



מרכזת אקדמית:
ד"ר קרין שטרן



מיקום:
אונליין (זום)



שעות:
09:00-13:00



תאריך התחלה:
יום שני, 18/11/24

ACT ותרפיות הגל השלישי

תכנית דו-שנתית למטפלים'ות

ראש בית הספר: דר' יסמין פולדר-הד

ריכוז אקדמי: דר' קרין שטרן

צוות הוראה: דר' קרין שטרן, דר' יסמין פולדר-הד, מר ארון גרסטנהיבר, גב' קרן ניסן-אילסר ועוד

רקע

התכנית המוצעת כאן היא תכנית חדשנית ראשונה מסוגה בארץ, המוקדשת לטיפולים מתוקפים מחקרית המבוססים על המדעים ההתנהגותיים הקשריים (Contextual Behavioral Sciences - CBS). טיפוליים המבוססים על CBS כוללים טיפול ACT (תרפיית קבלה ומחויבות), RFT (תאוריית מסגור הזיקות), CFT (טיפול מבוסס חמלה), DBT (טיפול התנהגותי-דיאלקטי) ו-FAP (פסיכותרפיה פונקציונלית אנליטית). גישות התנהגותיות-הקשריות מסבירות קשיים של מטופלים'ות כתקיעות המתרחשת בתוך הקשר חיים מסויים, ולא כפתולוגיה שמקורה בלקות באדם עצמו. גישות אלו מתמקדות ביצירת שינוי, והן נמצאו כיעילות ביצירת תנועה משמעותית בחיי המטופלים'ות במגוון מצבי חיים, ובכללם בהתמודדות עם מצבי קושי וטראומה.

מכאן, נקודת המוצא בגישות טיפוליות אלו הינה עמדה שוויונית בין המטפלים'ות למטופלים'ות, המבוססת על האנושיות המשותפת שלנו. הקשר הטיפולי הוא המצע לטיפוח יכולות חדשות שיסייעו למטופלים'ות לצאת מהתקיעות בחייו'ה, לעשות תנועות חדשות ומיטיבות, ולטפח חיים ששווה לחיותם. עמדה טיפולית זו

ממקמת את המטפלת והמטופל'ת בסירה אחת, ומזמינה את המטפלת לייצר מרחב טיפולי יציב, גמיש ויעיל, המאופיין בנוכחות מודעת, סקרנית, חומלת, המאפשרת מפגש מלא עם רגשות, מחשבות, תחושות וחוויות – של המטפלת והמטופל'ת גם יחד - ותנועה לעבר מה שחשוב ובעל ערך. מלחמות, סוגיות פוליטיות, זכויות אזרח, וסערות נוספות מטלטלות את קיומנו מן היסוד ומשפיעות על כל רבדי החיים שלנו. מטפלים'ות רבים'ות מתקשים'ות למצוא דרך להיות עם המטופלים'ות שלהם'ן בעודם'ן עצמם'ן מתמודדים'ות עם קשיי התקופה. עמדה טיפולית זו מאפשרת למטופל'ת ולמטפלת'ת למצוא יחד עוגן ובסיס להמשיך לחיות חיים של משמעות וערך, גם בתנאים הקשים והמאתגרים ביותר.

תכני התכנית

התכנית מציעה לימודי עומק של גישות התנהגותיות-הקשריות בטיפול, ומקיפה מגוון שיטות וגישות מרכזיות בתחום. הלימודים מתחילים בהיכרות מעמיקה עם תרפיית קבלה ומחויבות (ACT), תוך חקירת שורשיה הביהביוריסטיים ואופן יישומה בטיפול. במקביל, הסטודנטים'ות לומדים את תאוריית מסגור הזיקות (RFT), גישה טיפולית מבוססת מחקר המאפשרת הקשבה והתערבות מילולית פונקציונלית ומדויקת. בהמשך, הלומדים מתוודעים לגישות נוספות במדעים ההתנהגותיים הקשריים, כגון טיפול מבוסס חמלה (CFT), טיפול התנהגותי-דיאלקטי (DBT) ופסיכותרפיה פונקציונלית אנליטית (FAP).

לאורך כל התכנית, נעמיק בעקרונות הבסיסיים של הטיפול ההתנהגותי-הקשרי ובהתערבויות המוצעות בו. במהלך הלימודים, המשתתפים'ות ירכשו את היכולות להמשיג, לתכנן וליישם את העקרונות והכלים הנלמדים בעבודתם'ן הקלינית, תוך התאמה למגוון אוכלוסיות ומצבי חיים שונים, ובכלל זאת מצבי טראומה ופוסט טראומה.

התכנית הינה פרי פיתוח של מרכז שילוב, בליווי אקדמי של אוניברסיטת חיפה, הפקולטה למדעי הרוחה והבריאות, היחידה ללימודי המשך.

מטרות למידה

- פיתוח הבנה מעמיקה של המדעים ההתנהגותיים-הקשריים (CBS) ומשמעויותיהם הטיפוליות
- טיפוח הגמישות הפסיכולוגית של הלומדים'ות, ופיתוח עמדה טיפולית המביאה גמישות זו לידי ביטוי
- פיתוח מודעות, רגישות, אומץ ופתיחות המאפשרים התפתחות זהות טיפולית חומלת ואפקטיבית
- למידה, התנסות ותרגול הכלים והמיומנויות הטיפוליות של הגישות הנלמדות
- יישום גישות התנהגותיות-הקשריות הלכה-למעשה בקליניקה

דרישות התכנית

- השתתפות פעילה ונוכחת בלפחות 80% מסך המפגשים בכל סמסטר.
- עיון בחומרי הלימוד הנשלחים (קריאה, צפייה, האזנה) וביצוע מטלות ותרגולים.
- הבאת תיאורי מקרה למפגשים.
- הגשת עבודת סיכום.

תעודה

ללומדים'ות אשר ימלאו אחר כל דרישות התכנית, תוענק תעודה מטעם מרכז שילוב והיחידה ללימודי המשך, הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות, אוניברסיטת חיפה.

אופן הלימוד

ההוראה כוללת הרצאות לצד תרגול אישי, בין-אישי וקבוצתי, המזמינים את הלומד'ת להתבוננות פנימית ולמפגש תהליכי וחוויתי עם התכנים הנלמדים. התכנית כוללת תיאוריה, למידה חווייתית והדרכת עמיתים'ות בה המשתתפות'ים יביאו מקרים ממקום עבודתם'ן על מנת ליישם את הנלמד בעבודתם'ן הקלינית.

גישות CBS נלמדות "מבפנים", כלומר הלמידה נעשת תוך מפגש אישי אמיץ עם מה שעולה בתוכנו. למידה זו מבקשת מהלומדים'ות להגיע ללמידה ממקום סקרן, פתוח, ואמיץ.

אוכלוסיית יעד

התכנית מתאימה למטפלים ומטפלות פעילות'ים, המעוניינים'ות לעגן את עבודתם'ן הקלינית בגישות התנהגותיות-הקשריות.

מבנה התכנית

התכנית הינה דו-שנתית, ומתקיימת בימי שני בבוקר. התכנית פרוסה על פני 4 סמסטרים, בכל סמסטר 13 מפגשים. בכל שנה יתקיימו 3 מפגשים פרונטליים, ו-23 מפגשים בזום-לייב.

הסמסטר הראשון בתכנית ייפתח בצלילת עומק לעמדה ההתנהגותית-הקשרית בטיפול. הסמסטר יוקדש ללימודי ACT (תרפיית קבלה ומחויבות) תוך למידת החיבור העמוק של הגישה לשורשיה הביהביוריסטיים, וימשיך בלימודי RFT (תאוריית מסגור הזיקות) – גישה מחקרית טיפולית המאפשרת הקשבה והתערבות מילולית פונקציונלית ומדויקת. הקורסים בסמסטר זה יאפשרו הכרות מעמיקה עם ACT ויישום הגישה בטיפול.

בסמסטר השני נלמד כיצד עמדה התנהגותית-הקשרית באה לידי יישום בטיפול בטרואמה, וכן כיצד לתכנן, להמשיג וליישם טיפול התנהגותי-הקשרי מתחילתו ועד סופו. בסיום שנת הלימודים הראשונה יוכלו

הלומדים'ות להתחיל לשלב בעבודתם'ן טיפולי ACT רגישים לטראומה, עם מגוון אוכלוסיות ומגוון מצבי חיים.

הסמסטר השלישי יוקדש לשתי גישות נוספות במדעים ההתנהגותיים הקשריים: CFT (טיפול מבוסס חמלה) ו-DBT (טיפול התנהגותי-דיאלקטי), וכן העמקה נוספת בעקרונות הבסיסיים של טיפול התנהגותי-הקשרי וההתערבויות המוצעות בו. הלימודים יאפשרו ללומדים'ות ליישם עקרונות של גישות טיפוליות אלו בעבודתם'ן הקלינית.

הסמסטר הרביעי יוקדש להמשך העמקה ולמידה של RFT ולמידת קורס FAP (פסיכותרפיה פונקציונלית אנליטית). זהו קורס בו לומדים באופן חווייתי ליישם עקרונות התנהגותיים בעבודה על קשיים במערכות יחסים, דרך התבוננות במערכת היחסים הטיפולית באופן פתוח וכנה.

שעות הלימוד: בזום: 09:00-13:00; במפגשים הפרונטליים: 09:00-14:00.

סה"כ 286 שעות אקדמיות.

תאריך התחלה: 18/11/2024.

תהליך ההרשמה

תהליך הקבל מותנה בראיון אישי.

להגשת מועמדות יש לשלוח במייל חוזר את המסמכים הבאים:

1. קורות חיים מקצועיים.

2. תשלום דמי רישום.

עלות

8,400 ש"ח לשנת לימודים, מתוכם 450 ש"ח דמי רישום שאינם מוחזרים.

הערות

• ייתכנו שינויים בסגל המורים ובתאריכי הקורסים.

• ייתכנו שינויים בלימוד הסילבוס המוגש על פי החלטת המורה הקשורה בתהליך הלמידה הקבוצתי.

• המעבר לשנה ב' בכל התוכניות מותנת במספר המשתתפים.