

טיפול עצמי מודרך בבריאות נפש:
יישום של טיפול קוגניטיבי-התנהגותי
עם עצימות נמוכה או
טיפול קוגניטיבי-התנהגותי
לטווח קצר

הסדנאות תוצגנה על ידי
ד"ר פול ריינדרס
Dr. Paul Rijnders

Guided Self-help in Mental Health:
An Application of
LI (Low Intensity) or Brief CBT



12-13 ביוני, 2013
מרכז הכנסים יפה-לי
פארק הירקון - גני יהושע, תל אביב

www.isas.co.il/cbt2013

איס"ת

האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי
The Israeli Association for Behaviour
and Cognitive Psychotherapies



חברים יקרים



אני מתכבדת ושמחה להזמינכם להשתתף בשתי סדנאות שתיתנה ע"י ד"ר פול ריינדרס (Dr. Paul Rijnders). ד"ר ריינדרס הוא פסיכולוג קליני שנושא בתפקידים מרכזיים בהולנד בתחום בריאות הנפש. הוא מנהל את שירותי הנפש במחוז זילנד שבהולנד ועומד בראש הוועדה של ה-EABCT לחקר טיפולי CBT עם עצימות נמוכה (Low intensity). הוא ראש הוועדה המארגנת של כנס ה-EABCT ב-2014 בן האג. ד"ר ריינדרס חבר בוועד המנהל של הארגון ההולנדי לטיפול קוגניטיבי-התנהגותי. הוא מרצה, חוקר ומדריך, ופרסם שורת מאמרים וספרים.

ד"ר ריינדרס ממוקד בשנים האחרונות בבעיה האוניברסאלית המוכרת גם לנו, של מיעוט אנשי מקצוע מיומנים מול צרכים גוברים של האוכלוסיה במענה מקצועי, מהיר ויעיל לסיוע במגוון מצוקות ובעיות נפשיות. למטרה זו, הוא עוסק בשנים האחרונות בפיתוח וקידום תוכניות ליישום CBT קצר מועד, תוכניות ל-CBT עם עצימות נמוכה ולטיפול עצמי מודרך. הוא וקבוצת המחקר עמה עובד, פיתחו מודל של עבודה טיפולית עצמית מודרכת למגוון בעיות נפשיות. הוא מפרסם עתה ספר בנושא שתרגומו כבר הוזמן למספר שפות. יש כיום כבר תוצאות חיוביות לטיפולים אלה, גם בטווח הקצר וגם בטווח הארוך יותר. הממצאים המחקריים יוצגו בסדנאות. הממצאים מצביעים על כיוון טיפולי זה כמבטיח מבחינת מענה לצרכי הסובלים ומסייע להתמודד עם רשימות ההמתנה במרפאות בריאות נפש בקהילה.

תתקיימנה שתי סדנאות כמפורט בהמשך. המשתתפים בסדנאות יקבלו Handouts וילמדו כיצד לעשות טיפולים אלה בפועל. רצוי להשתתף בשתי הסדנאות כדי ללמוד את הטיפול המלא, אך אפשרית גם השתתפות באחת הסדנאות בלבד. בסדנאות יסביר ד"ר ריינדרס גם כיצד מיושמות שיטות אלה בעבור מתבגרים.

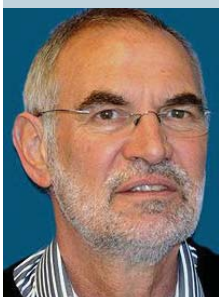
האיגוד הישראלי לטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (איט"ה) מתגייס לצורך הנוכחי בתקופתנו, שבה הפער בין מצוקות הסובלים והיכולת להיענות לצרכיהם באופן מקצועי ויעיל, גדול ומתסכל.

מוצעת לכם הזדמנות ללמוד שיטה טיפולית שמהווה מענה ומאתגרת ללמידה. צפויים סדנאות מאד מלמדות ועם יישומיות גבוהה לכולנו, מאד מומלץ!

נשמח להשתתפותכם. אנא הקדימו הרשמתכם.
בברכה לכולם,

ד"ר צופי מרום

יו"ר איט"ה



Several approaches are being developed in an attempt to overcome long

waiting times and under-treatment in mental health.

One promising method is guided self-help. Dr. Rijnnders and his colleagues have developed a guided self-help method that has proven to be effective and efficient. It is primarily aimed at helping the patient to improve coping style and coping repertoire.

This workshop is aimed at learning to work with the concept. The lessons are presented in a way that a day after the workshops the participants can start practicing.

Workshop I: Wednesday 12.6

1. **Introduction of the method:**
Background, epidemiology, evidence, target groups
2. **Case conceptualization including tools to work out a useful case concept; managing the therapeutic relationship**
3. **Exercises to learn to work with the case conceptualization**

Workshop II: Thursday 13.6

1. **Behavior change: Demonstration and practical exercises with core behavior change models, connected with the case conceptualization (social learning; quality quadrant; behavioral activation; cognitions; interpersonal techniques)**
2. **Relapse prevention: How to help the patient maintain what has been learned in therapy**
3. **Discussion about how to use this way of working in one's own daily practice**

טופס הרשמה CBT

נא לשלוח אל מזכירות הכנס: איסס ארגון כנסים בע"מ
ת"ד 34001, ירושלים 9134001
טל: 02-6520574; פקס: 02-6520558
דואר אלקטרוני: register@isas.co.il
אתר www.isas.co.il/cbt2013

מחירי השתתפות

ביום הסדנה	תשלום עד 10.6	תשלום עד 30.5
שתי הסדנאות	₪ 875	₪ 850
סדנה אחת	₪ 475	₪ 450

שם משפחה

שם פרטי

נא למלא את הפרטים הבאים באנגלית:

Family Name

First Name

Email

Place of Work

Mailing Address Work Home

Street

City

Postal Code

Tel

Mobile

אני חבר/ה באיט"ה

אני סטודנט/ית

אשתף ב:

שתי הסדנאות

סדנה ו: יום ד', 12.6

סדנה וו: יום ה', 13.6

פירוט לתשלום:

דמי הרשמה

מצ"ב המחאה לפקודת איסס ארגון כנסים

נא לחייב את כרטיס האשראי

מספר

תוקף

תאריך

חתימה

תשלום מיוחד לחברי איט"ה ולסטודנטים* המשלמים עד 30.5

שתי הסדנאות 700 ₪

סדנה אחת 400 ₪

* סטודנטים במתכונת מלאה לשנת 2012-2013 באוניברסיטה או במכללה בלבד.
חובה לצרף אישור לימודים.

המחירים לעיל כוללים:

כניסה למושב, חומר הסדנה, ארוחת צהריים והפסקת קפה

ביטול הרשמה:

ביטול הרשמה עד 30.5 יחויב בסך 60 ש"ח. לביטולים לאחר מועד זה יוחזר 50% מהתשלום.

לנרשמים במקום לא מובטח חומר הסדנה.

לוח זמנים:

09:00-08:15 הרשמה וקפה

11:00-09:00 מושב ראשון

11:30-11:00 הפסקת קפה ועוגה

13:30-11:30 מושב שני

14:15-13:30 ארוחת צהרים

16:15-14:15 מושב שלישי



הסדנאות תתקיימנה
ב-ENGLISH ללא תרגום

www.isas.co.il/cbt2013