

איט"ה
11472 . ת.ד.
תל אביב 61113
טלפון 054-2229878
פקס 0774261073
Itacbt.co.il
itacbtisrael@gmail.com

האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי
The Israeli Association for Behaviour
and Cognitive Psychotherapies



CBTea and coffee...



מפגשי איט"ה בימי שישי בירושלים

תכנית המפגשים השנתית ופרטי ההרשמה 2013-2014

מרכז התרבות של "קהילת ידידיה", רחוב נחום ליפשיץ 12, ירושלים

התכנסות על כוס קפה: בין 09:00 ל – 09:30

ההרצאה בין 09:30 ל- 12:30

Mindfulness, CBT & You**תרומתה של הקשיבות (Mindfulness) למקצוע ולחייך: סדנא דידקטית
וחווייתית**

ד"ר דינה וישוגרוד היא פסיכולוגית קלינית ורפואית מוסמכת בישראל ובארה"ב, מטפלת ומדריכה בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT), מייסדת ומנהלת MBSR - ישראל, מוסמכת כמורה ומדריכה בשיטת ה-MBSR, אימון והסמכה במגוון טכניקות מתקדמות של גוף-נפש (EMOTION FREEDOM TECHNIQUE AND TAPAS ACUPRESSURE TECHNIQUE).

בתור מטפלים, אנו מנסים מדי יום ללמד את המטופלים שלנו כיצד להתמודד עם סבל – עם החרדה, הכאב, אי-הוודאות, הפגיעות. התמודדות זו דורשת קודם כל קבלה של כל אותן חוויות. משימה חשובה זו מחייבת גם אותנו, המטפלים, לקבל את הקשיים והסבל שלנו. גישה אחת העוזרת לנו לעשות זאת היא הקשיבות ("מיינדפולנס"). הקשיבות, המוגדרת כמודעות מתמדת, מרגע לרגע, לניסיון שלנו, נחשבת היום לציר מרכזי ומכריע ב"גל השלישי" של טיפולים התנהגותיים-קוגניטיביים. הקשיבות הינה גישה אוניברסאלית הפתוחה לכל משתתף ללא קשר לרקע דתי מסוים. סדנת מבוא זו מיועדת למטפלים המעוניינים בשילוב גישה זו עם טיפול. בסדנה הזו, נסקור בקצרה בתיאוריה ובממצאים המעודכנים על השתלבותה של הקשיבות בטיפול ואת יעילותה. רוב הסדנה יכוון לעבודה התנסותית של המשתתפים עם עצמם. יושם דגש מיוחד על תרומתה של הקשיבות לחיי המטפל, ועל תפקיד החמלה והקבלה.

פרוטוקול מאוחד לטיפול קוגניטיבי-התנהגותי טרנס-דיאגנוסטי לילדים**הסובלים מקשיים רגשיים שונים ופסיכואנליזה**

ד"ר לילך רחמים היא פסיכולוגית קלינית בכירה ומדריכה. סיימה את לימודי הדוקטורט באוניברסיטת בר-אילן והייתה ממייסדות המרפאה לטיפול בטרומה במרכז הרפואי שניידר ושותפה מרכזית בפיתוח פרוטוקול לטיפול בחשיפה ממושכת בילדים ומתבגרים פוסט-טרומטיים. כיום היא מנהלת את תכנית ההכשרה בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי למטפלי ילדים ונוער במרכז הרפואי שניידר, מרצה ועמיתת מחקר בביה"ס לפסיכולוגיה, המרכז הבין-תחומי הרצלייה ובתכנית ללימודי המשך בבית הספר לרפואה אוניברסיטת ת"א.

במהלך שני העשורים האחרונים פותחו פרוטוקולים קוגניטיביים-התנהגותיים לטיפול בהפרעות חרדה בילדים, דיכאון ובעיות שונות כמו ויסות כעסים. פרוטוקולים אלו שיפרו בצורה דרמטית את הפרוגנוזה ואת איכות חייהם של ילדים ומשפחותיהם. תחילה פותחו פרוטוקולים ספציפיים ולאחרונה פותחו פרוטוקולים מאוחדים. הן הפרוטוקולים הספציפיים והן המאוחדים מתמקדים בטיפול בסימפטום ומכאן עולה הצורך בהרחבתם והעשרתם בכדי להביא לשיפור ולשימור הישגי הטיפול.

בחלק הראשון של ההרצאה יוצג הפרוטוקול המאוחד של ברלו לטיפול במבוגרים עם הפרעות חרדה ומצב רוח, ולאחריו אדפציות של הפרוטוקול המאוחד לילדים ומתבגרים עם דיכאון וחרדה של Ehrenreich ועמיתים.

בחלק השני של ההרצאה אדון בצורך להרחבת הפרוטוקולים הקוגניטיביים-התנהגותיים (תיאורטית ומעשית) - כולל הרחבות מתחום ה-CBT, הרחבות פסיכואנליטיות, וחיבורים בין השניים. אציג מספר מודלים קיימים שמנסים לשלב בין CBT לטיפול דינמי ממוקד יחסי אובייקט (אוגדן, בולס וויניקוט וגם פרייד), ואציג הצעות שלי להרחבה. לבסוף, יוצגו הצעות מקרים אשר טופלו באמצעות המודל המורחב שאציג.

לשנות באמ"ת?! עקרונות העבודה על פי REBT הגישה הרציונאלית אמוטיבית התנהגותית עם ילדים- הלכה למעשה.

נעמי דותן, פסיכולוגית חינוכית מומחית, מטפלת התנהגותית קוגניטיבית מומחית ומדריכה מוסמכת ב- REBT מטעם מכון אליס בניו יורק. מרצה ומדריכה בתוכניות ההכשרה לטיפול התנהגותי קוגניטיבי, באוניברסיטת בר אילן ביחידה להשתלמויות מורים – ביה"ס לחינוך ובמסגרות נוספות. בעלת ניסיון רב בעבודה טיפולית פרטנית וקבוצתית עם ילדים ונוער והדרכת הורים. מנהלת קליניקה פרטית ברמת חן, רמת-גן. מפתחת המשחק הטיפולי לשחק באמ"ת.

REBT הינה גישה לטיפול רציונלי אמוטיבי התנהגותי, מבית מדרשו של אלברט אליס Albert Ellis, המדגישה את החשיבה האי-רציונלית כמקור לקשיים רגשיים והתנהגותיים. העבודה הטיפולית עם ילדים הינה מאתגרת ובעלת אפיונים ייחודיים ומחייבת את המטפלים התנהגותיים קוגניטיביים לתרגם את העבודה לשפתם של הילדים, תוך אימוץ גישה "משחקית", יצירתית ומגוונת, על מנת לקדם. מטפלים העובדים עם ילדים יכולים להפיק מעבודה מובנית וברורה, תוך בניית תכנית טיפולית המותאמת לשלבי ההתפתחות השונים ולסוגי הפרעות שבהם מטפלים. בהרצאה ידונו סוגיות רלוונטיות ספציפיות הקשורות לטיפול בילדים וכן יוצגו עקרונות מודל של עבודה טיפולית בן 10 צעדים שפותח ע"י המנחה. יינתן דגש על עקרונות העבודה בגישה הרציונלית אמוטיבית התנהגותית - REBT לילדים, תוך תרגום הרעיונות לשפת העבודה הטיפולית ובהתאמה לילדים. המודל מתאים לטיפול בהפרעות חרדה, קשיים בוויסות רגשי, בעיות התנהגות והפרעות קשב וריכוז ונעשה בו שימוש בכלים מגוונים הכוללים ביבליותרפיה ומשחקים. בהרצאה יוצג בהרחבה המשחק לשחק באמ"ת שיצא לאור לאחרונה, אשר פותח ע"י נעמי דותן במטרה להרחיב את ארגז הכלים של המטפל ההתנהגותי קוגניטיבי העובד עם ילדים.

ספח ההרשמה למפגשי איט"ה במרכז

חברי איט"ה, כולל חברים מתעניינים, פטורים מתשלום, אך **חובה להירשם מראש** למפגשים בהם הוא מעוניין אצל הגב' תימור גביש, מזכירת איט"ה בכתובת מייל: itacbtisrael@gmail.com או בטלפון (להשאיר הודעה): 054-2229878

עבור נרשמים שאינם חברי איט"ה, התעריף הוא 70 ₪ עבור מפגש אחד, או 250 ₪ לכל הסדרה (4 מפגשים).

לסטודנטים במקצועות טיפוליים (מאוניברסיטאות, מכללות ותוכניות הכשרה ב-CBT בחסות איט"ה ומתמחים בפסיכולוגיה ופסיכיאטריה ובהצגת תעודה מתאימה) התעריף הוא 50 ₪ לפגישה בודדת ו-180 ₪ לכל הסדרה.

מועד סיום ההרשמה: עד שבוע לפני ההרצאה.

את התשלום יש לשלוח מראש למזכירת איט"ה, הגב' תימור גביש

ת.ד. 11472

תל אביב 61113

אנא רשמו את השיק לפקודת איט"ה בלבד.

אני מעוניינת/להירשם למפגשי CBT בימי שישי בירושלים

אנא ציינו את המפגשים המבוקשים:

מפגש ראשון 22.11.13 _____ מפגש שני 24.01.14 _____
מפגש שלישי 28.02.14 _____ מפגש רביעי 27.06.14 _____

שם פרטי ומשפחה _____ כתובת _____

טלפון _____ כתובת מייל _____

אנא סמנ'י בעיגול: חבר איט"ה _____ סטודנט / מתמחה _____ אחר _____

מצורף צ'ק מספר _____ בנק _____ לתאריך _____

סכום _____

הצוות המארגן: ד"ר חסינטו ענבר, ליאור כהן ושולמית בנזימן