

קורס הכשרה למטפלות ומאמנות CBT

מהות ההכשרה:

שיטות של טיפול קוגניטיבי- התנהגותי CBT.

מראת ההכשרה: חנה מאור MSW

עובדת סוציאלית מומחית לבריאות הנפש וטיפול קוגניטיבי התנהגותי. בעלת תואר שני ובוגרת התכנית לפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית- תל השומר. הטיפול בנשים, נערות, ילדים, הנחיית הורים וטיפול קבוצתי- מטפלת במגוון הפרעות. מעבירה סדנאות לצמיחה אישית לנשים, קבוצות טיפוליות לנשים- הסובלות מדיכאון וחרדות, בעבר העבירה השתלמויות בסמינר- של למידת כלים ב- CBT. חנה דוגלת בחשיבות של לימוד דרכים יעילות וברורות להרגיש טוב ולפעול יעיל, לאנשים ומטפלים. חנה עובדת על פי דרך התורה והאמונה.

קהל היעד? מטפלות רגשיות, מאמנות, יועצות.

עם מה את יוצאת מההכשרה?

למידת דרכים לעזור לאדם שמבקש עזרה מאיתנו להרגיש יותר טוב, יחד עם נתינת כלים לאדם לעזור לעצמו בהמשך.

אפשרות להשמה במכון במערך המטפלות ובמחלקת נוער.

אפשרות לסבסוד כמעט מלא.

ייחודיות ההכשרה:

1. למידת עיקרי השיטות המרכזיות בבעיות נפוצות.
2. דגש על דרך מעשית ובהירה.
3. מיועד לנשות טיפול בלבד.
4. מיקוד לטיפול במבוגרים וגם בילדים.
5. נתינת כלים ישומיים, טפסים, המלצות על ספרים, משחקים.

היקף הלימודים:

תכנית שנתית הכוללת 25 מפגשים.

כל פגישה מתחלקת ל-2 חלקים:

1. לימוד חומר עיוני.
2. סמינר קליני- דיון מפורט ומעשי על מקרה שקשור לחומר הנלמד, כל שבוע משתתפת אחרת תביא הצגת מקרה לדיון וללימוד מעשי.
3. מיקוד לטיפול במבוגרים ובילדים.

תעודה:

אפשרות 1- תעודה של: שיטות בטיפול קוגניטיבי- התנהגותי.

למי ששומעת את השיעורים ומגישה תרגילים בנושאים העיקריים.

אפשרות 2 - תעודה של: טיפול קוגניטיבי- התנהגותי

מטפלת שמעוניינת לקבל תעודה שעברה הכשרה של טיפול ב- CBT,

אמורה בנוסף לקורס, לקבל 30 שעות הדרכה מהמכון על 5 מקרים והגשת סיכומי טיפול, בתשלום נפרד על ההדרכות.

1 עקרונות של טיפול קוגניטיבי התנהגותי

אופן התפתחות, יעילות, מקומם של הרגשות בטיפול, עקרונות הטיפול, השוואתו לטיפול פסיכו דינמי, דרך התורה שמשתקפת בטיפול, שילוב טיפול תרופתי.

2 המשגת המקרה

בניית תוכנית מובנית לטיפול במצוקה שאדם מביא בפנינו.

3 טיפול בדיכאון / מצבי רוח

איבחון, טיפול תרופתי, מודל לטיפול. לימוד טעויות חשיבה, מהי אמפטיה יעילה, מה בין אבל בריא לדיכאון.

4 דחינות ושיפור מוטיבציה לפעולה

שיטות יעילות, הסבר על דרך פעולתן והדרכת המטופלות.

5 חרדות, פוביות, (פחד ממוקד) התקפי חרדה, דאגנות יתר, חרדה חברתית

איבחון, מודל לטיפול, תרגול של חשיפות למצבים מהם נמנעים. דגש על מבוגרים וילדים.

6 הפחתת מתח בחיים

גורמים למתח, טכניקות להתמודדות יעילה קוגניטיבית והתנהגותית, טכניקות פיתרון בעיות, שיטות הרפייה.

7 הפרעה טורדנית כפייתית

איבחון וטיפול, שינוי מחשבות והתנהגות.

8 שינוי הרגלים: תזונה, שינה, התעמלות ועוד

הגורמים להתפתחות ודרכי טיפול.

9 ביטחון עצמי

ההבדל בין דימוי עצמי לתחושת ערך ואיך מעלים.

10 הפרעת פוסט טראומה

איבחון וטיפול.

11 הפרעת שינה

זיהוי גורמים ודרכי טיפול.

12 פסיכופתולוגיה: דגש על מניה-דפרסיה מחלות נפש והפרעות באישיות

חלוקה לקטגוריות, איבחון ונתינת כיוונים לטיפול יעיל.

13 טיפול ACT ומינדפולנס

הסבר למידת עיקרי הטיפול להדגמה.

14 הפרעות אכילה

אופן התפרצות הפרעה, האיבחון והטיפול.

15 תקשורת יעילה בזוגיות ובכלל

כללים ותרגול מעשי.

16 עיצוב התנהגות בטיפול בילדים

למידת התמודדות יעילה עם הפרעת קשב וריכוז, הפרעות התנהגות, גמילה, התקפות זעם, ויסות רגשי. למידת תהליכי התפתחות הילד, איפיון של כל שלב.

17 קשיים חברתיים של ילדים

יצירת חברויות משמעותיות, התמודדות עם דחייה חברתית והצקות.

18 שליטה בכעסים

עבודה מחשבתית והתנהגות יעילה.