

# סכמה תרפיה כפר סבא

מרכז הכשרה והדרכה



המרכז לסכמה תרפיה כפר סבא מספק תכנית הכשרה מלאה ופורמלית בסכמה תרפיה, המוכרת ע"י ה-ISST (הארגון הבינלאומי לסכמה תרפיה).

המרכז הוקם **כבית מקצועי אינטימי וייחודי** - למידה בקבוצות קטנות, סדנאות תרגול והעמקה, הדרכה ויצירת המשכיות ורצף בין הקורס לבין המשך הדרישות להסמכה\* של ה-ISST - עם דגש על חווית למידה מעמיקה ונעימה.

## **קורס מקיף בסכמה תרפיה – פברואר 2025 (זום)**

סכמה תרפיה הינה גישה אינטגרטיבית המתאימה לטיפול בכל קשת הפרעות האישיות וכן לטיפול בקשיים ובדפוסים רגשיים ו/או בינאישיים מתמשכים. היא פותחה בשנות השמונים ע"י הפסיכולוג האמריקאי ג'פרי יאנג, והיא צוברת תאוצה רבה במהלך השנים האחרונות עקב מחקרים ברחבי העולם המוכיחים את יעילותה.

גישה זו נשענת על רעיונות מהשדה הפסיכודינמי - בעיקר תיאוריות התקשרות ויחסי אובייקט, והיא עושה שימוש יישומי הן בהתערבויות קוגניטיביות-התנהגותיות והן בהתערבויות עוצמתיות מבוססות רגש וחוויה. מרכיב העבודה החווייתית רגשית, כמו גם מרכיב הקשר הטיפולי, הינם המרכיבים המשמעותיים ביותר בטיפול והינם מכוונים למתן מענה לצרכים רגשיים בלתי מסופקים בעבר ובהווה.

במהלך המפגשים נלמד את המודל התיאורטי של הגישה ואת המודלים הספציפיים להפרעות אישיות שונות. נכיר את השיטות הייחודיות להערכה, את תהליך ההמשגה ואת בניית התוכנית הטיפולית הנגזרת ממנה. נתרגל את העמדות הטיפוליות המרכזיות בסכמה תרפיה ואת שיטות ההתערבות השונות, ונלמד מתי ובאיזה אופן עושים בהן שימוש.

הקורס יסלב בשלביו השונים **למידה תיאורטית ותרגול מעשי**. הוא יכלול צפיה בסרטים טיפוליים, **דוגמאות והדגמות, התנסויות אישיות ותרגול כלים ומיומנויות** דרך משחקי תפקידים בחדרי הזום.

הגרה פלדמן

[hagara.cbt@gmail.com](mailto:hagara.cbt@gmail.com) / 050-7803644

# סכמה תרפיה כפר סבא

מרכז הכשרה והדרכה



## תכנים ומבנה הקורס:

\* רקע

\* מרכיבי המודל התיאורטי:

צרכי הליבה הרגשיים, סכמות בלתי מסתגלות וסגנונות התמודדות, מצבי סכמה/מודים

\* שיטות הערכה ושימוש בשאלונים

\* המשגה בסכמה תרפיה ובניית תכנית טיפולית

\* עמדות טיפוליות מרכזיות: הורות חלקית מתקנת ועימות אמפתי

\* התערבויות חוויתיות מבוססות רגש – רישום מתקן בדמיון ועבודת כיסאות.

\* התערבויות קוגניטיביות והתנהגותיות

\* מודלים להפרעות אישיות ספציפיות – BPD, אשכול C ו-NPD.

\* סכמה תרפיה מהפנים החוצה – סכמות ומודים של המטפל

## היקף הקורס ומועדי השיעורים:

**מבנה הקורס:**

הקורס יכלול 60 ש"א אשר יתפרשו על פני 15 מפגשים.

המפגשים יתקיימו בזום, בימי שני בשעות 09:00 – 12:15

תאריכים: 10.2.25 - 26.5.25 (14.4.25 – חופשת פסח)

\* נא לשריין 2 ימי שני נוספים מתום הקורס למקרה של ביטול לא צפוי במהלך הקורס.

המפגשים ישלבו לימוד תיאורטי, הדגמות, סרטונים ותרגולים של המשתתפים בחדרי זום.

**מיקום:** זום, קבוצת למידה קטנה

**עלות:** 4200 ₪ כולל מע"מ

הגרה פלדמן

[hagara.cbt@gmail.com](mailto:hagara.cbt@gmail.com) / 050-7803644

# סכמה תרפיה כפר סבא

מרכז הכשרה והדרכה



## מטרה:

יצירת בסיס תיאורטי ומעשי מספק, בכדי שמשותפים יוכלו להתחיל ליישם את הרעיונות והשיטות של סכמה תרפיה בעבודתם הקלינית.

## תנאי קבלה

התכנית תקלוט מועמדים בעלי תואר שני טיפולי, עם נסיון של מינימום 3 שנים בפסיכותרפיה והנמצאים במגע עכשווי עם מטופלים מבוגרים המתאימים ליישום הגישה. יתקבלו גם מועמדים עלי תואר שני ממקצועות נוסקים, אשר סיימו בתי ספר מוכרים לפסיכותרפיה, עוסקים בטיפול ומקבלים הדרכה עקבית. ראיון טלפוני יתואם עם כל המועמדים ומקרים חריגים יידונו באופן פרטני.

## תעודה:

עם סיום הקורס יקבלו הבוגרים **תעודת השתתפות** מטעם המרכז לסכמה תרפיה כפר סבא. בהתאם לדרישות הארגון הבינלאומי, קבלת התעודה מותנית ב**נוכחות של מינימום 80% מהמפגשים**.

**התעודה מוכרת על ידי ה-ISST** ומעידה על השלמת הדרישות של **שלב א'** להסמכה\*. שלב זה כולל את החלקים הדידקטיים והתנסותיים של תהליך ההכשרה ואינו מסמך למומחיות. **התעודה אינה תעודת הסמכה!**

## הסמכה כמומחה בסכמה תרפיה ע"י ארגון ה-ISST:

דרישת סף של ה-ISST הינה תואר שני טיפולי\*, ו/או הכרה כמומחה/מדריך באגודה מקצועית מוכרת בעלת דרישות סף המקובלות בעולם (כגון איט"ה או יה"ת).

למידע נוסף באתר ה-ISST:

<https://schemasociety.wildapricot.org/2017-2018-ISST-Individual-Certification-Requirements>

\*תואר שני – עבודה סוציאלית קלינית, פסיכולוגים, מטפלים באמנות  
\*\* דרישות ההסמכה – מינימום 40 שעות הדרכה פרטניות או בקבוצה (בחישוב יחסי), הגשת 2 מקרי בחינה (2 מטופלים - עבור כל אחד: פגישה מוקלטת + טופס המשגה + מכתב הקשר) המצויינים על ידי בוחנים חיצוניים.

הגרה פלדמן

[hagara.cbt@gmail.com](mailto:hagara.cbt@gmail.com) / 050-7803644

# סכמה תרפיה כפר סבא

מרכז הכשרה והדרכה



**המנחה:** הגרה פלדמן, בעלת תואר שני בפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית. מקימת המרכז לסכמה תרפיה כפר סבא ומראשונות המוסמכות בארץ לטיפול והדרכה בסכמה תרפיה מטעם ה-ISST. בנוסף, מומחית ומדריכה באיט"ה. מטפלת ומדריכה בקליניקה פרטית וכן במגוון תכניות לפסיכותרפיה. עוסקת שנים רבות בטיפול ובהדרכה און-ליין עם מטופלים ומדרכים מתרבויות מגוונות. כותבת, מלמדת ומציגה בתחום בארץ ובכנסים בינ"ל.

## רשימת קריאה ראשונית מומלצת

פלדמן, ה., רפאלי, א. מבוא לסכמה תרפיה, עמ' 68-91. בתוך: קווי מתאר לטיפול פסיכולוגי בהפרעות אישיות - מהדורה שנייה. פסיכולוגיה עברית. זקין, ג., דיאמנט, א., ישראלי, א., רפאלי, א., פלדמן, ה. . (2017). [אוחזר https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=3498](https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=3498)

רפאלי, א. (2011). הפרעות אישיות. פרק מתוך צ. מרום, א. גלבוש-שכטמן, נ. מור, & י. מאירס, (עורכים), טיפול קוגניטיבי התנהגותי במבוגרים. הוצאת דיונון.

Arntz, A., & Jacob, G. (2012). *Schema therapy in practice: An introductory guide to the schema mode approach*. Chichester: Wiley.

Arntz, A. (2012). *Schema therapy for Cluster C personality disorders*. In M. van Vreeswijk, J. Broersen, & M. Nadort (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice* (pp. 397-414). : Wiley-Blackwell.

Behary, T.W., (2013). *Disarming the Narcissist: Surviving and Thriving with the Self-Absorbed*. New harbinger publications, Inc.

Brockman RN, Simpson S, Hayes C, van der Wijngaart R, Smout M. *Cambridge Guide to Schema Therapy*. Cambridge University Press; 2023.

Farre, M.J., Shaw, A. I. (2018): *Experiencing Schema Therapy from the Inside Out: A Self-Practice/Self-Reflection Workbook for Therapists. Self-Practice/Self-Reflection Guides for Psychotherapists*. Guilford Press.

הגרה פלדמן

[hagara.cbt@gmail.com](mailto:hagara.cbt@gmail.com) / 050-7803644

# סכמה תרפיה כפר סבא

מרכז הכשרה והדרכה



Jacob, G., Vangendern H., Seebauer Chichester L. (2015): *Breaking Negative Thinking Patterns : A Schema Therapy Self-Help and Support Book*. Wiley-Blackwell.

**Heath, G., and Startup, H. (Eds). (2020). *Creative methods in schema therapy: Advances and innovation in clinical practice*. Routledge.**

Kellogg, S. (2004). *Dialogue encounters: contemporary perspectives on “chairwork” in psychotherapy*. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 41, 310-320

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. (2011). *Schema therapy: Distinctive features*. New York: Routledge.

Roediger, E., Stevens, B.A., Brockman, R. (2018): *Contextual Schema Therapy: An Integrative Approach to Personality Disorders, Emotional Dysregulation & Interpersonal Functioning*. Context Press.

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

הגרה פלדמן

[hagara.cbt@gmail.com](mailto:hagara.cbt@gmail.com) / 050-7803644

# סכמה תרפיה כפר סבא

מרכז הכשרה והדרכה



## טופס הרשמה – הקורס המקיף בסכמה תרפיה

שם \_\_\_\_\_ ת.ז. \_\_\_\_\_

כתובת \_\_\_\_\_

טלפון \_\_\_\_\_

אימייל \_\_\_\_\_

מקצוע \_\_\_\_\_ תחומי התמחות \_\_\_\_\_

מקום עבודה ותפקיד \_\_\_\_\_

השכלה אקדמית \_\_\_\_\_

קורסים / לימודי תעודה \_\_\_\_\_

\* נא לצרף את התעודות הרלוונטיות

מספר שנות עיסוק בפסיכותרפיה \_\_\_\_\_

גישות טיפוליות \_\_\_\_\_

### תשלום, הרשמה ותנאי ביטול

עלות הקורס – 4200 ₪ כולל מע"מ.

להבטחת מקום נא לשלוח את טופס ההרשמה מלא וחתום ולהסדיר את התשלום.

\* ניתן לבטל הרשמה ולקבל החזר מלא (למעט מקדמה/דמי רישום ע"ס 400 ש"ח) - עד לתאריך

10.1.25 כולל. לאחר תאריך זה לא יתאפשרו החזרים.

\* פתיחת הקורס מותנית במספר הנרשמים.

חתימה \_\_\_\_\_ תאריך \_\_\_\_\_

בחתימתי אני מאשר/ת קבלת חשבונות מס/קבלה באמצעות המייל וכן מאשר/ת כי תנאי הקבלה, הרישום ומדיניות ההחזרים במקרה ביטול, ידועים לי ומקובלים עלי.

**לשאלות ובקשות:**

**הגרה פלדמן**

**050-7803644 (טלפון / וואטסאפ)**

**hagara.cbt@gmail.com**

הגרה פלדמן

**[hagara.cbt@gmail.com](mailto:hagara.cbt@gmail.com) / 050-7803644**