



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

קורס סכמה תרפיה מקיף לטיפול במבוגרים

קורס מקוון - פתיחה 10.3.26

מנחה הקורס: ד"ר עופר פלד פסיכולוג קליני בכיר

תיאור הקורס

סכמה תרפיה פותחה כגישה אינטגרטיבית, המאפשרת לשלב בין טיפול מבוסס קשר כגורם טיפולי מרפא רב עוצמה, עיבוד של קשרים ודפוסי התקשרות מוקדמים המשפיעים על התנהלותו של הפרט בחיי היומיום; לבין טיפול ממוקד מטרות, המסייע למטופל לזהות ולמתן צרכי ליבה מאויימים, סכמות ליבה, דפוסי התמודדות וחלקי עצמי המוצתים באירועי יומיום; לבין שימוש בטכניקות חווייתיות, ממוקדות רגש המאפשרות תנועה בין חוויות הווה למקורותיהן בעבר ולשחרר נקודות תקיעות.

סכמה תרפיה טוענת שלאדם צרכים רגשיים בסיסיים אוניברסליים (כגון: התקשרות בטוחה, אמון, קבלה, אישור, תחושת מסוגלות, גבולות מציאותיים וכד'). מענה לא מותאם לצרכים הללו בשלבים מוקדמים, מהווה בסיס להתפתחות סכמות בלתי מסתגלות, שהן מעין תבניות רגש וחשיבה המכילות תמונות, זיכרונות, ורישומים גופניים כואבים. מול הצתה של הסכמות הכואבות הפרט מתמודד בהפעלת דפוסי התמודדות, שלעיתים קרובות, משחזרים ומשמרים את הבעיות של המטופל בחיי היומיום. הסכמות עצמן מתגבשות למגוון מודים (חלקי עצמי) אותן ניתן למפות כייצוגי עצמי ילדיים, ייצוגים מופנמים פוגעניים של דמויות משמעותיות (כגון: הורים, בני משפחה, דמויות סמכות, קבוצת השווים), חלקי עצמי המכילים דפוסי התמודדות, כמו גם מרכיבים של מוד בוגר ואדפטיבי. ככל שהפרט מתמודד עם הפרעת אישיות חמורה יותר כך ניתן לזהות שהמודים (חלקי העצמי) נמצאים בדיסוציאציה רבה יותר זה מזה, המעברים בין מוד אחד למשנהו חדים ותורמים למעגל אכזרי של תנודתיות מוקצנת בדפוסי הרגש, החשיבה והתנהגות. השילוב הייחודי בסכמה תרפיה בין תאוריות פסיכודינמיות, התקשרותיות, התנהגותיות-קוגניטיביות וגשטלט יוצר מפה טיפולית המהווה מצפן שמכוון את ניהול הטיפול ובו זמנית מאפשר גמישות ויצירתיות רבה בעבודה עם מטופלים מאתגרים.



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

לבסיס התיאורטי והיישומי של סכמה תרפיה יתרון יחסי על פני גישות רבות העוסקות בטיפול בטראומה, כיוון שבמהותה היא שיטה אינטגרטיבית ומודולרית המכילה רכיבים טיפוליים רבים ומגוונים, ויכולה לתת מענה למגוון בעיות העלולות להתפתח כתוצאה מחשיפה לאירועים טראומטיים כגון: תגובות הסתגלות, דיכאון, חרדה, OCD, PTSD, כמו גם טיפול בטראומות מוקדמות התקשורתיות ומורכבות אשר יכולות להוביל להתפתחות הפרעות אישיות. בקורס המקיף נלמד לטפל בטראומות מוקדמות ובמגוון הפרעות אישיות (גבולית, נרציסטית, הימנעותית, תלותית, אובססיבית-קומפולסיבית).

סכמה תרפיה מקיף לטיפול במבוגרים עם טראומות מוקדמות והפרעות אישיות

ביחידה זו נלמד את **מודל 20 הסכמות** המוקדמות אשר עלולות להתפתח בילדות בסביבות פתולוגיות. נתמקד בפרוטוקולים של סכמה תרפיה **להפרעות אישיות גבולית, נרציסטית, הימנעותית, תלותית, אובססיבית-קומפולסיבית.** נגדיר את המודים (מצבי עצמי) האופייניים לכל אחת מהפרעות האישיות הללו. נלמד כיצד לבסס קשר יציב ומייצב עם מטופלים בעלי ה"א הגבולית, קשר המבוסס על הדדיות ואינטימיות עם מטופלים בעלי ה"א נרציסטית, קשר של קבלה ושייכות עם מטופלים בעלי ה"א הימנעותית, קשר מעודד עצמאות וקומפוטנטיות עם מטופלים בעלי ה"א תלותית, קשר ספונטני עם מטופלים בעלי ה"א אובססיבית-קומפולסיבית. נרחיב את ההכרות והשימוש בטכניקות הטיפול של 'הורות מתקנת בגבולות תואמים' ו'קונפונטציה אמפטיית'. נעבוד באמצעים חווייתיים, קוגניטיביים והתנהגותיים המותאמים ספציפית לכל אחד מהמודים, כדי לבסס קשרים בוגרים ומתגמלים המאפשרים למטופל לחוות נינוחות וקירבה לאחר כמו גם עם עצמו.

נושאים שיילמדו בקורס המקיף:

- ◆ צרכים אוניברסאליים בסיסיים עפ"י יאנג
- ◆ מודל 20 הסכמות ודפוסי התמודדות מאל אדפטיביים
- ◆ תהליכי הערכה ושימוש בשאלונים



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

- ◆ המשגת מקרה במושגי סכמה תרפיה ובניית תוכנית טיפולית
- ◆ אסטרטגיות התערבות קוגניטיביות, חווייתיות והתנהגותיות
- ◆ הרחבה על רישום חווייתי מתקן, בדמיון ובעבודת כסאות
- ◆ מצבי סכמה (מודים) בהפרעת אישיות גבולית, נרציסטית, הימנעותית, תלותית, אובססיבית-קומפולסיבית.
- ◆ אסטרטגיות התערבות ספציפיות ל: מודים ילדיים, מודים של דפוסי התמודדות, מודים הוריים דיספונקציונלים ולבוגר הבריא
- ◆ אומנות הקונפונטציה האמפטית וההורות המתקנת בגבולות תואמים
- ◆ התמודדות עם מצבי סיכון של פגיעה עצמית ואובדנות
- ◆ חשיפה הדרגתית בדמיון ובמציאות במטרה לבסס את תחושת הנפרדות, מסוגלות עצמית ואת היכולת לפתח אינטימיות.

מבנה הקורס: הקורס, כולל 14 מפגשים, כל מפגש יהיה 4 שעות אקדמיות (סה"כ 56

ש"א). הקורס עוסק בטרואמות מוקדמות והפרעות אישיות. לצד למידה

תיאורטית/דידקטית נשלב צפייה בסרטי הדגמה של מומחים מובילים בתחום, נבצע

הדגמות חיות ותרגול באמצעות משחקי תפקיד. **הקורס מוכר כשלב בתהליך ההסמכה**

הבינלאומי בסכמה תרפיה מטעם ISST.

הקורס יתקיים בזום, נדרש להיערך עם מחשב הכולל מצלמה ומיקרופון (רצוי להשתמש

באחניות-דיבורית) וחיבור טוב לאינטרנט. בשל שיתוף במקרים טיפוליים **חל איסור**

מוחלט להקליט את מפגשי הלימוד!! ויש להיערך לנוכחות מלאה באמצעות המחשב,

עם מצלמה פתוחה במהלך המפגשים.

מועדים:

הקורס יתקיים באופן מקוון בזום בימי שלישי בין השעות 09:30-12:45.

בתאריכים: 10.3.26, 17.3.26, 24.3.26, 14.4.26, 28.4.26, 5.5.26, 12.5.26, 19.5.26,

26.5.26, 2.6.26, 9.6.26, 16.6.26, 23.6.26, 30.6.26 **אנא שמרו את תאריך 7.7.26**

חרבי למקרה של שינויים.

תעודה: בסיום הקורס תוענק תעודה באנגלית המוכרת ע"י ISST – 'החברה הבינלאומית

לסכמה תרפיה. התנאים לקבלת תעודה מוכרת ע"י ISST: **בקבוצה ישתתפו עד 20**

משתתפים, נוכחות של 80% ומעלה משעות הלימוד והשתתפות בסימולציות. הקורס



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

מוכר כשלב בתהליך ההכשרה למטפלים ומדריכים מוסמכים בסכמה תרפיה מטעם החברה הבינלאומית לסכמה תרפיה (ISST).
שעות הקורס יכולות להיצבר כחלק מהדרישות לשנה ג' (150 ש"א) עבור המעוניינים להגיע לתעודה תלת שנתית בפסיכותרפיה התנהגותית- קוגניטיבית.

למי מיועד הקורס: הקורס המקיף, פתוח למטפלים מגישות שונות, בעלי תואר במקצוע טיפולי.

עלויות:

לנרשמים עד תאריך 16.2.26 – 3,093 ש"ח לפני מע"מ (3,650 ש"ח כולל 18% מע"מ).
לנרשמים מתאריך 17.2.26 והלאה – 3,305 ש"ח לפני מע"מ (3,900 ש"ח כולל 18% מע"מ).
** ניתן לבטל את הרישום לקורס עד תאריך **16.2.26** ולקבל החזר מלא של שכ"ל בניכוי 200 ש"ח דמי טיפול.
מתאריך **17.2.26** לא ניתן יהיה לקבל החזר כספי בעבור ביטול הרישום לקורס.

יש למלא את טופס הרישום ולשלוח במייל לכתובת cbt.school.il@gmail.com
לפרטים נוספים ניתן לפנות לעיריית, 052-2499683.

פתיחת הקורס מותנית במספר המשתתפים.

מנחה הקורס: ד"ר עופר פלד פסיכולוג קליני בכיר ומדריך מוסמך, מנהל האקדמיה הישראלית לסכמה תרפיה בילדים ומבוגרים (המרכז לסכמה תרפיה רעננה, ישראל).
מנהל בביה"ס ל-CBT פרט, משפחה, קהילה קמפוס רעננה וקמפוס מקוון. יו"ר איט"ה – האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי בשנים 2019-2021. מרצה בתוכנית לתואר שני בפסיכולוגיה קלינית של הבגרות והזקנה, מרכז אקדמי רופין. מטפל CBT ומדריך מוסמך. בוגר התוכנית הבינלאומית להכשרת מטפלים ומדריכים בסכמה תרפיה ניו-ג'רזי, בהנחיית דר' ג'פרי יאנג וונדי בהרי, נשיאת ISST לשעבר. דוקטור לפסיכולוגיה קלינית מאוניברסיטת בר-אילן, חקר את יעילות ההתערבויות בסכמה תרפיה בהפרעת אישיות הימנעותית, שימש שנים רבות כאחראי על מסלול ההתמחות בפסיכולוגיה קלינית בבי"ח גהה.



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

ביבליוגרפיה:

Arntz, A., & Jacob, G. (2013). *Schema therapy in practice: An introductory guide to the schema mode approach*. West Sussex: Wiley-Blackwell

Arntz, A., & van Genderen, H. (2009). *Schema therapy for borderline personality disorder*. West Sussex: Wiley-Blackwell.

Behary, W.T. (2008). *Disarming the narcissist surviving & thriving with the self-absorbed*. Oakland: New Harbinger Pub.

Giesen-Bloo, J., van Dyck, R., Spinhoven, P., van Tilburg, W., Dirksen, C., van Asselt, T., Kremers, I., Nadort, M. and Arntz, A. (2006). Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder: randomized trial of schema-focused therapy vs transference-focused psychotherapy. *Archives of general psychiatry*, 63, 649-658.

Peled, O. (2016). A hierarchy of confrontational interventions facing 8 dysfunctional parent modes. *Schema therapy bulletin*, 4, 2-9.

Peled, O. (2020, May 28-30). New case conceptualization in Schema Therapy: Mode map circles, their interrelations, and the therapy plan [Conference presentation]. *International society of Shema Therapy (ISST), Inspire biennial conference, Copenhagen*.

Peled, O., Bar-Kalifa, E., & Rafaeli, E. (2017). Stability or instability in avoidant personality disorder: Mode fluctuations within schema therapy sessions. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 57, 126-134.

van Vreeswijk, M., Broersen, J. & Nadort, M. (2012). *The Wiley-Blackwell handbook of Schema Therapy: Theory, research and practice*. West Sussex: Wiley-Blackwell.

Young, J.E., & Klosko, J.S. (1993). *Reinventing your life*. New York: Plume.

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.



ביה"ס ל-CBT
פרט • משפחה • קהילה

טופס רישום – קורס מקוון מקיף סכמה תרפיה במבוגרים – פתיחה 10.3.26

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 Ph.D/M.A./B.A. בתחום _____
מאוניברסיטת / מכללת _____
מספר שנות ניסיון בפסיכותרפיה: _____ בגישה: CBT / דינמי / משפחתי / אחר _____
ברצוני להירשם לקורס מקיף סכמה תרפיה במבוגרים
♦ יש לצרף העתק מתואר אקדמי טיפולי

יש לצרף תשלום:

- ♦ רישום מוקדם עד תאריך **16.2.26** – 3,093 ₪ לפני מע"מ (3,650 ₪ כולל 18% מע"מ).
- ♦ לנרשמים מתאריך **17.2.26 והלאה** – 3,305 ₪ לפני מע"מ (3,900 ₪ כולל 18% מע"מ)
- ♦ לינק לביצוע התשלום ישלח לאחר קבלת טופס הרישום או לחילופין ניתן להתקשר לעיריית, 052-2499683.

את טופס הרישום והמסמכים הנלווים יש לשלוח סרוקים (ולא צילום ווטסאפ) למייל cbt.school.il@gmail.com

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

תאריך _____ חתימה _____