



ביה"ס האקדמי
לאחים ותל-אביב
ע"ש שיינברון
טביעת אצבע לחיים
מרכז הרוטני איילנד



המרכז הרפואי תל-אביב
ע"ש סוראסקי
איכילוב

אמפתיה בתנועה מ CBT לעומק הפסיכודינמי – סדנת תרגול מעשית

רכישת מיומנויות אמפטיה תוך למידה חווייתית, מתבסס על גישות:

Emotional Focused Therapy - EFT ו- סכמה תרפיה Schema Therapy ו-Psychodynamic Psychotherapy

מסגרת הקורס

ימי לימוד – ימי ד, בין השעות 17:45 – 15:30, המפגשים יתקיימו בזום

תאריכים: 13.11.24 ועד 11.12.24

* נא לשריין יום רביעי נוסף מתום הקורס (18.12.24) למקרה של ביטול לא צפוי במהלך הקורס

** פתיחת הקורס מותנית במספר המשתתפים, הקדימו להירשם כיוון שמספר המקומות מוגבל

היקף הקורס – הקורס כולל 15 שעות אקדמיות, המתפרשות על פני 5 מפגשים.

אוכלוסיית יעד – הקורס פתוח לאנשי מקצועות הטיפול, (אחות, רופא, פסיכותרפיסט, עובד.ת. סוציאלי.ת, פסיכולוג.ית, קלינאי.ת תקשורת, פזיותרפיסט.ית, מרפא.ה בעיסוק, קרימינולוג.ית, מטפל.ת באומנות, יועץ.ת חינוכית, אנשי מקצועות החינוך ומגוון אנשי מקצועות טיפול אחרים, מאמנים אישיים).

מנחת הקורס:

גילה פז – פסיכותרפיסטית בגישה הקוגניטיבית-התנהגותית M.sc

תיאור הקורס

סדנה זו תעמיק ותחדד את מיומנויות האמפתיה של המטפל, תוך בחינת התפקיד המורכב של רגשות המטפל והמטופל והשפעתם על הקשר הטיפולי. המשתתפים ירכשו כלים מעשיים לזיהוי, הבנה וניווט של הקשר הטיפולי, תוך פיתוח מודעות עצמית לרגשותיהם והשפעתם על הדינמיקה הטיפולית. הסדנה תדגיש את התפיסה של הטיפול כזירה לשינוי עמוק ומשמעותי, המונע על ידי הקשר הטיפולי הייחודי.

הסדנה מתאימה לכל מטפל המעוניין: להעמיק את הקשר הטיפולי, לפתח כלים טיפוליים מדויקים ויעילים יותר ולהבין את הדינמיקה הרגשית המורכבת בטיפול

הסדנה מורכבת מחמישה מפגשים, שבכל אחד מהם תילמד ותתורגל מיומנות אמפתית חיונית. לאחר הצגת המיומנות, יתקיימו תרגולים אינטראקטיביים בזוגות ובקבוצות, במטרה לאפשר למשתתפים להתנסות במיומנויות באופן מעשי ולקבל משוב והדרכה.

פיתוח התרגילים: הסדנה משלבת גישות טיפוליות שונות, ביניהן טיפול סכמה (Schema Therapy) וטיפול ממוקד רגש (EFT - Emotional Focused Therapy), מציעה מגוון תרגילים מעשיים לפיתוח מיומנויות אלו. התרגילים פותחו על בסיס משוב מעמיק של מטפלים ומטופלים מגישות טיפוליות שונות. לכל תרגיל יש שלוש רמות קושי: מתחילים, בינוניים ומתקדמים. בסדנה נתמקד ברמות המתחילים והבינוניים.

מה נותן הקורס?

סדנה ייחודית זו מתמקדת בתרגול מעשי לפיתוח יכולת הבנת התהליכים הפנימיים של מטפל ומטופל כאחד, ומסייעת בהתמודדות עם האתגרים הרגשיים הכרוכים בעבודת הטיפול.

בקורס זה:

- ✓ נתבונן אחר התנהגויות המתרחשות בתוך הפגישה הטיפולית עצמה, מתוך אמונה שהן משקפות את דפוסי ההתנהגות של המטופל גם מחוץ לחדר הטיפולים.
- ✓ נלמד להשתמש במערכת היחסים הטיפולית כמנוע לשינוי
- ✓ נלמד להרחיב את ההתבוננות בחוויה הפנימית של המטופל והמטפל, אשר תדייק טוב יותר את העבודה הטיפולית.



ביה"ס האקדמי
לאחים ותל-אביב
ע"ש שיינברון
טביעת אצבע לחיים
מרכז רפואי איילת



המרכז הרפואי תל-אביב
ע"ש סוראסקי
איכילוב

ייחודיות הקורס

תרגילים מעשיים: הסדנה משלבת תרגילים חווייתיים בזוגות ובקבוצות, שיאפשרו לכל מטפל להתנסות במיומנויות האמפתיה באופן מעשי ולקבל משוב והדרכה אישית.

גישה רב-שכבתית: הסדנה מתאימה למטפלים בכלי שלבי הקריירה, עם תרגילים ברמות קושי שונות שיתאימו לצרכים האישיים שלך.

פיתוח אישי ומקצועי: הסדנה תעזור לך לא רק להיות מטפל טוב יותר, אלא גם לפתח את האמפתיה והחוסן הרגשי שלך כאדם.

מרחב בטוח: יצירת מרחב למידה פתוח ונעים

שילוב גישות: הסדנה משלבת גישות טיפוליות שונות, דבר המאפשר למטפלים להרחיב את ארגז הכלים שלהם ולמצוא את הכלי המתאים לכל טיפול

דרישות הקורס ותעודה

בסיום תכנית ההכשרה ולאחר עמידה בכל דרישות התכנית, תוענק תעודת השתתפות בחסות בית הספר האקדמי לאחיות שיינברון, המרכז הרפואי תל אביב, איכילוב.

תנאי מקדים לקבלת תעודה, נוכחות ב 80% מהשיעורים.

מנחת הקורס

גילה פז – פסיכותרפיסטית בגישה הקוגניטיבית-התנהגותית M.sc

מטפלת – מרצה – מדריכה

חברה מומחית ומדריכה בהסמכה באיט"ה - האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי, חברה מומחית ומדריכה בסכמה תרפיה ומוכרת ע"י International Society of Schema Therapy. ISST –The. מטפלת ב-EMDR.

בעלת ניסיון קליני רב ומסייעת למבוגרים ובני נוער, להתמודד עם אתגרים רגשיים ונפשיים, במגוון בעיות, ביניהן: הפרעות חרדה על כל סוגיהן, התמכרויות, פיתוח מיומנויות בוויסות הרגשי לרבות טיפול בכעסים, טיפול בהפרעות אכילה - בולימיה, אכילה כפייתית, בולמוסי אכילה, השמנה, אכילה רגשית. בנוסף, מטפלת גם בשיפור דימוי עצמי ובניית חוסן נפשי.

בנימה אישית, אני חיה את עולם הטיפול בכלל ואת ה CBT בפרט ובסדנא זו, אני מזמינה אותך למסע מרתק אל מעבר לגבולות ה CBT, אל עבר עולמות דינמיים של חקירה טיפולית. יש בסדנא אוסף מיומנויות אשר נלמדות בסוג תרגול שנקרא "תרגול מכוון" ועושות פלאים בעבודה הטיפולית.

נצא למסע משותף, בו נפתח את ארגז הכלים הטיפולי שלך ונרכוש טכניקות חיוניות ומהותיות, אותן תוכלו ליישם בקליניקה שלך כבר מהיום הראשון.

תכנית הלימודים

נושא	תרגול	תאריך	
תרגול: הבנה אמפטית המטרה: להבין את נקודת המבט של המטופל תוך שיקוף רגיש ומדויק.	תרגול 1	13.11.24	1
תרגול: פיתוח מודעות עצמית של המטופל בטיפול, ע"י התבוננות ותיוג החוויה הפנימית (תגובות ההעברה) המטרה: לדעת לזהות ולנהל את התגובות הרגשיות של המטפל כלפי המטופל, תוך התמקדות בהתמודדות יעילה עם "סימנים" של ההעברה.	תרגול 2	20.11.24	2
תרגול: חקירה טיפולית אמפטית המטרה: לעודד את המטופל לספר פרטים על עברו ולעורר את המודעות לגבי אותם הפרטים והשלכותיהם, על הווה.	תרגול 3	27.11.24	3
תרגול: העמקת חוויה הרגשית המטרה: התמקדות בהשפעה ובביטוי של רגש המטופל והבנת הקשר בין צרכים שלא קיבלו מענה בילדות לבעיות בהווה	תרגול 4	04.12.24	4
תרגול: תמיכה וחיזוק המבוגר הבריא המטרה: חיבור למשאבים הפנימיים תוך התייחסות "לחלק הפגיע" וגיוס ה"מבוגר הבריא", תורמת להגברת החוסן הפנימי של המטופל	תרגול 5	11.12.24	5

***המפגשים בזום מוקלטים, הקלטות הקורס יהיו זמינות לצפייה עד 3 חודשים ממועד סיום הקורס.

מצגות השיעורים יהיו זמינות למשתתפים וניתנות להדפסה



ביה"ס האקדמי
לאחים ותל-אביב
ע"ש שיינברון
טביעת אצבע לחיים
מרכז הרפואי איילת



המרכז הרפואי תל-אביב
ע"ש סוראסקי
איכילוב

ספרות מומלצת

Behary T.W., Farrel J.F., et al. (2023) **Deliberate Practice in Schema Therapy**. American Psychological association

Goldman N.R., Vaz A., Rousmaniere T. (2021) **Deliberate Practice in Emotional Focused**. . American Psychological association

Lvenson H., Gay V., Binder J.L. (2023) **Deliberate Practice in Psychodynamic Psychotherapy** . American Psychological association