



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

קורס מקיף בסכמה תרפיה – אוקטובר 2019

וקורס מיומנויות בסכמה תרפיה – מרץ 2020

מנחה הקורסים: ד"ר עופר פלד פסיכולוג קליני בכיר

קורס מקיף בסכמה תרפיה

יש המתקשים ליצור ולתחזק קשרים, חוששים ליזום ולהתערבב בין אנשים ומוצאים עצמם שעות רבות בגפם, חווים בדידות. יש הנצמדים לאנשים בכל מאודם, מוכנים לעשות הכל בעבור האחר שרק לא ישאיר אותם רגע לבד וגם הם חווים בדידות בקשר. ויש את אלה הנתונים במרוץ בלתי פוסק להשיג, לנהל, להוכיח ולהשפיע, מקיפים עצמם באנשים ועדין חשים בודדים. אולם אלה שחשים נח וטבעי בחברת אחרים כמו גם בחברת עצמם, אינם מנוהלים מתחושת הבדידות חזקים לאינטימיות במגוון קשרים משמעותיים.

סכמה תרפיה, אשר פותחה ע"י ד"ר ג'פרי יאנג, הינה גישה טיפולית מהשדה ההתנהגותי-קוגניטיבי המשלבת עקרונות מתיאוריות יחסי אובייקט, התקשרות וגשטלט בשילוב כלים של דמיון מודרך, עבודת כיסאות, זיהוי ושינוי של סכמות קוגניטיביות וטכניקות התנהגותיות לעבודה עם מטופלים המתמודדים עם קשיים ביחסים בינאישיים, דפוסים חיים מכשילים, הפרעות אישיות והפרעות ציר I.

במסגרת הקורס נלמד את **מודל 18 הסכמות**, נתמקד בפרוטוקולים של סכמה תרפיה **להפרעות אישיות הימנעותיות, תלותיות, אובססיבית-קומפולסיבית, גבולית ונרציסטית**. נגדיר את המודים האופייניים לכל אחת מהפרעות האישיות הללו. נלמד כיצד לבסס קשר של קבלה ושייכות עם המטופל הנמנע, קשר מעודד עצמאות וקומפלטנטיות עם המטופל התלותי, קשר ספונטני עם המטופל האובססיבי-קומפולסיבי, קשר יציב עם המטופל הגבולית, קשר הדדי עם המטופל הנרציסט. נרחיב את ההכרות והשימוש בטכניקות הטיפול של 'הורות מתקנת בגבולות תואמים' ו'קונפונטציה אמפית'. נעבוד באמצעים חווייתיים, קוגניטיביים והתנהגותיים המותאמים ספציפית לכל אחד מהמודים, כדי לבסס קשרים בוגרים ומתגמלים המאפשרים למטופל לחוות נינוחות וקירבה לאחר כמו גם עם עצמו.



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

סכמה תרפיה הינה פסיכותרפיה פורצת דרך, מבוססת ראיות, אשר מצליחה לתרגם הבנה פסיכודינמית מעמיקה של המטופל להתערבויות טיפוליות יעילות וממוקדות.

נושאים שיילמדו בקורס המקיף:

- ◆ צרכים אוניברסאליים בסיסיים עפ"י יאנג
- ◆ מודל 18 הסכמות ודפוסי התמודדות מאל אדפטיביים
- ◆ תהליכי הערכה ושימוש בשאלונים
- ◆ המשגת מקרה במושגי סכמה תרפיה ובניית תוכנית טיפולית
- ◆ אסטרטגיות התערבות קוגניטיביות, חווייתיות והתנהגותיות
- ◆ הרחבה על רישום חווייתי מתקן, בדמיון ובעבודת כסאות
- ◆ מצבי סכמה (מודים) בהפרעת אישיות הימנעותית, תלותית, אובססיבית-קומפולסיבית, גבולית ונרציסטית.
- ◆ אסטרטגיות התערבות ספציפיות ל: מודים ילדיים, מודים של דפוסי התמודדות, מודים הוריים דיספונקציונלים ולבוגר הבריא
- ◆ אומנות הקונפונטציה האמפטית וההורות המתקנת בגבולות תואמים
- ◆ התמודדות עם מצבי סיכון של פגיעה עצמית ואובדנות
- ◆ חשיפה הדרגתית בדמיון ובמצאיות במטרה לבסס את תחושת הנפרדות, מסוגלות עצמית ואת היכולת לפתח אינטימיות.

מבנה הקורס המקיף: הקורס בן 14 מפגשים. משך כל מפגש 4 שעות אקדמיות (סה"כ 56 שעות אקדמיות). במפגשים ישולבו למידה תיאורטית והתנסויות חווייתיות-מעשיות מעבודתם הקלינית של משתתפי הקורס. ייעשה שימוש בקטעי ווידאו, הדגמות חיות של התערבויות טיפוליות, משחקי תפקידים ותרגול מיומנויות הטיפול. **הקורס המקיף מוכר לגמול השתלמות!!**

התנאים לקבלת תעודה של ISST - 'החברה הבינלאומית לסכמה תרפיה': גודל קבוצה עד 20 משתתפים, נוכחות של 80% ומעלה משעות הלימוד והשתתפות בסימולציות. הקורס מוכר כשלב ראשון בתהליך ההכשרה למטפלים ומדריכים מוסמכים בסכמה תרפיה.



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

מיקום ומועדים לקורס המקיף: הקורס יתקיים בקמפוס רעננה, המכללה העירונית רח'

קרן היסוד 75 בימי ה' בין השעות 10:00-13:15. מועדים – 14.11.19, 21.11.19,
28.11.19, 5.12.19, 12.12.19, 19.12.19, 2.1.20, 9.1.20, 16.1.20, 23.1.20, 30.1.20,
6.2.20, 13.2.20, 20.2.20. אנא שימרו גם תאריך חזרי למקרה של שינויים 7.2.20.

קורס מיומנויות בסכמה תרפיה

סדרת המפגשים בקורס מיומנויות למתקדמים בסכמה תרפיה מיועדת לתת **מענה**
למטפלים בוגרי קורס מקיף בסכמה תרפיה המעוניינים לתרגל ולהרחיב את מיומנויות
השימוש בהתערבויות הטיפוליות.

במפגשים יושם דגש על התנסויות מעשיות באמצעות עבודה על מקרים טיפוליים של
משתתפי הסדנא תוך ביצוע הדגמות שיבוצעו ע"י המנחה וחברי הקבוצה, משחקי
תפקידים, והתנסויות בקבוצות קטנות. הקבוצה תהווה מרחב הדרכה ותרגול. תהליך
הלמידה יתבסס על מעברים בין המשגה תיאורטית ליישום קליני והפעלת התערבויות
מותאמות מודים ושלבי הטיפול.
במסגרת המפגשים נעמיק את תהליכי הזיהוי של הצרכים, הסכמות, סגנונות ההתמודדות,
אפיון המודים ושימוש באסטרטגיות שינוי קוגניטיביות, חוויתיות והתנהגותיות, לצד
העמקת הקשר הטיפולי באמצעות 'הורות חלקית מתקנת' ו'קונפונטציה אמפטית'.
* שעות ההשתפות בסדנא אינן נספרות כחלק משעות ההדרכה להסמכה מלאה בסכמה
תרפיה

**** קורס המיומנויות אינו מוכר לגמול השתלמות**

מיקום ומועדים לקורס המיומנויות: הקורס יערך בקמפוס רעננה של ביה"ס ל-CBT
(מכללה עירונית, רח' קרן היסוד 75 רעננה) בימי ה' בין השעות 10:00-12:30, 3 שעות
אקדמיות בכל מפגש, 8 מפגשים בתאריכים הבאים: 12.3.20, 19.3.20, 26.3.20, 2.4.20,
23.4.20, 30.4.20, 7.5.20, 14.5.20. סיום. אנא שמרו 2 תאריכים חזריים למקרה של
שינויים 4.6.20, 12.5.20.



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

תנאי קבלה ורישום:

הקורס המקיף פתוח למטפלים מגישות שונות בעלי תואר שני ומעלה במקצוע טיפולי.
קורס המיומנויות מיועד רק לבעלי ניסיון בסכמה תרפיה, מטפלים ומדריכים. יש להציג תעודה של בוגר קורס מקיף בסכמה תרפיה.
לנרשמים לשני הקורסים מראש וברצף מחיר מיוחד!!

עלויות:

לנרשמים עד תאריך 2.9.19

קורס מקיף + קורס מיומנויות 5,400 ₪ כולל מע"מ.
קורס מקיף בלבד 3,700 ₪ כולל מע"מ.
קורס מיומנויות בלבד 2,000 ₪ כולל מע"מ.

לנרשמים מתאריך 3.9.19 והלאה

קורס מקיף + קורס מיומנויות 5,800 ₪ כולל מע"מ.
קורס מקיף בלבד 3,950 ₪ כולל מע"מ.
קורס מיומנויות בלבד 2,100 ₪ כולל מע"מ.

ניתן לבטל את הרישום לקורסים עד תאריך 24.10.19 ולקבל החזר מלא של שכ"ל.
מתאריך 25.10.19 לא ניתן יהיה לקבל החזר כספי בעבור ביטול הרישום לקורס המקיף.
ניתן לבטל רישום לקורס מיומנויות עד תאריך 27.2.20 ולקבל החזר של שכ"ל (החזר מלא לאלו שנרשמו רק לקורס מיומנויות, או את החלק היחסי לאחר הפחתת עלותו של הקורס המקיף). מתאריך 28.2.20 לא ניתן יהיה לקבל החזר כספי בעבור ביטול הרישום לקורס מיומנויות.

יש למלא את טופס הרישום ולשלוח במייל לכתובת cbt.school.il@gmail.com
לפרטים נוספים ניתן לפנות לעיריית, 052-2499683

פתיחת כל אחד מהקורסים מותנית במספר המשתתפים !!



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

ביבליוגרפיה:

Arntz, A., & Jacob, G. (2013). *Schema therapy in practice: An introductory guide to the schema mode approach*. West Sussex: Wiley-Blackwell

Arntz, A., & van Genderen, H. (2009). *Schema therapy for borderline personality disorder*. West Sussex: Wiley-Blackwell.

Behary, W.T. (2008). *Disarming the narcissist surviving & thriving with the self-absorbed*. Oakland: New Harbinger Pub.

Giesen-Bloo, J., van Dyck, R., Spinhoven, P., van Tilburg, W., Dirksen, C., van Asselt, T., Kremers, I., Nadort, M. and Arntz, A. (2006). Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder: randomized trial of schema-focused therapy vs transference-focused psychotherapy. *Archives of general psychiatry*, 63, 649-658.

Peled, O. (2016). A hierarchy of confrontational interventions facing 8 dysfunctional parent modes. *Schema therapy bulletin*, 4, 2-9.

Peled, O. (In preparation). *New case conceptualization in Schema Therapy: Mode circles and their interrelations*.

Peled, O., Bar-Kalifa, E., & Rafaeli, E. (2017). Stability or instability in avoidant personality disorder: Mode fluctuations within schema therapy sessions. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 57, 126-134.

van Vreeswijk, M., Broersen, J. & Nadort, M. (2012). *The Wiley-Blackwell handbook of Schema Therapy: Theory, research and practice*. West Sussex: Wiley-Blackwell.

Young, J.E., & Klosko, J.S. (1993). *Reinventing your life*. New York: Plume.

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.

מנחה הקורסים: ד"ר עופר פלד פסיכולוג קליני בכיר ומדריך מוסמך, מנהל המרכז לסכמה תרפיה רעננה, ישראל. מנהל בביה"ס ל-CBT פרט, משפחה, קהילה קמפוס רעננה וקמפוס לב השרון. מטפל CBT ומדריך מוסמך. בוגר התוכנית הבינלאומית להכשרת מטפלים ומדריכים בסכמה תרפיה ניו-ג'רזי, בהנחיית דר' ג'פרי יאנג וונדי בהרי, נשיאת ISST לשעבר. מרצה בלימודי המשך בפסיכיאטריה בביה"ס לרפואה באוניברסיטת ת"א ובתוכניות הכשרה למטפלי CBT. דוקטור לפסיכולוגיה קלינית מאוניברסיטת בר-אילן, חקר את יעילות ההתערבויות בסכמה תרפיה בהפרעת אישיות הימנעותית, שימש שנים רבות כאחראי על מסלול ההתמחות בפסיכולוגיה קלינית בבי"ח גהה.



ביה"ס ל-CBT

פרט • משפחה • קהילה

טופס רישום – קורס מקיף ו/או קורס מיומנויות בסכמה תרפיה 2019-2020

שם משפחה _____ שם פרטי _____
כתובת _____ עיר _____ מיקוד _____
כתובת E-mail (בכתב ברור): _____
טלפון בבית _____ טלפון נייד _____ ת.ז. _____
מקצוע _____ התמחות _____
מקום עבודה עיקרי _____ תפקיד _____
השכלה אקדמית רלוונטית PhD/M.A./B.A. בתחום _____
מאוניברסיטת / מכללת _____
מספר שנות ניסיון בפסיכותרפיה: _____ בגישה: CBT / דינמי / משפחתי / אחר _____
ברצוני להירשם (להקיף בעיגול): קורס מתקדם+קורס מיומנויות / קורס מתקדם / קורס מיומנויות

- ♦ יש לצרף העתק מתואר אקדמי טיפולי
- ♦ לנרשמים לקורס מיומנויות יש לצרף העתק מתעודת סיום קורס מקיף
- ♦ יש לצרף 3 צ'קים לפקודת ביה"ס ל-CBT בהתאם למועד הרישום:

רישום מוקדם (עד תאריך 2.9.19):

קורס מקיף + קורס מיומנויות 5,400 ₪ כולל מע"מ.
קורס מקיף בלבד 3,700 ₪ כולל מע"מ.
קורס מיומנויות בלבד 2,000 ₪ כולל מע"מ.

רישום מאוחר (מתאריך 3.9.19):

קורס מקיף + קורס מיומנויות 5,800 ₪ כולל מע"מ.
קורס מקיף בלבד 3,950 ₪ כולל מע"מ.
קורס מיומנויות בלבד 2,100 ₪ כולל מע"מ.

ניתן לחלק ל-3 תשלומים. התשלום הראשון במועד הרישום, והשניים הנוספים בחודשים עוקבים.
את טופס הרישום והמסמכים הנלווים יש לשלוח למייל cbt.school.il@gmail.com או לשלוח **בדואר 24** (בלבד!!) לביה"ס ל-CBT ת.ד. 9007 אבן יהודה 4050002
בחייתימי אני מאשר/ת קבלת חשבוניות מס/קבלה באמצעות המייל. תנאי הרישום, הקבלה ומדיניות ההחזר הכספי ידועים ומקובלים עלי.

תאריך _____ חתימה _____