



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

סכמה תרפיה לטיפול בהורות – קורס מקוון – החל מ 7.2.27

בהנחיית גב' גל גפן נירופסיכולוגית קלינית ופסיכולוגית שיקומית מומחית

סכמה תרפיה היא גישה אינטגרטיבית אשר צמחה מתוך המודל הקוגניטיבי-התנהגותי (CBT) ומשלבת אלמנטים תיאורטיים מעולמות יחסי האובייקט, תיאוריית ההתקשרות ומדעי המוח. הגישה מניחה כי התינוק נולד עם מערך של **צרכים רגשיים בסיסיים**; המענה לצרכים אלו על ידי הדמויות ההוריות מהווה את התשתית להתפתחות הסכמות – אדפטיביות או לא אדפטיביות – המעצבות את תפיסת עולמו של הפרט. מכאן נובעת חשיבותו המכרעת של הטיפול בהורות אשר מטרתו לייצר סביבה משפחתית המעניקה מענה מיטבי ומותאם לכלל בני המשפחה. הנחת היסוד של הקורס היא כי שינוי עמוק באינטראקציה שבין ההורה לילדו מחייב את ההורה לפתח קשב לצרכיו הרגשיים של הילד ולרכוש כלים למענה מותאם. הבנה זו מתאפשרת כאשר ההורה יוצא למסע של **התבוננות פנימית** ב"שיעורי החיים" שרכש בילדותו, בזיהוי הסכמות והמודים המופעלים אצלו בסיטואציות הוריות, ובהכרה בצרכיו הרגשיים האישיים.

במהלך הקורס נלמד ליישם את מודל הסכמה תרפיה לעבודה יעילה עם הורים, החל מבניית הסטינג הטיפולי ועד להמשגת מפת המודים והסכמות של כל הורה. הקורס מקנה למטפלים כלים ייחודיים לזיהוי "כפתורי ההפעלה" הרגשיים של ההורים, חקירת דפוסים בין-דוריים, מניעת התנגשויות מודים (Mode Clashes) בדיאדה, וחיזוק מוד "ההורה המבוגר הבריא".

הלמידה תשלב הרצאות דידקטיות עם תרגול חוויתי של טכניקות קוגניטיביות ורגשיות לשינוי דפוסים.

נושאים שילמדו בקורס:

- ♦ **מפגש 1: מושגי יסוד בסכמה תרפיה - הצגת מושגי היסוד: צרכים רגשיים בסיסיים, סכמות וחלקי עצמי (מודים).**
- ♦ **מפגש 2: סטינג טיפולי (הדרכת הורים או טיפול בהורות) – דגשים לביצוע אינטייך, עבודה עם שאלוני הערכה, והמשגת "הכפתור הרגשי" (הטריגר);**



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

♦ **מפגש 3: מודים בהורות** – אפיון מודים הוריים: קולות מופנמים (הורה מבקר/תובעני/מעניש), מודים הגנתיים ומודים ילדיים. המפגש יכלול סימולציות לזיהוי מעברים מהירים בין מודים. בניית מפת מודים של ההורה.

♦ **מפגש 4: עימות אמפתי והורות חלקית מתקנת (Limited Reparenting)**
עמדת המטפל מול ההורה, מתן מענה לצרכים רגשיים בתוך הטיפול, ושימוש בטכניקת העימות האמפתי להתמודדות עם מודים הגנתיים.

♦ **מפגש 5: התנגשויות מודים – (Mode Clashes)** ניתוח מעגלים בדיאדה המשפחתית, שבהם מוד הילד ומוד ההורה מפעילים זה את זה. למידה דרך ניתוח מקרה ודוגמאות לעימותים יומיומיים. וכיצד ניתן לצאת מהמעגלים הללו על מנת לתת ולקבל מענה מותאם.

♦ **מפגשים 6+7: טכניקות טיפול לשינוי דפוסים** – כלים קוגניטיביים, טכניקות עבודה חוויתיות – עבודת כיסאות ועבודה בדמיון

♦ **מפגש 8: גיבוש מוד "ההורה המבוגר הבריא" (Healthy Adult Parent)**
העצמת מוד המבוגר הבריא, חיזוק משאבים וחיזוק מוד הילד השמח.

מנחה הקורס: גל גפן, בהכשרתה נירופסכולוגית קלינית ופסיכולוגית שיקומית מומחית. מדריכה וטריינרית מוסמכת על ידי ארגון ה **ISST** בסכמה תרפיה בילדים ונוער ועבודה עם הורים. עובדת בקליניקה פרטית עם ילדים, מתבגרים והורים.

מבנה הקורס: הקורס בן 8 מפגשים. משך כל מפגש 3 שעות (סה"כ 24 שעות אקדמיות). הקורס ייערך בימי ראשון בבוקר בין השעות 9:00-11:15. במפגשים ישולבו למידה תאורטית והתנסויות חוויתיות מעשיות מעבודתם של משתתפי הקורס. ייעשה שימוש במשחקי תפקידים, ובתרגול של מיומנויות וטכניקות טיפול בקבוצות קטנות. בסיום הקורס ייערך מבחן אמריקאי להטמעת החומר הנלמד, ציון עובר 60 לפחות. הקורס ייערך בקבוצה של עד 20 משתתפים.

נדרשת חובת נוכחות עם מסכים פתוחים של לפחות 80% מהמפגשים כדי לקבל תעודת סיום (חריגה מדרישה זו אינה מזכה בתעודה ו/או החזר בשכר לימוד). בתחילה ובסיום כל מפגש תרשם נוכחות, כניסה מאוחרת או יציאה מוקדמת של למעלה מ-10 דקות, או נוכחות עם מסך סגור, יחשבו כהיעדרות.



שעות הקורס יכולות להיצבר כחלק מהדרישות לשנה ג' (150 ש"א) עבור המעוניינים להגיע לתעודה תלת שנתית בפסיכותרפיה התנהגותית- קוגניטיבית.

לימוד מקוון: הקורס יתקיים בזום, באופן מקוון. נדרש להיערך עם מחשב הכולל מצלמה ומיקרופון (רצוי להשתמש באוזניות-דיבורית) וחיבור טוב לאינטרנט. הלימוד בזום מאפשר שיתוף מסך לצפייה משותפת במצגות וסרטונים, הדגמות עם המשתתפים, חלוקה לחדרים וירטואלים לצורך תרגול בזוגות ועוד. **חל איסור מוחלט להקליט את מפגשי הלימוד!! ויש להיערך לנוכחות מלאה באמצעות המחשב, עם מצלמה פתוחה במהלך המפגשים.**

מיקום ומועדים: הקורס יתקיים בסמסטר ב' בימי ראשון בין השעות 9:00-11:15 התאריכים: 7.2.27, 14.2.27, 21.2.27, 28.2.27, 7.3.27, 14.3.27, 21.3.27, חופשת פורים), 28.3.27, 4.4.27. אנא שימרו את 11.4.27 כתאריך רזרבי למקרה הצורך.

אוכלוסיית יעד: הקורס מיועד למטפלים מגישות שונות, בעלי השכלה אקדמית ממקצועות הטיפול (כפי שמוגדר באיט"ה) בעלי ניסיון בטיפול בילדים ונוער.

תעודה: בסיום הקורס ולאחר עמידה בכל דרישותיו (נוכחות של לפחות 80% משעות הקורס עם מסך פתוח, וציון מבחן 60 לפחות) תוענק תעודה מטעם ביה"ס ל-CBT פרט, משפחה, קהילה, המוכרת ע"י איט"ה.

שכר לימוד (ניתן לחלק למספר תשלומים ללא ריבית):

רישום מוקדם עד תאריך 27.12.26: 1,900 ₪ כולל 18% מע"מ.

רישום מאוחר החל מתאריך 28.12.26: 2,400 ₪ כולל 18% מע"מ.

ניתן לבטל את הרישום לקורסים עד תאריך 24.1.27 ולקבל החזר מלא של שכ"ל בניכוי 200 ₪ דמי טיפול. מתאריך 25.1.27 לא ניתן יהיה לקבל החזר כספי בעבור ביטול הרישום לקורס.

***פתיחת הקורס תלויה במספר הנרשמים**



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

יש למלא את טופס הרישום ולשלוח במייל לכתובת ביה"ס cbt.school.il@gmail.com

נא לשלוח את הטופס בקובץ PDF במייל או בפקס (ולא בצילום בווטסאפ).

לרישום, הסדרת תשלום שכ"ל באשראי ומידע נוסף ניתן לפנות לעיריית 052-2499683



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

טופס רישום – סכמה תרפיה לטיפול בהורות - קורס מקוון – פברואר 27

שם משפחה _____ שם פרטי _____
כתובת _____ עיר _____ מיקוד _____
כתובת E-mail (בכתב ברור): _____
טלפון בבית _____ טלפון נייד _____ ת.ז. _____
מקצוע _____ התמחות _____
מקום עבודה עיקרי _____ תפקיד _____
השכלה אקדמית רלוונטית PhD/M.A./B.A. בתחום _____
מאוניברסיטת / מכללת _____
מספר שנות ניסיון בפסיכותרפיה: _____ בגישה: CBT / דינמי / משפחתי / אחר _____

- ♦ יש לצרף העתק מתואר אקדמי טיפולי
- ♦ תשלום טלפוני בכרטיס אשראי – (עד 6 תשלומים ללא ריבית) - עירית 0522499683

רישום מוקדם עד תאריך 27.12.26: 1,900 ₪ כולל 18% מע"מ.

רישום מאוחר מתאריך 28.12.26: 2,400 ₪ כולל 18% מע"מ.

את טופס הרישום והמסמכים הנלווים יש לשלוח למייל cbt.school.il@gmail.com

בחתימתי אני מאשר/ת קבלת חשבוניות מס/קבלה באמצעות המייל. תנאי הרישום, הקבלה, מדיניות ההחזר הכספי ומדיניות הפרטיות ידועים ומקובלים עלי.

תאריך _____ חתימה _____