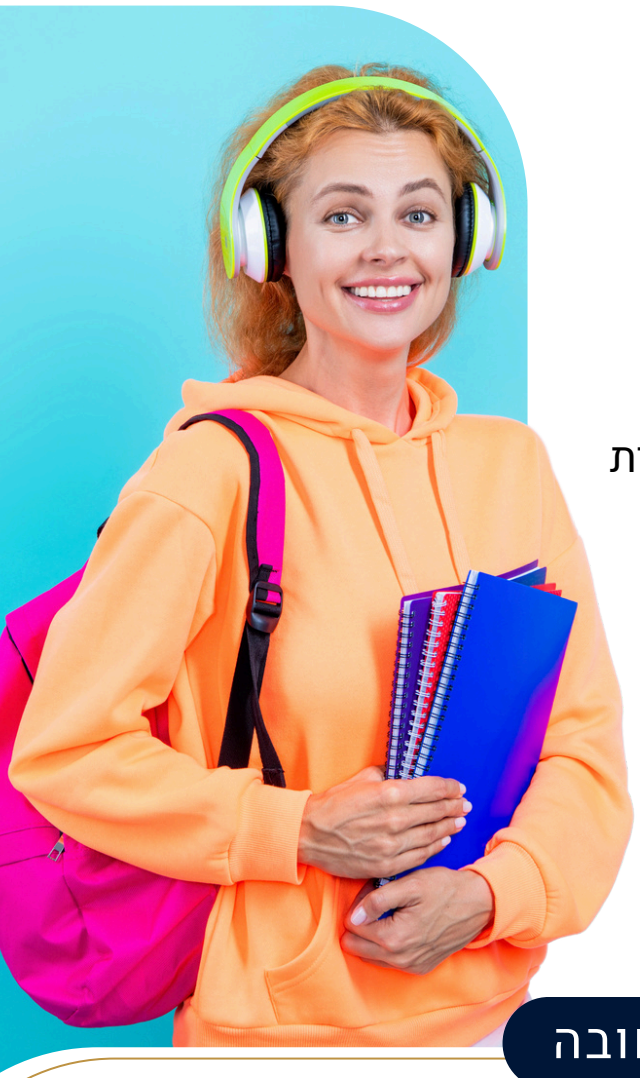
אוניברסיטת אריאל בשומרון
היחידה ללימודי חוץ והמשך

המרכז לקשר משפחתי
מבית שירן ברביבאי

תוכנית תלת-שנתית

להסמכה בפסיכותרפיה משפחתית



אודות התוכנית

התוכנית להכשרת מטפלים בפסיכותרפיה משפחתית מציעה מסלול הכשרה מקיף, מעמיק ורב-תחומי, המיועד להקנות תשתית מקצועית ויישומית לטיפול במערכות משפחתיות, זוגיות ואישיות.

התוכנית משלבת בין גישות פסיכולוגיות קלאסיות לבין מתודולוגיות התערבות עכשוויות, במטרה להכשיר אנשי מקצוע בעלי ארגז כלים אינטגרטיבי להתמודדות עם מגוון רחב של אתגרים רגשיים, התנהגותיים ובינאישיים.

תוכנית הלימודים: פירוט קורסי החובה

המסלול מורכב משמונה קורסי ליבה המעניקים ידע תיאורטי מבוסס לצד מיומנויות פרקטיות מתקדמות:

- מבוא לפסיכולוגיה
- אימון אישי (Life Coaching)
- NLP MASTER
- ייעוץ זוגי
- אימון רגשי לילדים ונוער
- הדרכת הורים
- טיפול קוגניטיבי-התנהגותי בעצימות נמוכה (LICBT)
- יחסי מטפל-מטופל

01

מבוא לפסיכולוגיה

קורס תשתיתי זה סוקר את התפתחות המחשבה הפסיכולוגית, אסכולות מרכזיות ותיאוריות יסוד במדעי ההתנהגות.

הלמידה כוללת היכרות מעמיקה עם מודלים של אישיות, תהליכים קוגניטיביים, מנגנוני הגנה, פסיכולוגיה התפתחותית ומושגי יסוד בפסיכופתולוגיה.

הקורס מקנה לסטודנטים שפה מקצועית אחידה והבנה כוללת של נפש האדם במעגלי החיים השונים.

סילבוס ונושאים :

1. מהי פסיכולוגיה?
2. האסכולות המרכזיות בפסיכולוגיה
3. למידה והתניה
4. התפתחות התקשורת
5. קוגניציה, רגש והתנהגות
6. אישיות והבדלים בין אישיים
7. פסיכופתלוגיה
8. פסיכולוגיה וטיפול



02

אימון אישי (Life Coaching)

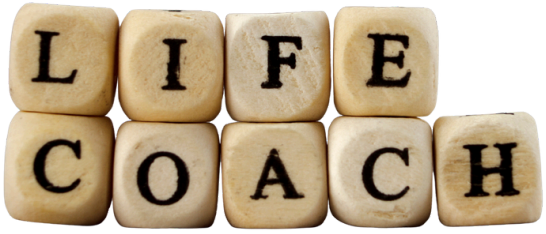
הקורס מתמקד בפיתוח מיומנויות להובלת תהליכי שינוי, הצבת מטרות והשגתן.

הסטודנטים רוכשים כלים לזיהוי ערכים ודפוסי חשיבה, פירוק חסמים, ניהול זמן והנעת מתאמנים לפעולה ממוקדת תוצאות.

ההכשרה כוללת תרגול של שיחות אימון, ניסוח יעדים בני מדידה והטמעת תהליכי משוב והערכה.

סילבוס ונושאים :

1. היכרות וצלילה לתוך עולם האימון
2. אימון ופסיכולוגיה חיובית, חשיפת חוזקות חותם
3. ארבעת המפתחות להצלחה
4. חשיפת הייעוד
5. גלגל החיים – התבוננות על חיי, מיקוד ומטרה
6. עבודת עומק עם ערכים
7. מודל S.M.A.R.T
8. 6 הרמות הלוגיות
9. הגדרת מטרה מעוצבת כהלכה
10. חזון והגדרתו
11. מטרות ויעדים – תרגום יעדים לפעולות שמובילות לתוצאות
12. מחזון לתוכנית פעולה
13. ראפור – יצירת כימיה עם כל אדם [שפת המוח]
14. מודלינג
15. שלבי חובה בכל אימון
16. אינטייק – מפגש היכרות עם מתאמן
17. מודל אימון / משוב אמצע / פרידה מאימון
18. שלבי חובה בכל שיחת אימון
19. נקודת שבר ותקיעות באימון
20. אתיקה, סיכום ואיסוף



אוניברסיטת אריאל בשומרון
היחידה ללימודי חוץ והמשך

המרכז לקשר משפחתי
מבית שירן ברביבאי

03

NLP MASTER

שלב מתקדם בהכשרת ה-NLP המעמיק בטכניקות לשחרור מדפוסים אוטומטיים ושינוי הרגלים ברמת התת-מודע.

הקורס מקנה שליטה במודלים לשוניים מתקדמים, שינוי אמונות מגבילות, עבודה בקו הזמן (Time Line Therapy), דגימת מצוינות ופתרון קונפליקטים פנימיים עמוקים.

הכלים הנרכשים מאפשרים השפעה מהירה ומדויקת על דפוסי תפיסה והתנהגות.

סילבוס ונושאים :

1. היכרות עם עולם ה – NLP
2. הנחות היסוד של ה - NLP
3. הגדרת מטרה מעוצבת כהלכה outcome
4. כיצד ליצור כימיה?
5. שש הרמות הלוגיות
6. מודל מילטון חלק א'
7. מודל מילטון חלק ב'
8. אסטרטגיה להצלחה
9. עוגנים והתניה
10. אמונות מגבילות ושחרורם
11. ריפריימינג
12. טכניקת סוויש
13. שפת קידוד המוח
14. טכניקה לשחרור פחדים וזיכרונות מעיקים
15. מסע הגיבור
16. שלושת המוחות
17. מודל דיסני
18. טכניקת קו זמן
19. החלמה ובריאות ע"פ גישת ה- nlp
20. מפגש סיכום והסמכה



04

ייעוץ זוגי

הקורס מתמקד בדינמיקה הזוגית, בהיבטים המערכתיים של קשרים אינטימיים ובמקורותיהם של משברים זוגיים.

נלמדות תיאוריות תקשורת בינאישית, התמודדות עם שחיקה, פגיעה באמון וקונפליקטים מורכבים.

הסטודנטים מוכשרים להוביל תהליכי גישור והידברות, לבסס מחדש אינטימיות וחיבור רגשי, ולסייע בבניית הסכמות הדדיות בתוך התא הזוגי.

סילבוס ונושאים :



1. מהות הייעוץ הזוגי – מטרות, גבולות, אחריות
2. סוגי קשרים זוגיים – אהבה, שותפות, חוזה זוגי
3. שלבי ההתפתחות הזוגית
4. דפוסי תקשורת הרסניים של גוטמן
5. בניית שפה זוגית מקרבת
6. כלים להקשבה אמפתית ופתרון קונפליקטים
7. בגידות – סוגים, תהליך שיקום
8. שחיקה, משבר אמון, חוסר תקשורת
9. התמודדות עם שוני בתפיסות עולם / ערכים / הורות
10. השפעת הבית בו גדלנו על הזוגיות שלנו
11. דפוסים רגשיים מהעבר – השלכות על קשר
12. שימוש בכלים מעולם הפסיכולוגיה והאימון האישי
13. מבנה פגישה זוגית – ניהול המפגש
14. כלים לאבחון מצב הקשר
15. בניית תהליך ליווי מותאם אישית
16. התמודדות עם תלות, גבולות תפקיד, ניגוד אינטרסים
17. הפניה לגורם טיפול אחר – מתי ולמה?
18. סימולציות עם משתתפים
19. מבחן מקרי בוחן
20. משוב מקצועי

05

אימון רגשי לילדים ונוער



חטיבה זו מוקדשת לעולמם הרגשי של ילדים ובני נוער, תוך התאמת שפת השיח והכלים הטיפוליים לשלבי ההתפתחות השונים.

הקורס כולל כלים לוויסות רגשי, חיזוק הביטחון והדימוי העצמי, התמודדות עם חרדות חברתיות וקשיים התנהגותיים, ושימוש באמצעי הבעה, משחק ומטפורות ליצירת קשר מיטבי עם המטופל הצעיר.

סילבוס ונושאים :

1. פתיחה והכרות
מהו אימון? | מהו אימון רגשי לילדים | אילו מצבים יכולים לצלוח בעזרת אימון רגשי?
2. הגיל הרך
התפתחות | התפתחות משחק | התפתחות כישורי חיים | התפתחות תקשורת | התפתחות מוטורית
3. מפגש ראשון עם הילד/ה
שאלונים מקצועיים לפני האימון: שאלון הורים, צוות הוראה, בית הספר, שאלון לילד/ה | רכישת אמון הילד/ה
4. עבודה עם דפי ליווי לאימון רגשי + CBT
רגשות | חוזקות | ערכים | תחושות | הכרה עצמית | שליטה בכעסים | התמודדויות | ניהול תגובות | מיומנויות חברתיות
5. לחץ וחרדות בקרב ילדים ונוער
הסבר על חרדה | תיווך החרדה לילד/ה | תרגילי עבודה יצירתיים בקליניקה
6. המשך לחץ וחרדות בקרב ילדים ונוער
תרגילים ופעולות מומלצים לשילוב בסדר היום ובחיי הילד/ה להפחתת החרדה
7. גיל ההתבגרות
מאפיינים: קוגניטיביים, רגשיים וגופניים | הקשר בין ההורים והקרב על עצמאות | משבר גיל ההתבגרות – התמודדות עם שינויים וכיצד מטפלים
8. דימוי עצמי אצל ילדים – הגדרת העצמי
מאגר העוצמות | תחושת הערך הסובייקטיבית המשתנה בין תרבות לתרבות | דיבור פנימי חיובי אצל הילד/ה | תפקיד ההורה | חיזוק האמונה בכוחו של הילד/ה
9. שינוי דפוס התנהגות
בעיות התנהגות | מהן הפרעות ובעיות התנהגות | סוגי הפרעות התנהגות קיימות | פנייה לעזרה

אימון רגשי לילדים ונוער

10. כישורים חברתיים
גורמים עיקריים לקושי חברתי | גורם הקושי | השפעת לקויות בכישורים חברתיים | זיהוי בעיה חברתית אצל ילד/ה | איך לעזור בפיתוח כישורים חברתיים
11. קשר בריא בגיל ההתבגרות
שמירה על קשר בריא עם המתבגר/ת | חרמות ובריונות וכיצד מטפלים | תקשורת על אובדן ואלימות בימי מלחמה
12. חרם
חרמות ונידוי חברתי | מה זה חרם? | התמודדות עם חרם | השלכות של נידוי חברתי | האם מתערבים בחרם? | איך לעשות את זה נכון
13. תפקיד ההורים
תפקיד ההורים במהלך אימון רגשי | הדרכת הורים להתמודדות עם קשיים מול הילד | היתרון באימון ילדים עם הורים משתפי פעולה | מתי כדאי לפנות להדרכת הורים
14. מבנה מפגש אימוני
הנגשת המפגש לילד/ה | שיחת הורים כיצד ומתי | שמירת סמכות המאמן/ת מול הילד/ה | הצבת גבולות
15. הדרכת הורים
שקרים אצל ילדים: למה וכיצד מטפלים | הילד מרביץ, מה עושים? | כיצד מספרים ומתווכים גירושין של הורים
16. משחקים
משחקים שבלב | משחקים ויצירות להבעת רגשות | גלגל הרגשות | אוצר הרגשות שלי | המשפחה, הלב שלי | ברכת הבית שלי
17. אתיקה
קוד האתיקה | ערכים ועקרונות מנחים | נהלי עבודה | חיסיון | מה עושים במקרה של הורים גרושים | חוות דיווח
18. הכנה עיונית למבחן הכשרה
19. מבחן הכשרה עיוני
20. מפגש שאלות ותשובות
מפגש בונוס עם שירן ברביבאי בעלת המכללה בנושאים עיקריים בפתיחת קליניקות פרטיות
21. הסמכה
הסבר אודות התעודות | הלשכה | ביטוחים | הסכמים | חוזים

06

הדרכת הורים

קורס זה מעניק מענה לציר ההורי כגורם מכריע בתפקוד המשפחתי.

התכנים מקיפים שיטות לביסוס סמכות הורית מיטיבה, הצבת גבולות ברורים מתוך כבוד הדדי, ניהול מריבות בין אחים, וחיזוק התקשורת בתוך הבית.

המשתתפים לומדים לאבחן את הדינמיקה המשפחתית ולהעניק להורים ליווי מעשי המותאם למאפייני הילד והמשפחה.

סילבוס ונושאים :



1.מבוא לעולם הדרכת ההורים
2.גישות פסיכולוגיות מרכזיות בהורות
3.שלבי התפתחות הילד
4.המשפחה כמערכת
5.בניית הברית ההדרכתית
6.תהליך האינטייק והגדרת מטרות
7.הקניית מיומנויות תקשורת להורים
8.הצבת גבולות וחיזוק הסמכות ההורית
9.כוחו של עידוד
10.התמודדות עם יריבות בין אחים
11.התמודדות עם אתגרי התנהגות מורכבים
12.הורות בעידן הדיגיטלי
13.ליווי המשפחה במצבי מעבר ומשבר
14.עבודה עם משפחות מגוונות
15.העולם הפנימי של ההורה
16.הנחיית קבוצות הורים
17. מהקמה וניהול עסק להדרכת הורים
18.ניתוחי מקרה ותרגול מעשי
19.פרקטיקום והדרכה (Supervision)
20.סיכום, אינטגרציה והסמכה

07

טיפול קוגניטיבי-התנהגותי בעצימות נמוכה (LICBT)

הכשרה במודל מובנה, ממוקד וקצר מועד, המיועד לסייע בהתמודדות עם קשיים רגשיים שכיחים כגון חרדה, דיכאון קל ומתח.

הקורס מקנה שיטות לזיהוי עיוותי חשיבה, ארגון קוגניטיבי מחדש, חשיפה הדרגתית והפעלת התנהגויות מקדמות.
הדגש מושם על מתן פרוטוקולים טיפוליים ברורים וכלים לניטור עצמי של המטופל.

סילבוס ונושאים : סמסטר א'

1. פתיחה והכרות, עקרונות LICBT, מבוא למודל מחשבות ורגשות
2. תיאוריות ועקרונות הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי הבנייה קוגניטיבית יומן 1, תרגול יומן 1
3. הבנייה קוגניטיבית – יומן מצב רוח 2, מחשבות אוטומטיות, עיוותי חשיבה, מחשבה חלופית
4. קבלת מטופל, זיהוי תלונות עיקריות, איסוף מידע, הקשר הטיפולי, אינטייק, תשאול ראשוני w4
5. מבוא לחרדות, מבוא לחשיפות
6. דיכאון א' – מאפיינים ואבחנה, מבוא לאקטיבציה
7. פאניקה מאפיינים ואבחנה, חשיפות פנימיות, המשגת מעגל הסימפטום
8. הפרעות נפש שכיחות, תהליך הכרת ה-DSM
9. סוגי תשאולים, מבוא לאתיקה א'
10. ערך עצמי ופרפקציוניזם
11. המשגה, אמונות יסוד, כלליות והנחות
12. הכנה למבחן ולסטאז', חשיפות חלק א'
13. ערעור אמונות יסוד, מבנה פרוטוקול טיפולי, בניית תוכנית טיפול ומטרות טיפול
14. התנגדויות בטיפול, אג'נדה סטינג, טכניקות לטיפול בהתנגדויות המטופל

סילבוס ונושאים : סמסטר ב'

1. מבנה פגישה טיפולית ראשונה; עבודה עם שינויים וערכים; הערכה ממוקדת; חזרה לקראת הסטאז'; הכנה של פורטפוליו
2. כלים קוגניטיביים נוספים לטיפול; יומן הביניים המתקדם; תרגול
3. דיכאון ב' – פרוטוקול עבודה, אקטיבציה
4. GAD – חרדה מוכללת: אבחנה וטכניקות טיפול
5. חרדת בריאות – אבחנה, טכניקות רגיעה וטיפול
6. חרדה חברתית
7. כעס + אסרטיביות – טכניקות פתרון בעיות
8. חרדת בחינות וחרדת ביצוע – יומני חשיפות ובניית מדרג
9. דחיינות – חשיפה בדמיון
10. מיינדפולנס – חשיפה בדמיון העמוקה
11. עבודה עם מתבגרים – OCD / PTSD: אבחנה והיכרות עם מניעת תגובה
12. מבוא ל-ACT – דמיון מודרך, "מקום בטוח"
13. מבוא לאתיקה ב' – סיכום טיפול
14. סיכום שנתי והכנה למבחן

08

יחסי מטפל-מטופל

קורס חיוני המהווה את עמוד השדרה האתי והקליני של ההכשרה הטיפולית.

הלימודים עוסקים בבניית הברית הטיפולית (Therapeutic Alliance), יצירת מרחב מוגן ומכיל, זיהוי תהליכי העברה והעברה-נגדית, שמירה על גבולות מקצועיים, אתיקה טיפולית ומניעת שחיקה מקצועית של המטפל.

סילבוס ונושאים :

1. כינון הברית הטיפולית הרב אישית ומורכבות ההצטרפות
2. ניטרליות, מעורבות ונאמנות רב-צדדית
3. משולשים טיפוליים ותהליכי יציאה מתפקיד ה"צלע השלישית"
4. העברה, והעברה נגדית מערכתית
5. ה"עצמי של המטפל"
6. כוח, סמכות וגבולות במרחב הטיפולי
7. שבירה ותיקון של הברית הטיפולית
8. פרידה, סיום והפנמת היחסים הטיפוליים



תיאור הקורס:

המרחב הטיפולי בפסיכותרפיה משפחתית מאופיין במורכבות יחסית ייחודית, בניגוד למודל הדיאדי הפרטני. המטפל המשפחתי נדרש לכונן ברית טיפולית רב-ממדית עם מספר סובייקטים בעלי אינטרסים, עמדות רגשיות וצרכים מנוגדים. קורס זה מיועד למטפלים משפחתיים המבקשים להעמיק בהבנת יחסי הגומלין הנרקמים בחדר הטיפול. התוכנית בוחנת תופעות מרכזיות של העברה, העברה נגדית, מיקומי כוח, ניטרליות רב-צדדית, ושבירה ותיקון של הברית הטיפולית מתוך שילוב בין תיאוריות מערכתיות, פסיכודינמיות ובין-אישיות.

מטרות הקורס:

1. העמקת ההבנה התאורטית והקלינית של הברית הטיפולית בהקשר רב-אישי ומערכתי.
2. פיתוח מיומנויות לזיהוי ולניהול של תהליכי העברה והעברה נגדית במפגש עם המערכת המשפחתית.
3. רכישת כלים לשימור עמדה טיפולית מאוזנת (נאמנות רב-צדדית) ומניעת משולשים טיפוליים.
4. זיהוי מוקדי שבירה של הקשר הטיפולי ויישום אסטרטגיות לתיקון ולביסוס מחודש של אמון.
5. חידוד המודעות ל"עצמי של המטפל" (Self of the Therapist) והשפעת משפחת המוצא של איש המקצוע על ההתערבות.

אוניברסיטת אריאל בשומרון
היחידה ללימודי חוץ והמשך

המרכז לקשר משפחתי
מבית שירן ברביבאי

מבנה ומתכונת הלימודים

משך המסלול

שמונה קורסי החובה נפרסים על פני שלוש שנות לימוד. קיימת אפשרות להאצת המסלול ולסיומו בפרק זמן קצר יותר, באמצעות שילוב של שני קורסים או יותר במקביל מדי שבוע.



מתכונת שבועית

כל קורס נלמד במפגש שבועי יחיד בשעות הערב, בהתאמה לאנשים עובדים.

אופן הלמידה

השיעורים מתקיימים באופן מקוון באמצעות תוכנת Zoom, סדנאות ותרגולים מונחים.

תעודות והסמכה

תעודות ביניים

בסיום כל אחד משמונת הקורסים מוענקת תעודת הסמכה מקצועית בתחום שנלמד, המאפשרת יישום מקצועי הדרגתי כבר במהלך שנות ההכשרה.

התעודה המסכמת

עם סיום כלל חובות התוכנית והשלמת שמונת הקורסים במלואם, מוענקת תעודת גמר בפסיכותרפיה משפחתית מטעם **היחידה ללימודי חוץ של אוניברסיטת אריאל בשומרון.**

תנאי קבלה והכרה בלימודים קודמים



קבלה למסלול:

מותנית בריאיון קבלה אישי להערכת מידת ההתאמה לדרישות המקצוע והלימודים.

הכרה בלימודים ממוסדות אחרים:

קורסים והכשרות מקבילות שנלמדו במכללות מוכרות אחרות ייבחנו באופן פרטני על סמך סילבוסים ותעודות רשמיות.

הכרה בלימודים פנימיים:

תכנים והכשרות שנלמדו במסגרת המכללה מוכרים באופן מלא לתוכנית, כך שניתן להשלים אך ורק את קורסי החובה החסרים לקראת הזכאות לתעודה המסכמת.

אוניברסיטת אריאל בשומרון
היחידה ללימודי חוץ והמשך

המרכז לקשר משפחתי
מבית שירן ברביבאי

מסלולי שכר לימוד ואפשרויות תשלום

עבור הלומדים עומדות שתי אפשרויות הסדרה כספית לבחירה:

הרשמה כוללת למסלול המלא (מומלץ):

תמחור מרוכז עבור תוכנית הלימודים המלאה, המעניק עלות מוזלת ומשתלמת משמעותית בהשוואה לתשלום פרטני.

הרשמה מודולרית לפי קורס:

תשלום במחיר מלא עבור כל קורס בנפרד. במידה ובוחרים להמשיך למסלול התלת-שנתי המלא, הסכומים ששולמו יקוזזו משכר הלימוד הכולל של התוכנית.

אוניברסיטת אריאל בשומרון
היחידה ללימודי חוץ והמשך

המרכז לקשר משפחתי
מבית שירן ברביבאי

למען הסר ספק, הקורס עוסק בתחום הפסיכותרפיה המשפחתית בלבד, ואינו מהווה חברות, הסמכה, הכרה או השתייכות לארגוני הפסיכותרפיה בישראל .