

CBTea and coffee...

מפגשי איט"ה בימי שישי בירושלים

תוכנית המפגשים השנתית תשע"ג, 2012-2013

שעת התכנסות: 9.00 הרצאה בין 9.30-12.30

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

ד"ר ציפי העצני

9.11.12

טיפול קוגניטיבי התנהגותי משולב בהשמנת יתר:

CBT+DBT+ACT in the Treatment of OBESITY

ד"ר ציפי העצני היא פסיכולוגית קלינית העובדת עם אנשים הסובלים מהשמנה ומקשיים נלווים. כיום היא מרצה ומכשירה אנשי מקצוע ברחבי הארץ. ד"ר העצני כתבה את הספרים: "לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי לירידה במשקל ולשמירה על הישגים" ו"לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי למטפל הבריאטרי". לאחרונה היא הוציאה לאור ספר נוסף בהוצאת רימונים: "לשקול מחדש 2: חוזרים למסלול של הרגלי חיים בריאים ומאוזנים". הספר מתמקד בתהליך היציאה מהישנות בהשמנה ומקנה כלים מעשיים ליציאה ממצבי הישנות מתמשכים.

ההרצאה תעסוק בנקודת מבט קוגניטיבית התנהגותית להבנת בעיית ההשמנה ולטיפול בבעיה שכיחה זו. לאחר הסקירה על התפתחות התחום, ההרצאה תמחיש כיצד ניתן לשלב בין עקרונות עבודה של טיפול קוגניטיבי התנהגותי מסורתי, טיפול DBT וטיפול ACT באופן שיתרום לעבודה מעשית עם אנשים הסובלים מהשמנת יתר.

מבין הנושאים שיידונו בהרצאה:

- הגדרה קלינית של הבעיה: האם השמנה היא הפרעת אכילה על פי ה-DSM?
- הרקע התיאורטי והאמפירי שממנו צומח טיפול קוגניטיבי התנהגותי בהשמנה.
- מהם המאפיינים הפסיכולוגיים של רבים הסובלים מבעיה של השמנה?
- כיצד הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי בהשמנה התפתח במהלך העשורים האחרונים?
- מהם הנושאים המרכזיים להערכה בעת קבלת מטופל חדש לטיפול? תוצג שיטה איבחונית ייחודית לאינטייק של המטופל הסובל מהשמנה.
- יוצגו עקרונות וכלים מעשיים לעבודה עם המטופל הסובל מהשמנה באופן המשלב טיפול קוגניטיבי התנהגותי מסורתי, טיפול DBT וטיפול ACT.

ההרצאה מיועדת לכל קלינאי שמעוניין להכיר טוב יותר את תחום הטיפול בהשמנה ולהוסיף מימד זה לעבודתו עם מטופלים אשר מתקשים לבצע שינוי ארוך טווח באורח חייהם.

הפרעות טורדניות כפייתיות**סיווג הפרעות טורדניות כפייתיות ברוח ה- DSM-V**

ד"ר עודד בן ארוש הוא פסיכולוג קוגניטיבי-התנהגותי. הוא סיים את הכשרתו בבית ספר לפסיכולוגיה MSPP בבוסטון ארה"ב. עם תום ההתמחות המשיך ללימודי פסיכופארמקולוגיה והתמקד במחקר ובטיפול בהפרעות אובססיביות-כפייתיות. כיום הוא המנהל הקליני של המרכז הישראלי לטיפול בהפרעות טורדניות-כפייתיות ועובד ביחידה לטיפול קוגניטיבי-התנהגותי במרפאה הפסיכיאטרית בבית חולים הדסה.

בהרצאה יוצגו נקודות רלוונטיות בנושא סיווג הפרעות טורדניות כפייתיות ברוח ה- DSM-V, העתיד לצאת לאור במאי 2013 ונרחיב את הדיון בהשלכות הקליניות בטיפול בהפרעה.

התיאוריה עליה מבוסס הטיפול ההתנהגותי-קוגניטיבי בהפרעות טורדניות-כפייתיות עברה שינויים בעשור האחרון. במהלך הסדנא יוצגו שינויים אלו תוך מתן דגש על עדכון התפיסה, לפיה הפרעות טורדניות-כפייתיות הן הפרעות חרדה בלבד ויבחנו תפיסות חדשות, לפיהן ניתן להבין את ההפרעות כהפרעות התמכרות התנהגותית. יוצג מודל לפיו הפרעות שונות בעלות דפוס משותף יתקבצו תחת הכותרת "הפרעות ספקטרום OCD", אשר בעבר השתייכו להפרעות אימפולסיביות (טריכוטילומניה, חיטוט גוף, הימורים), הפרעות אישיות (הפרעה טורדנית כפייתית אישיותית), והפרעות סומאטופורמיות (הפרעת דימוי גוף). על בסיס שינוי זה יוצגו שיטות טיפול התואמות את התפיסה והמשתתפים יתרגלו טיפול הדומה לטיפול בהתמכרות התנהגותית. בין היתר ההרצאה תדגיש פתרון בעיות הקשורות למכשולים הנובעים מטיפול בהתמכרות, כגון אי התמדה של המטופל ואי זמינותו של המטפל מעבר לשעות הטיפול.

The Resilient Therapist - המטפל בעל חוסנה נפשית

ד"ר חסינטו ענבר, Ph. D., פסיכולוג קליני, מטפל ומדריך בטיפול קוגניטיבי התנהגותי; מדריך ומטפל מוסמך לטיפול משפחתי וזוגי ובפסיכותרפיה חיובית קבוצתית. מרצה ומנחה במספר מוסדות אקדמיים בתחום ה-CBT בטיפול פרטני, זוגי, משפחתי וקבוצתי ובפסיכולוגיה חיובית בעבודה סוציאלית ובחינוך. מורשה להוראת המדעים ולטיפול בהיפנוזה. משלב היפנו-תרפיה קוגניטיבית בטיפול בהפרעות חרדה, דיכאון, טראומה ולטיפול החוסנה הנפשית, הצמיחה והבלבול הפרטניים, הזוגיים והמשפחתיים.

מטרות ההרצאה:

- לשלב גישה אינטגרטיבית רב מימדית ובמרכזה Solution Focus Brief Therapy - CBT והפסיכותרפיה החיובית לטיפול חוזקות ומשאבי התמודדות, החוסנה הנפשית ומניעה במצבים נורמטיביים, כגון שחיקה ועייפות בעקבות חמלה בקרב המטפלים.
- לשלב גישות שונות מבוססות מחקר, אשר זיקתן לצמיחה, "זרימה", חמלה וחמלה עצמית ויישומן בטיפול CBT להשגת היעדים הטיפוליים.

- לשלב עקרונות טיפוליים של הפסיכותרפיה החיובית בטיפול CBT ויישומם בטיפול החוסנה הנפשית, ה"זרימה" Flow, החמלה Compassion, ה"תקוותיות" Hope, האופטימיות, הצמיחה והלבלוב-Flourishing בקרב המטפל והמטופלים.
 - להציג מתודולוגיה ממוקדת בזיהוי וטיפול העוצמות והמשאבים של המטפל והמטופלים, גיוסם ויישומם בתהליך הטיפולי וב"בריאת מציאות חיים חדשה" ובטיפול חיים משמעותיים ואיכותיים.
- במהלך ההרצאה, נציג מודלים ישומיים לקידום היעדים אשר פורטו לעיל ונדון במשמעויות השונות אודות צמיחה בטיפול. בנוסף, נציג ונתרגל טכניקות רב מימדיות אשר הוכחו כיעילות.

גב' נעמי דותן

14.6.13

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 רציונאלי אמוטיבי התנהגותי, מבית מדרשו של אלברט אליס Albert Ellis, המדגישה את החשיבה האי-רציונאלית 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 הרציונאלית 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 למפגשים בירושלים

חברי איט"ה, כולל חברים מתעניינים, פטורים מתשלום, אך חובה על כל חבר איט"ה להירשם מראש למפגשים בהם הוא מעוניין אצל הגב' תימור גביש, מזכירת איט"ה בטלפון (להשאיר הודעה): 050-4243025 או בכתובת מייל: itacbtisrael@gmail.com

עבור נרשמים שאינם חברי איט"ה, התעריף הוא 100 ₪ עבור מפגש אחד, או 350 ₪ לכל הסדרה (4 מפגשים) לסטודנטים במקצועות טיפוליים (מאוניברסיטאות, מכללות ותוכניות הכשרה ב-CBT בחסות איט"ה ומתמחים בפסיכולוגיה ופסיכיאטריה) התעריף הוא 80 ₪ לפגישה בודדת ו-250 ₪ לכל הסדרה.
* יש להציג תעודה מתאימה.

מועד סיום ההרשמה: עד שבוע לפני ההרצאה.

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

ת.ד. 808

רמת גן 5210602

אנא רשמו את השיק לפקודת איט"ה.

אני מעוניין להירשם למפגשי CBT בימי שישי בירושלים

אנא ציינו את המפגשים המבוקשים:

מפגש ראשון 9.11.12 _____ מפגש שני 18.1.13 _____

מפגש שלישי 19.4.13 _____ מפגש רביעי 14.6.13 _____

שם פרטי ומשפחה _____ כתובת _____

טלפון _____ כתובת מייל _____

אנא סמני/ בעיגול: חבר איט"ה _____ סטודנט / מתמחה _____ אחר _____

מצורף צ'ק מספר _____ בנק _____ לתאריך _____ סכום _____

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