

# TF-CBT - שיטת טיפול בחשיפה הדרגתית קוגניטיבית התנהגותית עבור ילדים ומתבגרים (33 ש"א)

משתתף בתכנית  
הכשרה מקיפה  
בטראומה

## משך

11 מפגשים, בימי ד' בין השעות 15:00-17:15  
מועדים: 6.1.27, 13.1.27, 20.1.27, 27.1.27, 3.2.27, 10.2.27, 17.2.27, 24.2.27, 3.3.27, 10.3.27, 17.3.27  
\* ייתכנו שינויים במועדים לפי שיקול הדעת צוות המקצועי

## עלות

4180 ש"ח ניתן לחלק ל-4 תשלומים

## על המרצה

**ד"ר כהן תלמה**, הינה דר' בפסיכולוגיה קלינית, מדריכה בעו"ס קלינית, מדריכה בפסיכותרפיה ממוקדת טראומה, ומדריכה בטיפול זוגי ומשפחתי, והיא מוסמכת להכשיר בשיטת ה-TF-CBT ע"י מפתחי השיטה משנת 2005. היא הכשירה צוותים רבים בשיטה זאת, בארגוני רווחה, קופות חולים ובתי חולים. בשנת 2002 ייסדה את עמותת "אחת ואחד מאיתנו" לטיפול בנפגעי אלימות מינית ובשנת 2018, יסדה את המרכז לטיפול בנזקי טראומה נפשית בבי"ח רמב"ם. כיום, משמשת כסגל בכיר בתוכנית לטיפול ב-TF-CBT של המרכז להחלמה מטראומה של האוניברסיטה העברית, מנהלת את התחנה לטיפול זוגי ומשפחתי בעיריית פתח תקווה. בעלת שתי קליניקות פרטיות, בזיכרון יעקב ובת"א.

שיטת הטיפול ב-TF-CBT, מבוססת על חשיפה הדרגתית, קיימת מעל 30 שנה, עם מוכחות מחקרית. שיטת טיפול זו, נחשבת שיטת הדגל בארה"ב ובמדינות רבות במערב אירופה באוסטרליה, דרום אפריקה, ועוד.

מטרת השיטה הפחתת סימפטומים של חרדה ופוסט-טראומה, בנוסף להשבת תחושת השליטה, הבטחון, והערך העצמי לילד ולמתבגר, חיזוק הקשר ילד-הורה, ושיפור התקשורת ביניהם. כל מפגש על פי שיטה זאת מתבסס על מודולה נפרדת וההתקדמות בטיפול מתבססת נדבך על גבי נדבך.

קורס מתקדם זה, יקנה למשתתפים מיומנות בטיפול בטראומה, בנוסף לעיבוד תכני הטראומה של הילד/מתבגר, באמצעות חשיפה הדרגתית, בשילוב עם עבודה טיפולית עם ההורה ביחד ובנפרד מהילד. כמו כן השיטה מתמקדת במידת הצורך, בהתנהגויות מפריעות או בעייתיות של הילד, הדורשות התערבות התנהגותית.

## שיטת לימוד

- הרצאות, דיון על מקרים קליניים, תרגול חוויתי בכיתה של המודולות השונות.
- דגש על יישום הכלים בכיתה תוך כדי תרגול מיומנויות שונות, ושימוש במשחקי תפקידים.

## דרישות

- לימוד עצמאי של הקורס האונליין, למשך 2 מפגשים.
- השתתפות פעילה בשיעורים, תרגול וקריאה בבית לפי הצורך.
- השתתפות ממוחשבת בלבד, מצלמה פתוחה לאורך כל המפגש וסביבת למידה הולמת.
- נוכחות ב- 80% מהשיעורים לפחות.

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