

האוניברסיטה העברית בירושלים

סילבוס

טיפול דיאלקטי התנהגותי (DBT) - 3175

תאריך עדכון אחרון 12-10-2021

נקודות זכות באוניברסיטה העברית: 2

תואר: מוסמך

היחידה האקדמית שאחראית על הקורס: עבודה סוציאלית

השנה הראשונה בתואר בה ניתן ללמוד את הקורס: 0

סמסטר: סמסטר א'

שפת ההוראה: עברית

קמפוס: הר הצופים

מורה אחראי על הקורס (רכז): גון ארסט

דוא"ל של המורה האחראי על הקורס: gon.arest@mail.huji.ac.il

שעות קבלה של רכז הקורס: בתיאום מראש

מורי הקורס:

תאור כללי של הקורס:

טיפול דיאלקטי התנהגותי (DBT) הינו שיטת טיפול אשר פותחה ע"י מרשה לינהאן בתחילת שנות ה-90 לטיפול בהפרעת אישיות גבולית ובמטופלות אובדניות ו/או שפוגעות בעצמן. השיטה משמשת כיום גם לטיפול במקרים מורכבים אחרים ובמיוחד לסובלים מבעיות בוויסות הרגשי, כולל בהתמכרויות, בהפרעות אכילה ועוד. מדובר בגישה טיפולית אינטגרטיבית המתבססת על מספר יסודות ובהם הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי (CBT), הפילוסופיה הדיאלקטית, התאוריה הביוסוציאלית ותרגולים של קשיבות השיטה בבסיס התיאורטיים המושגים את נכיר הקורס במהלך. בבודיהזם שמקורם (MINDFULNESS) ונלמד ליישם את העקרונות הטיפולים בעבודה המעשית. הקורס הינו בדגש יישומי ומעודד שיתוף בדוגמאות מהפרקטיקה הטיפולית.

מטרות הקורס:

מטרת הקורס להקנות ידע תאורטי ומעשי בטיפול בשיטת ה-DBT, כולל הכנת המטופל לטיפול, הכנת החוזה הטיפולי, שימוש בתיקוף, ניתוח התנהגותי ובאסטרטגיות של פתרון בעיות. הכרות עם המיומנויות הנלמדות בקבוצת המטופלים (קשיבות, וויסות רגשי, יעילות בינאישית ועמידות במצוקה), עם עקרונות השימוש בקשר הטלפוני ועם עקרונות העבודה בקבוצת הייעוץ למטפלים.

תוצרי למידה

בסיומו של קורס זה, סטודנטים יהיו מסוגלים:

1. לאפיין מטופלים המתאימים לטיפול DBT.
2. לנסח ולערוך חוזה טיפולי של DBT.
3. לבנות הירארכיה של מטרות טיפוליות לפי עקרונות ה-DBT.
4. לתאר את התהליך הטיפולי תוך שימוש במושגי השיטה.
5. לנתח דילמות טיפוליות מנקודת מבט דיאלקטית.
6. ליישם אסטרטגיות טיפוליות ספציפיות, כגון ולידציה, ניתוח התנהגותי ופתרון בעיות.
7. לשלב מיומנויות DBT בעבודה הטיפולית.

דרישות נוכחות (%) :

100

שיטת ההוראה בקורס: הרצאות

רשימת נושאים / תכנית הלימודים בקורס:

הפרעת אישיות גבולית; השוואה בין DBT לגישות אחרות; התאוריה הביוסוציאלית; דיאלקטיקה כמוטיב מרכזי; עקרונות בסיסיים של DBT והנחות היסוד בטיפול; מטרות הטיפול, הכנה לטיפול והחוזה הטיפולי; תיקוף (ולידציה); אסטרטגיות של פתרון בעיות, אסטרטגיות דיאלקטיות; קבוצת המיומנויות - מטרות, מבנה וכללי הקבוצה; מיומנויות קשיבות, יעילות בינאישית, וויסות רגשי ועמידות במצוקה; הקשר הטלפוני, התערבות סביבתית וקבוצת המטפלים; DBT בהפרעות נוספות - הפרעות אכילה,

התמכרויות; שלבים נוספים בטיפול, טיפול בטרומה, סיכום.

חומר חובה לקריאה:

מתוך הספר:

Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. New York, NY: Guilford Press.

על התפיסה הדיאלקטית - עמ' 28 - 36

על התאוריה הביוסוציאלית - עמ' 42 - 62

על המבנה הכללי, הנחות היסוד והחווה הטיפולית - עמ' 97 - 119

מתוך הספר:

Koerner, K. (2012). *Doing Dialectical Behavior Therapy: A Practical Guide*. New York, NY: Guilford Press.

על אסטרטגיות של שינוי - עמ' 76 - 110

על אסטרטגיות של ולידציה - עמ' 111 - 124

על אסטרטגיות דיאלקטיות - עמ' 140 - 157

Rizvi, S. L., Steffel, L. M., & Carson-Wong, A. (2013). An overview of dialectical behavior therapy for professional psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 44(2), 73-80.

Rizvi, S. L. (2011). Treatment failure in dialectical behavior therapy. *Cognitive and Behavioral Practice*, 18, 403-412.

Manning, S. Y. (2011). Common errors made by therapists providing telephone consultation in dialectical behavior therapy. *Cognitive and Behavioral Practice*, 18, 178-185.

חומר לקריאה נוספת:

Van Gelder, k. (2010). *The Buddha and the Borderline: My Recovery from Borderline Personality Disorder through Dialectical Behavior Therapy, Buddhism, and Online Dating*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.

מרכיבי הציון הסופי :

מידע נוסף / הערות:

הגשת התרגילים ועבודת הסיכום בקורס ללא קבלת אישור מבעוד מועד מהמרצה תגרור הורדת ניקוד, תורד נקודה מציון העבודה עבור כל יום איחור.