'דרך רוח אדם' - פסיכולוגיית זולתעצמי מבוססת-דהרמה

לימודי היכרות - ינואר-יוני 2027

הלימוד **ב'דרך רוח אדם'** מהווה מפגש היכרות עם ההגות המתפתחת בתכנית 'רוח אדם' - הכשרה פסיכואנליטית-בודהיסטית.

התוכנית מציעה למטפלים.ות למידה תיאורטית וקלינית של פסיכולוגיית זולתעצמי מבוססת-דהרמה, המשלבת העמקה בתיאוריה של פסיכולוגיית העצמי הפסיכואנליטית והתבוננות על נקודות המפגש שלה עם התורה הבודהיסטית מהזרם המהיאני הטיבטי.

פסיכולוגיית זולתעצמי מבוססת-דהרמה מציבה במרכז החקירה שלה את תודעת האדם והטיפול בסבלו, תוך שרייה במימד הרוחני ובפוטנציאל ההתמרתי של התודעה. זיקת זולתעצמי-עצמי המושתתת על משוקעות אמפתית של אדם בזולתו, מוצעת כדרך וכתשתית יסודית שניתן לטפח בחדר הטיפולים ואף מחוצה לו.

זמנים

הלימודים יתקיימו בימי רביעי מ 14:30 עד 20:00 ב'קרית אדם' - רח' אהרון בן חמו 1, לוד.
המפגשים ייערכו החל מיום רביעי ה 6.1.27 ועד יום רביעי ה 30.6.27, ויהיו בנויים משני סמסטרים בני 10 שבועות כל אחד + ריטריט של יומיים (ללא לינה) בין הסמסטרים בתאריכים 17-18.3.27.

הלימודים

התוכנית תכלול מדיטה משותפת, ארבעה קורסים תאורטיים, הדרכה קלינית בקבוצות קטנות, סמינר קליני מורחב אחת לסמסטר וכן ריטריט לימוד ותרגול:

- מדיטה משותפת תתתקיים בתחילתו של כל יום לימודים.
- שלושה קורסים של שיעורי העמקה בתיאוריה של פסיכולוגיית העצמי מבית מדרשו של היינץ קוהוט - מתוך התעמקות טקסטואלית ותיאורטית בהיבטים המבניים וההתמרתיים בהגותו והתפתחויותיה העכשוויות. השיעורים יתייחסו לנקודת הממשק וההפריה ההדדית של התיאוריה של פסיכולוגיית זולתעצמי והבודהיזם המהיאני ולמשנה המתפתחת ב 'רוח אדם' לנוכחות המימד ההתמרתי בפרקטיקה הקלינית.

+972-50-6545499 • elinoar@selfpsy.org.il • www.humanspirit.org.il • ת.ד. 115 משגב דב 7686700 ישראל • P.O.B. 115 Misgav Dov 7686700, Israel

- קורס שבו יילמדו מושגי היסוד של הבודהיזם הטיבטי המהיאני. הקורס יועבר על ידי מורה ללימודי הדהרמה הבודהיסטית של תכנית 'רוח אדם'.
- הדרכה קלינית שתערך בקבוצות קטנות.
- אחת לסמסטר יתקיים סמינר קליני במתכונת מורחבת של כלל התלמידים והמדריכים.
- ריטריט לימוד ותרגול של שני חצאי ימים (ללא לינה) בין הסמסטרים.

השיעורים וההדרכות יועברו על-ידי פסיכואנליטיקאים בוגרי תכנית ההכשרה הפסיכואנליטית-בודהיסטית 'רוח אדם' והמדיטה ושיעור הדהרמה על ידי מורי הדהרמה הבודהיסטית של תוכנית 'רוח אדם'.

שעות לימוד ותרגול	סמסטר א' 10.3.27 - 6.1.27 (10 שיעורים)	סמסטר ב' 30.6.27 - 31.3.27 (10 שיעורים)
14:30 – 15:00	מדיטה	מדיטה
15:00 – 16:15	**אמפתיה וחמלה בפסיכואנליזה** - התבוננות במושג האמפתיה במשנתו של קוהוט ותרומתה של הדהרמה הבודהיסטית (ערן רודולפסון)	**מושגי יסוד בדהרמה הבודהיסטית** - תרומתה של הדהרמה הבודהיסטית המהיאנית לפיתוח תודעתו של האדם (יעל אלטרץ)
16:15 – 16:45	הפסקה	הפסקה
16:45 – 18:15	**מעצמי לעצמיות בפסיכולוגיית העצמי** - הנרקיסיזם במשנתו של קוהוט ובפיתוחים מאוחרים (יונתן קולקה)	**פסיכולוגיית זולתעצמי מבוססת דהרמה** - המימד הרוחני במפגש עם הזולת (ד"ר רחלי ליפשיץ-אלכאוי)
18:15 – 18:30	הפסקה	הפסקה
18:30 – 20:00	הדרכה בקבוצות קטנות	הדרכה בקבוצות קטנות

תוכנית הקורסים

מעצמי לעצמיות בפסיכולוגיית העצמי - הנרקיסיזם במשנתו של קוהוט ובפיתוחים מאוחרים - יונתן קולקה

אחת מהטלטלות המהפכניות שמביא קוהוט אל התיאוריה הפסיכואנליטית קשורה לשינוי הפרדיגמטי של מושג הנרקיסיזם. במהלך הקורס נעקוב אחרי גילגולו של מושג הנרקיסיזם, החל מהמשגתו של פרויד את הנרקיסיזם כאנרגיה ליבידנלית המופנית על ידי האדם אל עצמו כשלב התפתחותי המקדים את יחסי האובייקט, לעבר הבנת הנרקיסיזם על-ידי קוהוט כאנרגיה המרכזית של **הווייתו** של האדם. זהו הנרקיסיזם הבריא - החיפוש אחר דרכו של האדם להתממש, להיות עצמו, לממש את תוכנית חייו, כמו גם הפוטנציאל שלו לחרוג מקיומו האישי אל עבר האחר.

דרך קריאה תאורטית והרהור משותף, נפגוש יחד את משמעות הבנת האנרגיה הנרקיסיסטית כפי שפורש בפנינו קוהוט, כשינוי רדיקלי בהבנת קיומו של האדם - לא כיחידה נפרדת המקיימת קשר עם 'אובייקטים' חיצוניים, אלא תפיסת האדם כטומן בטבעו האנושי העמוק ביותר העדר נפרדות. נעמיק בהבנה זו כעומדת ביסוד העמדה האנושית והטיפולית של המשוקעות בזולת - זולתיותעצמי. משם נתרחב אל תרומתה של הדהרמה הבודהיסטית בהבנת כל מופע של נרקיסיזם ב'מציאות היחסית' כמקור לסבל, ובתרגול המכוון אותנו אל 'המציאות המוחלטת' כאפשרות להתמרת האנרגיה הנרקיסיסטית למצבי תודעה גבוהים.

מושגי יסוד בדהרמה הבודהיסטית - תרומתה של הדהרמה הבודהיסטית המהיאנית לפיתוח תודעתו של האדם - יעל אלטרץ

"סבל והפסקת הסבל זו תורתי כולה" (הבודהה)

הדהרמה הבודהיסטית שמה במרכז הלימוד והתרגול שלה את ההכרות עם התודעה האנושית - הכרה בסיבה לסבל האנושי והיכולת להחלץ ממנו. במהלך הקורס נכיר את היסודות ההגותיים של הדהרמה הבודהיסטית המהיאנית שרואה בטיפוח התודעה האנושית לא רק דרך אינדיבידואלית לטיפוח מצבי תודעה גבוהים, אלא גם מחוייבות אתית כלפי הזולת להתמרת התודעה והחלצות מן הסבל.

<u>אמפתיה וחמלה בפסיכואנליזה - התבוננות במושג האמפתיה במשנתו של קוהוט ותרומתה של הדהרמה הבודהיסטית - ערן רודולפסון</u>

קוהוט הציב את האמפתיה במרכז התיאוריה הפסיכואנליטית שלו, ואף הציע את אופנות התצפית האמפתית כזו שמגדירה את השדה הפסיכואנליטי כולו: "אמפתיה היא הפעולה המגדירה את שדה הפסיכואנליזה. לא תיתכן פסיכולוגיה של מצבים מנטליים מורכבים (כלומר של חיי נפש) בלא השימוש באמפתיה..." (כיצד מרפאת האנליזה, ע"מ 243).

כמה מחשבות על אמפתיה: האמפתיה מכוונת את מבטה לפנימיותו של האדם. שם, בפנימיותו, נוכל למצוא את האדם כפי שהוא, ללא מגבלות של זמן ומקום. מתוך שבחינת פנימיות האדם איננה מוגבלת במגבלות המציאות, האמפתיה נמצאת כל העת בתנועה מתמדת ואינסופית, שכן במהותה היא מכוונת אל ההתאמה עם התנועה האינסופית של פנים הזולת.
בפנימיותו, האדם שאינו כבול לזמן ולמקום, מה ניתן לומר עליו? אלא שטמון בו המֵעֵבֶר, כאיכות מוחלטת של פוטנציאליות. הנוכחות האמפתית המכוונת אל אותו 'מעבר', מאפשרת לכן לאדם להוות את פנימיותו כפוטנציאליות מוחלטת.

כל הגות רוחנית שרויה באתיקה, וכך גם האמפתיה נובעת מהאתי כציווי של אחריות לזולת. אבל האתיקה לא בהכרח קודמת לאמפתיה, מתוך שהאתיקה גם נובעת מהאמפתיה עד לנקודת מגוז, שם האמפתיה והאתיקה מתכנסות למהות אחת - היכן שתהיה אמפתיה, שם תהיה אתיקה, והיכן שתהיה אתיקה, שם תהיה אמפתיה.

אמפתיה יכולה להיות גם מצב תודעה אמוני של התכוננות והתמסרות לבקשת הטוב עבור הזולת, וכגילוי עליון של אהבה. מתוך מבט אמפתי, הזולת - שלעולם לא יהיה מושלם - נעשה שלם.

עם מחשבות אלו ועוד, יבקש הקורס להחזיק את מושג האמפתיה, כמגלם מנעד רחב של משמעויות: פסיכולוגיות, אתיות ורוחניות. כמו כן, תלווה את הקורס כל העת ההגות הבודהיסטית, ויטוו חוטי מחשבות בין האמפתיה להמשגה הבודהיסטית על שתי כנפיה - החמלה והריקות.

+972-50-6545499 • elinoar@selfpsy.org.il • www.humanspirit.org.il • ת.ד. 115 משגב דב 7686700 ישראל • P.O.B. 115 Misgav Dov 7686700, Israel

<u>פסיכולוגיית זולתעצמי מבוססת דהרמה - המימד הרוחני במפגש עם הזולת - ד"ר רחלי ליפשיץ-אלכאוי</u>

זולתעצמי (selfobject) הוא מושג יסוד בתיאוריית פסיכולוגיית העצמי.

הקורס יעסוק בלימוד התפתחות המושג כפי שהבין אותו קוהוט, בנגזרות הקליניות של הבנה זאת ובאופן אליו התרחבה הבנת העומק של מושג זה בתוך מרחב האמפתיה, במשנה התיאורטית והקלינית של 'רוח אדם'.

נתייחס לשדה הבודהיסטי ולפיתוח התיאוריה של פסיכולוגיית זולתיותעצמי מונחית דהרמה, כעמדה אתית של **נוכחות** השעונה על ההנחה בדבר טבעו של האדם להתייצב כזולתעצמי בעולם, ונתעמק באפשרות לטפח איכויות תודעתיות להתייצבות טיפולית של זולתיותעצמי.

<u>לוח שנתי</u>

6.1.27 (יום רביעי) **– מפגש ראשון – סמסטר א'**

10.3.27 (יום רביעי) **– מפגש אחרון – סמסטר א'**

17-18.3.27 **–** ימי רביעי-חמישי **ריטריט (ללא לינה)** :
יום רביעי - 15:30- 20:30
יום חמישי 08:00-13:30

24.3.27 (יום רביעי) **חופשת פורים**

31.3.27 (יום רביעי) **– מפגש ראשון – סמסטר ב'**

21.4.27 (יום רביעי) **חופשת פסח**

28.4.27 (יום רביעי) **חופשת פסח**

12.5.27 (יום רביעי) **יום העצמאות**

20-24.6.27 **ריטריט הקיץ של 'רוח אדם'** (פתוח למי שמעוניין בתשלום נפרד)

23.6.27 (יום רביעי) לא יתקיימו לימודים בגלל ריטריט קיץ של 'רוח אדם'

30.6.27 – **יום אחרון ללימודים**

+972-50-6545499 • elinoar@selfpsy.org.il • www.humanspirit.org.il • ת.ד. 115 משגב דב 7686700 ישראל • P.O.B. 115 Misgav Dov 7686700, Israel

למי מיועדת התוכנית

- התוכנית מיועדת למטפלים ומטפלות ממקצועות בריאות הנפש המוכרים: פסיכולוגיה קלינית, עבודה סוציאלית, פסיכיאטריה ומטפלים בהבעה ויצירה.
- על הפונים להיות בעלי תואר שני, עם ניסיון של חמש שנות עבודה קלינית.
- אין צורך בהכרות מוקדמת עם גישת פסיכולוגיית העצמי או הדרך הבודהיסטית.

הרשמה ותשלום:

ההרשמה פתוחה עד ל 30.11.26. לאחר ההרשמה יתקיים מפגש עם אחד ממורי התוכנית להיכרות ובדיקת התאמה.

שכר הלימוד הוא 8,000 ₪. ניתן לחלק את הסכום ל- 4 תשלומים בהעברה בנקאית.

פרטי חשבון להעברה: בנק פועלים, סניף 532, מס' חשבון 392487 ע"ש איגוד ישראלי לפסיכולוגיית העצמי.

מועדי התשלומים:
תשלום 1 – 1/12/26
תשלום 2 – 1/2/27
תשלום 3 – 1/4/27
תשלום 4 – 1/6/27

נהלי ביטול ההרשמה:

נרשם אשר יבטל את ההרשמה עד 4 שבועות לפני פתיחת התוכנית יקבל חזרה את מלוא שכר הלימוד.

נרשם אשר יבטל את ההרשמה פחות מ 4 שבועות לפני תחילת התוכנית יקבל חזרה 50% משכר הלימוד.

ביטול לאחר תחילת התוכנית לא יזכה בהחזר שכר הלימוד.

לטופס ההרשמה: לחצו על הקישור שלמטה, יווצר עותק אישי של המסמך, לאחר מילוי הטופס בצעו הורדה של המסמך למחשב, ושלחו את המסמך לכתובת elinoar@selfpsy.org.il

טופס הרשמה לתכנית 'דרך רוח אדם'