



ד"ר איתי אדרס

תואר ראשון בפסיכולוגיה ופילוסופיה למדתי באוניברסיטת חיפה. כתבי אפלטון והדיאלוגים הסוקרטים סקרנו אותי ומשכו אותי להעמיק ולהבין את הנחות הבסיס שאנחנו עושים בחיים מבלי לשים לב. בהמשך הדרך ראיתי כי אני מחפש משהו נוסף על ההתבוננות האנליטית פילוסופית, משהו יותר נוגע, וקרוב לחוויה.

במהלך לימודי לתואר שני בפסיכולוגיה קלינית באוניברסיטת חיפה 2003-2005, ההכשרה שקיבלתי היתה דינמית אך בנוסף אליה השתתפתי כמטפל במחקר על יעילות טיפול קוגניטיבי-התנהגותי. מכאן התחלתי מחד להסתבך בין שתי הגישות ומהצורך לבחור ביניהן ומנגד לעשות אינטגרציה ביניהן במקומות שניתן. השאלה, מה הוא הקול המתאים למטופל העסיקה אותי אז ומעסיקה אותי עד היום.

את ההתמחות הקלינית שלי עשיתי בתחנה לטיפול בילד בנער ובמשפחה בחיפה ובמחלקה הפסיכיאטרית הפתוחה בעפולה. הדוקטורט שערכתי עסק בהורים שכולים, ניסיתי להבין מה הם חלק מהגורמים הקשורים לאבל מסובך (פתולוגי) ובפרויקט מיוחד עם משרד הביטחון, ניסינו להבין את הגורמים הקשורים להצלחת הטיפול הנפשי בקרב הורים שכולים. כמו כן, אני חבר מומחה באיט"ה.

בין התפקידים שעשיתי היו הנחיית קבוצות הדרכה וקבוצות מחקר של סטודנטים בתואר ראשון בחוג לפסיכולוגיה באוניברסיטת חיפה. במסגרת פרטית הנחתי קבוצות להתמודדות עם חרדת בחינות בבתי ספר שונים בחיפה. אני פסיכולוג של ביה"ס לאו-באק (חטיבת התיכון והיסודי) ומנהל שותף במרכז CBT - קליניקת מומחים www.cbtclinic.co.il. לאחרונה הקמתי את פרויקט CBT קהילתי- פרויקט המספק טיפול פסיכולוגי מוזל על ידי תלמידי תכנית ההכשרה בפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית www.cbtcenter.co.il

עוסק בטיפול בילדים, מתבגרים ומבוגרים והדרכת CBT. אני מוצא עצמי עוסק הרבה עם מטופליי (ועם עצמי) במוטיבציה לשינוי והקושי לצאת מאזור הנוחות (המוכר) שהוא לאו דוקא האזור הבונה והמפתח.

דברים נוספים עלי- אני נשוי ואב לשני בנים, בזמני הפנוי אני גם מדריך צניחה חופשית במועדון הצניחה פרדייב בחוף הבונים, מנסה לגלוש גלים ומתרגל יוגה. הרעיון של תוכנית ההכשרה נולד אצלי מתוך כוונה אמיתית ואמונה שניתן ללמד את ה CBT באופן מענין, מורכב ונוגע, שיאפשר לאנשי מקצוע להשתמש בכלים היעילים של הגישה.