

תוכנית הקורס ורשימת קריאה לקורס



סמסטר 0 שנה 2024

בית ספר: בית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה M.A.

מודלים קוגניטיביים ו-CBT

מרצים/ות:

פרופ' גיא דורון gdoron@runi.ac.il

עוזרי/ות הוראה:

גב' עפרי דמארי ofri.damari@post.runi.ac.il

מספר הקורס:	3368	סוג הקורס:	שיעור	שעות שבועיות:	4	נקודות זכות:	4
דרישות הקורס:	עבודה מסכמת	קוד קבוצה:	240336800	שפת לימוד:	עברית		

נושאי הקורס

- מבנה הטיפול והקשר הטיפולי בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (אלמנטים ייחודיים בטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי, מבנה הטיפול ותפיסת ה'שיתוף האמפירי')
- שיעורי בית (תפקיד ומבנה שיעורי בית בטיפול הקוגניטיבי התנהגותי, פתרון בעיות)
- הבניה קוגניטיבית - זיהוי, הערכה ושינוי של מחשבות אוטומטיות, הנחות בסיסיות וסכמות שליליות (המתודה הסוקראטית, ושיטות אחרות לאתגור והגמשת מחשבות אוטומטיות, הנחות בסיסיות וסכמות שליליות)
- הערכה, המשגת מקרה ותכנון טיפול (הראיון הטיפולי, כלים הערכה אובייקטיביים, ניטור הטיפול, זיהוי גורמי-פגיעות, גורמים מחוללים, גורמי-שימור וגורמי חוסן).
- הניסוי ההתנהגותי (תפקידו הטיפול, חשיפה, בניית היררכיות, חשיפה בדמיון וחשיפה בחיים)
- מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של מגוון הפרעות (למשל, פאניקה, GAD, OCD)

מטרות הקורס



מטרת קורס זה היא לחשוף את הסטודנטים למודלים, מנגנוני ההתפתחות, חיזוק ושימור לפי מודלים קוגניטיביים התנהגתיים. כמו כן, נלמד שיטות הערכה, המשגה וטיפול בסיסיות על פי עקרונות הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי. הקורס יכלול הצגות מקרה של הסטודנטים ולמידה של מודלים ושיטות התערבות מתוך מקרים טיפוליים. נשתמש במגוון משחקי תפקידים, צפיה במטפלים במהלך עבודתם (בווידיאו) והוראה פרונטלית. כחלק אינטגרלי מדרישות הקורס, הסטודנטים יתבקשו לנטר אספקטים בחייהם האישיים וליישם שיטות התערבות קוגניטיביות-התנהגותיות ספציפיות על אספקטים אלה בין המפגשים. בנוסף לחובות הקריאה והעבודה המעשית בבית, יידרשו הסטודנטים לתת רפרטים והצגות של מקרים טיפוליים ועל החומר הנלמד.

מבנה ציון הקורס



מטלות/דרישות (סמסטר א'):

- תרגילים אישיים: הגשת עבודות אישיות הנוגעות לחומר הקריאה ויישום שלו בחיים האישיים של הסטודנט
- תרגילי זוגות: הגשה של תרגילי בית (בזוגות) הממוקדים בהתערבויות הנלמדות
- עבודת סוף סמסטר: מבוססת על ההרצאות, חומר קריאת החובה וחומרי לימוד אחרים

מטלות/דרישות (סמסטר ב'):

יעודכן בסמסטר ב'

מבנה ציון הקורס

מבנה ציון:

סמסטר א'

(1) תרגילי זוגות: 20%

(2) תרגילים אישיים: 15%

(3) עבודה מסכמת: 65%

סמסטר ב':

יעודכן בסמסטר ב'

רשימת הקריאה נועדה לתת לכם תמונה כללית של נושאי הקורס. חלוקת השיעורים תשתנה וחומרי הקריאה ישתנו בהתאם לצורך !

רשימת קריאה (פריטים המסומנים ב"*)" הם פריטי קריאה חובה):

- מבנה הטיפול והבסיס התאורטי

*Huppert, J. (2009). The building blocks of treatment in cognitive-behavioral therapy. *Israel Journal Psychiatry and Related Sciences*, 46, 245-250.

*Dozois, D. J., & Beck, A. T. (2008). Cognitive schemas, beliefs and assumptions. *Risk factors in depression*, 119-143.

*Brewin, C. R. (2006). Understanding cognitive behaviour therapy: A retrieval competition account. *Behaviour research and therapy*, 44(6), 765-784.

*Beevers, C. G. (2005). Cognitive vulnerability to depression: A dual process model. *Clinical psychology review*, 25(7), 975-1002

Beck, A. T., & Haigh, E. A. (2014). Advances in Cognitive Theory and Therapy: The Generic Cognitive Model. *Annual review of clinical psychology*, 10, 1-24

David, D., Cristea, I., & Hofmann, S. G. (2018). Why cognitive behavioral therapy is the current gold standard of psychotherapy. *Frontiers in psychiatry*, 9, 4

- הטיפול והקשר הטיפולי ומוטיבציה בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי

*Okamoto, A., Dattilio, F. M., Dobson, K. S., & Kazantzis, N. (2019). The therapeutic

relationship in cognitive-behavioral therapy: Essential features and common challenges. *Practice Innovations*, 4(2), 112–123. <https://doi.org/10.1037/pri0000088>

Waddington, L. (2002). The therapy relationship in cognitive therapy: a review. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 30, 179–191

Westra, H.A. (2004). Managing Resistance in Cognitive Behavioural Therapy. *Cognitive Behaviour Therapy*, 33, 161–175

Tee, J., & Kazantzis, N. (2011). Collaborative empiricism in cognitive therapy: A definition and theory for the relationship construct. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 18(1), 47–61.

- הניסוי ההתנהגותי

Rouf, K., Fennell, M., Westbrook, D., Cooper, M., & Bennett-Levy, J. (2004). Devising effective behavioral experiments. In J. Bennett-Levy, G. Butler, M. Fennell, A. Hackman, M. Mueller, & D. Westbrook (Eds.), *Oxford guide to behavioral experiments in cognitive therapy* (pp. 21-58). New York: Oxford University Press

Beck, J. S. (2011). *Cognitive therapy: Basics and beyond* (2nd edition, chapter 16: Imagery). New York: Guilford Press.

Kirk, J., & Rouf, K. (2004). Specific phobias. In J. Bennett-Levy, G. Butler, M. Fennell, A. Hackman, M. Mueller, & D. Westbrook (Eds.), *Oxford guide to behavioral experiments in cognitive therapy* (pp. 161-183). New York: Oxford University Press.

Frankline, M. E., & Foa, E. B. (2007). Obsessive compulsive disorder. In D. H. Barlow (Ed.), *Clinical Handbook of Psychological Disorders*, (pp. 164-215). New York: Guilford Press.

- הבניה קוגניטיבית - זיהוי, הערכה ושינוי של מחשבות אוטומטיות, הנחות בסיסיות וסכמות שליליות

*Padesky, C. A. (1993, September). Socratic questioning: Changing minds or guiding discovery. In A keynote address delivered at the European Congress of Behavioural and Cognitive Therapies, London (Vol. 24).

* Beck, J. S. (2011). Cognitive therapy: Basics and beyond (2nd edition, chapters 11-14: Evaluating automatic thoughts, Responding to automatic thoughts, Identifying and modifying intermediate beliefs, Identifying and modifying core beliefs). New York: Guilford Press.

Westbrook, D., Kennerley, H., & Kirk, J. (2007). An introduction to cognitive behavior therapy: Skills and applications (2nd edition, chapters 7-8: Socratic Method; Cognitive techniques). London: Sage.

• הערכה, המשגת מקרה ותכנון טיפול

* Kuyken, W., Padesky, C. A., & Dudley, R. (2009). Collaborative case conceptualization: Working effectively with clients in cognitive-behavioral therapy (chapter 1: The Procrustean dilemma). New York: Guilford Press.

Persons, J. B., Roberts, N. A., Zalecki, C. A., & Brechwald, W. A. (2006). Naturalistic outcome of case formulation-driven cognitive-behavior therapy for anxious depressed outpatients. *Behaviour Research and Therapy*, 44(7), 1041-1051.

Westbrook, D., Kennerley, H., & Kirk, J. (2007). An introduction to cognitive behavior therapy: Skills and applications (2nd edition, chapters 4-5: Assessment and formulation, Measurement in CBT). London: Sage.

Page, A. C., & Stritzke, W. G. K. (2006). *Clinical psychology for trainees* (chapters 1-4). Cambridge: Cambridge University Press.

Persons, J. (2008). *The case formulation approach to cognitive-behavior therapy* (chapters 1-2). New York: Guilford Press.

• שיעורי בית

*Huppert, J. D., Roth, D. A., & Foa, E. B. (2006). The use of homework in behavior therapy for anxiety disorders. *Journal of Psychotherapy Integration*, 16, 128-139.

Beck, J. S. (2011). Cognitive therapy: Basics and beyond (2nd edition, chapter 17: Homework). New York: Guilford Press.

Freeman, A. (2007). The Use of homework in cognitive behavior therapy: Working with complex anxiety and insomnia. *Cognitive and Behavioral Practice*, 14, 261-267.

- בעיות, מניעת הישנות

* Beck, J. S. (2011). *Cognitive therapy: Basics and beyond* (2nd edition, chapter 18: Termination and relapse prevention). New York: Guilford Press.

Westbrook, D., Kennerley, H., & Kirk, J. (2007). *An introduction to cognitive behavior therapy: Skills and applications* (2nd edition; chapters 6 and 11: Helping clients become their own therapists; The course of therapy). London: Sage.

- מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של חרדת בריאות

*Bailey, R., & Wells, A. (2015). Development and initial validation of a measure of metacognitive beliefs in health anxiety: The MCQ-HA. *Psychiatry Research*, 230(3), 871-877.

*Warwick, H. M., & Salkovskis, P. M. (1990). Hypochondriasis. *Behaviour Research and Therapy*, 28(2), 105-117.

*Fergus, T. A. (2014). Health-related dysfunctional beliefs and health anxiety: Further evidence of cognitive specificity. *Journal of Clinical Psychology*, 70(3), 248-259.

Axelsson, E., Andersson, E., Ljótsson, B., Björkander, D., Hedman-Lagerlöf, M., & Hedman-Lagerlöf, E. (2020). Effect of Internet vs Face-to-Face Cognitive Behavior Therapy for Health Anxiety: A Randomized Noninferiority Clinical Trial. *JAMA psychiatry*.

Bailey, R., & Wells, A. (2016). Is metacognition a causal moderator of the relationship between catastrophic misinterpretation and health anxiety? A prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 78, 43-50.

Hedman, E., Andersson, G., Andersson, E., Ljótsson, B., Rück, C., Asmundson, G. J., & Lindefors, N. (2011). Internet-based cognitive-behavioural therapy for severe health anxiety: Randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 198(3), 230-236.

Hedman, E., Axelsson, E., Göring, A., Ritzman, C., Ronnheden, M., El Alaoui, S., ... & Ljótsson, B. (2014). Internet-delivered exposure-based cognitive-behavioural therapy and

behavioural stress management for severe health anxiety: randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 205(4), 307-314.

Salkovskis, P. M., & Warwick, H. C. (2001). Making sense of hypochondriasis: A cognitive model of health anxiety. In G. J. G. Asmundson, S. Taylor, & B. J. Cox (Eds.), *Health anxiety: Clinical and research perspectives on hypochondriasis and related disorders* (pp. 46–64). London, UK: John Wiley and Sons Ltd.

● מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של הפרעה אובססיבית קומפולסיבית

*Doron, G., Derby, D., & Szepeswol. O. (2014). Relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): A conceptual framework. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3, 169-180.

* Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behavior Research and Therapy*, 36, 385-401.

* Rachman, S. (2002). A cognitive theory of compulsive checking. *Behavior Research and Therapy*, 40, 624-639.

Lazarov, A., Dar, R., Oded, Y., & Liberman, N. (2010). Are obsessive-compulsive tendencies related to reliance on external proxies for internal states? Evidence from biofeedback-aided relaxation studies. *Behavior Research and Therapy*, 48, 516-523.

Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (1997). Cognitive assessment of obsessive-compulsive disorder. *Behavior Research and Therapy*, 35, 667-681.

Rachman, S. (1997). A cognitive theory of obsessions. *Behavior Research and Therapy*, 35, 793-802.

Wootton, B. M. (2016). Remote cognitive-behavior therapy for obsessive-compulsive symptoms: a meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 43, 103-113.

Wootton, B. M., Karin, E., Titov, N., & Dear, B. F. (2019). Self-guided internet-delivered cognitive behavior therapy (ICBT) for obsessive-compulsive symptoms: A randomized controlled trial. *Journal of anxiety disorders*, 66, 102111.

● מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של דיכאון

* Beck, A. T., & Bredemeier, K. (2016). A unified model of depression: Integrating clinical, cognitive, biological, and evolutionary perspectives. *Clinical Psychology Science*, 4(4), 596–619.

*Beevers, C. G. (2005). Cognitive vulnerability to depression: A dual process model. *Clinical psychology review*, 25(7), 975-1002.

Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of abnormal psychology*, 100(4), 569.

DeRubeis, R. J., Hollon, S. D., Amsterdam, J. D., Shelton, R. C., Young, P. R., Salomon, R. M., ... & Gallop, R. (2005). Cognitive therapy vs medications in the treatment of moderate to severe depression. *Archives of general psychiatry*, 62(4), 409.

Ingram, R. E., Atchley, R. A., & Segal, Z. V. (2011). Vulnerability to depression: From cognitive neuroscience to prevention and treatment (chapter 7; *Cognitive and cognitive neuroscience*). New York: Guilford Press.

Pössel, P. (2011). Can Beck's theory of depression and the response style theory be integrated?. *Journal of counseling psychology*, 58(4), 618.

Phillips, W. J., Hine, D. W., & Thorsteinsson, E. B. (2010). Implicit cognition and depression: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 30(6), 691-709.

● מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של פאניקה

* Clark, D. M. (1986). A cognitive approach to panic. *Behavior Research and Therapy*, 24, 461-470.

* Reiss S. (1991). Expectancy model of fear, anxiety, and panic. *Clinical Psychology Review*, 1, 141-153.

Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic* (2nd edition, chapters 2 and 4; *Fear, anxiety and theories of emotion; The phenomena of panic*). New York: Guilford Press.

Pompoli, A., Furukawa, T. A., Efthimiou, O., Imai, H., Tajika, A., & Salanti, G. (2018). Dismantling cognitive-behaviour therapy for panic disorder: a systematic review and component network meta-analysis. *Psychological medicine*, 1-9.

Siev, J., & Chambless, D. L. (2007). Specificity of treatment effects: Cognitive therapy and relaxation for generalized anxiety and panic disorders. *Journal of consulting and clinical psychology*, 75(4), 513.

● מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של הפרעה פוסט טראומטית

*Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behavior Research and Therapy*, 38, 319-345.

*Sloan, D. M., Marx, B. P., Acierno, R., Messina, M., Muzzy, W., Gallagher, M. W., ... & Sloan, C. (2023). Written exposure therapy vs prolonged exposure therapy in the treatment of posttraumatic stress disorder: A randomized clinical trial. *JAMA psychiatry*, 80(11), 1093-1100.

Cason, D.R., Resick, P.A., & Weaver, T. L. (2002). Schematic integration of traumatic events. *Clinical Psychology Review*, 22, 131-153.

Foa, E. B., & Kozak, J. M. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*. 99, 20-35.

Elwood, L. S., Han, K. S., Olatunji, B. O., & Williams, N. L. (2009). Cognitive vulnerabilities to the development of PTSD: A review of four vulnerabilities and the proposal of an integrative vulnerability model. *Clinical Psychology Review*, 29, 87-100.

Foa, E. B., Steketee, G. S., & Rothbaum, B. O. (1989). Behavioral/cognitive conceptualizations of posttraumatic stress disorder. *Behavior Research and Therapy*, 20, 155-176.

● מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של הפרעה חרדה חברתית

* Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review*, 24, 737-767.

Clark, D. M., Ehlers, A., Hackmann, A., McManus, F., Fennell, M., Grey, N., ... & Wild, J. (2006). Cognitive therapy versus exposure and applied relaxation in social phobia: a randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(3), 568.

Alden, L. E., & Taylor, C. T. (2004). Interpersonal processes in social phobia. *Clinical Psychology Review*, 24, 857-882.

Clark, D. M., & McManus, F. (2002). Information processing in social phobia. *Biological Psychiatry*, 51, 92-100.

Rapee, R., & Heimberg, J. (1997). A cognitive behavioral model of anxiety in social phobia. *Behavior Research and Therapy*, 35, 741-756.

● מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של הפרעת חרדה כללית

* Behar, E., DiMarco, I. D., Hekler, E. D., Mohlman, J., & Staples, A. M. (2009). Current theoretical models of generalized anxiety disorder (GAD): Conceptual review and treatment implications. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 1011-1023.

Borkovec, T. D., Alcaine, O., & Behar, E. (2004). Avoidance theory of worry and generalized anxiety disorder. In R. G. Heimberg, C. L. Turk, & D. S. Mennin (Eds.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice* (pp. 77-108). New York: Guilford Press.

Wells (1995). Meta-cognition and worry: a cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 23, 301-320.

Roemer, L., & Orsillo, S. M. (2002). Expanding our conceptualization of and treatment for generalized anxiety disorder. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9, 54-68.

● מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של הפרעות פסיכוטיות

* Bell, V., Halligan, P. W., & Ellis, H. D. (2006). Explaining delusions: A cognitive perspective. *Trends in Cognitive Sciences*, 10, 219-226.

Lincoln, T. M., Ziegler, M., Mehl, S., Kesting, M. L., Lüllmann, E., Westermann, S., & Rief, W. (2012). Moving from efficacy to effectiveness in cognitive behavioral therapy for psychosis: A randomized clinical practice trial. *Journal of consulting and clinical psychology*, 80(4), 674.

Salvatore, G., Dimaggio, G., & Lysaker, P.H. (2007). An intersubjective perspective on negative symptoms of schizophrenia: Implications of simulation theory. *Cognitive neuropsychiatry*, 12, 144-164.

Garety, P. A., & Freeman, D. (1999). Cognitive approaches to delusions: a critical review of theories and evidence. *British Journal of Clinical Psychology*, 38, 113-154.

Salvatore, G., Lysaker, P. H., Popolo, R., Procacci, M., Carcione, F., & Dimaggio, G. (2011). Vulnerable Self, Poor Understanding of Others' Minds, Threat Anticipation and Cognitive Biases as Triggers for Delusional Experience in Schizophrenia: A Theoretical Model. *Clinical*

Psychology and Psychotherapy, 19, 249-259.

● מודלים קוגניטיביים-התנהגותיים של הפרעות אישיות: הפרעת אישיות גבולית

* Beck, A. T., Freeman, A., & Davis, D. (2004). Cognitive therapy of personality disorders (2nd edition; Chapter 2: Theory of personality disorders). New York: Guilford Press.

Kellogg, S. H., & Young, J. E. (2006). Schema therapy for borderline personality disorder. *Journal of Clinical Psychology, 62*, 445-458.

התערבויות של הגל השלישי

* Coffman, S. J., Dimidjian, S., & Baer, R. A. (2006). Mindfulness-based cognitive therapy for prevention of depressive relapse. In R. A. Baer (Ed.), *Mindfulness-based treatment approaches: Clinician's guide to evidence base and applications* (pp. 31-50). San Diego, CA: Academic Press.

* Hofmann, S. G., & Asmundson, G. J. G. (2007). Acceptance and mindfulness-based therapy: New wave or old hat? *Clinical Psychology Review, 28*, 1-16.

Bieling, P. J., Hawley, L. L., Bloch, R. T., Corcoran, K. M., Levitan, R. D., Young, L. T., ... & Segal, Z. V. (2012). Treatment-specific changes in decentering following mindfulness-based cognitive therapy versus antidepressant medication or placebo for prevention of depressive relapse. *Journal of consulting and clinical psychology, 80*(3), 365.

Chambers, R., Gullone, E., & Allen, N. B. (2009). Mindful emotion regulation: An integrative review. *Clinical Psychology Review, 29*, 560-572.

Strosahl, K. D., Hayes, S. C., Wilson, K. G., & Gifford, E. V. (2005). An ACT primer: Core therapy processes, intervention strategies, and therapist competencies. In S. C. Hayes & K. D. Strosahl (Eds.), *A practical guide to Acceptance and Commitment Therapy* (pp. 31-58). New York: Springer.

Twohig, M.P., Hayes, S.C., & Masuda, A. (2006). Increasing willingness to experience obsessions: Acceptance and Commitment Therapy as a treatment for obsessive compulsive disorder. *Behavior Therapy, 37*, 3-13.

Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes. *Behavior Research and Therapy, 44*, 1-25.

