



קורס הכשרה  
בייעוץ זוגי  
ממוקד רגש והתקשרות

מועד הפתיחה: 5.11.24 ימי שלישי בין השעות 9:00-12:00 בזום לייב

גישת הטיפול ממוקדת הרגש (EFT) (Emotionally Focused Therapy) עשתה פריצת דרך בכל הקשור בשיפור מערכות יחסים זוגיות והוצאת זוגות ממצוקה הגישה מציעה שיטת עבודה אפקטיבית ומוכחת מחקרית המכשירה יועצים ללוות זוגות במצוקה תוך ידיעה שיש להם סט כלים מובנה להצלחה בעבודתם. בכל המחקרים שנערכו על גישת EFT לטיפול זוגי ומשפחתי תוצאות המחקרים מציגים את התוצאות הטובות יותר בהשוואה לכל התערבות טיפולית קיימת אחרת. זאת משום שהשיטה ממוקדת מטרה, מבוססת על המדע של התקשרות אצל מבוגרים, ומציעה מפה ברורה ליצירת מערכות יחסים קרובות ובטוחות.

כלומר, יש לנו הבנות ברורות היום איך מערכות יחסים משתבשות ויש לנו מפת דרכים ברורה איך לתקן אותם. נקודת המוצא של תאוריית ההתקשרות היא הידיעה שאנשים גדלים בטוחים אם הם מקבלים סביבה תומכת ובטוחה .

יועצים שעברו קורסים בגישת EFT משתפים על תחושה אמיתית של ביטחון ושביעות רצון גבוהה יותר של מטופליהם. הם גם משתפים שהם מצליחים לשפר גם את מערכת היחסים הזוגית עם בני זוגם, עם ילדיהם ובכלל. הם לומדים להתמקד בלב העניין. להתכוון ולהגיב לזוגות שלהם בדרכים אפקטיביות מאוד ולהצליח ליצור רגעים מיוחדים מאד של שינוי אמיתי. הגישה הזו משנה את העבודה שלנו כמטפלים, משנה את התפיסה שלנו על מערכות יחסים קרובות ועל מי אנחנו כבני אדם

## מטרת הקורס

- א. הקניית הבנה תאורטית של השיטה: תאוריית ההתקשרות של בולבי, התאוריה הסיסטמית של מינושין והתאוריה ההומנית של רוג'רס.
- ב. הקניית מפת דרכים טיפולית מסודרת הכוללת שלבים ברורים צעד אחר צעד להוצאת זוגות מהמצוקה והחזרת הקרבה למערכת היחסים
- ג. הקניית יכולת להתבונן דרך עדשת ההתקשרות ולהבין דרכה את הדינמיקה הזוגית והקניית יכולת לסייע לבני הזוג להבין ולזהות את הדפוסים הרגשיים, אשר מקשים עליהם להישאר קרובים ומשמרים את המצוקה הזוגית.
- ד. פיתוח ההבנה של עבודה עם רגש: הקניית ידע, סט כלים וטכניקות עבודה לעבודה עם רגש המאפשרת בנית התקשרות בטוחה.
- ה. הקניית ידע וטכניקות עבודה להשפעה ולעיצוב אינטראקציות רגשיות חדשות לבניית התקשרות בטוחה בין בני הזוג וליצירת אירועי שינוי ארוכי טווח.
- ו. הקניית כלים ליועץ להתמודדות עם מצבי תקיעות בטיפול

## סילבוס:

שם המרצה ותוארו (Ph.D., M.A) (וכו')	נושא	מספר מפגש
אמילי בירן MA	הקניית הרקע התאורטי של השיטה	1
אמילי בירן MA	פיתוח היכולת להתבונן מבעד למשקפי ההתקשרות ולהבין דרכם את הדינמיקה זוגית.  הבנת חלקה של מערכת העצבים ומבנה המח על התפתחותם של קונפליקטים	2
אמילי בירן MA	נלמד את הסייקל הזוגי השלילי נכיר ונלמד לזהות הדפוסים הרגשיים, אשר מקשים על הזוג להישאר קרובים רגשית	3
אמילי בירן MA	זיהוי התפקידים שבני זוג לוקחים ברגעי מצוקה: מה מאפיין כל אחד מהם, מהם הרגשות, הפחדים וצרכי ההתקשרות הלא מסופקים המאפיינים כל אחד מהם.  הקניות אלו שמים את היועץ בעמדה המאפשרת לו לקרוא את בני הזוג כאילו היו "ספר פתוח"	4
אמילי בירן MA	הקניית מפת הדרכים של השיטה:  Stage 1 ומודל ה TANGO, שעבודה על פיו מעניקה ליועץ ביטחון ביכולת להוציא את הזוג ממצוקה לקרבה וביטחון ולשכפל את ההצלחה שוב ושוב.	5
אמילי בירן MA	הקניית ידע וטכניקות עבודה להשפעה ולעיצוב אינטראקציות רגשיות חדשות לבניית התקשרות בטוחה בין בני הזוג וליצירת אירועי שינוי ארוכי טווח. בין הכלים הרבים שנלמד:  נלמד את תבנית ה TEMPO. הטמפו היא תבנית ייחודית ומשמעותית בת 5 חלקים שעוזרת לנו לזהות את השורש של כל מצוקה.	6

7	נלמד את תבנית ה CARE תבנית בת 4 חלקים שעוזרת לנו ליצור את הברית הטיפולית, חיבור והעמקה רגשית	אמילי בירן MA
8	נלמד את טכניקת ה RISSC. זוהי תבנית בת 6 מרכיבים אשר מהווים את ה"איך" לעשות העמקה רגשית.	אמילי בירן MA
9	נלמד טכניקת התערבות בשם ENACTMENT. האנאקטמנט היא אחת מטכניקות התערבות יוצרות השינוי המשמעותיות שהשיטה מציעה שמטרתה לאפשר לזוג ללמוד לדבר באופן שרותם את האחר במקום ליצור את הריחוק.	אמילי בירן MA
10	עבודה עם חסמים ביצירת ה ENACTMENT	אמילי בירן MA
11	הקניית טכניקות התערבות ייחודיות להתמודדות עם מצבי תקיעות כג' שתיקות, צעקות וחוסר ניטרליות בחדר. למשל ה Close Validation	אמילי בירן MA
12	יעוץ משפחתי – הקניית ידע וטכניקות עבודה עם כלל בני המשפחה	אמילי בירן MA
13	הורות והיקשרות	הדסה שני והילה דותן
14	הורות והיקשרות	הדסה שני והילה דותן
15	מיניות	עו"ס קלינית פזית כוכבי MA
16	הפרעת קשב והשפעתה על מערכות יחסים	ד"ר שירלי הרשקו
17	2 STAGE – הקניית טכניקת העבודה להעמקה רגשית, זיהוי ה view of self, הפחדים ושיתוף בצרכי ההתקשרות	אמילי בירן MA
18	2 STAGE	אמילי בירן MA
19	מבדק מעשי	אמילי בירן MA
20	אתיקה מקצועית – מה בין ייעוץ לטיפול הכנה למפגשי הספרוויז'ן	אמילי בירן MA
20-29	מפגשי ספרוויז'ן	אמילי בירן MA
30	מפגש חלוקת תעודות	אמילי בירן MA

## דרישות קדם:

הקורס מיועד לבעלי תואר אקדמי המעוניינים לרכוש כלים ומיומנויות לעבודה ייעוצית עם זוגות ומשפחה. תינתן עדיפות לבעלי תארים במדעי ההתנהגות והחברה, מנחי הורים, יועצים חינוכיים, מגשרים, עורכי דין ומטפלים מיניים.

הקבלה מותנית בראיון.

## חובות ומטלות:

מבחן מעשי

ספרוויז'ן - עבודה עם זוג והגשת 10 דוחות על העבודה עימם תחת הדרכה נוכחות בקורס (80%)

## שיטת ההוראה :

הקורס ישלב הרצאות פרונטאליות, מצגות, סרטים, דיונים בכיתה,

המחשות קליניות, תרגול מיומנויות וניתוחי מקרה.

## ביבליוגרפיה:

Attachment Theory in Practice: Emotionally Focused Therapy (EFT) with Individuals, Couples, and Families by Dr Sue Johnson

Becoming an Emotionally Focused Therapist. The Workbook  
By [James L. Furrow](#), [Susan M. Johnson](#), [Brent Bradley](#), [Lorrie Brubacher](#), [T. Leanne Campbell](#), [Veronica Kallos-Lilly](#), [Gail Palmer](#), [Kathryn Rheem](#),

The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy Creating Connection  
By [Susan M. Johnson](#)

Love Sense: The Revolutionary New Science of Romantic Relationships (The Dr. Sue Johnson Collection, 2) Hardcover – by [Dr. Sue Johnson EdD](#)

Hold Me Tight: Seven Conversations for a Lifetime of Love Dr. Sue Johnson

בברכה,

אמילי בירן

MA פסיכולוגיה

מטפלת זוגית ומדריכה מוסמכת EFT