

"הגישה המוטיבציונית": כיצד לסייע למטופלים לבצע שינוי?

Motivational Interviewing: Helping people change

מרצה: גב' אורית קובץ'

היקף הקורס: 20 שעות אקדמיות

קורס מקוון

תיאור הקורס:

מטופלים שאינם מצליחים לבצע שינוי התנהגותי שרויים בתסכול רב וכך גם סביבתם - מטופלים ובני משפחה חשים חוסר אונים לנוכח מצב תקוע או מחמיר.

הגישה המוטיבציונית, אשר צמחה מתוך תחום הטיפול בהתמכרויות, פותחה ונוסחה על ידי מילר ורולניק, היא גישה מבוססת-ראיות שמטרתה הנעת מטופלים לשינוי התנהגותי ושיתוף פעולה עם תכניות טיפול. ביסוד הגישה, ההבנה כי בבסיס כל תהליך של שינוי קיימת אמביוולנטיות וכי עלינו ללוות את המטופל בחקירתה ובפתרונה אם ברצוננו לקדם שינוי ולהגביר את הסיכוי כי יישמר לאורך זמן. הגישה, שמה במרכז את האינטראקציה שבין המטפל למטופל וחוקרת את הדרכים בהן ניתן להשפיע על מוטיבציה, תפיסת מסוגלות עצמית ופתרון אמביוולנטיות. בנוסף, הגישה מבוססת על מחקר המדגים כי עמדה מתעמתת מצד גורמים טיפוליים מגבירה את ההתנגדות מצד המטופלים, על כן היא כוללת אסטרטגיות התערבות לטיפול בהתנגדויות תוך הימנעות מכוונת מעימות.

הגישה המוטיבציונית מאומצת כיום על ידי ארגוני בריאות וחוק ברחבי העולם ונלמדת במסגרות טיפוליות ואקדמיות שונות (לפרטים נוספים: www.motivationalinterview.org).

הקורס יתמקד בהיכרות עם הרוח, העקרונות והכלים הפרקטיים אותם מציעה הגישה המוטיבציונית למטופלים המלווים מטופלים בתהליכי שינוי. הקורס, לכל אורכו, משלב הדגמות ותרגולים מגוונים של הכלים השונים על ידי המשתתפים.

אזהרה: גם אתם עשויים להשתנות...

מטרות הקורס:

- היכרות עם התפתחות הגישה המוטיבציונית
- היכרות עם רוח הגישה המוטיבציונית ועקרונות לניהול שיח אפקטיבי סביב שינוי
- למידת כלי תקשורת פרקטיים לקידום מטופלים לעבר השינוי
- התמודדות אפקטיבית עם התנגדויות
- למידת בניית תוכנית שינוי אפקטיבית
- תרגול מגוון ודיון לצורך הטמעת העבודה עם הגישה המוטיבציונית בעבודת הקליניקה

אודות המרצה:

אורית קובץ', פסיכולוגית רפואית מומחית (M.A), מומחית לטיפול בהתמכרויות, בוגרת התוכנית להכשרת מנחי קבוצות ב"ציפורי", אחראית הכשרות הגישה המוטיבציונית במרכז הישראלי להתמכרויות (ICA), עוסקת בהדרכה והוראה של צוותי טיפול רפואיים ופרא רפואיים ובהדרכה מבוססת סימולציה, מלמדת את הגישה המוטיבציונית במסגרות אקדמיות, בתי חולים, מרפאות ואיגודים מקצועיים.

חברת ארגון המדריכים הבין לאומי של הגישה המוטיבציונית. (MINT)

מועדי הקורס: 5 ימי רביעי בין השעות 09:00-12:15, בתאריכים: 04.06.25, 11.06.25, 18.06.25, 25.06.25, 02.07.24. כל מפגש בהיקף של 4 ש"א.

- הקורס בהיקף של 20 ש"א.
- **דרישת נוכחות:** זכאות לתעודת סיום הקורס מותנית בנוכחות ב%75 מסך מהמפגשים.
- בסיום הקורס יקבלו המשתתפים תעודה מטעם מכון מפרשים לחקר והוראת הפסיכותרפיה והמכללה האקדמית תל אביב יפו.

דרישות הקורס:

פסיכולוגים מומחים ומתמחים, עובדים סוציאליים קליניים או עובדים סוציאליים בעלי תואר שני עם ניסיון בעבודה טיפולית, מטפלים בהבעה ויצירה בעלי תואר שני, פסיכיאטרים, קרימינולוגים קליניים וסטודנטים לתואר שני בפסיכולוגיה.

עלות הקורס:

אנשי מקצוע: 1,760 ש"ח

מתמחים, סטודנטים לתואר שני ובוגרי המכללה האקדמית תל אביב יפו: 1,560 ש"ח

ביצד נרשמים:

- ניתן לשלוח מייל הכולל את שמכם המלא, מספר טלפון לחזרה, ושם הפעילות בה אתם מתעניינים לכתובת: Mifrasim@mta.ac.il
- לשאלות וביורים נוספים ניתן להתקשר במספר: 0525438064.
- ליצירת קשר דרך אפליקציית WhatsApp - [לחץ כאן](#)

תכנית הקורס:

מפגש 1 - תאריך: 04.06.25 - הצגת הגישה המוטיבציונית

שעות	מפגש 1
09:00-10:30	היכרות סקירת מבוא של הגישה המוטיבציונית : איך שינוי קורה? מושגים מרכזיים
10:45-12:15	רוח ועקרונות הגישה המוטיבציונית מעגל השינוי- פרוצ'סקה ודיקלמנטה 4 התהליכים תרגול

מפגש 2 - תאריך: 11.06.25 - כלים לעבודה ממוקדת מטופל (OARS)

שעות	מפגש 2
09:00-10:30	כלי עבודה ממוקדי מטופל- חלק א'- OARS – שאלות ושיקופים הקשבה אמפטית תרגול
10:45-12:15	כלי עבודה ממוקדי מטופל- חלק ב'- OARS- חיזוקים וסיכומים הגברת מוטיבציה וחיזוק מסוגלות תרגול

מפגש 3-תאריך: 18.06.25 - תנועה לעבר שינוי: שפת שינוי

שעות	מפגש 3
09:00-10:30	שפת שינוי ושפת קיבעון שפת שינוי : זיהוי, תגובה והפקה- חלק א'
10:45-12:15	שפת שינוי : זיהוי, תגובה והפקה- חלק ב' תרגולים

מפגש 4 – תאריך: 25.06.25 - עבודה עם התנגדויות

שעות	מפגש 4
09:00-10:30	עבודה עם התנגדויות- רקע תיאורטי שפת שינוי והתנגדות
10:45-12:15	עבודה עם התנגדויות- כלים להתערבות תרגול מליאה

מפגש 5 – תאריך: 02.07.25 - מסירת מידע ובניית תוכנית שינוי, הטמעה

שעות	מפגש 5
09:00-10:30	מסירת מידע על פי הגישה המוטיבציונית (EPE) בניית תוכנית שינוי תרגול
10:45-12:15	4 התהליכים הטמעת העבודה עם הגישה המוטיבציונית ושילובה עם גישות טיפוליות אחרות

רשימת קריאה ומקורות:

Miller WR, Rollnick SR, **Motivational interviewing: Fourth Edition**
.Helping People Change and Grow. New York: Guilford Press; 2023

מילר, ו. ורולניק, ס. (2009) הגישה המוטיבציונית. תל-אביב: הוצאת אח. - עורך מדעי: ד"ר לב רן

קובץ' א. ופיינגולד ד. (2019) כיצד ללוות שינוי: הגישה המוטיבציונית בטיפול בהתמכרויות.

פסיכואקטואליה, 74, 14-18

https://www.psychology.org.il/StaticContent/ap_2019/index.html#1