

# מגמת "שיא בייעוץ"

מסלול לימודי CBT ייעודי  
ליועצות ואנשי חינוך

למכון פסגות - הבית של ה-CBT בישראל



האוניברסיטה הפתוחה  
THE OPEN UNIVERSITY OF ISRAEL  
الجامعة المفتوحة  
המחלקה לחינוך ופסיכולוגיה  
היחידה לקידום עובדי הוראה



לפרטים ולהרשמה: 03-5288171



איט"ה

## תוכן עניינים:

3	שיא ביעוץ
4	אודות מכון פסגות
5	תכנית הלימודים
7	למי נועדה התכנית
7	תנאי קבלה
8	מבנה התכנית
8	חובות הלימודים
8	שכר לימוד
9	תעודת הסמכה
9	גמול השתלמות
10	הסגל האקדמי
13	פרופיל אקדמי של פסגות
13	אודות איט"ה
13	השתלמויות חוץ
13	הוצאה לאור

## 'שיא בייעוץ' - לימודי תעודת מטפלי CBT בדגש על טיפול בילדים, מתבגרים והדרכת הורים

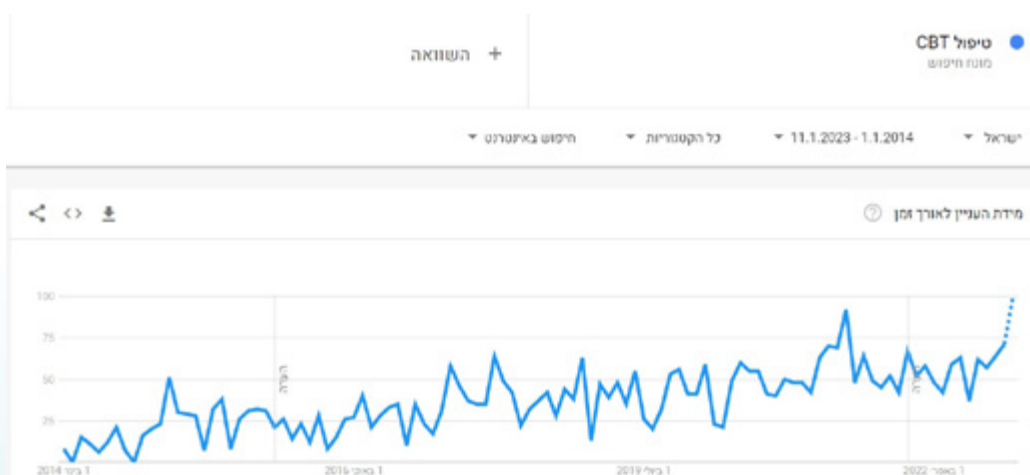
### טיפול קוגניטיבי-התנהגותי - CBT - Cognitive behavioral therapy

**הגישה הקוגניטיבית-התנהגותית** - היא גישה ייעוצית טיפולית עכשווית, הגורסת כי ניתן ליצור שינוי באמצעות למידה, תרגול ויישום דרך רכישת כלים ומיומנויות חברתיות, שליטה עצמית, ויסות רגשי, פתרון בעיות, שינוי דפוסי החשיבה ועוד. גישה זו מאמינה שלכל אדם באשר הוא, יש כוחות בהם ניתן להשתמש כמוקד לשינוי ולהעצמת יכולותיו. מדובר בטיפול ממוקד, המיועד ומותאם למתמודדים עם קשיים ובעיות שונות אשר יועצ/ת ואנשי חינוך פוגשים מדי יום במסגרת תפקידם כדוגמת: פחדים, חרדות, דיכאון, חרדת בחינות, קשיים בוויסות רגשי, דחייה חברתית, קשיים במיומנויות חברתיות, התנהגות מרדנית, התמודדות עם קשיי קשב וריכוז ועוד.

## המסלול הדו שנתי "שיא בייעוץ" - העשרה וקריירה, הנאה, חוויה והתפתחות אישית.

הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי, מתבסס על ההנחה שניתן לפתור בעיות אצל הנועץ באמצעות חקר והערכת המחשבות והפרשנויות המכשילות אותו. הייעוץ הטיפולי הינו ממוקד ויעיל ומציע חלופה קצרה בהשוואה לגישות טיפוליות אחרות. למעשה הגישה הקוגניטיבית התנהגותית, הינה אוסף דרכי התערבות שיעילותן הוכחה מחקרית (לעיתים תוך פרק זמן של מספר טיפולים). יותר ויותר מטפלים ואנשי חינוך ומפרופסיות נוספות, פונים בשנים האחרונות לגישת ה-CBT בעקבות יעילותה והעמידה בהצלחה באתגרים רגשיים והתנהגותיים בעידן חדש. לכן העניין הרב והביקוש לייעוץ ולטיפול הקוגניטיבי התנהגותי נמצא בעלייה מתמדת ועבור כל מי שרוצה, פותח חלון להזדמנויות רבות.

## שימו לב לגידול בדרישה ולצמיחה ההולכת וגדלה בכמות החיפושים והעניין בשנים האחרונות סביב הביטוי "טיפול CBT"



< מתוך Google Trends, ינואר 2023

## מכון פסגות - הבית של ה-CBT בישראל

מכון פסגות, מכשיר אנשי ייעוץ וטיפול מאז 2002. הבוגרים שלנו, הם חלק בלתי נפרד בהובלת תחום ה-CBT בארץ. היות ואנחנו הגוף היחיד בישראל שהוא גם מוסד לימודי וגם מרכז ייעוצי טיפולי, מאפשר לתלמידנו לקבל הכשרה אופטימלית ולהצליח בכל תחומי הייעוץ, הטיפול, ההדרכה וההנחיה הקבוצתית. אנו דואגים לשלב 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 וכמוסד לימודי מוביל, מאפשרים לנו להציע לך את הסגל הטוב והמנוסה ביותר בדרך להצלחה שלך כמטפל/ת. המרצים, המטפלים והמדריכים של פסגות, מהווים מקור גאווה עבורנו והם מבכירי אנשי ה-CBT בארץ. **זה ההבדל בין ללמוד אצל מרצה, לבין ללמוד אצל מטפל.**

### מכון פסגות - התעודה הנכונה, בתחום הכי מבוקש

הלימודים אצלנו מאפשרים לך ליהנות מכל העולמות. תעודת הסמכה יוקרתית בייעוץ טיפולי התנהגותי קוגניטיבי מטעם מכון פסגות ובחסות היחידה לקידום עובדי הוראה של האוניברסיטה הפתוחה, ביחד עם לימוד במסגרת קבוצתית ובמפגש של פעם בשבוע במסלול בוקר או ערב. היתרון במסלול שלנו בהיותו מסלול ייעודי המורכב רובו ככולו מיועצות חינוכיות "שמדברות באותה שפה", אשר מתמודדות עם אותם האתגרים, ובכך הופך הלימוד לחוויה מעשירה הנעשית באווירה חמה ומשפחתית. תכנית הלימודים מוכרת על ידי איט"ה (האגודה הישראלית לטיפול קוגניטיבי התנהגותי) ועל ידי איל"ט (האגודה הישראלית לייעוץ טיפולי).

### התכניות הדו שנתיות שלנו (לחצו לפרטים נוספים)

## תכנית הלימודים:

### שנה א'

בשנה הראשונה נעמיק בהבנת עקרונות הגישה הקוגניטיבית וההתנהגותית בראייה עכשווית והיסטורית, תוך התנסות ותרגול יצירתי בטכניקות של תיאוריות אלו.

#### 1. טיפול קוגניטיבי התנהגותי (CBT) - תיאוריות, שיטות מחקר וטיפול

- המודל הקוגניטיבי: אהרון בק, אלברט אליס
- עקרונות הגישה ההתנהגותית - התנייה קלאסית, אופרנטית, מסוגלות עצמית ולמידה חברתית
- הריאיון המוטיבציוני
- מיומנויות לויסות רגשי
- מיומנויות חברתיות
- שליטה עצמית - תיאוריה ויישום
- פתרון בעיות

#### 2. עקרונות וטכניקות בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי

קורס זה יעסוק ביישום ותרגול של התיאוריות הנלמדות בקורס הראשון, באמצעות היכרות וחווייה אישית ומקצועית עם טכניקות קוגניטיביות התנהגותיות. **התמקדות בעבודה עם לילדים, נוער, הורים והמסגרות החינוכיות הפורמאליות והבלתי פורמאליות.** נלמד דרכי עבודה וכלים, מיומנויות ויישומיים משמעותיים להתערבויות חינוכיות וטיפוליות.

#### 3. במהלך הקורס נתרגל מיומנויות טיפול ודרכי התערבות:

- איסוף אינפורמציה וראיון ראשוני
- המשגת הבעיה
- בניית חוזה טיפולי
- הגדרת מטרות ובניית תכנית התערבות
- הסברים פסיכו-חינוכיים
- שלבי טיפול
- ניתוח מקרים
- זיהוי רגשות ותחושות גופניות
- מיומנויות וויסות רגשי ושליטה עצמית
- תרגול מיומנויות פתרון בעיות

## תכנית הלימודים:

### שנה ב'

השנה השנייה תתמקד במתן כלים מעשיים לעבודת היועצת על פי גישת ה-CBT. הלימודים יעסקו בהכרות עם מגוון בעיות שכיחות אותן פוגשים בכל המסגרות החינוכיות, החל מבעיות התפתחותיות ועד לפתולוגיות נפשיות, וכן בסוגי התערבויות כמו: טיפול אינדיבידואלי, קבוצתי, הדרכת הורים, הדרכת צוותים ועוד.

#### 1. דרכי טיפול ופרוטוקולים התנהגותיים-קוגניטיביים על רצף החיים במצבי לחץ ומשבר

הקורס יסקור קשיי התפתחות נורמטיביים, מצבי פתולוגיה ובעיות התפתחותיות. יילמדו דרכי טיפול בהתאמה למצבים השונים על פי פרוטוקולים ייעודים, מתוקפים, מבוססי מחקר ומונחי ראיות בשילוב עם דוגמאות קליניות. יורחבו ויודגמו דרכים להתאמת דרכי התערבות טיפוליות לגילאים ולאפיונים הייחודיים של הנועץ.

בתום הקורס יעמדו לרשות היועצת מענה לקשיים ע"י מתן דרכי עבודה ותגובה, כלים יישומיים, מיומנויות ממוקדות ועילות בעבודה פרטנית ו/או קבוצתית. התערבויות שיקדמו את הנועץ בתחום החשיבתי, רגשי, התנהגותי, חברתי במגוון בעיות:

- הפרעות חרדה לסוגיה

- דיכאון

- OCD

- ASD

- אילמות סלקטיבית

- עקרונות הדרכת הורים למגוון קשיים

#### 2. הכרות עם גישות הדור השלישי בטיפול התנהגותי-קוגניטיבי:

הקורס משלב תאוריה, דוגמאות קליניות והתנסות:

- ACT - קבלה ומחויבות

- סכמה תרפיה

- DBT - הטיפול הדיאלקטי

- Mindfulness - קשיבות

- פסיכולוגיה חיובית

#### 3. עבודה טיפולית עם ילדים ונוער לפי הגישה ההתנהגותית-קוגניטיבית

לימוד ותרגול כלים התנהגותיים - קוגניטיביים להתאמת דרכי התערבות בעבודה עם ילדים ונוער, תוך שימוש בטכניקות התערבות יצירתיות: משחקים ושילוב אומנויות.

#### 4. לאורך השנה ייערך סמינר קליני - הצגת תאורי מקרה המועלים לדיון ע"י הסטודנטים.

## אלו הכלים שתרכשו במסלול "שיא ביעוץ":

תכנית הלימודים אצלנו תקנה לך הבנה רחבה של הבסיס התיאורטי הקוגניטיבי וההתנהגותי. יינתן דגש על תרגולים ועל התנסות חווייתית עם מצבים קליניים, התפתחותיים ונורמטיביים. לבוגרים תהיה היכולת להתאים את הכלים הטיפוליים לבעיה הספציפית ולמצוקה עמה מתמודד הנועץ. לסייע לו בהפחתת המצוקה, בתחושת מסוגלות, בהצלחה ובשיפור איכות חייו.

### למי נועדה התוכנית

- יועצות/ים חינוכיים (בעלי רישיון ייעוץ).
- מורים לחינוך מיוחד בעלי תואר שני.
- פסיכולוגים חינוכיים.

### תנאי קבלה לתוכנית

- תואר שני (רישיון מקצועי).
- ניסיון בטיפול.
- ראיון אישי.
- 2 המלצות מעודכנות.
- נגישות להתערבויות טיפוליות (ילדים, נוער, הורים) במהלך הלימודים.
- מילוי בקשה להגשת מועמדות.
- קורס מיומנויות קליניות - עבור תלמידים הזקוקים לקורס.
- (בתשלום נוסף של 1500 ₪, מתקיים לפני ובמהלך סמסטר א').

## מבנה התכנית

שנת הלימודים תיפתח ב-30.10.2023 (נתון לשינויים)

תכנית הלימודים הינה דו-שנתית:

- התכנית בנויה מ-4 סמסטרים. המפגשים יתקיימו אחת לשבוע בימי ב'.

**מסלול בוקר:**

שנה א' - בין השעות 08:30-13:00 | שנה ב' - בין השעות 08:30-13:30

בקמפוס בבית דורון, רח' הראשונים 1, רמת גן

**מסלול ערב:**

שנה א' - בין השעות 15:00-19:30 | שנה ב' - בין השעות 15:00-20:15

בקמפוס בית דימול, רח' ז'בוטנסקי 1, רמת גן

- **לימודים במתכונת של למידה תיאורטית, מעשית וחוייתית** הכוללת תרגול בקבוצות, דוגמאות

הלקוחות מעולמם של הסטודנטים/יות העובדים במסגרות חינוכיות – פורמליות ובלתי פורמליות, הצגות

מקרה ועוד.

- 50 שעות הדרכה קבוצתיות בקבוצות קטנות (בתשלום נפרד).

## חובות הלימודים

- חובת נוכחות

- הגשת תרגילים.

- קריאת חומר אקדמי.

- השתתפות בהדרכות - סך 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.

- השתתפות בימי העיון.

- הגשת עבודת גמר – תיאור מקרה טיפול על פי כללי ה-Single Case Design

- השתתפות בהכשרת שדה (מינימום 6 מטופלים ו-100 שעות טיפול).

## שכר לימוד

- דמי רישום (חד פעמי) – 350 ₪ כולל מע"מ

- במעמד ההרשמה עם דמי הרישום יש לשלם מקדמה בסך 1,095 ₪

- שכר לימוד שנתי – 10,950 ₪ כולל מע"מ

- ניתן לשלם ב-10 תשלומים באשראי והוראת קבע באשראי



## תעודת הסמכה

התעודה ניתנת מטעם מכון פסגות ומוכרת ע"י איט"ה (לחצו לאתר) ואילט (לחצו לאתר), ובחסות היחידה לקידום עובדי הוראה של האונ' הפתוחה. התוכנית בנויה לפי הסטנדרטים של EABCT: European Association of Behavioural & Cognitive Therapies. לממשיכים לשנה ג' תנופק תעודה על לימודים תלת שנתיים בדגש על לימודים אינטגרטיביים עם הדור השלישי.

## 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 ב"חינוך המיוחד", **"מטפלים במערכת החינוך"**, **"יועצים 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 ב"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".

אנחנו מזמינים אותך לצמוח ולהתפתח איתנו  
ולהצמיח אחרים ולהיות חלק ממשפחת  
מכון פסגות - בית של ה-CBT בישראל

## סגל ביה"ס - 2023

### כהן ירון - ראש מגמת שיא ביעוץ

דוקטורנט מטפל מוסמך בטיפול באמצעות אומנויות (M.A), בחינוך M.A, בחנ"מ B.A. פסיכותרפיסט התנהגותי קוגניטיבי (CBT) - חבר מומחה באיט"ה, מתמחה בטיפול על רצף האוטיזם, בחרדה, בדיכאון, צמיחה ממשברים, הבניית מיומנויות חברתיות והתפתחות אישית. מנהל בית ספר לתלמידים על הספקטרום האוטיסטי. בוגר מכללת מכון פסגות.

### קאולי קובי, M.A - ראש מגמת שיא ביעוץ

פסיכותרפיסט קוגניטיבי התנהגותי, מטפל באמנות מדריך בכיר (יה"ת) עם ניסיון עשיר במסגרות ציבוריות, בריאות הנפש ובפרקטיקה פרטית. לאורך השנים מדריך מטפלים וצוותים חינוכיים במתי"אות ומסגרות חינוך רגילות ושל החינוך המיוחד; מדריך ארצי במטה האגף לחינוך מיוחד, ומפקח יו"ר ועדות זכאות ואפיון. מרצה באוניברסיטאות ומכללות בתוכניות שונות להכשרת מטפלים באמנויות ובהשתלמויות פיתוח מקצועי למטפלים ועובדי הוראה. בוגר המחזור השני של תכנית CBT ARTS במכון פסגות ומשלים במהלך לימודי MA בחנ"מ.

### פרופ' בר שלום יהודה - ניהול אקדמי

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 אונ, לשעבר סגן נשיא ודיקן הסטודנטים במכללה על שם דויד ילין. מרצה באוניברסיטה העברית ומכשיר יועצים במכללה האקדמית ברמת גן ובמכללה למנהל.

### ד"ר וגנר לינדה

יועצת חינוכית, חנ"מ, מוסמכת בטיפול משפחתי ומומחית בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי. מרצה ומדריכה מוסמכת באיט"ה. מרצה לשעבר לתלמידי תואר שני בביה"ס לעו"ס באוניברסיטת ת"א, ובמגמת ייעוץ במכללה האקדמית לישראל, בתוכנית "עוצמה" ובמכללת אחווה. לשעבר מדריכה ארצית באגף לחנ"מ ושילוב תלמידים עם המתמודדים עם מוגבלות נפשית רגשית.

### מרב בורקבי - 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".

## אברהם יעל, M.A.

פסיכולוגית חינוכית מומחית, מטפלת משפחתית מוסמכת, ומטפלת קוגניטיבית התנהגותית. סגנית מנהלת השירות הפסיכולוגי בבאר שבע. מלמדת במהלך השנים במסגרות שונות כגון, הכשרת מטפלי CBT במרכז חוסן תל אביב, מכללת רמת גן, מרכזי הפסגה ברחבי הארץ, שירותים פסיכולוגיים ועוד. לאחרונה הוציאה ספר העוסק בדחייה חברתית כאשר הציר המרכזי הינו עבודה על מיומנויות חברתיות, הן של הילד המתקשה להשתלב חברתית והן של הכיתה אליה הוא משתייך. הספר תורגם לרוסית והושק במוסקבה וכן תורגם לכתב ברייל ובימים אלו הוא יוצא לאור בשפה הערבית.

## 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.

## ברזילי דן, M.A.

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

## גיצטר שושן אתי, M.A.

מטפלת באומנויות ומטפלת התנהגותית-קוגניטיבית. מתמחה בילדים, במתבגרים, בהדרכת הורים ובמבוגרים. בעלת ניסיון של 20 שנה במערכת החינוך, כולל חינוך מיוחד ובמסגרות בלתי פורמליות. בעלת קליניקה פרטית בתל אביב ובאריאל. בוגרת התוכנית CBT ARTS בפסגות. מרצה בקריה האקדמית אונו ובמכון פסגות, חברה מומחית ומדריכה באיט"ה. ראשת מגמת מקוון רגש.

## הרמן איתי, M.S.W.

עובד סוציאלי משפחתי, לימודי הנחיית קבוצות, השתלמות בביו פידבק ולימודי פסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית. מטפל בילדים, בבני נוער ובמבוגרים. חבר מומחה ומדריך באיט"ה.

## 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 ילון. יוצרת, כותבת, חוקרת ומרצה. מנהלת אקדמי במגמת "CBT יצירתי".

## 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 יוהאן מאיה

פסיכולוגית קלינית מומחית לטיפול בדיכאון ואובדנות, חברת הנהלת עמותת "בשביל החיים".

## מידן אורנה, M.A.

חינוך מיוחד, מומחית תחום הבניית התנהגות, מדריכה להתנהגות מאתגרת. מדריכה ארצית במשרד החינוך בתחום הפרעות נפשיות.

## 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 עישר ניר

רופא, מטפל ומדריך מוסמך בפסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית. מנהל פיתוח במכון פסגות. ממפתחי התוכנית לטיפול קוגניטיבי התנהגותי בניהול המכון. בעל פרסומים רבים כתב את הספרים "בוחרים להצליח בבחינות", "דיכאון - בעיה עם פתרון" ורב המכר "להפחיד את הפחד".

## עשת יששכר, M.A.

פסיכולוג קליני ורפואי, מטפל בהיפנוזה, מדריך בטיפול משפחתי ובטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT). עובד בפסיכותרפיה מגובת מחקר, מטפל בהפרעות קליניות שונות ומלווה מתמודדים במחלות מסכנות חיים ובאיזמים קיומיים.

## ד"ר פרדניק רות

פסיכולוגית מומחית המנהלת מרכז פרטי לטיפול בילדים עם אילמות סלקטיבית ומשפחותיהם ומנהלת מרכז בשירות הפסיכולוגי בעיריית ירושלים. מוציאה לאור מאמרים על אילמות סלקטיבית ודו-לשוניות, וספרים על אילמות סלקטיבית באנגלית ובעברית.

## ד"ר קסירר ענת

מנהלת מרכז לפיתוח והכשרה בתחום האוטזים. 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.

פסיכותרפיסט 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.

בשנת 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 משנת 2013 פועל המכון עם מערך לימודי המשך 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](mailto: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.