

CBT - מקוון רגש

המסלול המקוון
להכשרת מטפלי CBT



משרד הבריאות



בית של CBT בישראל
בזמן סגנות לטיפול והכשרה

לפרטים ולהרשמה: 03-5288171
© כל הזכויות שמורות למכון פסגות | www.psagot.com



פסגות
איט"ה אינט



בית הספר לפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית

תוכן עניינים:

| | | |
|----|-------|------------------------|
| 3 | | CBT - הבסיס התיאורטי |
| 3 | | אודות מכון פסגות |
| 4 | | ייחודיות המסלול המקוון |
| 4 | | אוכלוסיית יעד |
| 5 | | מבנה התכנית |
| 5 | | שנה א' |
| 7 | | שנה ב' |
| 8 | | תנאי קבלה לתכנית |
| 8 | | חובות הלימודים |
| 8 | | שכר לימוד |
| 8 | | גמול השתלמות |
| 9 | | הדרכות |
| 9 | | תעודת הסמכה |
| 10 | | הסגל האקדמי |
| 13 | | פרופיל אקדמי של פסגות |
| 13 | | אודות איט"ה |
| 13 | | השתלמויות חוץ |
| 13 | | הוצאה לאור |



בחסות



מכון פסגות לטיפול והכשרה
בבית של ה-CBT בישראל

לפרטים ולהרשמה: 03-5288171
© כל הזכויות שמורות למכון פסגות | www.psagot.com



CBT - הבסיס התיאורטי

במסגרת לימודי ה-CBT המסלול המקוון, יילמדו מכלול שלושת הדורות. נעמיק בהבנה הפילוסופית שלהן, בהקניית טכניקות, כלים ומיומנויות לשם התערבויות טיפוליות יעילות וממוקדות. נבין את חשיבותה של תיאוריה טיפולית מעוגנת מחקר, עכשווית ומעודכנת. נעסוק ביישום ותרגול של התיאוריות, באמצעות חוויה אישית ומקצועית עם טכניקות קוגניטיביות-התנהגותיות. זאת, תוך שימת דגש על הקשר הטיפולי שהוא משמעותי, שוויוני ומכבד, המאפשר חתירה משותפת של מטפל ומטופל לקראת מטרות ברורות השגה לשם הפחתת המצוקה וטיפול בהפרעות שכיחות.

התיאוריה ההתנהגותית (דור ראשון) מתמקדת במרכיב ההתנהגותי ורואה את הקשר המשמעותי שבין האדם לסביבה שבה הוא חי. הדרך שבה מתנהג האדם, לפי גישה זו, היא תוצר של למידה. מדובר בגישה אופטימית המאמינה בכוחו של האדם וסביבתו לחולל שינוי.

התיאוריה הקוגניטיבית (דור שני) רואה את חשיבותם של אמונות ועמדות האדם כלפי עצמו ועל העולם, המשפיעים על רגשותיו, תחושותיו והתנהגותו. פיתוח מודעות לאפיוני חשיבתו, אלו מאפשרים לאדם לשנות דפוסי חשיבה לא יעילים והמעוררות באדם תחושות לא נעימות.

גישות הדור השלישי של ה-CBT שמות דגש על המרכיב הרגשי והתחושתני, הן כדרך להבנת קשיי המטופל והן כאמצעי להתערבויות טיפוליות.

מכון פסגות – הבית של ה-CBT בישראל

מכון פסגות, מכשיר אנשי טיפול מאז 2002, והבוגרים שלנו הם חלק בלתי נפרד מהובלת תחום ה-CBT בארץ. העובדה שאנחנו הגוף היחיד בישראל שהוא גם מוסד לימודי וגם מרכז טיפולי, מעניקה לתלמידים שלנו את ההזדמנות לקבל הכשרה אופטימלית ולהצליח בכל תחומי הטיפול, הייעוץ, ההדרכה וההנחיה הקבוצתית ולשלב בין לימוד תיאורטי לצד פרקטיקה מקצועית בעזרת מגוון מיומנויות וכלים ייחודיים. הלימודים בפסגות מעניקים יתרונות רבים ובלעדיים בנוסף לתעודת הסמכה, **כי אצלנו זו לא רק תאוריה!** הידע והניסיון שצברנו כמרכז טיפולי מוביל וכמוסד לימודי, מאפשרים לנו להציע לך את הסגל הטוב והמנוסה ביותר בדרך להצלחה שלך כמטפל/ת. המרצים והמדריכים של פסגות, מהווים מקור גאוה עבורנו והם מבכירים אנשי ה-CBT בישראל.

בשל המחויבות שלנו ללמידה מתקדמת ומתפתחת, פיתחנו בעזרתה של ד"ר יעל שרון את המגמה ללימודים מקוונים בדגש על עבודה עם ילדים, מתבגרים, מבוגרים והגל השלישי.

היתרונות שלנו:

השילוב הייחודי של מוסד אקדמי יחד עם מכון טיפולי מקנה לבוגרים:

- התפתחות תעסוקתית מגוונת באפיקים שונים.
- כניסה חלקה לתחום - ניתן לשכור קליניקה לטיפולים למספר שעות שבועיות, במקביל לעבודה הקיימת.

- אפשרות להשתלבות תעסוקתית בפעילויות מכון פסגות לאחר סיום הלימודים.
- למידה במסגרת שפוגשת את המטופלים שלה, ומכירה את צרכי השטח כחלק מעבודתה היומיומית.
- כרטיס סטודנט.
- התוכנית מוכרת ע"י איל"ט (האגודה הישראלית לייעוץ טיפולי).

בזכות חוויית הלימוד:

- הפרייה הדדית ולמידה בקבוצות קטנות.
- ראשת מגמה שמלווה מקרוב את התלמידים ומתן תשומת לב אישית לכל סטודנט.
- הוראה על ידי סגל מרצים מהמובילים בארץ בטיפול CBT.
- לימוד המשלב סדנאות, ימי עיון, תירגולים והדרכות.

ייחודיות המסלול המקוון

- התערבויות CBT + מיקוד רגש – דגש רב על חשיבותו הרבה של הרגש כמרכיב טיפולי משמעותי אצל המטופל.
- הלימודים מקוונים, בימי ראשון אחה"צ, בסביבה שמתאימה ומיטבית עבורכם.
- הלימוד יעשה באמצעות למידה סינכרונית, אסינכרונית, ואפשרות צפייה בהקלטות.
- נגישות מכל מקום בארץ ובעולם.

אוכלוסיית יעד

- בעלי תואר שני טיפולי (כפוף לתארים המוכרים ע"י איט"ה): : עו"ס, פסיכולוגים, יועצים חינוכיים.
- בעלי ניסיון לפחות 3 שנים

הכירו את תכנית הלימודים

מבנה התכנית

תוכנית מלאה דו שנתית להסמכה כמטפלי CBT - היקף של 360 ש"א.

תכנית הלימודים הינה דו-שנתית:

התכנית בנויה מ-4 סמסטרים.

המפגשים יתקיימו אחת לשבוע, בימי ראשון בין השעות 15:30-20:00

*ניתן להצטרף למודולות בודדות, להעשרה וידע של אנשי טיפול.

שנה א'

תכנית שנה א' מורכבת מחמש מודולות שניתן להירשם לכל אחת בנפרד, או כחלק מתוכנית לימודים מלאה להסמכה, גם מועמדים למודולות בודדות ידרשו להצגת קו"ח ותעודות.

מודולה: הגישה ההתנהגותית (35 ש"א לתלמידי המסלול המלא, 30 ש"א לנרשמים רק לקורס בודד)

- עקרונות תיאוריות הלמידה ויישומן הלכה למעשה בעבודה הטיפולית.

- מדידות, תצפיות וניטורים.

- חשיפות: דה סנסיטיזציה, חשיפה הדרגתית, הצפה, חשיפה בדמיון, חשיפה מתמשכת, מניעת תגובה.

- טכניקות הרפייה ודמיון מודרך.

- הגדרת מטרות ובניית תוכנית טיפול התנהגותית.

מודולה: הגישה הקוגניטיבית (40 ש"א)

- המודל הקוגניטיבי לפי אהרון בק:

- זיהוי מחשבות אוטומטיות.

- עיוותי/מלכודות חשיבה.

- אמונות ביניים ואמונות יסוד.

- תשאול סוקרטי, הפרכות ושאלת שאלות.

- המודל הרציונלי אמוטיבי (REBT), עפ"י אלברט אליס.

- התערבות בגישה הקוגניטיבים בגל שלישי.

מודולה: איבחון והערכה (30 ש"א)

- איסוף מידע: אינטייק, תצפיות וראיונות, שאלונים.

- בניית מדדים מותאמים אישית.

- עבודה על פי פרוטוקולים מובנים ולימוד בניית פרוטוקול עצמי מותאם וממוקד.

- המשגה - תיאוריה ויישום באמצעות ניתוחי מקרה.

- הראיון המוטיבציוני - לילדים, מתבגרים ומבוגרים.

מודולה: רגשות וויסות רגשי (35 ש"א)

- ויסות חושי.
- עיבוד מידע והטיית מיקוד קשב.
- טיפול ממוקד רגש - EFT.
- זיהוי רגשות, רגשות מעורבים, רגש ראשוני ושניוני.
- אסטרטגיות לויסות רגשי.
- פרוטוקולים לויסות רגשי: ילדים ונוער.
- פרוטוקולים לויסות רגשי: שליטה עצמית במבוגרים.
- טיפול בדגש רגשות - הלכה ומעשה.

מודולה: שליטה עצמית, מיומנויות חברתיות ופתרון בעיות. (35 ש"א)

- שליטה עצמית- תיאוריה ותרגול.
- פרוטוקולים לשליטה עצמית- ילדים, נוער ומבוגרים.
- פיתוח מיומנויות חברתיות, ביטוי עצמי, אסרטיביות.
- דחיה חברתית (יתקיים באופן חד פעמי ביום ג' במהלך חודש יוני).
- מודלים לפתרון בעיות.



האגף לבריאות הפתוחה
מערך לימודי החוץ



בבית של ה-CBT בישראל
בבית סגנון לטיפול והכשרה

לפרטים ולהרשמה: 03-5288171

© כל הזכויות שמורות למכון פסגות | www.psagot.com



שנה ב'

שנה ב' מורכבת מ-4 מודולות, שבכל אחת מהן יהיה מיקוד רגש. כל מודולה תשלב תיאוריה, דוגמאות קליניות והתנסות:

מודולה: פרוטוקולים - הינה מודולה שמקנה כלים ומיומנויות יישומיים למגוון רב של הפרעות וקשיים:

- חרדות שונות.
- OCD.
- דיכאון - ילדים ומבוגרים.
- טראומה.
- צמיחה מתוך משבר פוסט טראומטי.

מודולה: הדרכת הורים

- הדרכת הורים בנושאים שונים: בין הדרכה לטיפול ולשיתוף: דרכים שונות למפגש והנחיית הורים.
- הדרכת הורים בתחום ויסות רגשי.
- הדרכת הורים בנושא פיתוח מיומנויות שליטה עצמית.
- הדרכה הורים - ASD.
- הדרכת הורים - ADHD.
- סמכות הורית עפ"י גישת אייכה ועוד....

מודולה: גל שלישי - במודולה זו נשים דגש על מספר גישות מהגל השלישי ודרכי שילובם בטיפול:

- פסיכולוגיה חיובית.
- Mindfulness - קשיבות.
- ACT - קבלה ומחוייבות.
- DBT - הטיפול הדיאלקטי.
- סכמה תרפיה.
- פוקוסינג.
- TEAM.

מודולה: סמינר קליני.



לפרטים ולהרשמה: 03-5288171
 © כל הזכויות שמורות למכון פסגות | www.psagot.com



תנאי קבלה לתכנית

- תואר שני טיפולי.
- ניסיון של 3 שנים לפחות.
- 2 המלצות.
- ראיון אישי.
- נגישות למטופלים במהלך הלימודים.
- קורס מיומנויות קליניות - עבור תלמידים הזקוקים לקורס (בתשלום נוסף של 1500 ש"ח) מתקיים לפני ובמהלך סמסטר א'.

חובות הלימודים

- תנאי לימוד מותאמים ללמידה מקוונת - מחשב, מצלמה, רמקולים/אוזניות.
- חובת נוכחות עם מצלמה פתוחה לאורך כל המפגש.
- פינת לימודים מותאמת ללמידה ללא הפרעות.
- קריאת חומר אקדמי.
- השתתפות בשיעורים המקוונים לפחות 80% מהשעות.
- הגשת תרגילים ועבודה.

שכר לימוד

- שכר לימוד שנתי - 10,950 ₪ כולל מע"מ.
- במעמד ההרשמה עם תשלום דמי הרישום יש לתת מקדמה בסך 1095 ש"ח.
- דמי רישום בגין ראיון וטיפול ברישום לתכנית דו שנתית (חד פעמי) - 350 ₪ כולל מע"מ.
- עלות קורס בודד 2,550 ₪.
- תוכנית מלאה - ניתן לשלם ב- 10 תשלומים באשראי והוראת קבע באשראי.
- למודולה בודדת - ניתן לחלק ל- 2 תשלומים.

גמול השתלמות

התכנית מוכרת לגמול השתלמות. חובות הנוכחות הנדרשות לגמול חלות גם על אלו שאין להם צורך בשעות הגמול.

1. הקורס מאושר במסגרת לימודים **במסלול אישי** - לעובדי הוראה **"חינוך המיוחד"**, **"מטפלים במערכת החינוך"**, **"יועצים"** ועובדי הוראה **בשנת שבתון**.
2. על כל משתלם להגיש בקשה במסלול אישי למפקח על הפיתוח המקצועי במחוז, לפחות 45 ימים לפני פתיחת הקורס.
אישורים לקורסים במסלול אישי יינתנו רק במידה ועובד הוראה יוכיח את הרלוונטיות של הקורס לעבודתו, והוא עומד בכללים של הכרה בלימודים במסלול אישי.
יש לצרף אישור מנהל בית-ספר.
3. היקף השעות המאושרות לעובדי הוראה **"חינוך המיוחד"**, **"מטפלים במערכת החינוך"**, **"יועצים"** - הלומדים במסלול זה:
60 שעות - על כל מסלול הלימודים - ברפורמת "אופק חדש".
224 שעות - על כל מסלול הלימודים - ברפורמת "עוז לתמורה".
4. **עובדי הוראה בשנת שבתון**:
עד 120 שעות על כל מסלול הלימודים - ברפורמת "אופק חדש".
עד 224 שעות על כל מסלול הלימודים - ברפורמת "עוז לתמורה".

הדרכות

במהלך הלימודים בתוכנית המלאה התלמידים יידרשו ל- 50 שעות הדרכה במהלך שנתיים בנוסף לשעות הלימודים, התשלום נעשה ישירות למדריך (ניתן לקחת הדרכות באופן מקוון).
 בשנה א' - 24 שעות הדרכה קבוצתיות + שעת הדרכה פרטנית.
 בשנה ב' - 24 שעות הדרכה קבוצתית + שעת הדרכה פרטנית.
 ההדרכות מהוות חלק הכרחי בתהליך ההכשרה של המטפל הקוגניטיבי-התנהגותי. אנו מאמינים בהדרכה קבוצתית המאפשרת למידה עמיתים (למידה ממודל) ועוזרים לסטודנטים שלנו להשתלב בהדרכה המתאימה להם ובתעריף מוזל. תתכן הדרכה מקוונת, במידת הצורך.

תעודת הסמכה

התעודה ניתנת מטעם מכללת מכון פסגות ומערך לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה ואיט"ה. תכנית הלימודים מוכרת ע"י איט"ה כעומדת בדרישות האגודה לקבלת חברות. התכנית בנויה לפי European Association of Behavioral & Cognitive Therapies. לממשיכים לשנה ג' תנופק תעודה על לימודים תלת שנתיים בדגש על לימודים אינטגרטיביים עם הדור השלישי.
בגין קורסים בודדים - תינתן תעודת סיום מטעם מכון פסגות ומערך לימודי החוץ האוניברסיטה הפתוחה.

סגל ביה"ס - 2022

ד"ר שרון יעל - מפתחת תוכנית הלימודים

מטפלת קוגניטיבית-התנהגותית באמנויות, מדריכה באיט"ה וביה"ת, מנחת קבוצות. מדריכה ארצית ומחוזית לשעבר במשך 14 שנה במשרד החינוך בתחום טיפול באמנויות. מומחית בתחום טיפול בילדים. הגיעה לתחום הטיפול באמנויות לאחר לימודי פסיכולוגיה ולימודי הנחיית קבוצות (התמקדות בהורים), ולתחום ה-CBT מתוך התמחות בעבודה עם ילדים בסיכון. בדרך למדה בודהיזם ובריאות הוליסטית. מומחית בנושא בעיות התנהגות, מרצה בקורס התאמה במכללת תלפיות, מרצה לשעבר באוניברסיטת חיפה ובמכללת אחוה, מרצה במכללת בית ברל. מפתחת חומרי יצירה וטיפול ביחד עם שלי זאנטקרון. מרכזת תכנית "עוצמה", בפיתוחה של פרופ' תמי רונן.

גיצלטר שושן אתי, M.A - ראשת מגמת מקוון רגש

מטפלת התנהגותית-קוגניטיבית באומנויות. מומחית בילדים, במתבגרים, הדרכת הורים ומבוגרים. מטפלת במגוון רחב של קשיים רגשיים והתנהגותיים. בעלת ניסיון של 20 שנה בתחום הטיפול, כולל במערכת החינוך, בחינוך מיוחד ובמסגרות בלתי פורמליות. בעלת קליניקה פרטית בתל אביב ובאריאל. בוגרת התוכנית ARTS CBT בפסגות. מרצה בקריה האקדמית אונו ובמכון פסגות, חברה מומחית ומדריכה באיט"ה.

מרב ברקבי - שני - M.S.W

מנהלת בית הספר לפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית

מנהלת ביה"ס בפסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית ודוקטורנטית בפסיכולוגיה חיובית. חברת ועד איט"ה ויו"ר הועדה לקידום ה-CBT. מטפלת ומדריכה מוסמכת בפסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית. מנהלת חטיבת CBT במכון פסגות. ממפתחי התוכניות לטיפול קוגניטיבי התנהגותי שבניהול המכון. לשעבר מנהלת אקדמית ומרצה בתכנית ללימודי תעודה בפסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית, מכון מגיד, האוניברסיטה העברית, וכן שימשה כמנהלת אקדמית ומרצה בתכנית ללימודי מוסמך בשלוחת אוניברסיטת דרבי. כתבה במשותף עם ד"ר ניר עישר את הספר "דיכאון - בעיה עם פתרון".

אסא פולנסקי עינת, M.A

תרפיסטית במוסיקה ותנועה. עובדת במשרד החינוך כמדריכת מטפלים ועם ילדים בעלי בעיות התנהגות, מטפלת בקליניקה פרטית. משלבת ג'אגלינג ככלי טיפולי. בוגרת התכנית CBT-ARTS. חברה מומחית ומדריכה באיט"ה.

בן זאב אופיר, M.S.W

עו"ס, פסיכותרפיה במתבגרים, ילדים ומבוגרים, הדרכת הורים. עובד במרכז לילדים עם לקויות למידה, הפרעות קשב וריכוז. מנחה קבוצות מורים. עובד בקליניקה פרטית. עניין מיוחד: עוסק בגיל ההתבגרות על מורכבותו, על הקשר הורה-ילד בגיל ההתבגרות, עוסק בחרדה, דיכאון, משברים. חבר מומחה ומדריך באיט"ה.

בן חמו דורית, M.S.W

עובדת סוציאלית, קצינת ביקור סדיר ומתאמת המאבק בסמים בעיר בני ברק/פרדס כץ. הקימה וניהלה את השרות הסוציאלי במשרד ראש הממשלה בתל אביב ועם פרישתה לגמלאות התנדבה לשרות מילואים כראש החוליה הפסיכולוגית בקצין העיר תל-אביב. בשנים האחרונות עובדת עם חיילות נפגעות תקיפה מינית, עם משפחות נרצחים במסגרת המרכז הארצי לטיפול בקורבנות המתה ועם משרד הביטחון. מרצה במגוון מקומות, חברה מומחית ומדריכה באיט"ה.



לפרטים ולהרשמה: 03-5288171
 © כל הזכויות שמורות למכון פסגות | www.psagot.com



פרופ' בר שלום יהודה

נשיא לשעבר של אוניברסיטת הבראיקה במקסיקו, הכשיר דרך האוניברסיטה במקסיקו 4 דורות של פסיכולוגים ומטפלים אחרים והוא משמש כיועץ בינלאומי של TEAM CBT בלטינו אמריקה ומכשיר מטפלים בשיטה זו גם בישראל ובאירופה. לשעבר ראש בי"ס לחינוך וחברה בקריה אקדמית אוננו, לשעבר סגן נשיא ודיקן הסטודנטים במכללה על שם דויד ילין. מרצה באוניברסיטה העברית ומכשיר יועצים במכללה האקדמית ברמת גן ובמכללה למנהל. ראש מגמת "שיא בייעוץ".

ברזילי דן, M.A

פסיכולוג חינוכי מומחה בנוירופסיכולוגיה שיקומית. בעל הכשרה בטיפול בביופידבק וניורופידבק. מייסד ומנהל מכון "קשב רב", עובד עם ילדים, נוער ומתבגרים. חבר מומחה ומדריך מטעם איט"ה.

ד"ר וגנר לינדה

יועצת חינוכית, מוסמכת בטיפול משפחתי ומומחית בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי. מרצה לתלמידי תואר שני בביה"ס לעו"ס באוניברסיטת ת"א, ובמגמת ייעוץ במכללה האקדמית לישראל, בתוכנית "עוצמה" ובמכללת אחווה. ראשת מגמה "שיא בייעוץ".

ד"ר וייץ נעמי

מטפלת קוגניטיבית-התנהגותית באמצעות תנועה ואמנויות, מדריכה מוסמכת באיט"ה ובי.ה.ת. בעלת ניסיון של 20 שנה בתחום הטיפול, במערכת החינוך המיוחד ובקליניקה פרטית. מטפלת במגוון רחב של קשיים רגשיים והתנהגותיים, מתמחה בילדים, נוער והדרכת הורים. עובדת במתי"א רג"ב ומתי"א מיתר כמומחית תחום תרפיה והפרעות נפשיות. מרצה בתוכנית לתואר שני בטיפול בתנועה בדוד ילין. יוצרת, כותבת, חוקרת ומרצה. ראשת מגמה CBT יצרתי.

ורשביאק איל, M.S.W

עובד סוציאלי, מטפל ומדריך קוגניטיבי-התנהגותי ומדריך SEE FAR CBT, מטפל בילדים, הורים, זוגות ומבוגרים. במגוון נושאים; סמכות הורית, שליטה עצמית, חרדה, OCD, כאב ופוסט-טראומה, לרבות טיפול כפוי בצווי פיקוח של בית משפט. עבד שנים רבות בשירותי הרווחה כולל עו"ס לחוק הנוער, מלמד CBT בביה"ס לעבודה סוציאלית באוניברסיטת תל אביב, לימד בביה"ס המרכזי להכשרת עו"ס במגוון קורסים, מנהל ומייסד מכון ורשביאק. ראש מגמת "סי.בי.עו"ס".

ד"ר טבלב ויטלי

קרימינולוג קליני ופסיכותרפיסט קוגניטיבי-התנהגותי. מומחה בילד ובמתבגר, טראומה ופוסט טראומה, התמכרויות, ADHD ועבריינות. מוסמך בטיפול ממוקד רגש EFT. מרצה בבית הספר המרכזי להכשרת עו"ס. חבר מומחה ומדריך באיט"ה.

לוריא שרון, M.S.W

עובדת סוציאלית מומחית ומדריכה בגישה קוגניטיבית התנהגותית (CBT) מטעם האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי (איט"ה). מטפלת בקליניקה פרטית, מרצה ומדריכה בגישת הטיפול הדיאלקטי-התנהגותי.

ד"ר מרצ'בסקי סרג'יו

פסיכיאטר מומחה, מנהל מחלקת יום בבית החולים הפסיכיאטרי באר יעקב. פסיכותרפיסט בעל ניסיון רב בעבודה בתחום ההתמכרויות, ובמחקר רפואי פסיכיאטרי. מטפל ומדריך מוביל בנושא פסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית.

ד"ר קסירר ענת

מנהלת מרכז לפיתוח והכשרה בתחום האוטיזם. מומחית להתערבות חברתית ושפה פיגורטיבית.

רוזנברג רבקה, M.S.W

עובדת סוציאלית, לשעבר סגנית מנהלת שירות סוציאלי, מרכז רפואי ברזילי, אחראית מערך בריאות הנפש, חברת ועדת שיקום. מטפלת CBT מוסמכת ומדריכה אנשי מקצוע בתחום השיקום בבריאות הנפש. מלמדת CBT בשיקום ביחידה ללימודי המשך באוניברסיטת בן גוריון ובבית ספר לשיקום. חברה ומדריכה מומחית באיט"ה.

תשובה אופיר, M.A

פסיכותרפיסטת חבר בצוות מלב"י - "אסיא-מדיקל". בעברו ניהל מרכז שיקומי להלומי קרב בתל-השומר. מתמחה מטפל בהפרעות אכילה, חרדה ודיכאון. מתמחה בטיפול בהשמנת יתר, באכילה רגשית, ליווי לאחר ניתוח בריאטרי במסגרת פרטנית וקבוצתית. בנוסף, מרצה במוסדות להשכלה גבוהה שונים בתחום ה-CBT. חבר מומחה ומדריך מטעם איט"ה.

* יתכנו שינויים בסגל האקדמי.

פרופיל אקדמי של מכון פסגות

מכון פסגות הוקם במרכז תל אביב, בשנת 1989, ע"י קבוצת אנשי מקצוע מתחום בריאות הנפש, ששמו להם כמטרה לקדם לפתח וליישם שיטות טיפול יעילות. מאז שנות ה-90, המכון יזם הכשרות פרטניות בתחום הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי, עבור מטפלי המכון.

משנת 2002, פתח המכון יחד עם מכון מגיד (מיסודה של האוניברסיטה העברית) את שלוחת ת"א ללימודי תעודה "בפסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית". צוות המכון הגה ופיתח את תוכנית הלימוד, שימש כמנהלה האקדמי ולימד בשני מחזורים. משנת 2004 עד 2009, חבר צוות המכון לשלוחת אוניברסיטת דרבי בישראל, היה אחראי על ניהולה האקדמי ונמנה על סגל ההוראה בתוכנית ללימודי מוסמך "בפסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית".

בשנת 2010, נפתח מחזור ראשון של סי. בי. עו"ס – לימודי פסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית בראיה רב היבטית. הלימודים נפתחו במסגרת מכללת מכון פסגות והיחידה ללימודי חוץ של הקריה האקדמית אוננו. החל משנה"ל תשע"ד פועל המכון עם מערך לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה. במסגרת זו הושקו ארבע תכניות נוספות בפסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית: **CBT-ARTS** המשלבת בין הגישה הקוגניטיבית-התנהגותית לתחום הטיפול באמנויות, **שיא ביעוץ** - לפסיכולוגים ויועצים חינוכיים ו-**CBT יצירתי** למטפלים משלל המקצועות שמחפשים הכוונה יצירתית, **מקוון רגש** - לימודים מקוונים בדגש על הדור השלישי. לימודי התכנית מוכרים לגמול השתלמות ואיט"ה (האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי-קוגניטיבי).

אודות איט"ה

איט"ה נוסדה ב-1972, על ידי מטפלים התנהגותיים. בעקבות אגודות רבות בעולם הוסיפה איט"ה לשמה ולעיסוקיה את המרכיב הקוגניטיבי והפכה לאגודה הישראלית לטיפול התנהגותי-קוגניטיבי. מאז שנות השבעים, פועלת איט"ה כעמותה מקצועית והיא חברה שוות זכויות ומוכרת באיגוד האירופאי לטיפול התנהגותיים-קוגניטיביים:

EABCT- European Association for Behavioral and Cognitive Psychotherapy.

כמו לכל האגודות המקצועיות, הקבלה היא על בסיס אישי ונדרשת השלמה של 50 שעות הדרכה פרטניות בנוסף לשעות ההדרכה המחויבות במהלך תכנית הלימודים.

לקריטריונים לחברות באיט"ה ולפרטים נוספים הקליקו: [האתר של אגודת איט"ה](#)

השתלמויות חוץ

לאורך השנים, צוות המכון מעביר השתלמויות מרוכזות, קורסים שנתיים והדרכות עפ"י הגישה ההתנהגותית-קוגניטיבית לשירותים טיפוליים בתוך ארגונים ולפי צרכיהם, לפרטים - cbtpsagot@gmail.com

הוצאה לאור

- צוות המכון הבכיר עוסק בכתיבה, תרגום ועריכה מדעית של ספרות מקצועית רלוונטית:
- **"מפחידים את הפחד"** - מאת ד"ר ניר עישר ועפרה מירון-ליכטר, בעריכת הרב פרידמן.
- **"להפחיד את הפחד"** - מאת ד"ר ניר עישר ועפרה מירון-ליכטר, לטיפול עצמי בחרדה.
- תרגום ספרו הקלאסי של פרופ' אהרון בק, **"הפרעות חרדה ובעת"**.
- תרגום **"בוחרים להרגיש טוב"** מאת ד"ר ברנס - ספר רב מכר בארה"ב לטיפול עצמי בדיכאון.
- **"דיכאון - בעיה עם פיתרון"** - מאת ד"ר ניר עישר ומרב ברקבי-שני.
- **"בוחרים להצליח בבחינות"** - מאת ד"ר ניר עישר ועפרה מירון-ליכטר.
- **"קלטת לשליטה עצמית בחרדה"** - מאת ד"ר ניר עישר.