



## מכון דמו"ת: תכנית למידה שנתית ב'זום'

בחודשים האחרונים נדרשנו להתמודדות עם אתגרי למידה במסגרת האילוצים הנגזרים "מתקופת הקורונה" והתנסונו לאורך חודשים בהוראה ב'זום' במסגרת 'מרכז הלמידה' של המכון. לשמחת כולנו, תלמידים ומורים, נוכחנו לדעת שניתן לעשות בעת הזאת תהליך למידה משמעותי ואף מהנה סביב תכני הלמידה של "נוכחות וחיוניות". לאור ניסיון זה, השנה אנו מציעים תכנית הבנויה מלכתחילה במתכונת של מפגשי-זום. התכנית מיועדת למטפלים מדיסציפלינות שונות. עבור תלמידים הממשיכים אתנו, הסמינר השנה ממשיך ועוסק בתכנים דומים מזוויות חדשות. אנו שמחים לקדם בברכה את המצטרפים החדשים.

### סמינר שנתי דו-שבועי ב'זום' בימי חמישי בין השעות 9:00-10:15

בסמינר השנה נעסוק ב'נוכחות' ו'חיוניות', בקליניקה ומחוצה לה, בזמנים של ערעור וארעיות. מתך פרספקטיבות אלו נעסוק בשאלות: מה מסייע להתמודד עם עקבות אירועים טראומטיים ועם סדקים טראומטיים? איך מתמקמים – נפשית, רוחנית, פיזית-אנרגטית - כשהקרע המוכרת זזה? מהם המשאבים העומדים לרשותנו בזמנים אלו וממה הם נגזרים? ואיך עושים מקום לשברים?

להלן יוצגו תכני הסמינר, תאריכיו, תיאור המנחים ודרכי הרשמה ותשלום.



## נתמקד בנושאים הבאים:

- "פתוח, סגור, פתוח": על היכולת 'לקחת פנימה', ועל היכולת 'להשאיר בחוץ'
- הרגע הזה הוא אני: על זמן, נוכחות וחיוניות
- ה"ברהמה ויהרא": 'ארבעת המשכנים השמימיים' או 'ארבע הסגולות שאין להן מידה'
- פסיכותרפיה – התבוננות בחורבן כמפתח להולדתה של תקווה
- האם או כיצד על המטפל להיות "אין סופי, בלא ידע, זיכרון ותשוקה" (ביון)
- המעבר מפסיכוסומטי לפסיכהסומה (גופנפש): קטגוריות חדשות בטיפול הנפשי

הסמינר השנתי יועבר על-ידי נעמי אורבך-שבילי, איתי הופמן וד"ר יורי סלע.  
לכל נושא יוקדשו 2-3 מפגשים.

## פירוט הנושאים

### "פתוח, סגור, פתוח": על היכולת לקחת פנימה, ועל היכולת להשאיר בחוץ

במסגרת יחידה זו נתבונן מנקודת מבט המשלבת חשיבה דאואיסטית עם פסיכותרפיה ממוקדת גוף על שתי יכולות משלימות המתרחשות ללא הרף במהלך חייו של אדם:

- היכולת של הכנסת דברים מהסביבה פנימה והטמעתם כך שיהפכו לחלק ממנו.
  - היכולת של השארת דברים בחוץ, תוך כדי מניעת כניסתם מהסביבה פנימה, מתוך הכוונה לצמצם את השפעתם על המרחב הפנימי.
- במפגשים נכיר, ונתרגל בקצרה, כל אחת מהתנועות ואת חשיבותן לבריאות.

### הרגע הזה הוא אני: על זמן, נוכחות וחיוניות

יחידה זו עוסקת במפגש האינטימי, היום יומי של האדם עם ממד הזמן בחייו בכל רגע. נתבונן באופן חוויתי על מושג הרגע הנוכחי ועל ההרמוניה הנבנית במהלכו בין האדם לסביבתו, חלקה מתוך התאמה והשלמה וחלקה מתוך



אי-השלמה וניגודיות. נתבונן על הדרך בה נבנה בתוכנו נראטיב פנימי סביב הצורה בה אנו נולדים ונוכחים אל ובתוך הרגע הזה, בכל פעם מחדש.

ה"ברהמה ויהרא": 'ארבעת המשכנים השמימיים' או 'ארבע הסגולות שאין להן מידה'.

ביחידה זו נברר מהי נוכחות אמפתית דרך עיון בתורה הבודהיסטית המציגה את איכויות הלב שאין להן גבול. טיפוח איכויות אלה ביחסים עם אנשים אחרים, דורש תחילה תרגול המכוון אל האדם עצמו. במפגשים אלה יוקדש זמן למדיטציה.

פסיכותרפיה – התבוננות בחורבן כמפתח להולדתה של תקווה

מתוך מבט על התנועות בטבע ועל השינויים ביקום, נשאל, ביחידה זו, "מה קורה בטיפול?" נתבונן באופן בו ההסכמה הפנימית להתוודע לסדקים שבנפש, האומץ לראות את השברים בחיים וההכרה הכנה באובדן, מציעים את עצמם כקרקע להופעתם של ביטויי חיוניות חדשים.

האם או כיצד על המטפל להיות "אין סופי, בלא ידע, זיכרון ותשוקה" (ביון)

"בסוף זה לא עזר לי", אומר/ת המטופל/ת. מהו "הסוף" ומי קובע את הנקודה והאופן בו תהליך נפשי וטיפול מסתיים? מהן האיכויות הפנימיות המאפשרות למטפל ולמטופל להרחיב את גבולותיהם ו"לעשות מקום" להתרחשויות פנימיות נוספות? יחידה זו תעסוק בשאלות אילו ובביטויים פיזיים ונפשיים של חוויות מרחב וצמצום.

המעבר מפסיכוסומטי לפסיכהסומה (גופנפש): קטגוריות חדשות בטיפול הנפשי

יש מצוקות שאין להן שם. יש מצוקות שלא ברור לנו אם הן נפשיות, גופניות או קשורות בהיבטים רוחניים של אובדן תחושת-משמעות. ביחידה זו נתבונן במעבר מהתפיסה בחשיבה ה"פסיכוסומטית" העוסקת בביטוייה של הנפש בגוף, לתפיסה כולית יותר הרואה בגוף-נפש יחידת "פסיכהסומה" אחת. מתוך כך נתבונן בעולם התחושות וב"תצורות של חיוניות" (דניאל סטרן) בזיקה להמשגות מזרחיות ובתרומתן של קטגוריות אלו לעשייה הקלינית בזמני מצוקה ומשבר.



הסמינר יתקיים בתאריכים הבאים:

5.11  
19.11  
3.12  
17.12  
31.12  
14.1  
28.1  
11.2  
4.3  
18.3  
8.4  
22.4  
6.5  
13.5  
27.5  
10.6



## על המנחים

### **נעמי אורבך-שבילי**

מייסדת ומנהלת שותפה ב'מכון דמו"ת' לפסיכותרפיה של נוכחות וחיוניות'. מטפלת מוסמכת ברפואה סינית. סיימה לימודי תואר שני בפסיכותרפיה באוריינטציה בודהיסטית במכון 'קרונה'. חברת צוות פיתוח רעיוני, השירות הפסיכיאטרי, בית-חולים 'העמק'. ממקימי 'איגוד ישראלי רב-תחומי לפסיכותרפיה'. לומדת טאואיזם, ומלמדת וחוקרת את התרומה של הגות זו לפסיכותרפיה. מטפלת ביחידים ובזוגות, ומדריכה ב'פסיכותרפיה של נוכחות וחיוניות'. מורה מוסמכת ל'ג'ינג צ'יקונג'.

### **ד"ר יורי סלע**

פסיכולוג קליני, פסיכותרפיסט אינטגרטיבי וד"ר לפרשנות ותרבות. ייסד את ביה"ס מגע לזן-שיאצו והוא מייסד ומנהל שותף ב'מכון דמו"ת' לפסיכותרפיה של נוכחות וחיוניות' וממקימי 'איגוד ישראלי רב-תחומי לפסיכותרפיה'. חבר צוות פיתוח רעיוני, השירות הפסיכיאטרי, בית-חולים 'העמק'. מרצה בתוכניות לפסיכותרפיה באוניברסיטת תל-אביב ובאוניברסיטה העברית וחבר ב'מכון ת"א לפסיכואנליזה בת-זמננו'. מתרגל אומנויות לחימה סיניות מזה למעלה מ 30 שנה. כתב ופרסם שירה, פרוזה וספרות מקצועית ועיונית. מטפל ומדריך ב'פסיכותרפיה של נוכחות וחיוניות' ובפסיכואנליזה.

### **איתי הופמן**

עו"ס קליני, בוגר לימודי 'פסיכותרפיה אינטגרטיבית מזרח-מערב' (של 'נוכחות וחיוניות'), מכון דמו"ת בשיתוף ביה"ס לעו"ס, אוניברסיטת תל-אביב. חבר צוות ההוראה של מכון דמו"ת ומוביל את מרכז הלמידה והקליניקה המשולבת של המכון. מנהל תחום מחקר, הדרכה ופיתוח, עמותת 'יד רחל'. מטפל בקליניקה במבוגרים ב'פסיכותרפיה אינטגרטיבית של נוכחות וחיוניות' ובהורים וילדים בהתערבויות משפחתיות מבוססות התקשרות ואינטר-סובייקטיביות. מדריך ומלמד מטפלים, מנהלים וצוותים בנושאי טיפול והדרכה על הדרכה. מוסמך בזן-שיאצו (בי"ס 'מגע') ובהוראת טאי צ'י, צ'י קונג, ומדיטציה.



## הרשמה ותשלום

### **שכר הלימוד**

שכר הלימוד השנתי הוא 850 ₪ לשנה. התשלום ייעשה בשני חלקים, האחד במועד הרישום והשני עד תאריך 31.12.

הנחה לבוגרי התכנית התלת שנתית באוניברסיטת תל אביב לבוגרי התכנית תינתן הנחה של % 25 – 650 ₪ לשנה. התשלום יהיה בתשלום אחד במועד הרישום.

### **ביטול ההשתתפות**

את ההשתתפות בסמינר ניתן לבטל בהחזר כספי של 50% משכר הלימוד עד למועד המפגש השני בכל סמסטר. לאחר המפגש השני לא יינתן החזר כספי על ביטול ההשתתפות.

### **הרשמה**

ההרשמה לתכנית תעשה עד לתאריך 22.9 דרך מזכירות המכון באמצעות טופס מקוון בכתובת:

<https://forms.gle/zT23NYWPrNUdcbhQ7>

### **דרכי תשלום**

פירוט דרכי התשלום ישלח במייל חוזר לנרשמים.