

ניהול אקדמי – ד"ר הדס מור-אופק

תכנית לימודית דו שנתית

לפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית - CBT

מטרת התכנית - להעניק ידע לאנשי מקצוע מתחום הטיפול והחינוך/ייעוץ העוסקים בפועל בהתמודדות עם אתגרים ריגשיים ובינאישיים במגזר הדתי והחרדי בידע תאורטי ובשיטות התערבות טיפוליות התנהגותית קוגניטיבית. אנו שמים דגש על רמה מקצועית גבוהה, העונה לקריטריונים של האגודה הישראלית והאירופאית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי, תוך התאמת השיטה לרקע ולתרבות הייחודיים למגזר הדתי והחרדי.

תהליך ההכשרה יעשיר את תפריט ההתערבויות והמיומנויות הטיפוליות ותאפשר ללומדים התייעלות בתחום עיסוקם המקצועי.

תכנית ההכשרה שלנו היא מקיפה, מעמיקה, מקצועית ויסודית ביותר כמסורת המכללה- שהינה מוסד אקדמי יוקרתי.

התכנית- מתמחה בילדים נוער ומבוגרים

בוגרי ובוגרות התכנית שלנו הינם מטפלי סיביטי מהשורה הראשונה ויש שמשמשים כמדריכים באיט"ה.

התכנית מאושרת ע"י איט"ה- האגודה הישראלית לטיפול קוגניטיבי התנהגותי.

אז מה ייחודי בתכנית שלנו?

- יישום ממצאים חדשניים ממדעי המוח בתוך הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי.
- תיק הנחיה לקראת היציאה לשדה הקליני
- קורס מקוון בפסיכופתולוגיה.

התוכנית כוללת שני שלבים :

שלב ראשון - רכישת מיומנויות בסיסיות בהתערבויות הקוגניטיביות-התנהגותיות

שלב שני - רכישת מיומנויות ספציפיות לטיפול בילדים, בבני נוער ובמבוגרים

ורכישת מיומנויות של טיפולי הגל שלישי ב CBT, בהתאם לרקע המקצועי ממנו מגיע הסטודנט/ית.

פירוט הנושאים:

- **מבוא לפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית**

- **יסודות הטיפול הקוגניטיבי** הערכה והמשגה, תהליכים קוגניטיביים, תהליכים התנהגותיים, מיומנויות ויסודות והרפיה ועוד

- **מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים למצבים פסיכופתולוגיים** – תיאוריה ופרקטיקה להתערבויות במצבי דיכאון, חרדה, מנגנונים אובססיביים-קומפולסיביים, הפרעת קשב וריכוז, קשיי אכילה והקניית דפוסי אכילה בריאה.

- **טיפול קוגניטיבי-התנהגותי בילדים ובנוער:** מצבי דיכאון וחרדה אצל ילדים ונוער, הדרכת הורים, מיומנויות חברתיות, הפרעת התנגדות, הפרעת התנהגות, סרבנות בית ספר, הפרעת קשה וריכוז.

- **התמודדות עם מצבי דחק ומצבים טראומטיים**

- **גישות הגל השלישי ב CBT**

במקביל ללימודים קיימת חובה לטפל בלפחות שישה מטופלים המציגים שלשה סוגים של מצבי התמודדות שונים, וזאת תחת הדרכה אישית או קבוצתית ממדריך מוכר באיט"ה

הצלחה בתכנית מהווה תנאי הכרחי לקראת קבלה כחבר באיט"ה.