

האוניברסיטה העברית בירושלים

סילבוס

51966 - התנהגותית-קוגניטיבית ופרקטיקה תיאוריה: ACT

תאריך עדכון אחרון 05-09-2024

נקודות זכות באוניברסיטה העברית: 2

תואר: מוסמך

היחידה האקדמית שאחראית על הקורס: פסיכולוגיה

השנה הראשונה בתואר בה ניתן ללמוד את הקורס: 0

סמסטר: סמסטר ב'

שפת ההוראה: עברית

קמפוס: הר הצופים

מורה אחראי על הקורס (רכז): יפתח יובל

דוא"ל של המורה האחראי על הקורס: iftah.yovel@mail.huji.ac.il

שעות קבלה של רכז הקורס: תיאום במייל

מורי הקורס:

תאור כללי של הקורס:

הקורס, המיועד לסטודנטים לתואר מתקדם טיפולי בפסיכולוגיה. הקורס יתמקד בעיקר בהיבטים תיאורטיים ומעשיים של גישת ה- (ACT) Therapy Commitment and Acceptance.

מטרות הקורס:

מטרת הקורס הינה הקניית היכרות ראשונית תיאורטית ומעשית עם המאפיינים, העקרונות והכלים היחודיים של הגישות הקליניות הקוגניטיביות-התנהגותיות העדכניות, בדגש על ACT.

תוצרי למידה

בסיומו של קורס זה, סטודנטים יהיו מסוגלים:

לדון באופן ביקורתי אודות העקרונות הבסיסיים של גישות קוגניטיביות התנהגותיות עכשוויות להשוות בין ACT Therapy Commitment and Acceptance לבין CBT "מסורתי" להמשיג מקרה על בסיס העקרונות של ACT לפתח תוכנית טיפולית המתבססת על התהליכים הבסיסיים של ACT

דרישות נוכחות (%) :
90

שיטת ההוראה בקורס: הרצאות

דיון בכתה

קריאה שבועית פעילה

תגובות שבועיות לחומר הקריאה באתר הקורס

רשימת נושאים / תכנית הלימודים בקורס:

טיפול תהליכי, הפסיכופתולוגיה המשגת, תיאוריה: Acceptance and Commitment Therapy: בסיסיים.

והשונה הדומה: "וותיק" CBT מול ACT

חומר חובה לקריאה:

יובל, י. (2011). טיפול באמצעות קבלה ומחויבות (ACT): תיאוריה ופרקטיקה. בתוך: טיפול קוגניטיבי התנהגותי: עקרונות טיפוליים. עורכים: צ. מרום, א. גלבע.

Yovel, I. (2009). Acceptance and commitment therapy and the new generation of cognitive behavioral treatments. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 46(4), 304-309.

-
- Hayes, S.C., Wilson, K.G., Gifford, E.V., Follette, V.M., & Strosahl, K. (1996). *Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment*, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152-1168.
- Shapiro, S., Carlson, L., Astin, J., & Freedman, B. (2006). Mechanisms of Mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, 62(3), 373-386.
- Sedlmeier, P., Eberth, J., Schwarz, M., Zimmermann, D., Haarig, F., Jaeger, S., & Kunze, S. (2012, May 14). *The Psychological Effects of Meditation: A Meta-Analysis*. *Psychological Bulletin*. Advance online publication.
- Teasdale, J., Moore, R., Hayhurst, H., Pope, M., Williams, S., & Segal, Z. (2002). Metacognitive awareness and prevention of relapse in depression: Empirical evidence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(2), 275-287.
- Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865-878.
- Arch, J.J. & Craske, M.G. (2008). Acceptance and Commitment Therapy and Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety Disorders: Different Treatments, Similar Mechanisms?. *Clinical psychology: science and practice*, 15(4), 263-279.
- Dimidjian, S., Martell, C., Addis, M., & Herman-Dunn, R. (2008). Behavioral -activation for depression. *Clinical handbook of psychological disorders: A step-by step treatment manual* (4th ed.) (pp. 328-364). New York, NY US: Guilford Press.

חומר לקריאה נוספת:

Acceptance and Commitment Therapy

- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change* (2nd ed.). New York, NY, US: Guilford Press.
- Hayes, S. C. (2005). *Get out of your mind and into your life: The new acceptance and commitment therapy*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Wilson, K., & Murrell, A. (2004). *Values Work in Acceptance and Commitment Therapy: Setting a Course for Behavioral Treatment*. *Mindfulness and acceptance: Expanding the cognitive-behavioral tradition* (pp. 120-151). New York, NY US: Guilford Press.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1-25.
- Hayes, S. C., Levin, M. E., Plumb-Villardaga, J., Villatte, J. L., & Pistorello, J. (2011). Acceptance and commitment therapy and contextual behavioral science: Examining the progress of a distinctive model of behavioral and cognitive therapy. *Behavior Therapy*
- Pull, C. B. (2009). Current empirical status of acceptance and commitment therapy. *Current Opinion in Psychiatry*, 22(1), 55-60.

Basic Mechanisms

- Törneke, N. (2010). *Learning RFT: An introduction to relational frame theory and its*

clinical application: Oakland, CA, US: Context Press/New Harbinger Publications.

ACT vs. "traditional" CBT

Mennin, D. S., Ellard, K. K., Fresco, D. M., & Gross, J. J. (2013). *United We Stand: Emphasizing Commonalities Across Cognitive-Behavioral Therapies*. *Behavior Therapy*, 44(2), 234-248.

Hofmann, S., & Asmundson, G. (2008). Acceptance and mindfulness-based therapy: New wave or old hat?. *Clinical Psychology Review*, 28(1), 1-16.

Hayes, S. (2008). *Climbing our hills: A beginning conversation on the comparison of acceptance and commitment therapy and traditional cognitive behavioral therapy*. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 15(4), 286-295.

Longmore, R. J., & Worrell, M. (2007). Do we need to challenge thoughts in cognitive behavior therapy? *Clinical Psychology Review*, 27, 173-187.

Behavioral Activation

Martell, C. R., Addis, M. E., & Jacobson, N. S. (2001). *Depression in context: Strategies for guided action*. New York: Norton.

Martell, C., Addis, M., & Dimidjian, S. (2004). *Finding the Action in Behavioral Activation: The Search for Empirically Supported Interventions and Mechanisms of Change*. *Mindfulness and acceptance: Expanding the cognitive-behavioral tradition* (pp. 152-167). New York, NY US: Guilford Press.

Jacobson, N., & Gortner, E. (2000). Can depression be de-medicalized in the 21st century: Scientific revolutions, counter-revolutions and the magnetic field of normal science. *Behaviour Research and Therapy*, 38(2), 103-117.

Jacobson, N., Martell, C., & Dimidjian, S. (2001). Behavioral activation treatment for depression: Returning to contextual roots. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 8(3), 255-270.

Dimidjian, S., Hollon, S. D., Dobson, K. S., Schmaling, K. B., Kohlenberg, R. J., Addis, M. E., . . . Jacobson, N. S. (2006). Randomized trial of behavioral activation, cognitive therapy, and antidepressant medication in the acute treatment of adults with major depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(4), 658-670

Lejuez, C. W., Hopko, D. R., Acierno, R., Daughters, S. B., & Pagoto, S. L. (2011). Ten year revision of the brief behavioral activation treatment for depression: Revised treatment manual. *Behavior Modification*, 35(2), 111-161.

Other types of cognitive-behavioral acceptance-based therapies (few examples)

Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2013). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression* (2nd ed.). New York, NY, US: Guilford Press.

Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. Guilford, New York.

Piet, J., & Hougaard, E. (2011). The effect of mindfulness-based cognitive therapy for prevention of relapse in recurrent major depressive disorder: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 1032-1040.

Hayes, S. C. Follette, V. M. & Linehan, M. M. (2004), *Mindfulness and acceptance: Expanding the cognitive-behavioral tradition*. New York, NY: Guilford Press.

Marlatt, G. (2002). *Buddhist philosophy and the treatment of addictive behavior*.

Cognitive and Behavioral Practice, 9(1), 44-49.

מרכיבי הציון הסופי :

הגשת עבודה מסכמת / פרויקט גמר / מטלת סיכום / מבחן בית / רפרט 80 %
נוכחות / השתתפות בסיור 20 %

מידע נוסף / הערות: