

ידיעון לימודי המשך למטפלי CBT

הכשרה מתקדמת בפרוטוקולים
ממוקדי בעיה

לימודים
מקוונים

האוניברסיטה הפתוחה
מערך לימודי החוץ



מכללת מכון פסגות
הבית ללימודי CBT והכשרת מטפלים



בית הספר לפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית
© כל הזכויות שמורות למכון פסגות לטיפול והכשרה בע"מ
www.psagot.com

כמידי שנה אנו מרעננים את תוכנית לימודי ההמשך עבור בוגרי ביה"ס לפסיכותרפיה של מכון פסגות ועבור קהילת מטפלי CBT.

בשנת הלימודים תשפ"ו אנו מרחיבים את היצע הקורסים ליומיים בשבוע,

בימי ב' ניתן להשתלב באחד משני קורסי הכשרה:

בסמסטר א' קורס מקיף בטרואמה

בסמסטר ב': קורס ייחודי בהנחיית קבוצות בגישת ה-CBT.

בימי ד': מגוון רב של קורסים קצרים וממוקדים.

לימודי ההמשך מיועדים בראש ובראשונה לבוגרי התכנית הדו שנתית של ביה"ס לפסיכותרפיה, שבסיומה יקבלו תעודה על לימודים תלת שנתיים. התכנית פתוחה גם לבוגרי תכניות אחרות המבקשים להעמיק בהתערבויות טיפוליות יישומיות בתחומי הבעיות שפוגשים בקליניקה.

מאחלים לך שנת לימודים פוריה ומשמעותית

סגל מכון פסגות לטיפול והכשרה ומנהלת ביה"ס

אורב ברקבי שן

תוכן עניינים

4	מידע כללי
5	התמודדות עם זיכרונות טראומטיים חודרניים
6	FLASH למטפלים: טיפול יעיל בטרומה
7	טרנספורמציה לאחר טראומה: גישה אינטגרטיבית לבניית חוסן וצמיחה
8	הכוח שבקבוצה: הכשרת מנחי CBT בעבודה קבוצתית
10	טיפול בדרמטילומניה - פרוטוקול טיפולי מבוסס CBT - הגל הראשון, שני ושלישי
11	סדנת שינה למטפלים: פרוטוקול טיפולי
12	על טיקים, שליטה ומה שביניהם - השתלמות פרקטית ללימוד פרוטוקולים התנהגותיים לשליטה בטיקים והפרעות נלוות
13	הכרות עומק עם ROCD הפרעה טורדנית כפייתית ביחסים - אבחון, אבחנה מבדלת ופרוטוקול התערבות גמיש לטיפול בה
14	טיפול ב-ACT - תרפיית קבלה ומחויבות
15	גירושין - קונפליקטים וניכור הורי: כלים למניעה, טיפול ושיקום הקשר
16	טיפול בהפרעת מרדנות (ODD)
17	One more bite - פרוטוקול טיפולי באכילה בררנית / נמנעת
18	אנקופרזיס: התערבות טיפולית עפ"י הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית
19	אכילה רגשית - מפתחות לטיפול - בראי הגישה הקוגניטיבית התנהגותית בשילוב 3 הגלים
20	טיפול בהתמכרות למסכים - מודל תו"ם לשימוש בעייתי במסכים
21	טיפול בהתמכריות לקאנביס ופורנו - התערבויות מתקדמות לטיפול בקרב נוער
22	הקסם של הגוף – ויסות גופני ונפשי לאחר טראומה
23	טיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT) בבולימיה נרבוזה
24	כואב לי - ויסות כאב באמצעות טיפול CBT לסובלים מכאב כרוני
25	טיפול CBT אינטגרטיבי בקשת הפרעות פסיכוסומטיות: המעי הרגז, קונברסיה ופסיכוסומטיקה לאחר טראומה
26	טבלת קורסי לימודי המשך



מידע כללי

מועדי הוראה

תוכנית הלימודים מורכבת מלימודים מקוונים:
בימי ב' - בין השעות 16:00-19:15, תכנית הכשרה לטיפול בטרומה המורכבת מ- 3 מודלים.
ניתן להירשם כתוכנית מלאה או כמודול בודד, וקורס הכשרת מנחי CBT בעבודה קבוצתית.
שנת הלימודים תיפתח ב-08.09.25

בימי ד' - בשתי רצועות זמן: רצועה ראשונה - 15:00-17:15, רצועה שניה - 17:45-20:00.
בעמודי השתלמויות ישנו פירוט אודות הקורס, שעות ומועדי ההוראה.
שנת הלימודים תיפתח ב-05.11.25

רישום

ניתן להירשם להשתלמות בודדת/שנה מלאה. רישום לשנה מלאה מגלם בתוכו הנחה.

תעודה

בסיום כל קורס הזכאים יקבלו אישור השתתפות מטעם מכון פסגות. בוגרי ביה"ס לפסיכותרפיה של מכון פסגות / בוגרי תוכניות דו שנתיות מוכרות איט"ה יהיו זכאים לתעודה תלת שנתית בחסות מערך לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה ומכון פסגות לאחר צבירה של 170 ש"א בתקופה של עד 3 שנים.

תשלום

עבור השתלמות בודדת - לפי פירוט התשלום בטופס הרישום.
עבור שנה מלאה - 10,950 ₪
ניתן לשלם עד 10 תשלומים בהוראת קבע כרטיס אשראי.



הכשרת מטפלים לטיפול בטרומה - מריפוי לצמיחה

התמודדות עם זיכרונות טראומטיים חודרניים (20 ש"א)

משך

5 מפגשים, בימי ב' בין השעות 16:00-19:15
מועדים: 8.9.25, 15.9.25, 29.9.25, 20.10.25, 27.10.25
* ייתכנו שינויים במועדים לפי שיקול הדעת צוות המקצועי

עלות

1,920 ש"ח כולל מע"מ - ניתן לחלק ל-2 תשלומים

על המרצה

ד"ר ויטלי טבלב, קרימינולוג קליני בכיר, מטפל מומחה ומדריך התנהגותי קוגניטיבי. מומחה לטיפול בילדים ונוער, פסיכותרפיה ממוקדת רגש. התמחה בשיטת ה-EFT אצל מייסד השיטה פרופ' לסלי גרינברג. ויטלי איש סגל בכיר בבית"ס בעל מרפאה פרטית. קב"ן ורב סרן במילואים, עם ניסיון עשיר בטיפול ב-PTSD.

בטיפול בחוויות טראומטיות, מטופלים רבים מתארים זיכרונות חודרניים טראומטיים שגורמים למצוקה. אנשים שסובלים מפוסט-טראומה ושעברו אירועים קשים כגון מלחמה, אירועי טרור, התעללויות, תאונות דרכים, אנשים שמאובחנים בהפרעה אובססיבית-קומפולסיבית, חרדה, דיכאון עלולים לחוות הבזקי זיכרונות טראומטיים. הזיכרון החודרני מתבטא בתמונות מוחשיות, צבעוניות, חיות שקשה לחסום אותן. הזיכרונות הטרומטיים מעוררים רגשות שליליים ומצוקה רבה.

בקורס נתמקד בעבודת CBT על הזיכרונות חודרניים. נלמד ונתרגל כלים טיפוליים לעבודה ממוקדת בשכתוב הזיכרון, הורדת הזיכרון החודרני, ומחיקת תמונות חודרניות. הפרוטוקול הטיפולי עוזר למטופל לעדכן את הזיכרון הטרומטי ולהבנות זיכרון מחדש.

שיטות לימוד

- הרצאות, דיון על מקרים קליניים, הדגמה חווייתית.
- ייעוץ תרגול חווייתי של כלים עם שיתוף בין משתתפי הקורס.
- דגש חשוב על יישום הכלים בין פגישות לימודיות.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

הכשרת מטפלים לטיפול בטרומה - מריפוי לצמיחה

FLASH למטפלים: טיפול יעיל בטרומה (12 ש"א)

משך

3 מפגשים, בימי ב' בין השעות 16:00-19:15
מועדים: 3.11.25, 10.11.25, 17.11.25
* ייתכנו שינויים במועדים לפי שיקול הדעת צוות המקצועי

עלות

1,150 ש"ח כולל מע"מ, בתשלום 1

על המרצה

ד"ר ויטלי טבלב, קרימינולוג קליני בכיר, מטפל מומחה ומדריך התנהגותי קוגניטיבי. מומחה לטיפול בילדים ונוער, פסיכותרפיה ממוקדת רגש. התמחה בשיטת ה-EFT אצל מייסד השיטה פרופ' לסלי גרינברג. ויטלי איש סגל בכיר בבית"ס בעל מרפאה פרטית. קב"ן ורב סרן במילואים, עם ניסיון עשיר בטיפול ב-PTSD.

טכניקת FLASH (ראשי תיבות של Focused Learning Associated States Healing) היא גישה טיפולית חדשנית, המיועדת לטיפול במגוון רחב של טראומות. השיטה משלבת אלמנטים של CBT עם טכניקות של חשיפה ממושכת (PE). באמצעות סדרת שלבים מובנים, המטופל לומד לשנות את התגובות הרגשיות והפיזיולוגיות הקשורות לזיכרונות הטראומטיים, ובכך מפחית את הסימפטומים הקשורים לטרומה, כגון חרדה, דיכאון והפרעות בשינה.

קורס מתקדם זה יקנה לך מיומנויות מתקדמות בטכניקת FLASH, ויאפשר לך להעמיק את ההבנה והיישום של הטכניקה. נלמד כיצד להתאים את הטכניקה למטופלים מורכבים, להתמודד עם התנגדויות, ולטפל במגוון רחב של טראומות.

שיטות לימוד

- הרצאות, דיון על מקרים קליניים, הדגמה חווייתית.
- ייעוץ תרגול חווייתי של כלים עם שיתוף בין משתתפי הקורס.
- דגש חשוב על יישום הכלים בין פגישות לימודיות.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

הכשרת מטפלים לטיפול בטרומה - מריפוי לצמיחה

טרנספורמציה לאחר טראומה: גישה אינטגרטיבית לבניית חוסן וצמיחה (36 ש"א)

משך

9 מפגשים, בימי ב' בין השעות 16:00-19:15
מועדים: 24.11.25, 1.12.25, 8.12.25, 22.12.25, 29.12.25, 5.1.26, 12.1.26, 19.1.26, 26.1.26
* ייתכנו שינויים במועדים לפי שיקול הדעת צוות המקצועי

עלות

3,420 ש"ח כולל מע"מ - ניתן לחלק ל-3 תשלומים

על המרצה

גב' עירית סדן, פסיכולוגית קלינית מומחית ומדריכה מוסמכת באיט"ה. פסיכולוגית ארגונית. מנחה קבוצות, מדריכה ומרצה בנושאים של CBT, צמיחה פוסט-טראומטית, הנחיית קבוצות, פגיעה מינית, עבודה עם הגיל המבוגר ונושאים נוספים בתחומי הפסיכולוגיה. מדריכה, מנחה ומלמדת במסגרות שונות של הכשרה וטיפול (מכון פסגות, ביה"ס המרכזי לעו"ס של משרד הרווחה, יחידות הסיוע של בתי המשפט, מרכז סיוע לנפגעי/ות תקיפה מינית, ער"ן, מרכז חוסן). מטפלת ומדריכה בגישה אינטגרטיבית, גישה מערכתית ופסיכולוגיה טרנספרסונלית.

"מהחושך צומחים הכוכבים" – ויקטור הוגו

בעולם משתנה ומהיר, משברים הם חלק בלתי נפרד מהחיים. אך מה אם נוכל להפוך את המשברים להזדמנויות לצמיחה והתפתחות? הפסיכולוגיה המודרנית חווה מהפכה. במקום להתמקד רק בהשפעות ההרסניות של טראומות, אנו מביטים עתה על הקצוות החיוביים – היכולת לצמוח ולהתחזק בעקבות משברים. גישות טיפוליות חדשניות, כמו CBT הגל השלישי, מדגישות את החשיבות של פיתוח חוסן נפשי והתמודדות יעילה עם מצבי קושי.

הקורס יכלול תיאוריות ומחקרים עדכניים, והכרות מעמיקה עם הגישה של צמיחה מתוך משבר. תקבלו כלים מעשיים לטיפול במצבי טראומה ומשבר. כמו כן, זוהי הזדמנות לגדול וללמוד על עצמך ועל יכולות ההתמודדות שלך.

הלמידה בקורס משלבת תיאוריה, כלים מעשיים, התנסות חווייתית בהדגמות ותיאורי מקרה. בהתאם להרכב הקבוצה ולזמן, חלקים מן הקורס יכללו הדרכה ולמידת עמיתים. משתתפי הקורס ידרשו להשתתפות רציפה ופעילה בשיעורים, כולל התנסות, תרגול והצגות מקרה קצרות. כמו כן, יכוונו המשתתפים לתרגול בין המפגשים ויינתנו המלצות לקריאה והרחבת הלמידה.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

הכוח שבקבוצה: הכשרת מנחי CBT בעבודה קבוצתית (36 ש"א + 16 ש"א הדרכה)

קורס הכשרה חדשני וייחודי, המכשיר מנחים להובלת קבוצות טיפוליות בגישה ההתנהגותית קוגניטיבית, לעבודה עם בני נוער ומבוגרים. הקורס יעניק הכשרה מעמיקה בהנחיית קבוצות תוך התמקדות בייחודיות ההבנה והעבודה הקבוצתית בראי ה-CBT. הקורס יכלול חוויה התנסותית של המשתתפים בקבוצת CBT, והעמקה בשלושה פרוטוקולים מרכזיים, שכל אחד מהם יועבר בסדרה של ארבעה מפגשי עומק עם מומחה בתחום הטיפול הקבוצתי בנושא הספציפי.

לקורס 5 חלקים:

- חלק 1: מאחורי הקלעים של הקבוצה: תיאוריה, תכנון, בנייה ופרוטוקולים בגישת CBT - גב' רקפת שרמן אלישע
- חלק 2: קבוצה לחרדה חברתית - גב' אינה פרוג
- חלק 3: קבוצה לוויסות גופני -רגשי: חיבור גוף-נפש בטיפול קבוצתי - מר תמיר אשמן וגב' מאיה בן יעקב
- חלק 4: קבוצת שינוי הרגלים והתמודדות עם התמכרויות: כלים קבוצתיים לחיים מיטיבים - גב' שירלי צוקר
- חלק 5: הדרכה קבוצתית - גב' שירלי צוקר וגב' אינה פרוג

תוצרי הקורס

- הבנה מעמיקה של עקרונות ה-CBT ויישומה הייחודי בעבודה קבוצתית.
- היכרות מעמיקה עם שלושה פרוטוקולים טיפוליים מרכזיים ומוכחים, המועברים על ידי מומחים בתחום.
- כלים ומיומנויות מעשיות להנחיית קבוצות טיפוליות וסדנאות בצורה יעילה ומקצועית.
- ניסיון מעשי בהעברת קבוצה טיפולית בליווי הדרכה קבוצתית מקצועית.
- העשרה מקצועית משמעותית ויתרון בשוק העבודה.

דרישות

- רקע מוכח ב-CBT
- סביבת למידה מותאמת (מחשב, רמקולים, מצלמה, פרטיות)
- העברת קבוצה בשירות בו עובדים / בשירות אחר בהתנדבות (עזרה ניתן במקרה הצורך)
- נוכחות לפחות 80%

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

הכוח שבקבוצה: הכשרת מנחי CBT בעבודה קבוצתית (36 ש"א + 16 ש"א הדרכה)

משך

18 מפגשים של 2 ש"א כל אחד במתכונת מקוונת, בימי ב' בין השעות 16:00-17:30.
מועדים: 2.2.26, 9.2.26, 16.2.26, 23.2.26, 9.3.26, 16.3.26, 23.3.26, 13.4.26, 27.4.26, 4.5.26, 11.5.26, 18.5.26, 25.5.26, 1.6.26, 8.6.26, 15.6.26, 22.6.26, 29.6.26

8 מפגשי הדרכה קבוצתיים בימי ב' אחת לשבועיים, בין השעות 17:45-19:15.
מועדים: 9.2.26, 23.2.26, 16.3.26, 13.4.26, 4.5.26, 18.5.26, 1.6.26, 15.6.26

עלות

4,948 ש"ח (ניתן לחלק ל-4 תשלומים)

על המרצים

שרמן אלישע רקפת, M.S.W, מומחית בפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית, מדריכה מטעם איט"ה, מנחת קבוצות ומלמדת טיפול קבוצתי באוניברסיטת בר אילן. יועצת ארצית לתחום הטיפול הקבוצתי במשרד הביטחון.

פרוג אינה, M.sc, פסיכותרפיסטית התנהגותית קוגניטיבית, חברת איט"ה. מטפלת פרטנית וקבוצתית בגישת CBT, מרצה באוניברסיטת בר אילן, מעבירה הרצאות והשתלמויות לאנשי טיפול וחינוך. לשעבר סמנכ"לית מקצועית בעמותת "רקפת" (קבוצות לחרדה חברתית), יזמת ומקימת התכנית הארצית ללימודי הנחיית קבוצות בהתמחות בחרדה חברתית מטעם עמותת רקפת.

צוקר שירלי, M.S.W, מומחית בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית, ובהסמכה להדרכה באיט"ה. מומחית בטיפול בהתמכרויות ומנהלת את המרכז לטיפול בהתמכרויות בעיריית תל אביב. מדריכה ומלמדת בבית"ס המרכזי של העובדים הסוציאליים.

בן יעקב מאיה, M.A, מומחית בשיקום גופני - רגשי, מפתחת גישת 'אוריינטציה גופנית' לבניית חוסן אינטגרטיבי וכלים לוויסות הגוף והנפש לגברים ונשים המתמודדים עם פוסט טראומה ומשבר. מייסדת ומנהלת של בית הספר ליחסים - ללמוד לכעוס נכון.

אשמן תמיר, M.S.W, מומחה לטיפול ומניעת אלימות במשפחה ובמערכת החינוך. מומחה לטיפול קבוצתי רגיש מגדרי בגברים, בית הספר לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת תל אביב. מייסד ומנהל את בית הספר ליחסים - ללמוד לכעוס נכון, ושל עמותת שבת אחים - נותנים גב לגברים בישראל.

טיפול בדרמטילומניה

פרוטוקול טיפולי מבוסס CBT - הגל הראשון, שני ושלישי (10 ש"א)

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 15:00-17:15 | מועדים: 19.11.25, 12.11.25, 5.11.25

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

גילה פז - M.sc, פסיכותרפיסטית בגישה הקוגניטיבית-התנהגותית.
מטפלת - מרצה - מדריכה - חברה מומחית ומדריכה בהסמכה באיט"ה, מטפלת EMDR, מומחית בסכמה תרפיה. בעלת ניסיון קליני רב בטיפול במבוגרים ובבני נוער במגוון בעיות.

דרמטילומניה, הידועה גם בשם הפרעת חיטוט העור, היא מצב המאופיין בדחף כפייתי לחיטוט בעור עצמו, ובפתולוגיה חמורה, גורם לנזק. הפרעה זו מקוטלגת ב-DSM-5 תחת הפרעות של שליטת דחף (OCD). יש להפרעה סיבות גנטיות וסביבתיות כמו מתח, טראומה או לחץ נפשי כבד ללא יכולת ויסות. פעולת החיטוט גורמת להקלה מסוימת, על אף הכאב הכרוך בכך. התסמינים משתנים אך כוללים חיטוט של אזורים גלויים ומוסתרים בגוף כמו הפנים, הקרקפת, הרגליים, השפתיים והציפורניים.

הטיפול היעיל ביותר להפרעה הוא טיפול קוגניטיבי התנהגותי ובמיוחד אימון לשינוי הרגלים והיכולת לווסת רגש בעיקר שלילי. הטיפול מסייע להגביר מודעות להתנהגות האוטומטית, ללמוד לקבל רגשות לא נעימים מבלי לפעול על פיהם, אלא לבחור בהתנהגות מודעת שאינה מזיקה.

נושאי לימוד

- נכיר את הקריטריונים להפרעה ונעבוד עם פרוטוקול הנוגע בכמה מימדים:
- במימד הקוגניטיבי יושם הדגש על זיהוי - הטריגרים, דפוסי המחשבה, הרגשות, אשר גורמים לדחף ולחיטוט בעור.
- במימד הרגשי - נלמד על הטייס האוטומטי ונתרגל טכניקות עצירה וויסות ההתנהגות האוטומטית.
- במימד ההתנהגותי נלמד טכניקות שונות להתמודדות טובה ויעילה עם הדחף ועם הרגש המוביל לחיטוט.

שיטת לימוד

שיטה חווייתית הכוללת - מצגות, תרגולים, דיונים, צפייה בסרטונים ותרגול מיומנויות, בין המפגשים

סדנת שינה למטפלים: פרוטוקול טיפולי (10 ש"א)

שיטת לימוד

הרצאות בזום תוך מתן פרוטוקולים מפורטים ותרגולים

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב- 80% מהשיעורים לפחות.

*** מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.**

משך

3 מפגשים, בימי ד' בין השעות 17:45-20:00 | מועדים: 19.11.25, 12.11.25, 5.11.25

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

אורי מנדלקורן - M.A, פסיכולוג רפואי מומחה-מדריך, מורשה להיפנוט. מנהל "המרפאה לשינה טבעית", מטפל בשיטת CBTI, מעביר הרצאות סדנאות למטופלים ולאנשי מקצוע. חבר בוועדה המדעית של החברה הישראלית לחקר השינה של הר"י. מנהל היחידה לטיפול בהפרעות שינה, קופ"ח מאוחדת מחוז ירושלים.

בעיות שינה, ובמרכזן אינסומניה (אל-שינה או נדודי שינה), תופסות מקום מרכזי בעולם הבריאות – הגופנית והנפשית בשנים האחרונות. השינה, שמהווה משאב משמעותי של שקט, רוגע, בטחון ובטחון מבחינה נפשית, ושל צבירת אנרגיה, מנוחה, והתאוששות לקראת המחרת מבחינה גופנית, עלולה מנגד להיות אחד הגורמים הנפגעים באופן מיידי כאשר דברים מתערערים בחיינו. בתקופות של סטרס גבוהה, טראומה, משבר, וכדו', וביניהן גם תקופת המלחמה הנוכחית, ישנה עליה בבעיות שינה באוכלוסיה, וגם בצריכה של תרופות שינה.

שיטת CBTI - טיפול קוגניטיבי התנהגותי לאינסומניה, הינה הקו הראשון בשנים האחרונות בעולם לטיפול באינסומניה. זוהי שיטה ממוקדת, הנמשכת במשך כ-6-8 שבועות, העובדת על זיהוי המנגנונים המשמרים את בעיית השינה, ושימוש בכלים פרקטיים – התנהגותיים, קוגניטיביים, ופסיכו-פזיולוגיים, על מנת לסייע לאדם לצאת מ"מעגל הקסמים השלילי" בו הוא נמצא.

מטרות ההשתלמות

- מטרת הסדנה להקנות למטפלים היכרות עם עולם השינה והאל-שינה (אינסומניה).
- להעמיק בהבנה של היווצרות הבעיה, למידה לאבחן ולהמשיג מקרה (Case Formulation).
- להקנות כלים שונים, התנהגותיים, קוגניטיביים, וכלים פסיכו-פיזיולוגיים.

נושאי הלימוד

- מבוא לשינה
- מבוא לאל-שינה
- היווצרות בעיות שינה
- אבחון והערכה
- פרוטוקול CBTI
- מרכיבים התנהגותיים
- מרכיבים קוגניטיביים
- טכניקות פסיכו-פזיולוגיות
- מניעת הישנות

על טיקים, שליטה ומה שביניהם

השתלמות פרקטית ללימוד פרוטוקולים התנהגותיים לשליטה בטיקים והפרעות נלוות (12 ש"א)

שיטת לימוד

הרצאות בזום תוך מתן פרוטוקולים מפורטים ותרגולים

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

משך

4 מפגשים, בימי ד' בין השעות 15:00-17:15 | מועדים: 24.12.25, 10.12.25, 3.12.25, 26.11.25

עלות

908 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

ד"ר דנה פלדמן - שדה, פסיכולוגית קלינית מדריכה, בעלת תואר שני בפסיכולוגיה קלינית של הילד מאוניברסיטת בר אילן. בעשור האחרון שימשה כפסיכולוגית וחוקרת במרפאת טורט במרכז שניידר ובשנים האחרונות מנהלת משותפת של מרפאת טורט. עוסקת הן במחקר בטורט והן בהכשרת והדרכת מטפלים לעבודה בפרוטוקולים בהתנהגותיים מבוססי מחקר. בעבודתה הקלינית הינה פסיכולוגית אינטגרטיבית המשלבת גישות טיפוליות שונות.

מהם טיקים? ומה זה טורט? ממה הם נגרמים? האם אפשר ללמוד לשלוט בהם? מה הבדל בין טיק לטקס וכיצד מטפלים בכל אחד מהם? כיצד מדברים עם ילדים על טיקים? במסגרת השתלמות זו נלמד יחד על טיקים, ממה הם נגרמים, מה משפיע עליהם וכיצד נכון להגיב אליהם. נלמד על טורט, מה מהות האבחנה, כיצד מאבחנים ומהן ההפרעות הנלוות לה.

בהמשך לאלו נלמד ונתרגל יחד את פרוטוקולים התנהגותיים, מבוססי מחקר (evidence based) הקיימים כיום לטיפול התנהגותי לשליטה בטיקים:

- HRT (Habit reversal training)
 - CBIT (Comprehensive Behavioral Intervention for Tics)
 - ERP (Exposure and response prevention)
- לבסוף נלמד דגשים טיפוליים לטיפול בהפרעות נלוות במקרים של ילדים עם טורט/טיקים בדגש על Tic related OCD וכן עקרונות מנחים לעבודה עם הורים לילדים הסובלים מטורט.

מטרות ההשתלמות

- רכישת ידע מקיף על טיקים, הקשיים הנלווים ואפשרויות הטיפול בהם
- למידת פרוטוקול התנהגותי לשליטה בטיקים: HRT (Habit reversal training)
- למידת פרוטוקול התנהגותי לשליטה בטיקים: CBIT (Comprehensive Behavioral Intervention for Tics)
- למידת פרוטוקול התנהגותי לשליטה בטיקים: ERP (Exposure and response prevention)
- למידת עקרונות מנחים לעבודה עם הורים

נושאי לימוד

טיקים, טורט, אבחנה מבדלת, הפרעות נלוות, פרוטוקולים טיפוליים לשליטה בטיקים, TIC, RELATED OCD, עקרונות עבודה עם הורים

הכרות עומק עם ROCD הפרעה טורדנית כפייתית ביחסים אבחון, אבחנה מבדלת ופרוטוקול התערבות גמיש לטיפול בה (12 ש"א)

נושאי לימוד

- מהו ROCD ובאילו צורות הוא מופיע
- עבודה זוגית תוך כדי התמודדות וטיפול פרטני ב-ROCD
- מה מיוחד בצורה הזאת של ההפרעה?
- טעויות נפוצות
- הקושי באבחון ובאבחנה מבדלת
- מרחב הטרם ROCD – האם יש דבר כזה "רפואה מונעת"?
- מאפיינים ייחודיים בטיפול ב-ROCD
- תהליכי שיקום זוגי לאחר הטיפול

שיטת לימוד

בקורס ישולבו תיאורי מקרה, כלים קונקרטיים והתנסויות חווייתיות לצורך המחשה, הבנה וקבלת טכניקות פרקטיות לשילוב בסל הכלים הטיפולי שלכם. הסטודנטים יקבלו חומרי קריאה וכן תרגילים מעשיים בין הפגישות.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

*** מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.**

משך

4 מפגשים, בימי ד' בין השעות 17:45-20:00 | מועדים: 26.11.25, 3.12.25, 10.12.25, 24.12.25

עלות

908 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

גדעון פיין - M.A., פסיכולוג, מנהל ומייסד מכון "OCD Clinic רמת גן". קלינאי בעל ניסיון רב שנים בטיפול בהפרעות הספקטרום הטורדני כפייתי.

בשנים האחרונות הולכת וגוברת המודעות בקרב מטפלים רבים לגבי הפרעה טורדנית כפייתית בהקשר הבין אישי, המכונה ROCD (Relationship Obsessive Compulsive Disorder).

הכרה בסוג זה של הפרעת OCD חשובה ביותר כיוון שללא אבחון נכון של הבעיה מטפלים רבים עשויים במקרה הטוב לא להועיל בטיפול הפרטני/הזוגי שהם מציעים, ובמקרה הפחות טוב אף להזיק משמעותית.

תת סוג של OCD זה מתאפיין במספר מאפיינים ייחודיים אשר מקשים מאד על האבחון וכן על הטיפול לפי הפרוטוקול המקובל בטיפול ב-OCD בכללי. לעיתים הוא יגיע כתוכן ספציפי מתוך מגוון נושאי אובססיות אצל המטופל ולעיתים התוכן הזוגי/בין אישי יהיה הנושא הבלעדי בהפרעה.

ישנם לא מעט מטופלים אשר מגיעים במצב שלא ניתן לאבחן אותו כ"הפרעה" בצורה מלאה, אלא כמצב שאנו קוראים לו "טרם ROCD" מצב שפעמים רבות עלול לזלוז אל עבר פתולוגיה מלאה לולא התערבות מוקדמת ונכונה, בבחינת "רפואה מונעת".

מטרות ההשתלמות

- נעמיק במודל תיאורטי פחות מוכר של הרצף הטורדני כפייתי (OC Spectrum disorders) ונבין את המנגנון לעומק. מתוך פרדיגמה זו נבוא אל ההבנה והטיפול ב-ROCD
- נלמד לזהות ולהעריך מתי נכנסים לתוך המרחב הפתולוגי שבו מדובר על מצב של הפרעה טורדנית כפייתית (OCD) ומה משמעות האבחנה הזאת לפרקטיקה הטיפולית
- נכיר את "שינוי הכיוון" של מטרות ההשתלמות הטיפול במידה וזיהינו את ה"רצף הטורדני". מעבר מעולם של "תוכן" לעולם של "אופן"
- נלמד דרכי התערבות מותאמות למקרי ROCD על פי פרוטוקול גמיש ייחודי לתת הפרעה זו
- נכיר התערבויות ספציפיות ומותאמות לתהליכי שיקום זוגי לאחר (ולעיתים במקביל) הטיפול בסובל מ-ROCD ובהדרכה לבן/בת הזוג

טיפול ב-ACT - תרפיית קבלה ומחויבות

Acceptance and commitment therapy (21 ש"א)

משך

7 מפגשים, בימי ד' בין השעות 15:00-17:15 | מועדים: 31.12.25, 7.1.26, 14.1.26, 21.1.26, 28.1.26, 4.2.26, 11.2.26

עלות

1,600 ש"ח, ב-3 תשלומים

על המרצה

דן ברזילי - M.A., פסיכולוג חינוכי מומחה (נוירופסיכולוגיה שיקומית), מטפל מומחה ומדריך התנהגותי קוגניטיבי, קב"ן במילואים מנהל ומייסד מרכז "קשב רב" - מרכז לאבחון וטיפול בהפרעות קשב וריכוז. איש סגל בכיר בבית"ס ובעל ניסיון של שנים בהוראה וטיפול על פי גישת ה-ACT. בנוסף, משלב בפרקטיקה הטיפולית גישות טיפול שונות ביניהן טיפול ב-CBT, ביופידבק ונוירופידבק.

ACT היא אחת מגישות הטיפול הבולטות והפופולריות מתוך הדור השלישי ב-CBT. נמצאה יעילה כטיפול במגוון רחב של הפרעות לרבות חרדה, דיכאון, התמכרויות וכאב. הטיפול ב-ACT שם דגש על גמישות פסיכולוגית וראייה של האדם באופן הוליסטי, באמצעות מגוון טכניקות יישומיות של קשיבות (mindfulness) קבלה ומחויבות, האדם רוכש לעצמו דרכי התבוננות והתנהגות גמישים ומסתגלים יותר, המאפשרים לו לחיות חיים עשירים ורבי משמעות אשר הולמים את ערכיו.

נושאי לימוד

- הבסיס התיאורטי והפילוסופי של שיטת הטיפול.
- העמקה במודל של ACT לגמישות פסיכולוגית.
- המשגת מקרה דרך עדשות התיאוריה של ACT.
- רכישת מיומנויות בטכניקות שונות לקבלה ומחויבות.
- העמקה במושג "הערכים" והטמעתו בשיח הטיפולי.

שיטת לימוד

דידקטית וחוויתית/תרגולים, שימוש של סרטונים שמדגימים טיפול. בנוסף, הסטודנטים יתבקשו לתרגל את המיומנויות שירכשו בין מפגש למפגש.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

גירושין - קונפליקטים וניכור הורי: כלים למניעה, טיפול ושיקום הקשר (18 ש"א)

- תוצג תוכנית המתמקדת בסיוע ותיווך לילדים את תהליך הפרידה בהתאם לגילם ולצרכיהם המשתנים.
- יוצגו מאפיינים של זוגות במצבי קונפליקט גבוה ומודלים שונים להערכה והבנה של הדינמיקה המשפחתית והזוגית בקרב משפחות אלה, תעשה הבחנה בין מצבי ניכור הורי וסרבנות קשר.
- יוצג מודל "הכוח המניע" להבנת מצבי קונפליקט ונתקים בקשר, מודל מערכתי העוסק בכוחות המניעים את הסכסוך והנתקים בקשר, את מאפייני המשפחה ואת הדינמיקה המשפחתית הנוצרת במצבים אלה. יוצגו דרכי התערבות וטיפול מתאימות.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב- 80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

משך

6 מפגשים, בימי ד' בין השעות 17:45-20:00 | מועדים: 31.12.25, 7.1.26, 14.1.26, 21.1.26, 28.1.26, 4.2.26

עלות

1,300 ש"ח, ב-2 תשלומים

על המרצה

גב' דנה קלימי, עו"ס קלינית, מטפלת CBT, מטפלת זוגית ומשפחתית ומדריכה מוסמכת. מטפלת בקליניקה פרטית, מדריכה, מרצה ומלמדת. ניהלה במשך שנים רבות מרכז טיפולי לילדים בסיכון והתנסות רבות בעבודה עם משפחות בקונפליקט גירושין גבוה. פיתחה את מודל "הכוח המניע" - מודל תיאורטי טיפולי להערכה וטיפול במשפחות בתהליכי פרידה וגירושין וקונפליקט בעצימות גבוהה ומצבי ניכור הורי ונתקים בקשר. המודל הטיפולי משמש בסיס תיאורטי טיפולי למשרד הרווחה וכן למסגרות טיפוליות שונות. פרסמה שני מאמרים בנושא.

המפגש עם משפחות הנמצאות בתהליך גירושין רווח ביותר בעת הנוכחית בשל שכיחות התופעה. מטפלים רבים פוגשים הורים וילדים המצויים במשבר סביב הפרידה. לעתים קרובות עולה השאלה כיצד לסייע להעצים ולחזק כל אחד מבני המשפחה באופן שיסייע לצלוח את המשבר ואף לצמוח ממנו, גם בפן האישי וגם בפן המשפחתי. כיצד לתווך לילדים את הפרידה, וכיצד לתמוך בהם בתקופה כה מאתגרת ומורכבת. רוב הזוגות שחווים משבר גירושין יצליחו להגיע למצב של "גירושין טובים", בהם קיימת הפרדה בין הזוגיות שהסתיימה לבין ההורות, טיפול והכוונה המשלב תמיכה אישית בצד התכווננות לצרכי הילדים ולשת"פ הורי, יכול לסייע להם באופן משמעותי ואף למנוע החרפה של קונפליקטים בין ההורים.

כ-10% מהזוגות המתגרשים יתקשו לצלוח את המשבר, והם יחוו סכסוך גירושין בעצימות גבוהה המאופיין במצבי קונפליקט חמורים, מאבקים מתמשכים בבית המשפט וחשיפת הילדים לסכסוך. **לסכסוך הגירושין השלכות קשות על בני הזוג עצמם ועל הילדים הלכודים לעתים קרובות בקונפליקט נאמנויות. ילדים אלה החשופים באופן מתמיד למאבקים בין הוריהם עשויים לחוות את הסכסוך כטראומתי ומשפיע על איכות חייהם. אחת התוצאות הקשות לחשיפת ילדים לסכסוך מתמשך בין הוריהם היא תופעת הנתקים בקשר וניכור הורי. תופעה מורכבת וקשה לטיפול.**

מטרות הקורס

- לסייע למטפלים במפגש עם הורים במצבי גירושין לצלוח את המשבר באופן מיטיב ולתווך לילדיהם את תהליך הפרידה.
- לסייע למטפלים במפגש עם הורים וילדים המתמודדים עם קונפליקט גירושין בעצימות גבוהה, ללמוד להעריך את עוצמת הקונפליקט, להכיר את הדינמיקה והמניעים לקונפליקט ואף למצבי הנתק, להבחין בין ניכור הורי לסרבנות קשר ולהיחשף לדרכי טיפול והתערבויות העשויות לסייע למשפחה.

נושאי הקורס

- יוצגו מודלים טיפוליים המסייעים להבין את שלבי הפרידה והתערבויות טיפוליות המסייעות לבני הזוג לבסס אינטגרציה וחשיבה דיאלקטית.

טיפול בהפרעת מרדנות (ODD) (10 ש"א)

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

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.

ODD הינה הפרעה שמאפיינת ילדים ובני נוער שבאה לידי ביטוי בדפוס חוזר ונשנה של התנהגות נגטיביסטית ("דווקאית"), מתריסה, מתנגדת ועוינת, כלפי דמויות סמכות, כדפוס התנהגות קבוע הנמשך לאורך זמן. ההפרעה נמצאת על הגבול הדק בין הפרעת התנהגות לבין התנהגות פתולוגית שמציגה חוסר תפקוד יום יומי כגון ללכת לביה"ס. בקורס נלמד להכיר, למפות את תסמיני ה- ODD ונלמד פרוטוקול וכלי CBT לגיוס המוטבציה ועזרה לחזרה לתפקוד. בנוסף, נרכוש כלים יישומיים מתוך הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית של תקשורת בין-אישית בין הורה לילד עבור הדרכת הורים.

מטרות ההשתלמות

- זיהוי סימני ה- ODD ואבחנה מבדלת מעבר לתסמינים הפסיכאטרים
- ביצוע המשגה ויציאה למטרות ההשתלמות טיפול ותכנון התערבות טיפולית
- תרגול בכלים טיפולים
- הדרכת הורים
- ויניאטות

שיטת לימוד

בין המפגשים ינתנו מטלות ליישום הנלמד הרצאות בזום תוך מתן פרוטוקולים מפורטים ותרגולים

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב- 80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

משך

3 מפגשים, בימי ד' בין השעות 17:45-20:00 | מועדים: 11.2.26, 18.2.26, 25.2.26

One more bite

פרוטוקול טיפולי באכילה בורנית / נמנעת (10 ש"א)

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 15:00-17:15 | מועדים: 18.2.26, 25.2.26, 4.3.26

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

מורן וילנר סקאל M.A., פסיכולוגית קלינית מומחית. בעלת ותק מקצועי במרפאה להפרעות אכילה לילדים ונוער ובמחלקה להפרעות אכילה לנוער בבית חולים שיבא תל השומר. כיום בעלת קליניקה פרטית. בעלת ניסיון בעבודה פרטנית, קבוצתית, הדרכת הורים וטיפול משפחתי.

התערבות טיפולית מבוססת טיפול קוגניטיבי התנהגותי בילדים נוער ומבוגרים הסובלים מהפרעת אכילה בורנית / נמנעת - ARFID – Avoidant Restrictive Food Intake - Disorder.

כחלק משלבי ההתפתחות התקינים הורים חושפים את ילדיהם למאכלים חדשים, ונפתח בפניהם עולם חדש של טעמים, ריחות ומרקמים. בניגוד לשלב ההתפתחות התקין, הפרעת אכילה בורנית/נמנעת אינה שלב שחולף, כי אם הפרעת אכילה שיש לאבחנה בעזרתם של אנשי מקצוע. לעצם קיומה של הפרעת אכילה בורנית/נמנעת יש השלכות משמעותיות לסובלים ממנה.

ההשתלמות תעניק ידע פרקטי ומעשי למטפלים המעוניינים להעשיר את ארגז הכלים שלהם בקליניקה. נכיר מקרוב טיפולים המבוססים מודלים שנצברו מתוך ניסיון קליני. נקנה ידע תאורטי וקליני בהפרעת אכילה ואת משמעות ההשלכות השליליות לסובלים ממנה.

שיטת לימוד

דידקטית, התנסות אישית חווייתית, תיאור מקרה וחשיפה לחוברת עבודה מאוירת ואישית לעבודה עם מטופלים.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

אנקופרזיס: התערבות טיפולית עפ"י הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית (10 ש"א)

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

אסתי אורבך - M.A, מדריכת הורים מוסמכת ומטפלת התנהגותית-קוגניטיבית באומנות, מדריכה באיט"ה, מרצה במכון פסגות. חברה מומחית באיט"ה ובי.ה.ת. בעלת נסיון של כ-20 שנה בטיפול בילדים, נוער ומבוגרים ובהדרכת הורים במסגרות שונות: בריאות, חינוך, רווחה ובקליניקה פרטית.

אנקופרזיס (הצטאות) היא בריחת צואה לא רצונית המופיעה אצל ילדים לאחר גיל הגמילה. זהו קושי מתסכל מאוד עבור הילדים והוריהם בגילאים הצעירים. ישנן מספר גישות טיפוליות, אך היעילה מביניהן היא הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית שרואה את הקושי והפיתרון לקושי כחלק מקונטקסט רחב: רפואי, משפחתי, רגשי, התנהגותי ותחושת. מטרת ההשתלמות היא למידת פרוטוקול טיפולי ברוח ה-CBT- לאנקופרזיס.

נושאי לימוד

- הכרות עם אנקופרזיס.
- הכרות עם המודל הקוגניטיבי התנהגותי לטיפול באנקופרזיס.
- פרוטוקול לטיפול באנקופרזיס.
- תיאור מקרה.

שיטת לימוד

הרצאות בזום תוך מתן פרוטוקולים מפורטים ותרגולים

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב- 80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

משך

3 מפגשים, בימי ד' בין השעות 15:00-17:15 | מועדים: 11.3.26, 18.3.26, 25.3.26

אכילה רגשית - מפתחות לטיפול בראי הגישה הקוגניטיבית התנהגותית בשילוב 3 הגלים (10 ש"א)

- נדבר על הקונפליקט בין חלקי העצמי אשר מייצר מעגל של אכילה בלתי מבוקרת.
- נכיר "מפתחות" רבים ומגוונים, לשינוי הרווחה הפנימית.

שיטת לימוד

הרצאות בזום תוך מתן פרוטוקולים מפורטים ותרגולים

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

*** מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.**

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 17:45-20:00 | מועדים: 11.3.26, 18.3.26, 25.3.26

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

גילה פז - M.sc, פסיכותרפיסטית בגישה הקוגניטיבית-התנהגותית.
מטפלת - מרצה - מדריכה - חברה מומחית ומדריכה בהסמכה באיט"ה, מטפלת EMDR, מומחית בסכמה תרפיה. בעלת ניסיון קליני רב בטיפול במבוגרים ובבני נוער במגוון בעיות.

אכילה רגשית הינה תופעה בינלאומית, תרבותית, חברתית ומשפחתית. האכילה ברובה, היא הרבה יותר מאשר סיפוק צורך של רעב. אנו אוכלים כדי לחגוג, להתנחם, להירגע, אנו אוכלים כשאנו עצובים וגם כשאנו שמחים. הקשר בין אכילה לרגשות הוא רגיל ואינו בעייתי. אכילה רגשית הופכת לבעיה כאשר אינה מבוקרת, ומטרתה לדכא רגשות "בלתי נעימים". ישנם מחקרים הטוענים כי הנטייה לאכילה רגשית קשורה לחוסר במילוי צרכים רגשיים, בסיסיים ומהווה תחליף לסיפוק אותם הצרכים.

מערכת היחסים שלנו עם אוכל היא מעין מיקרוקוסמוס של מערכת היחסים שלנו, לאמונות שלנו ולסיפוק הצרכים הרגשיים, אל מול האחר. סכמה תרפיה הינה שיטת טיפול המותאמת לטיפול בקשיים רגשיים ובין-אישיים מתמשכים. על פי הסכמה תרפיה, לכל בני האדם, ישנם צרכים רגשיים בסיסיים (לדוגמא, צורך בקבלה, הכרה, תיקוף רגשי, גבולות, עצמאות). כאשר צרכים אלו אינם מסופקים או מסופקים באופן חלקי, נוצרות באדם סכמות בלתי יעילות, שהן תבניות מנטליות המכילות מחשבות, רגשות, זיכרונות אשר מניעות את האדם לאסטרטגיות התמודדות בלתי יעילות, כמו אכילה בלתי מבוקרת.

מטרות ההשתלמות

הכרת כלים קוגניטיביים, רגשיים והתנהגותיים, להתמודדות עם אכילה רגשית.

נושאי לימוד

- נערוך היכרות עם מאפייני האכילה רגשית ועקרונות הטיפול בה.
- ניתן מקום לעולם הרגש ולהבנת הקשר הלא טבעי בינו לבין האוכל.
- נלמד איך מתמודדים עם "הטייס האוטומטי" ומפתחים כלים לשליטה עצמית.
- נלמד מהם הצרכים הרגשיים הבסיסיים.
- נגביר מודעות לזיהוי הקולות הפנימיים הגורמים לאכילה בלתי מבוקרת.
- נלמד לזהות 4 טיפוסים של "אכלנים רגשיים".

הטיפול בהתמכרות למסכים

מודל תו"ם לשימוש בעייתי במסכים (10 ש"א)

שיטת לימוד

הרצאות בזום תוך מתן פרוטוקולים מפורטים ותרגולים

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.
- סביבת לימודים מותאמת ללא הפרעות.

*** מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.**

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 15:00-17:15 | מועדים: 15.4.26, 29.4.26, 6.5.26

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

ד"ר רון סלע, פסיכולוג קליני מומחה, מטפל בקליניקה פרטית בילדים ובבני נוער. מתמחה בהדרכות הורים בגישת הסמכות ההורית החדשה. כיום חוקר באוניברסיטת רייכמן את המפגש שבין העולם הפסיכולוגי לעולם הדיגיטלי, וכן פיתוח חוסן במצבי משבר באמצעות בניית מעטפת קהילתית.

המהפיכה הדיגיטלית הינה, אולי, המהפיכה החשובה ביותר של דורנו שהביאה השפעות פסיכולוגיות, תרבותיות וחברתיות רחבות היקף. לאור כניסת הטלפון החכם ואמצעי מדיה מתקדמים אחרים, נעשה השימוש במסכים לחלק מרכזי ביותר במציאות היומיומית של כולנו, ובמיוחד של ילדים, בני נוער ובוגרים צעירים שלא מכירים מציאות שאין בה רובד דיגיטלי. שימוש זה הביא איתו שינויים באופן שבו בני הנוער תופסים את עצמם, חושבים, מרגישים ומנהלים מערכות יחסים. לצד זאת, שימוש אינטנסיבי במסכים חושף את בני הנוער לסיכונים משמעותיים כגון שימוש מופרז והתמכרות, בריחה מהתמודדות עם אתגרים במציאות הלא-דיגיטלית, חשיפה לתוכן בעייתי (למשל פורנוגרפיה והימורים), ובריונות ברשת.

כדי לתת מענה לקשיי הוויסות וחשיפה לתכנים שאינם תואמי גיל, פותח מודל תו"ם הכולל שלוש פונקציות טיפוליות ו/או הוריות הבאות לידי ביטוי לפי רמת הסיכון של הילד: (1) תיווך, (2) וויסות (3) מגן.

מטרות ההשתלמות

- לימוד עקרונות מרכזיים בהיבטים פסיכולוגיים של העולם הדיגיטלי
- לימוד של מודל תו"ם לצורך יישומו בקליניקה, במרפאות ובמוסדות חינוכיים

נושאי לימוד

- אבחון קשיי וויסות במסכים בקרב צעירים.
- הבנת הצרכים והמנגנונים הנפשיים שבאים לידי ביטוי בעולם הדיגיטלי בקרב צעירים.
- פיתוח שפה טיפולית ומארג מושגים תוך שימוש בתובנות של האינטראקציה בין העולם הדיגיטלי לעולם הנפשי.
- להדריך הורים באמצעות מודל תו"ם כדי לסייע להם לפתח אורח חיים דיגיטלי בריא ולהגן מפני התנהגויות סיכון הקשורות לעולם הדיגיטלי.

טיפול בהתמכרויות לקאנביס ופורנו התערבויות מתקדמות לטיפול בקרב נוער (10 ש"א)

שיטת לימוד

הרצאות מתוך מצגת (מלוות בדוגמאות רבות מהקליניקה), חלקים חוויתיים- תרגילים, סרטונים וכד', תיאורי מקרה קליניים לדיון

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

*** מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.**

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 17:45-20:00 | מועדים: 15.4.26, 29.4.26, 6.5.26

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

ד"ר שירה סובול, חברת סגל ומרצה בחוג לעבודה סוציאלית באוניברסיטת בר אילן. מומחית בטיפול בהתמכרויות ובחרדות. חוקרת את תחום ההתמכרויות, בפרט התמכרות לקנאביס ומשפחה והתמכרות. מחברת הספרים: "מנצחים את הפחד" ו"הורים לילדים ללא גבולות". בעברה ניהלה שירה את המחלקה לטיפול בהתמכרויות בקרית אונו.

התמכרות לסוגים שונים של חומרים ופעילויות בכלל ובקרב אוכלוסיית הנוער בפרט הינה תופעה רווחת בכל שדרותיה של החברה. מאז אירועי ה-7 באוקטובר, אנו עדים למגמה מדאיגה של שימוש לרעה בקרב בני הנוער.

ככלל, בשנים האחרונות חל שינוי תפיסתי וגילויי טולרנטיות חברתית כלפי השימוש בסם הקנאביס. בנוסף, ידוע על חשיפה הולכת וגוברת לטכנולוגיה כבר מהגילאים הצעירים ועמה הנגישות המהירה לתכנים פורנוגרפיים. תופעות אלו מעוררות דאגה ומשפיעות על עמדות והתנהגויות השימוש בקרב בני הנוער.

ההשתלמות תעניק ללומדים היכרות עם אוכלוסיית הנוער המתבגר והקשר לשימוש בכלל ולקנאביס ופורנו בפרט, בימינו. בנוסף, ההשתלמות תעסוק ותרחיב על אופן הטיפול באוכלוסייה זו. המפגשים יתמקדו באתגרי גיל ההתבגרות והשימוש בקרב הנער ומשפחתו, ובעיקר יספקו ידע וכלים בתחום הטיפול והדרכת ההורים בנוער משתמש.

המפגשים יילמדו מתוך העמדה הטיפולית האינטגרטיבית המשלבת גישות וכלים מגוונים והמותאמת למוטיבציה, למוכנות לשינוי ולמשאבי השינוי של הנער ומשפחתו.

מטרות ההשתלמות

- הקניית ידע בסיסי לגבי גיל ההתבגרות והתמכרות.
- רכישת כלים בנושא הדרכת הורים וטיפול בנוער משתמש

נושאי לימוד

- לזהות ולאבחן שימוש לרעה והתמכרות בקרב בני נוער
- להכיר את סם הקנאביס והשלכותיו ההתפתחותיות והפסיכולוגיות על בני הנוער
- להכיר את תופעת הפורנוגרפיה בקרב בני הנוער ואת השלכותיה הפסיכולוגיות והחברתיות
- לרכוש ידע וכלים בהדרכת הורים ובעבודה מניעתית וטיפולית בנוער משתמש

הקסם של הגוף – ויסות גופני ונפשי לאחר טראומה

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

ד"ר אפרת נוה, עובדת סוציאלית ופסיכותרפיסטית, מומחית טיפול גוף נפש (SEP), מטפלת זוגית ומשפחתית, מקימה ומנהלת מאור, מרכז טיפולי לילדים ובני נוער נפגעי תקיפה מינית, מרצה מומחית לטראומה במכללה האקדמית אשקלון ובמכון חרוב, בעלת קליניקה פרטית, מדריכה צוותים ואנשי מקצוע, מנכ"לית "בשביל התקווה" – בית להכשרה בטיפול רגיש טראומה, מטפלת מומחית לטראומה בכירה.

אנשים רבים יחוו אירועים טראומטיים במהלך חייהם כתוצאה ממלחמה, תאונה, אלימות או אירוע חיים מסכן אחר, חלקם יפתחו סימפטומים פוסט טראומטיים וחלקם יפתחו תסמונת לחץ פוסט טראומטית הכוללת השלכות קשות על חיי היום יום של אנשים. לצד ההשלכות הנפשיות ידוע כי קיימות גם השלכות פיזיולוגיות הכוללות קשיי ויסות.

מטרת ההשתלמות

מתן כלים פרקטיים לויסות מתוך עולם הידע של פיטר לוין, ואן דר קולק וסטיבן פורג'ס.

נושאי לימוד

- מה בין מח לטראומה
- הגוף כמרפא
- שפת הגוף וכלים לויסות - כלים פרקטיים.

אמצעי הוראה

הרצאה הכוללת דוגמאות מהשדה הקליני, תירגול והתנסות עצמית בכלים שיילמדו.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב- 80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 15:00-17:15, מועדים: 13.5.26, 27.5.26, 3.6.26

טיפול קוגניטיבי - התנהגותי (CBT) בבולימיה נרבוזה (10 ש"א)

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

ד"ר קרן דגן, עובדת סוציאלית קלינית ופסיכותרפיסטית. עובדת ב-11 השנים האחרונות ביחידה להפרעות אכילה במרכז הרפואי רמב"ם בחיפה. מטפלת באופן פרטני וקבוצתי בנוער, צעירים ומבוגרים הסובלים מהפרעות אכילה בטיפול יום הפרעות אכילה ובטיפול מרפאתי. בנוסף, מלמדת קורסים שונים בבית הספר לעבודה סוציאלית במכללת תל חי ומטפלת בקליניקה פרטית.

בולימיה נרבוזה היא אחת מהפרעות האכילה, אשר מאופיינת באפיזודות חוזרות של בולמוסי אכילה שלאחריהן התנהגות מפצה על מנת למנוע עליה במשקל. מדובר בהפרעה נפשית שבה למעשה קיים עיסוק יתר של הפרט במשקל הגוף, במבנה ובצורת הגוף כדרך בלתי מסתגלת לפתרון בעיות שבאות ממקור נפשי-רגשי. טיפול קוגניטיבי התנהגותי (CBT) הידוע כגישה רחבה לטיפול מובנה, ממוקד ומבוסס ראיות נמצא יעיל במיוחד לטיפול בבולימיה נרבוזה כמו גם בהפרעת אכילה התקפית (Bulimia nervosa ו-Binge Eating Disorder) והוא נחשב כיום לטיפול המוביל והמבוסס ביותר מחקרית. כיום מיושמת שיטת-טיפול זו, בארץ ובעולם, במגוון מסגרות-טיפול ציבוריות ופרטיות.

שיטת לימוד

- הרצאות (מלוות בסרטונים ובדוגמאות קליניות).
- התנסות חווייתית ותרגולים.
- ספרות מקצועית: מאמרים וחומרי תרגול יועברו במהלך ההשתלמות.

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב- 80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

משך

3 מפגשים, בימי ד' בין השעות 17:45-20:00 | מועדים: 13.5.26, 27.5.26, 3.6.26

כואב לי

ויסות כאב באמצעות טיפול CBT לסובלים מכאב כרוני (10 ש"א)

אמצעי הוראה

הרצאות (מלוות בדוגמאות מהקליניקה), התנסות - חווייתית ותרגול המיומנויות

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

*** מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.**

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 15:00-17:15 | מועדים: 10.6.26, 17.6.26, 24.6.26

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

ד"ר נצח גורן, הינו בוגר בית הספר למדעי ההתנהגות באוניברסיטת מלבורן, אוסטרליה, שם התמחה בתחום הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי (CBT), תוך התמקדות בשלושה ענפים מרכזיים: הפרעות חרדה ודיכאון, התמודדות עם מחלות וכאב כרוני וגמילה ממריחואנה. ד"ר גורן אחראי כיום על המערך במכון הכאב במרכז הרפואי ע"ש סוראסקי בתל אביב, והקים ומנהל את המכון לטיפול קוגניטיבי-התנהגותי בהפרעות חרדה וכאב כרוני.

כמליון וחצי איש סובלים מכאב כרוני בישראל. השלכות הכאב עשויות להשפיע על כלל מעגלי החיים. לדוגמא, ברמה הרגשית, כ-33 אחוזים מהסובלים מכאב כרוני, יסבלו גם מדיכאון או חרדות. נתונים אילו ממחישים את הצורך במענה פסיכולוגי ממוקד ויעיל. טיפול קוגניטיבי התנהגותי מספק מענה ישיר לתחום זה.

הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי בסובלים מכאב כרוני אף מכיל אלמנט לימודי, באמצעותו רוכש המטופל ידע משמעותי ומדויק לגבי מצבו ודרכי ההתמודדות המומלצים לגבי כאב כרוני. נוסף, מרבית הדגש בטיפול הינו שיפור איכות החיים של המטופל והוספת תוכן ומשמעות לחייו. כך שאחת ממטרות ההשתלמות העל הטיפוליות הינה: חיים עשירים בתוכן ובמשמעות, עם הכאב ובלעדיו.

מטרות ההשתלמות

- סקירת גוף הידע התיאורטי והמחקרי בתחום הכאב הכרוני, תוך התייחסות נרחבת להיבטים נפשיים.
- התייחסות לתיאורי מקרה.
- תרגול שימוש בטכניקות קוגניטיביות התנהגותיות הממוקדות בוויסות חוויית הכאב של המטופל, הכוללת בין השאר דפוסי חשיבה 'מעצימי' כאב ודפוסי התנהגות המשמרים את חווייתו.

נושאי לימוד

- אבחון וזיהוי דפוסי חשיבה והתנהגות בהקשר לכאב
- שימוש בטכניקות ודרכי טיפול קוגניטיביים והתנהגותיים
- שיפור חווית השליטה בכאב
- יציקת תוכן ומשמעות לחיי המטופל
- הדגמת עקרונות- הטיפול (פורמולציה טיפולית, וויסות רגשי, התמודדות עם הימנעויות וויסות החוויה הקטסטרופאלית)

טיפול CBT אינטגרטיבי בקשת הפרעות פסיכוסומטיות המעיי הרגז, קונברסיה ופסיכוסומטיקה לאחר טראומה (10 ש"א)

משך

3 מפגשים בימי ד' בין השעות 17:45-20:00 | מועדים: 10.6.26, 17.6.26, 24.6.26

עלות

756 ש"ח, בתשלום 1

על המרצה

פטריסיה מן-בוטבול - M.A, פסיכולוגית רפואית מומחית - מדריכה ומורשית להיפנוט. מנהלת המרפאה לפסיכולוגיה רפואית של מכון דרכים. מנהלת השירות לפסיכולוגיה רפואית בצבא ועובדת מזה 12 שנה במערכת הביטחון. במשך 5 שנים כיהנה כחברת ועד האגודה הישראלית לפסיכוסומטיקה, מדריכה בתוכנית "עוגן" להכשרה בפסיכותרפיה מבוססת אינטגרציה.

פסיכוסומטיקה היא תחום רפואי ומדעי ששואף להבין את תרומתו של הקשר בין הנפש (פסיכה) והגוף (סומה) בהתפתחותן של מחלות או תופעות גופניות. הידע המצטבר במהירות ובהתמדה על המוח ומערכת העצבים, על המערכת החיסונית ועל המערכת ההורמונלית, והתפקיד של המערכת האוטונומית האחראית על תגובת הדחק ביחסי הגומלין ביניהן, הביא את המדענים והתאורטיקנים למודעות ברורה ביחס למלאכותיות של ההבחנה המסורתית בין גוף לנפש. במשך השנים הלכו והתרבו המחקרים שהצביעו על הקשר ההדוק בין הבריאות הגופנית והמצב הנפשי והצורך בהתבוננות על הגופנפש כיחידה אחת בלתי נפרדת.

ההשתלמות תעסוק בשלוש הפרעות שכיחות: תסמונת מעיי הרגז, קונברסיה ופסיכוסומטיקה לאחר טראומה.

נושאי לימוד

- זיהוי, אבחון וטיפול בהפרעות פסיכוסומטיות על פי מודלים עדכניים מבוססי מחקר,
- שימת דגש על היבטים פסיכו-רפואיים, וכיצד לטפל בחולה הפסיכוסומטי בכלים מעולם הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי באינטגרציה בטיפול עם כלים נוספים מבוססי ראיות.

אמצעי הוראה

הרצאות, מתן כלים פרקטיים ליישום עם מטופלים, התנסות ותרגול הכלים, הדגמה ולימוד דרך מקרים טיפוליים

דרישות

- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- נוכחות עם מצלמה פתוחה.
- נוכחות ב-80% מהשיעורים לפחות.

* מיועד למטפלים שעברו הכשרה קודמת ב-CBT.

קורסים - פירוט תאריכים ועלויות

שם ההשתלמות	ש"א	מספר מפגשים	שעה	תאריכים	סכום	מועדי תשלום	מס' תשלומים מבוקש
שנה מלאה	170				10,950 ₪	תשלום ראשון ב-01.11.25	עד 10
שנה מלאה – (כולל טראומה)	170				10,950 ₪	תשלום ראשון ב-1.9.25	עד 10
קורסים ימי ב'							
הכשרה בטרומה – קורס מלא (3 מודולות)	68	17	16:00-19:15	8.9.25-26.1.26	6,200 ₪	תשלום ראשון ב-1.9.25	עד 4
התמודדות עם זיכרונות טראומטיים חודרניים	20	5	16:00-19:15	8.9.25, 15.9.25, 29.9.25, 20.10.25, 27.10.25	1,920 ₪	תשלום ראשון ב-1.9.25	עד 2
FLASH	12	3	16:00-19:15	3.11.25, 10.11.25, 17.11.25	1,150 ₪	תשלום ב-1.11.25	תשלום 1
טרנספורמציה לאחר טראומה: גישה אינטגרטיבית לבניית חוסן וצמיחה	36	9	16:00-19:15	24.11.25, 1.12.25, 8.12.25, 22.12.25, 29.12.25, 5.1.26, 12.1.26, 19.1.26, 26.1.26	3,420 ₪	תשלום ראשון ב-15.11.25	עד 3

קורסים - פירוט תאריכים ועלויות

שם ההשתלמות	ש"א	מספר מפגשים	שעה	תאריכים	סכום	מועדי תשלום	מספר תשלומים מבוקש
הכוח שבקבוצה: הכשרת מנחי CBT בעבודה קבוצתית	52	18	16:00-17:30 מפגשי הדרכה בין השעות: 17:45-19:15	,2.2.26 ,9.2.26 ,16.2.26 ,23.2.26 ,9.3.26 ,16.3.26 ,23.3.26 ,13.4.26 ,27.4.26 ,4.5.26 ,11.5.26 ,18.5.26 ,25.5.26 ,1.6.26 ,8.6.26 ,15.6.26 ,22.6.26 29.6.26	4,948 ש"ח	תשלום ראשון ב- 1.2.26	עד 4

קורסים - פירוט תאריכים ועלויות

קורסים ימי ד'							
טיפול בדרמטילומניה - פרוטוקול טיפולי מבוסס CBT - הגל הראשון, שני ושלישי	10	3	15:00-17:15	,5.11.25 ,12.11.25 19.11.25	756 ש"ח	תשלום ב-1.11.25	תשלום 1
סדנת שינה למטפלים: פרוטוקול טיפולי	10	3	17:45-20:00	,5.11.25 ,12.11.25 19.11.25	756 ש"ח	תשלום ב-01.11.25	תשלום 1
על טיקים, שליטה ומה שביניהם - השתלמות פרקטית ללימוד פרוטוקולים התנהגותיים לשליטה בטיקים והפרעות נלוות	12	4	15:00-17:15	,26.11.25 ,3.12.25 ,10.12.25 24.12.25	908 ש"ח	תשלום ב-15.11.25	עד 2
הכרות עומק עם ROCD הפרעה טורדנית כפייתית ביחסים - אבחון, אבחנה מבדלת ופרוטוקול התערבות גמיש לטיפול בה	12	4	17:45-20:00	,26.11.25 ,3.12.25 ,10.12.25 24.12.25	908 ש"ח	תשלום ב-15.11.25	עד 2
טיפול ב-ACT - תרפיית קבלה ומחויבות	21	7	15:00-17:15	,31.12.25 ,7.1.26 ,14.1.26 ,21.1.26 ,28.1.26 ,4.2.26 11.2.26	1,600 ש"ח	תשלום ב-1.2.26	עד 3

קורסים - פירוט תאריכים ועלויות

שם ההשתלמות	ש"א	מספר מפגשים	שעה	תאריכים	סכום	מועדי תשלום	מספר תשלומים מבוקש
גירושין - קונפליקטים וניכור הורי: כלים למניעה, טיפול ושיקום הקשר	18	6	17:45-20:00	31.12.25 ,7.1.26 ,14.1.26 ,21.1.26 ,28.1.26 4.2.26	1,300 ש"ח	תשלום ב-15.12.25	עד 2
טיפול בהפרעת מרדנות (ODD)	10	3	17:45-20:00	11.2.26 ,18.2.26 25.2.26	756 ש"ח	תשלום ב-15.1.26	תשלום 1
One more bite - פרוטוקול טיפולי באכילה בררנית / נמנעת	10	3	15:00-17:15	18.2.26 ,25.2.26 4.3.26	756 ש"ח	תשלום ב-15.2.26	תשלום 1
אנקופרזיס: התערבות טיפולית עפ"י הגישה ההתנהגותית קוגניטיבית	10	3	15:00-17:15	11.3.26 ,18.3.26 25.3.26	756 ש"ח	תשלום ב-1.3.26	תשלום 1
אכילה רגשית - מפתחות לטיפול - בראי הגישה הקוגניטיבית התנהגותית בשילוב 3 הגלים	10	3	17:45-20:00	11.3.26 ,18.3.26 25.3.26	756 ש"ח	תשלום ב-1.3.26	תשלום 1
הטיפול בהתמכרות למסכים - מודל תו"ם לשימוש בעייתי במסכים	10	3	15:00-17:15	15.4.26 ,29.4.26 6.5.26	756 ש"ח	תשלום ב-1.4.26	תשלום 1
טיפול בהתמכריות לקאנביס ופורנו - התערבויות מתקדמות לטיפול בקרב נוער	10	3	17:45-20:00	15.4.26 ,29.4.26 6.5.26	756 ש"ח	תשלום ב-1.4.26	תשלום 1

קורסים - פירוט תאריכים ועלויות

שם ההשתלמות	ש"א	מספר מפגשים	שעה	תאריכים	סכום	מועדי תשלום	מספר תשלומים מבוקש
הקסם של הגוף – ויסות גופני ונפשי לאחר טראומה	10	3	15:00-17:15	13.5.26, 27.5.26, 3.6.26	756 ש"ח	תשלום ב-1.5.26	תשלום 1
טיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT) בבולימיה נרבוזה	10	3	17:45-20:00	13.5.26, 27.5.26, 3.6.26	756 ש"ח	תשלום ב-1.5.26	תשלום 1
כואב לי - ויסות כאב באמצעות טיפול CBT לסובלים מכאב כרוני	10	3	15:00-17:15	10.6.26, 17.6.26, 24.6.26	756 ש"ח	תשלום ב-1.6.26	תשלום 1
טיפול CBT אינטגרטיבי בקשת הפרעות פסיכוסומטיות: המעי הרגיש, קונברסיה ופסיכוסומטיקה לאחר טראומה	10	3	17:45-20:00	10.6.26, 17.6.26, 24.6.26	756 ש"ח	תשלום ב-1.6.26	תשלום 1