בקריטריוני הקבלה לאיגוד, היינו פסיכולוגים קליניים, פסיכיאטרים, עובדים סוציאליים קליניים ובעלי מקצוע נוספים העומדים בתקנון האיגוד, אשר יש להם ניסיון קליני בבריאות הנפש של שנתיים לפחות בעת קבלתם לתוכנית או במהלכה. התלמידים יהיו מחויבים בלפחות 90 שעות הדרכה ע"י מדריכים המוכרים ע"י האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה ביחד עם מנהלי התוכנית שלנו.

התלמידים שיתקבלו למסלול זה ילמדו כ-450 שעות לימוד בנפרד משאר תלמידי התוכנית.

מסלול זה מוכר גם כהשתלמות מקצועית מובהקת לפסיכולוגים קליניים, חינוכיים, התפתחותיים, שיקומיים ורפואיים ע"י הסתדרות הפסיכולוגים הפ"י.

## הדרכה אישית או קבוצתית

כל תלמיד בתוכנית יהיה חייב לטפל בפועל לפחות בשמונה מטופלים במקום עבודתו ולרכוש לפחות 52 שעות הדרכה אישיות ו/או קבוצתית ע"י שני מדריכים מוכרים באיט"ה במהלך שתי שנות הלימודים בתוכנית. ההדרכות תהיינה בקליניקות של המריכים באופן פרונטלי או בזום.

אנו נעזור לארגן ולתאם את ההדרכות בין התלמידים למדריכים בהתאם לאפשרויות התשלום להדרכה ייעשה ישירות למדריכים ויהיה בתוספת לעלות התוכנית. המחיר המומלץ יהיה כ-300 ש"ח לשעת הדרכה אישית או 360 ש"ח לשעת הדרכה קבוצתית (קבוצה של עד 4 משתתפים) אך יש מדריכים הגובים מחיר גבוה יותר. ניתן לעשות את כל ההדרכות בהדרכה קבוצתית (ממוצע של כ-90 שח לשעת הדרכה קבוצתית).

התלמידים יהיו רשאים לקבל הדרכה רק על מטופלים המתאימים למקצועם האקדמי הבסיסי. כך לדוגמה יועצות חינוכיות תוכלנה לטפל רק בילדים במסגרות החינוכיות ורק במקרים במתאימים להכשרתם ומקצועם.

## תעודת סיום

תעודת הסיום בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית תינתן למסיימי תוכנית הלימודים הדו שנתית ותהייה מטעם 'התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי'. התעודה תכלול אישור על מלוא שעות הלימוד וההדרכה שהתלמיד עבר.

התעודה היא באישורה של איט"ה - אגודה ישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי ובחסות אוניברסיטת בר-אילן. ניתן יהיה להיעזר בה בהליכי קבלה לאיט"ה בהמשך. חשוב עם זאת לבדוק היטב באתר של איט"ה את כל דרישות הקבלה למעמד של חבר או חבר מומחה באיט"ה (לדוגמה יש להגיע לפחות לעשרה מטופלים ול 100 שעות הדרכה שחציין חייב להיות פרטני).

מסיימי התוכנית התלת שנתית יקבלו תעודת סיום בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית שבד"כ מוכרות בקופות חולים ובמוסדות נוספים.

מסיימי המסלול התלת שנתי הנפרד המוכר ע"י האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה, יקבלו תעודה שתוכר ע"י אותו איגוד אך יהיה עליהם לעמוד בכל דרישות הקבלה הנוספות לאותו איגוד אותן ניתן לראות באתר של האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה.



## האם הלימודים בתוכנית

### נותנים הסמכה לעיסוק בפסיכותרפיה

נכון להיום אין חוק פסיכותרפיה, מכאן שאין אף גורם ואף בית ספר לפסיכותרפיה שיכול להסמיך מבחינה חוקית פסיכותרפיסטים, הדבר נכון גם לגבי התוכנית שלנו איננו מסמיכים פסיכותרפיסטים. אף בית ספר לפסיכותרפיה אינו יכול להסמיך את תלמידיו מבחינה חוקית לעסוק בפסיכותרפיה. בהעדר חוק כזה, יכול כל אדם לקרוא לעצמו פסיכותרפיסט ולא יימצא כעובר על החוק. עם זאת מצב זה יוצר זילות חמורה ביותר של אנשים הקוראים לעצמם פסיכותרפיסטים. מומלץ לכן לבדוק עם כל אדם המציג עצמו כפסיכותרפיסט מהו מקצועו האקדמי הבסיסי.

יש לזכור שישנם חוקים למקצועות שונים שבם מוזכר אישור לעסוק על פי חוק בפסיכותרפיה כמו חוק הפסיכולוגים, חוק העובדים הסוציאליים, חוקים הקשורים לרופאים ועוד.

אנו מצפים שכל תלמיד המסיים את תוכנית ההכשרה שלנו יפעל במסגרת החוק הקשור למקצועו האקדמי ובהעדר חוק יפעל בדרך התואמת למקצועו ולהכשרתו האקדמית הבסיסית.

# 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                         |
| מר ניב אידלמן        | פסיכולוג קליני, מרפאת שחף תל השומר                        | מיינדפולנס  |
| מר בנימין בודנהימר   | עו"ס קליני  | מוטיבציה לטיפול   |
| גב' שני ביסר סגל     | נוירופסיכולוגית, מכון שיטות                               | טיפול בילדים בהפרעות שונות  |
| ד"ר עודד בן ארוש     | פסיכולוג קליני  | טיפול ב-OCD   |
| ד"ר שרון בן רפאל     | פסיכולוגית קלינית, בי"ח איכילוב                           | הריון ולידה   |
| 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 פיזיקס ומדיטציה מודרן   |
| 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                                      |
| גב' כנרת וסטמן       | עובדת סוציאלית קלינית                                     | תרגול מיומנויות CBT וטיפול במקרים מורכבים                           |
| גב' טלמור זטלר       | עובדת סוציאליות   | תרגול מיומנויות והתערבות מערכתית בכיתה CBT                          |
| 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   |
| גב' הילה ישי         | עו"ס קליני  | תרגול מיומנויות CBT   |
| ד"ר יפעת כהן         | פסיכיאטרית, מנהלת מכון אופק                               | DBT, הורות קשובה  |
| ד"ר דניאל לוי        | פסיכיאטר  | טיפול ב-PTSD  |
| מר נדב לוי           | פסיכולוג קליני  | DBT   |
| גב' תום מושלין       | עו"ס קליני  | תרגול מיומנויות CBT   |
| ד"ר עידן מיליצ'ר     | עו"ס  | טיפול מיני  |
| ד"ר רות מלקינסון     | עו"ס  | REBT  |
| ד"ר צופי מרום        | פסיכולוגית קלינית, בי"ח גהה ויו"ר איט"ה לשעבר             | טיפול בחרדה חברתית  |
| ד"ר סרג'יו מרצ'בסקי  | פסיכיאטר - מנהל מרפאת הבטים                               | מבוא לטיפול קוגניטיבי, מוטיבציה לטיפול, טיפול בפסיכוסים, ויסות רגשי |
| ד"ר ניצה נקש         | פסיכיאטרית  | 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                                 |
| גב' מיטל עשור        | עו"ס קליני  | תרגול מיומנויות CBT   |
| מר יששכר עשת         | פסיכולוג קליני  | פסיכולוגיה רפואית והפרוטוקול המאוחד של ברלו                         |
| ד"ר עופר פלד         | פסיכולוג קליני  | סכמה תרפיה  |
| מר רונן קובלסקי      | פסיכולוג קליני  | פסיכופתולוגיה   |
| גב' ענת שינה קנדיוטי | עו"ס קלינית   | תרגול מיומנויות CBT   |
| גב' דליה רובינשטיין  | פסיכולוגית חברתית תעסוקתית                                | 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 סלביו רוזנצוויג  | פסיכיאטר  | מבוא לטיפול תרופתי  |
| פרופ' תמי רונן       | עו"ס, דיקאן הפקולטה למדעי החברה, אוני' ת"א                | CBT ופסיכולוגיה חיובית  |
| ד"ר קרן ריינר        | פסיכולוגית קלינית   | מיינדפולנס  |
| גב' שרון שגיא ברג    | יועצת ארגונית MA מוסמכת ISST                              | סכמה תרפיה  |
| ד"ר אפרת שדך         | פסיכולוגית קלינית, אוניברסיטת ת"א                         | פסיכופתולוגיה, טיפול דינמי  |
| ד"ר אירית שור ספיר   | פסיכולוגית קלינית   | סמכות הורית והדרכת הורים  |

## מרכז התוכנית

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

## תוכנית הכשרה דו שנתית בזום - 2021-2023

### מחזור קיץ 2021

בעקבות משבר הקורונה שפוקד אותנו בשנה האחרונה, האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי (איט"ה) נתנה אישור לקיים תוכניות הכשרה לפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית **בזום**. לאור הביקוש הגובר מצד מטפלים להשתלב בסוג כזה של הכשרה, נפתח בשנת הלימודים הבאה את האפשרות לקיים את תוכנית ההכשרה הדו שנתית אצלנו גם באופן פרונטלי וגם בזום.

**תוכנית ההכשרה הדו שנתית בזום** עומדת בכל הדרישות להכרה של איט"ה והיא בחסות אוניברסיטת בר אילן. במהותה התוכנית דומה לתוכניות ההכשרה שלנו בתל השומר חיפה ובאר שבע המתקיימות בהצלחה מזה 20 שנה.

התוכנית תהיה פתוחה למגוון המקצועות העומדים בדרישות הקבלה של איט"ה. מרבית ההרצאות יוקלטו ויתאפשר לתלמידים לחזור ולראותן גם מעבר לשעות הלימוד. בנוסף יקבלו התלמידים חומר מקצועי רב במתכונת של מצגות, מאמרים, שאלונים, סרטים מקצועיים ועוד.

התוכנית תחל בתאריך 6.7.21 ותתקיים בימי רביעי בשבוע בין השעות 14:15 ועד 19:45. בכל מפגש יילמדו 6 שעות אקדמיות, 24 מפגשים לאורך השנה. סה"כ - 288 שעות לימוד.

בשנת הלימודים הראשונה יילמדו עקרונות בסיסיים בתכנון וביצוע של טיפול התנהגותי-קוגניטיבי, קורסים של מבוא לטיפול התנהגותי, מבוא לטיפול קוגניטיבי, מבוא ל-REBT ובהמשך יתקיימו קורסים מעמיקים בטיפול במגוון של הפרעות חרדות, מיומנויות חברתיות ואתיקה.

את השנה הראשונה יובילו בכירי המרצים שלנו וביניהם: ד"ר יאיר אברהם, ד"ר נעמי אפל, מר גיורא ענבר, גב' טלמור זטלר רום, גב' שני ביסר סגל, מר יעקב סיני וצוות המתרגלים הוותיק והמנוסה שלנו.

בשנה השנייה, בהתאם למספר הנרשמים, התלמידים יבחרו באחת משלוש מגמות, ככל שזה יתאפשר עם מיטב המרצים המלמדים כיום בתוכניות שלנו:

**מגמת טיפול בילדים ונוער** - הפרעות חרדה, דיכאון וטראומה בילדים ונוער, הפרעות התנהגות והפרעות קשב וריכוז, מיומנויות חברתיות וחוסן, התערבויות מערכתיות והדרכת הורים ובהמשך מבואות לגישות הגל השלישי ועוד.

**מגמת טיפול במבוגרים** - דגש על טיפול בפוסט טראומה, דיכאון ו OCD במבוגרים ובהמשך דגש על הגל השלישי בפסיכותרפיה לטיפול בהפרעות אישיות (סכמה תרפיה, ACT, DBT, מיינדפולנס (ועוד).

**מגמת טיפול הורי, זוגי ומשפחתי** (ניהול אקדמי: ד"ר נעמי אפל) - קשיים בוויסות רגשי, הפרעות חרדה, דיכאון, בעיות התנהגות כעס ותוקפנות, טראומה (אלימות, פגיעה מינית), סגנונות הורות, אסרטיביות הורית וזוגית, הפרעת קשב במשפחה, הריון ולידה, בגידה וגירושין.

## חלוקה לקבוצות לימוד קטנות

בחלק מהמפגשים התלמידים יחולקו לקבוצות תרגול קטנות ובהן יושם דגש של העמקה והבנה מעשית יותר של תכני הלימוד. החלוקה לקבוצות קטנות תעשה במידת האפשר לפי המקצועות האקדמיים של הנרשמים ותאפשר גישה אינטימית וקרובה יותר בין התלמידים באותן קבוצות. דבר זה למיטב ידיעתנו לא קיים בתוכניות אחרות ללימודי CBT בזום.

## חובות

התלמידים יחויבו בהגשת מטלות בקבוצות התרגול, בהצגות מקרים ובטיפול בפועל בשמונה מקרים לפחות ובהדרכה אישית או קבוצתית של 52 שעות לפחות, על ידי שני מדריכים מוכרים באיטה. ההדרכה תעשה מחוץ לשעות התוכנית.

קיימת חובת נוכחות של לפחות 80% במהלך השנתיים:

- תהיה אפשרות להמשיך ללימודי שנה שלישית בקורסים השונים שהתוכנית מציעה.
- התוכנית תהיה מוכרת לגמול השתלמות למרבית המקצועו.

## יתרונות וחסרונות התוכנית בזום

יש יתרונות לא מעטים בלמידה בזום והדבר הולך ומוכיח את עצמו בשנה האחרונה בו תלמידים רבים מתנסים בלמידה מסוג זה. למידה כזאת נוחה יותר, חוסכת זמן של נסיעות וחיפוש חניה ומאפשרת לרבים גמישות רבה בלוח הזמנים. בנוסף הדבר מקל מאד על השתתפות של תלמידים הגרים במרחקים שונים ואפילו בחו"ל. החסרונות הם שיש לא מעט תלמידים שמתקשים להתרכז ולהפיק את המירב מלמידה בזום בהשוואה ללמידה פרונטלית.

## השוואה קצרה בין התוכנית שלנו בזום לתוכנית הלימוד הרגילות שלנו

התוכניות הרגילות שלנו יהיו כולן או חלקן באופן פרונטלי. בתוכניות אלו שמתקיימות בתל השומר, באר שבע וחיפה, התלמידים זוכים לשעות בונס רבות מעבר לדרישות של איט"ה בעוד שבתוכנית בזום מספר השעות עומד בדרישות להכשרה ב-CBT אך מצומצם יותר. זו הסיבה לכך שעלות התוכניות הרגילות שלנו מעט גבוהה יותר מהתוכנית בזום. ולמרות הכול תעודת הסיום והידע הבסיסי שיירכש בתוכניות הזום עומדות במלוא הדרישות של איט"ה.

## עלות:

**עלות התוכנית בזום לשנה היא 8900 ש"ח +200 ש"ח דמי הרשמה.  
תינתן הנחה של 10% לנרשמים שמשלמים לפני סוף אפריל 2021.**

## תעודות ומטלות:

התוכנית עומדת בכל הדרישות של איט"ה ותעודת הסיום היא תעודה זהה לתעודות הסיום בכל התוכניות שלנו היינו תעודה בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית. יחד עם זאת בפירוט הקורסים בתעודת הסיום יירשמו פחות שעות לימוד בהשוואה לתוכניות הרגילות הפרונטליות ויצוין שהתוכנית כולה נעשתה בזום. בתוכנית הזום התלמידים יחויבו בקבוצות תרגול, בחובת טיפול בלפחות 8 מקרים תחת לפחות 52 שעות הדרכה משני מדריכים מוכרים באיט"ה, בהצגות מקרים ובמסירת עבודות ומבחנים.

**ליצירת קשר ולהרשמה יש לפנות ליעקב סיני: 052-2224959**

**[yakov@cbtyakovsinai.com](mailto:yakov@cbtyakovsinai.com)**

**או לאתר התוכנית <https://www.cbtyakovsinai.com>**