



21.6.2026

פסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית CBT ממוקדת ילדים ונוער

שנה"ל תשפ"ז - תשפ"ח, 2026-2028

ראשת התוכנית: גב' ירדן גבאי

מרצים: גב' ירדן גבאי, גב' קרן קונקול, ד"ר אלה גב רוזן, ד"ר דור בר עוז, ד"ר נועה עמנואל, גב' שרון טלאור, גב' מיכל לאו, מר יואב גבע.



התוכנית מאושרת על ידי איט"ה - האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי-קוגניטיבי



ירדן גבאי - ראשת התוכנית

גב' ירדן גבאי היא פסיכולוגית קלינית מומחית, בעלת ניסיון בטיפול במתבגרים ובמבוגרים, עם התמחות בעבודה טיפולית במצבי חרדה, דיכאון, טראומה, קשיי ויסות, משברי חיים והתמודדות עם מצבי דחק. עבודתה הקלינית נשענת בעיקר על טיפול קוגניטיבי התנהגותי CBT ועל טיפול מבוסס קבלה ומחויבות ACT, תוך התאמה של ההתערבות לצרכיו, גילו והקשר חיו של המטופל. ירדן מוכרת כמטפלת CBT על ידי איט"ה - האגודה הישראלית לטיפול קוגניטיבי התנהגותי, ובעלת הכשרות מתקדמות בטיפול בחשיפה ממושכת PE, בטיפול בעיבוד קוגניטיבי CPT, בגישות גל שלישי ובהיפנוזה. לצד עבודתה הטיפולית, היא מלווה הורים בתהליכים טיפוליים והדרכתיים, ומרצה ומנחה סדנאות לאנשי מקצוע ולקהל הרחב. בנוסף, ירדן עוסקת בכתיבה ובהנגשת ידע פסיכולוגי מקצועי, מתוך שאיפה לחבר בין ידע קליני מבוסס לבין כלים יישומיים, נגישים ורלוונטיים לחיי היומיום.

מטרות התוכנית

התוכנית נועדה להקנות למשתתפים תשתית תיאורטית, קלינית ויישומית לעבודה טיפולית בגישת CBT עם ילדים, מתבגרים, הורים ומערכות חינוכיות. ההכשרה משלבת בין ליבת CBT קלאסית לבין עקרונות מהגל השלישי, בדגש על המשגה קלינית, תכנון טיפול, עבודה עם הימנעויות, חשיפה, אקטיבציה התנהגותית, עבודה עם הורים, מדידה וניטור התקדמות, והתאמות התפתחותיות לילדים ונוער. לצד העמקה בתחומים נפוצים ומרכזיים כגון חרדה, דיכאון, עבודה עם הורים והתערבויות התנהגותיות קוגניטיביות, התוכנית כוללת גם היכרות רחבה עם מצבים קליניים נוספים כגון ADHD, ASD, טראומה, הפרעות אכילה, קשיי שינה, אובדנות ופסיכיאטריה של ילדים ונוער. ההכשרה העיונית יישומית אינה מחליפה פרקטיקום, טיפול מודרך או הדרכה קלינית. מטרתה להקנות ידע, שפה טיפולית, המשגה, הדגמות ותרגול מיומנויות.

תכנים מרכזיים

- יסודות CBT בילדים ונוער - הקניית ידע תיאורטי וקליני בעקרונות הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי, כולל הערכה קלינית, המשגת מקרה, בניית מטרות טיפוליות, פסיכודוקציה, מדידה וניטור התקדמות.
- מיומנויות טיפול והתאמות התפתחותיות - תרגול ויישום של התערבויות מרכזיות כגון עבודה קוגניטיבית, חשיפה, אקטיבציה התנהגותית, פתרון בעיות, עבודה עם הורים ומערכות חינוכיות, תוך התאמה לגיל, לשלב ההתפתחותי ולהקשר המשפחתי.
- העמקה קלינית וגישות מתקדמות - יישום CBT וגישות גל שלישי, בדגש על ACT, במגוון מצבים קליניים בילדים ונוער, בהם חרדה, דיכאון, OCD, טראומה, ADHD, ASD, קשיי ויסות, קשיי שינה והפרעות אכילה.



תעודת סיום

לעומדים בהצלחה בדרישות הלימודים וההתנסות המעשית תוענק תעודת סיום מטעם אוניברסיטת תל אביב ואיט"ה.

קהל יעד ותנאי סף

- עובדים סוציאליים - בעלי תואר ראשון בעו"ס או תואר שני בעו"ס ורישיון מקצוע.
 - יועצים חינוכיים - בעלי תואר שני בייעוץ חינוכי ורישיון מקצוע.
 - מטפלים באמנויות - בעלי תואר שני בטיפול באמנות.
 - קרימינולוגים קליניים - בעלי תואר שני בקרימינולוגיה קלינית ורישיון מקצוע.
 - פסיכיאטרים - MD ורישיון מקצוע.
 - פסיכולוגים מומחים* - בעלי תואר שני בפסיכולוגיה ורישיון מקצוע.
 - פסיכולוגים מתמחים בשנה השנייה להתמחות* - בעלי תואר שני בפסיכולוגיה, רשומים בפנקס הפסיכולוגים (בכפוף לחוק הפסיכולוגים).
- * מידע מורחב לגבי פסיכולוגים:

תואר שני בפסיכולוגיה קלינית, חינוכית, התפתחותית, שיקומית נחשבים טיפוליים - אם עשו התמחות והם מומחים ממשד הבריאות (בעלי רישיון מומחה) הם יכולים להגיש מועמדות. גם אם הם עדיין בשלב התמחות הם יכולים להגיש מועמדות.

גם נירופסיכולוגים נחשבים טיפוליים.

פסיכולוגים שלא למדו תחום טיפולי - יכולים להגיש מועמדות אם עשו התמחות במקום טיפולי וצריך להגיש רישיון מומחה ממשד הבריאות. או הם עדיין בתהליך התמחות במקום טיפולי ויצונו אישום רישום להתמחות.

היקף לימודים

תוכנית דו-שנתית, 28 מפגשים בכל שנת לימוד. כל שיעור כולל 6 שעות אקדמיות.

450 שעות אקדמיות סה"כ לפי הפירוט הבא:

336 שעות למידה ותרגול בכיתה (256 למידה + 80 תרגול)

64 שעות תרגול בבית

50 שעות הדרכה* אותן יש לרכוש בנפרד

*בהתאם לקריטריונים של איט"ה, לצורך קבלה כחבר/ה או כחבר/ה מומחה/ית נדרשות לפחות **100 שעות הדרכה ב-CBT**, על בסיס לפחות **200 שעות טיפול קוגניטיבי-התנהגותי** ובליוי של לפחות **10 מקרים טיפוליים**.
במהלך תוכנית ההכשרה הדו-שנתית יש להשלים לפחות **50 שעות הדרכה** מתוך סך השעות הנדרשות על לפחות **100 שעות טיפול ולפחות 6 מקרים טיפוליים**.

מכלל שעות ההדרכה הנדרשים, לפחות **50 שעות** צריכות להיות הדרכה פרטנית. את ההדרכה יש לקבל מלפחות **שני מדריכים שונים**, בהיקף של לפחות **25 שעות עם כל מדריך** ולמשך מינימום **חמישה חודשים** עם כל אחד מהם; הדרכה ממדריכים נוספים, ככל שתתקיים, תכלול לפחות **10 שעות** עם כל מדריך. ההדרכה יכולה להיות פרטנית או קבוצתית, כאשר הדרכה קבוצתית תתקיים עד **ארבעה מודרכים**, בהתאם למפתח ספירת השעות של איט"ה. על כלל המדריכים להיות מדריכים המוכרים על ידי איט"ה או מצויים בהסמכה להדרכה באישור איט"ה, והדיווח על שעות ההדרכה והמקרים יעשה בטפסים הרשמיים של איט"ה בלבד.

דרישות התוכנית

השלמת התוכנית מותנית בעמידה בדרישות הבאות:

1. נוכחות פרונטלית בלפחות 80% ממפגשי ההכשרה: השתתפות פעילה בתרגולים, סימולציות, דיונים והצגות מקרה.
2. השלמת רכיבי הטיפול והדרכה בהתאם לדרישות איט"ה.
3. לאורך התוכנית כולה יוגשו 6 עבודות (3 עבודות בכל שנה), שמטרתן לבסס מעבר הדרגתי מידע תיאורטי להבנה קלינית, המשגת מקרה, תכנון טיפול, יישום התערבויות והערכה רפלקטיבית של התהליך הטיפולי.



גמול השתלמות לעובדי הוראה של משרד החינוך

בתהליך קבלת אישור גמול השתלמות עם ציון במסלול אישי בהתאם לתנאי משרד החינוך. עדכון יפורסם בהמשך.

גמול השתלמות לעובדים סוציאליים

בתהליך קבלת אישור ויפורסם בהמשך

עובדי הוראה בשבתון

קוד מוסדנו בקרנות ההשתלמות: 230

היקף השעות שיאושרו והאם כחובה או רשות, ייקבע ע"י הקרן בלבד.

מוסדנו יגבה ישירות מהמורים בשבתון את מלוא תשלום שכר הלימוד והם יגישו לקרן ההשתלמות קבלות באופן עצמאי לצורך החזר כספי עפ"י תעריף הקרן, בהתאם לשעות שאושרו להם ובהתאם לכללים הנהוגים בקרנות.

מועד ומיקום

ימי שני, בין השעות 14:30–19:30 אחת לשבוע, דו-שנתי, באוניברסיטת תל-אביב
תאריך פתיחה מתוכנן: 19 באוקטובר 2026

עלות

דמי רישום להגשת מועמדות: 300 ש"ח

שכר לימוד: 21,900 ש"ח לתוכנית כולה עפ"י החלוקה הבאה:

שנה א' תשפ"ז - 12,900 ש"ח

שנה ב' תשפ"ח - 9,000 ש"ח

* דמי הרישום אינם נכללים בשכר הלימוד

הרשמה

מספר המקומות מוגבל. ההרשמה עד למילוי מכסת המשתתפים שנקבעה לתוכנית זו.

[קישור לטופס הרשמה - פסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית CBT ממוקדת ילדים ונוער](#)

להגשת מועמדות נדרש:

- מילוי טופס הרשמה
- צירוף קורות חיים
- צירוף העתק תעודת השכלה אקדמית
- צירוף רישיון מקצועי (למעט מטפלים.ות באמנויות)
- תשלום דמי רישום
- השתתפות בריאיון קבלה אישי בזום

ידיעון התוכנית - מידע פרסומי

לפרטים נוספים - גילה שררה, אחראית מנהלית

טלפון: 03-6407205

דוא"ל: gilash@tauex.tau.ac.il

תקנון המרכז

ט.ל.ח.