

בחסות האגודה הישראלית  
לטיפול התנהגותי קוגניטיבי



הסדנה מאורגנת וממומנת בשיתוף עם  
בית הספר החדש לפסיכולוגיה, המרכז הבינתחומי



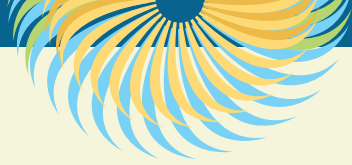
## טיפולים להפרעת חרדה כללית

סדנה בת יומיים בהנחיית  
פרופ' טום בורקובק, Penn State University

19-18 במרץ, 2009

בית חיל האוויר, הרצליה





## עמיתים יקרים,

לכבוד ועוגג הוא לנו להזמינכם לסדנה בהנחיית פרופ' טום בורקובק.

פרופ' בורקובק הוא אחד החוקרים והקלינאים המובילים בתחום טיפול התנהגותי-קוגניטיבי (CBT) בכלל, ובפרט ביישום כלים אלו להפרעת חרדה כללית (GAD). כיום פרופ' בורקובק מכהן כפרופ' לפסיכולוגיה ופסיכיאטריה באוניברסיטת פן בפילדלפיה, ארה"ב (Penn State University in Philadelphia, USA). עד כה פירסם מאות מאמרים ופרקים בתחום הטיפול ההתנהגותי-קוגניטיבי ובתחום הפרעת חרדה כללית. בנוסף לפרסומיו הרבים מרבה להרצות ולהעביר סדנאות בכנסים וסימפוזיונים בינלאומיים. הוא היה ועודנו חבר ועדת העריכה של הביטאונים המובילים בתחום הפסיכולוגיה הקלינית וטיפול התנהגותי קוגניטיבי.

פרופ' בורקובק יחלוק עימנו את הידע והניסיון הרב שרכש בתחום הטיפול בהפרעת חרדה כללית, ובנוסף הוא יציג בפנינו את השימוש בשילוב טכניקות אינטרפרסונליות (IEP) והתנסויות לטיפול בהפרעת חרדה כללית, המהווה התפתחות חדשה בטיפול התנהגותי קוגניטיבי באפליקציה להפרעת חרדה כללית.

בטוחני שההשתתפות בסדנה תרחיב לנו באופן משמעותי את הידע הקליני, ההבנה והמיומנות כקלינאים ומטפלים כאחד. ברצוני לנצל הזדמנות זאת להביע את הכרת התודה שאנו רוחשים לפרופ' מאריו מיקולינסר ולמרכז הבינתחומי הרצליה שניאותו להוות אכסניה לסדנה חשובה זו.

עקב מספר המקומות המוגבל בסדנה אני מפציר בכם לאשר את השתתפותכם בהקדם.

מצפה לחווית לימוד מרתקת,

שלכם

**ד"ר יופ מאירס**

יו"ר האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי (איט"ה)

המחקר וניסיונו הקליני של פרופ' בורקובק במשך השנים מתמקד בהפרעות חרדה בבוגרים. עבודתו המעשית כללה מחקר בסיסי ויישומי כאחד, כאשר המכון הלאומי לבריאות הנפש (NIMH) מממן את מחקריו בתוצאות הטיפול בהפרעת חרדה כללית ע"י טיפול התנהגותי קוגניטיבי במשך 20 השנים האחרונות.

בעבר כיהן כחבר ועדת המענקים לפסיכותרפיה של ה NIMH, וכחבר תת הוועדה להפרעת חרדה כללית של ה DSM-IV. בנוסף גם כיהן כחבר ועדת העריכה של הביטאונים המובילים בתחום הפסיכולוגיה. כיום פרופ' בורקובק משמש כאחד המייסדים של רשת אגודות הפסיכולוגים בפנסילוניה בפרקטיקה ומחקר, וכן חבר באגודה האמריקאית לפסיכולוגיה וחבר בקהילת הפסיכולוגים האמריקאים.

תרומתו למחקר בסיסי ועבודה קלינית הוכרו ע"י ה-APA ב-1988 (דיביזיה 12, חלק 3) ע"י פרס המדען המכובד שהוענק לו, וב-2007 ע"י אות המחקר המשובח שהוענק לו ע"י האגודה לטיפול התנהגותי קוגניטיבי. בספטמבר 2003 הוא קיבל דוקטורט של כבוד לפסיכולוגיה מאוניברסיטת סטוקהולם.



## טיפול התנהגותי-קוגניטיבי להפרעת חרדה כללית

יום רביעי, 18.03.09

בסדנה זו יושם דגש על הטכניקות הייחודיות של פרופ' בורקובק לטיפול ההתנהגותי-קוגניטיבי שהותאמו במיוחד לטיפול בהפרעת חרדה כללית.

### מסגרת רעיונית:

- הצגת הטכניקות תהיה מעוגנת בממצאים מחקריים הנוגעים לדאגה ולהפרעת חרדה כללית
- יישומי הטכניקות יתבססו על עקרונות התנהגותיים מוקדמים
- המטרה הכללית של ההתערבויות הינה להגביר את תשומת הלב למציאות הרגעית ולפתח דרכי תגובה לאירועים יומיומיים מתוך ראייה של מניעים מהותיים

### תחומי טכניקת הטיפול:

- להקנות למטופל מוניטור-עצמי בתוך ומחוץ למפגש הטיפולי
- להקנות למטופל מספר רב של שיטות הרגעה ואת ישומן מרגע לרגע בתוך ומחוץ למפגש הטיפולי
- שימוש בטכניקות מקובלות ומיוחדות של חשיפה הדמיינית לתרגול של תגובות התמודדות
- טכניקות מיוחדות לטיפול קוגניטיבי להפרעת חרדה כללית

החומר יועבר בסדנה בדרך של הצגות דידיקטיות, תמלילי טיפול וסרטוני וידאו של מפגשים (כולל ריפוי מהיר של פוביה חמורה), וזאת בלוויית מילות שירים, תעלולי קסם, הומור וקטעי שירה.

## טיפול אינטרפרסונלי להפרעת חרדה כללית

יום חמישי, 19.03.09

סדנה זו מציגה בפני קלינאים את השימוש בטכניקות משולבות: אינטרפרסונליות-התנסותיות (IEP), להפרעת חרדה כללית. אחרי סקירה בסיסית של המחקרים על הפרעת חרדה כללית ומחקרים על תהליכים פסיכותרפיים המעלים את החשיבות הפוטנציאלית של שילוב התערבויות אינטרפרסונליות והתנסותיות לטיפול התנהגותי-קוגניטיבי, תוקדש רוב הסדנה להצגת:

- המאפיינים וההנחות העיקריות של טכניקות ה-IEP שלנו
- אספקטים של אנליזה תפקודית שנערכה עם מטופלים מתוך פרספקטיבה זו
- הטכניקות הכלליות והייחודיות להתערבות ברמות האינטרפרסונליות והאמוציונליות
- כיצד ניתן להשתמש ביחסים הטיפוליים ליעול התפקוד האינטראפרסונלי והאינטרפרסונלי
- החשיבות בגילוי מוקדם של סדקים בקשר הטיפולי ודרכי התערבות לתיקון הקשר

אחד מהדגשים המיוחדים בסדנה הוא סרט וידאו של מפגש IEP שלם עם מטופלת עם הפרעת חרדה כללית, המדגים מספר רב של טכניקות אינטרפרסונליות והתנסותיות ואשר הביא לשינוי דרמטי עבור המטופלת ובעיית החרדה שלה.

### סדר היום:

- 9:00 - הרשמה
- 9:30 - התחלת הסדנה
- 11:00 - הפסקת קפה
- 13:00 - ארוחת צהרים
- 16:00 - סיום הסדנה

## טופס הרשמה - טיפולים להפרעת חרדה כללית

מלא ושלח אל מזכירות הכנס: איסס ארגון כנסים בע"מ  
ת"ד 34001, ירושלים 91340  
טל: 02-6520574; פקס: 02-6520558  
דואר אלקטרוני: register@isas.co.il

שם פרטי

שם משפחה

מקום עבודה

נא למלא את הפרטים הבאים באנגלית:

Family Name

First Name

Place of Work

Email

Mailing Address

City

Postal Code

Tel

Fax

אשתתף ב:  2 ימי סדנה  
 1 יום סדנה - נא לסמן:  18.03  19.03

סה"כ לתשלום:

מצ"ב המחאה לפקודת איסס ארגון כנסים  
 נא לחייב כרטיס האשראי

מספר

תוקף

תאריך

חתימה

## מחירי השתתפות

לסדנה אחת	לשתי הסדנאות	תשלום עד 5.3.09
₪ 440	₪ 800	תשלום אחר 5.3.09
₪ 480	₪ 850	תשלום ביום הסדנה
₪ 520	₪ 900	

## מחיר מיוחד לחברי איט"ה, מתמחים וסטודנטים

₪ 350	₪ 540	תשלום עד 5.3.09
₪ 390	₪ 680	תשלום אחר 5.3.09
₪ 430	₪ 720	תשלום ביום הסדנה

המחירים לעיל כוללים: חומר הסדנה, ארוחת צהריים והפסקת קפה

ביטול הרשמה: עד 06.03.09 יוחזר 50% מהתשלום.  
אין ביטולים לאחר 06.03.09

## מיקום הכנס:

בית חיל האוויר, רח' ז'בוטינסקי 15, הרצליה

למפת הגעה לבית חיל האוויר נא לבדוק  
<http://www.iafc.org.il/hcont.htm>

הסדנה תתקיים ב-ENGLISH ללא תרגום



## איסס ארגון כנסים

ת.ד. 34001, ירושלים 91340

טלפון: 02-6520574

פקס: 02-6520558

דואר אלקטרוני: congress@isas.co.il

אתר: www.isas.co.il/gad09