

טיפול אינטגרטיבי באמצעות ה-Unified Protocol

השתלמות למטפלים בעלי נסיון מכל התחומים.

8 מפגשים בני 3 שעות

בהנחיית נמרוד תום אורן, ארנון רולניק, יששכר עשת, ומרצים אורחים.

תקציר

אנו שמחים לפתוח קורס של הגישה המאוחדת (Unified Protocol), ומזמינים מטפלים מכל התחומים ללמוד ולהעשיר את סט הכלים הטיפוליים שברשותם. הקורס הועבר בקליניקות ומספר במכללות בארץ.

בשנים האחרונות אנו עדים לשינויים רבים בעולם הפסיכותרפיה, יותר ויותר מטופלים מעוניינים בהתערבויות אקטיביות וממוקדות, ובמקביל מתפתחות ומשגשגות שלל שיטות מודרניות מבוססות-ראיות ומוכחות אמפירית. כמטפלים, אנו מתקשים לעיתים לעקוב אחרי מגוון השיטות החדשות, ומחפשים כיצד ללמוד אותן ולשלבן בשיטות הטיפול שאנו מכירים.

הפרוטוקול המאוחד (Unified Protocol – UP) מאגד בתוכו שיטות טיפול קלאסיות ועכשוויות תחת רצף טיפולי אחיד. למידה שלו מאפשרת כניסה מהירה ויסודית לחידושים האחרונים בתחום הטיפולים הממוקדים, הכרות עם העקרונות המכוננים של השיטות הללו, ויישומן באופן אינטגרטיבי במצבים טיפוליים שונים. כמו כן, לימוד הפרוטוקול ייתן מיומנות בטכניקות מעולם ה-CBT המודרני, למטפלים המעוניינים להכירן בזמן קצר יחסית.

הקורס

המשתתפים ילמדו את ה-Unified Protocol באופן תיאורטי ויישומי. ההשתלמות תפתח צוהר לעולם ה-CBT, ולשיטות גל שלישי כגון מיינדפולנס, ראיון מוטיבציוני, חשיפה לרגשות עוצמתיים, חשיפה אינטרוספטיבית ועוד. כמו כן, נלמד שיטות ייחודיות לעבודה עם תחושות-גוף, תחושות שיש להן השפעה קריטית על התפתחותן ומהלכן של הפרעות רבות.

הקורס ישלב הרצאות, תיאוריה, סימולציות והרבה התנסות בפועל. זהו קורס פרקטי הנועד לספק כלים מעשיים לעבודה הטיפולית. המשתתפים יוזמנו לחוות את ה-UP על עצמם, ויתרגלו במסגרת הקורס התערבויות טיפוליות שונות. מהלך הלמידה יתבסס על ספרי העבודה של ה-UP בהוצאת אוקספורד שיחולקו לכל משתתפי הקורס.

קהל יעד, מחיר והרשמה

ההשתלמות מיועדת למטפלים בעלי נסיון מעשי מכל הדיסציפלינות. הלימוד ייערך בקבוצה לא גדולה (15-20 משתתפים) ועל כן מספר המקומות מוגבל. קבלה לקורס מותנית בראיון טלפוני קצר.

מחיר ההשתלמות הוא 1750 ש"ח.

להרשמה ולפרטים נוספים ניתן לפנות לנמרוד, טלפון: 054-4496279, nimrod.tom.oren@gmail.com

על השיטה

הפרוטוקול המאוחד הוא שיטת טיפול מוכחת אפירית אשר פותחה ע"י David Barlow בשלהי 2004. זוהי שיטה קצרת-מועד, חוצה-אבחנות, המיועדת לטיפול בהפרעות רגשיות שונות – למשל דכאון, חרדה, התפרצויות זעם, אימפולסיביות, הפרעה דו-קוטבית ועוד - באמצעות עבודה ממוקדת על הגורמים המשותפים לכל האבחנות הללו (Underlying Factors).

ייחודו של ה-UP הוא באינטגרטיביות שלו: בעת בניית הפרוטוקול, Barlow בחר את הגישות המודרניות המוכרות ביותר, זיקק את העקרונות של כל גישה ושילב אותן לפרוטוקול מאוחד. בניגוד ל-CBT מהדורות הקודמים, שהתמקד בעבודה על מחשבות וביצירת שינוי אקטיבי, ה-UP בנוי סביב כלים של התבוננות, קבלה ואי-שיפוטיות, ומכיל שיח עשיר על חוויה, רגשות והרגשות (אם כי יש בו גם חלקים של תרגול, חשיפה והפעלה). מדובר בגישה אפקטיבית וגמישה – ניתן לשלב אלמנטים מתוך ה-UP במהלך כל טיפול שהוא, בין אם מדובר בטיפול CBT, דינאמי, התייחסותי, זוגי, ארוך או קצר-טווח, או כל טיפול אחר. בשנים האחרונות, מצאנו שה-UP מהווה דרך מהירה ובטוחה להכנס לעולם ה-CBT, ולהחשף לעקרונות שלו באופן לא-דוגמטי אך יסודי. כמו כן, באמצעות לימוד ה-UP, בעלי-מקצוע שיש להם היכרות עם עולם ה-CBT יוכלו להכיר וליישם את החידושים שהתרחשו בו בשנים האחרונות.

פרוט התכנים

במהלך ההשתלמות נלמד את המודולות השונות של ה-UP, ואיך לשלבן בעבודה הטיפולית:

- רגשות לפי המודל של ה-UP
- ראיון מוטיבציוני (Motivational Interviewing)
- מיינדפולנס (Mindfulness) – אימון במודעות-לרגש, ובמודעות לתחושות-גוף
- טיפול מבוסס קבלה ועיגון-בהווה
- הערכה-מחדש (Cognitive Reappraisal)
- המנעות והתנהגויות מונעות-רגש (Emotion-Driven Behaviors)
- חשיפה אינטרוספטיבית-חוויתית (Introceptive Exposure)
- חשיפה לרגשות (Emotion Exposure)
- מתן "שיעורי בית" והתמודדות עם התנגדויות
- תיעוד ומעקב התקדמות
- תחזוקה ומניעת-השנות (Relapse Prevention)

תאריכים

יקבעו בהמשך