

# תכנית הלימודים

## עקרונות תכנית לימודי הפסיכואנליזה

### פסיכואנליזה מקיפה:

- א. תכנית רוח אדם תקנה ללומדים השכלה פסיכואנליטית רחבה תוך התמקדות בפסיכולוגיית העצמי הפסיכואנליטית. התכנית מחויבת להיכרות עומק עם מיטב ההוגים הפסיכואנליטיים בתחומי המטה־תאוריה, בפרקטיקה של הנוכחות האנליטית ובמשקי המחקר הבינתחומי של הפסיכואנליזה עם תחומי דעת אחרים. כך, שלצד התמחות העומק בפסיכולוגיית העצמי הפסיכואנליטית יהיו לומדי התכנית 'אזרחי העולם' בפסיכואנליזה.
- ב. התכנית תקיים למידה של האסכולות הפסיכואנליטיות השונות ברצף ההתפתחות ההיסטורית בהגות הפסיכואנליטית.
- ג. למידת כל אסכולה תתבסס על שלושת צירי יסוד אלה: מטה־תאוריה, התפתחות ופסיכופתולוגיה, התאוריה של הנוכחות האנליטית.
- ד. הלימוד עצמו ישמש תרגול בעמדה אמפתית כלפי כל אסכולה, כדי להעמיק הלמידה בכל תאוריה מנקודת מבטה.

### פסיכולוגיית העצמי הפסיכואנליטית:

- א. היקף לימודי אסכולת פסיכולוגיית העצמי היא מחצית מכלל לימודי התכנית הפסיכואנליטית.
- ב. שלושה צירי יסוד של לימוד האסכולה הם: התאוריה המטה־פסיכולוגית של הנרקיסים ומושג העצמי; התפתחות העצמי והתהוות העצמיות; התאוריה של הנוכחות הפסיכואנליטית כזולתעצמי.
- ג. הלמידה תתמקד בחמשת עמודי התווך של הקורפוס הקוהוטיאני: האנליזה של העצמי, הַשְׁבַּת העצמי, כיצד מרפאת האנליזה?, פסיכולוגיית־העצמי וחקר רוח אדם והרצאות מכון שיקגו. יצירות אלו משרטטות את קו התפתחות התאוריה דרך חמש תחנות: תחנה ראשונה – האמפתיה; תחנה שנייה – 'הנרקיסים החדש'; תחנה שלישית – תגלית הזולתעצמי; תחנה רביעית – המשגה מלאה של מעשה הטיפול הפסיכואנליטי; תחנה חמישית – פסיכולוגיית העצמי כזולתעצמי של תרבות.
- ד. רוח אדם הינה הבית לחקירתה וטיפוחה של פסיכולוגיית זולתעצמי מונחית־דְהֶרְמָה.

## עקרונות תכנית לימודי הבודהיזם

- א. התכנית מציעה היכרות רחבה עם ההגות הבודהיסטית ועם פרקטיקת התרגול שלה תוך התמקדות מיוחדת בבודהיזם הטיבטי על-פי מורשת הג'לוג. הלימוד ייעשה תוך שילוב הוראה מסורתית ופרשנות עכשווית.
- ב. היקף לימודי הבודהיזם יקביל לכלל לימודי הפסיכואנליזה ויעניק הבנה מתקדמת של הבודהיזם הטיבטי בשלושה צירים: ההגות הפילוסופית; המטה־תאוריה הפסיכולוגית; התאוריה של דרכי התרגול לטיפוח התודעה המותמרת.
- ג. התכנית מלווה בתרגול מדיטטיבי יומיומי שיעטוף את הלמידה ואת הנוכחות בתכנית.

## עקרונות תכנית לימודי מדעי הרוח והאמנויות

א. הלימודים מזמינים להיכרות עם היבטים נבחרים בהגות המערבית כמו גם זו המזרחית בתחומי הפילוסופיה, המדע, השירה, הספרות, האמנות והמוזיקה. הרחבת הדעת באפיקי תרבות אלו תהווה אופנות תרגול נוספת בתהליך התמרת התודעה.

ב. מתווה הלימודים יפרוס שני מסלולים משלימים של סמינרים בתחומי חקר רוח האדם והאמנויות. שני מסלולי הלימוד יתקיימו במקביל במשך כל שנות התכנית.

**המסלול האחד, המכונה 'ארבעת הז'אנרים הגדולים'**, ערוך בזיקה לארבע הסוגות הגדולות העולות מן הפואטיקה האריסטוטלית: הטרגדיה, הקומדיה, האפוס והליריקה, מעין ארבעה יסודות ראשוניים של ההבעה האנושית. הדגם הזה מעמיד רצף של סמינרים הערוך, עד סוף השנה השנייה ללימודים, במעין סדר היסטורי. החל מן השנה השלישית יוצאים מתוך הרצפים הללו שני זוגות של סמינרים העוסקים בשני נושאים המתבקשים מן המבנה הזה, בשני ממדים שונים: המודרניזם ומושג ה'אני', כשכל אחד מהם מסתעף אף הוא לתתי־נושאים.

**המסלול השני, המכונה 'סינאפסות – גלגולי נושאים וצורות בתרבות'**, מעמיד שורות של סמינרים על נושאים שונים, שגם אם הם קשורים זה בזה ויוצרים בהצטברותם תמונה רחבה, הם אינם קשורים בקשרי נביעה זה מזה ואין צורך ללמוד אותם ברצף. מסלול זה משקף את דרך ההעברה של השדר בין תאי העצבים בגוף – העברה שאינה עשויה רק מגע ישיר, אלא היא מסירה מורכבת בין חומר לאנרגיה.

התכנית משתרעת על 14 סמסטרים והיא כוללת:

14 סמינרים תאורטיים סמסטריאליים בפסיכואנליזה מקיפה

---

14 סמינרים תאורטיים סמסטריאליים בפסיכולוגיית העצמי הפסיכואנליטית

---

14 סמינרים קליניים סמסטריאליים

---

28 סמינרים של לימוד הַדְּהָרְמָה הבודדהיסטית

---

28 יחידות סמסטריאליות של תרגול מדיטטיבי

---

14 יחידות סמסטריאליות של המעבדה להתהוות פסיכולוגיית זולתעצמי מונחית-דְּהָרְמָה

---

28 סמינרים סמסטריאליים במדעי הרוח והאמנויות

---

## סמינרים מתכנסים (רטריטים)

- א. **סמינר החורף** – סמינר בן שלושה עד חמישה ימים במהלך חופשת החורף שבין הסמסטרים, שיתמקד בחקירת מושגים בבודהיזם, בפסיכולוגיית העצמי ובפסיכואנליזה מקיפה. הסמינר המתכנס יתקיים במדיטה שלמה ויכלול 'שיעור דְהַרְמָה' פסיכואנליטי-בודהיסטי.
- ב. **סמינר הקיץ** – סמינר בן חמישה עד שנים עשר ימים בתום כל שנת לימודים. הסמינר המתכנס יתקיים במדיטה שלמה שבה תשולב למידה קלינית עם שיעורי דְהַרְמָה. סמינר הקיץ מיועד לסגהה של לומדי וסגל התכנית, לחברים מאיגוד ישראלי לפסיכולוגיית העצמי ולחקר הסובייקטיביות וכן לקהילה המקצועית הרחבה.
- ג. **סמינר מתכנס בפומיה** – במהלך שנות הלימודים יוכלו הלומדים להשתתף בסמינר מתכנס אחד במכון למה צונג קאפה – ללימוד ותרגול בודהיזם במסורת הטיבטית שבפומיה, איטליה.

עלויות הסמינרים המתכנסים מתחלקות בין כל המשתתפים

# תכנית לימודי הפסיכואנליזה

## תכנית לימודי פסיכואנליזה מקיפה

שם הקורס	סמסטר	שנה ראשונה
פרויד המוקדם – ראשית כינון הפסיכואנליזה: מושגי יסוד (עד 1914)	א	
פרויד המאוחר – שנות התגבשות המטה־תאוריה (עד 1939)	ב	
יונג – המשגה ראשונית להיבט המטפיזי של העצמי	א	שניה
קו ההתפתחות בפסיכואנליזה בין פרנצי, בלינט וקוהוט	ב	
קליין – מושגים בתאוריה הקלייניאנית ופיתוחיהם העכשוויים	א	שלישית
ויניקוט – חקר החוויה: נקודת מעבר בפסיכואנליזה	ב	
ויניקוט – המקום בו אנו חיים	א	רביעית
'רוח ויניקוט' – בני דורו וממשיכיו: סירלס, גנטריפ, פרברן, חאן, מילנר, מודל, בולס, גנט, אוגדן	ב	
פרום – על האהבה בפסיכואנליזה	א	חמישית
ביון – מללמוד מן הניסיון ועד לטרנסצנדנטיות	ב	
פרספקטיבות אינטרסובייקטיביות והתייחסותיות: סטולרו, מיטשל, ארון, בנג'מין	א	שישית



## תכנית לימודי פסיכולוגיית העצמי הפסיכואנליטית

שנה ראשונה	סמסטר	שם הקורס
	א	היסודות ההיסטוריים והפילוסופיים של פסיכולוגיית העצמי
	ב	גלגולו של מושג בפסיכואנליזה: 'על הנרקיסזם החדש'
שניה	א	מושג האמפתיה במשנתו של היינץ קוהוט
	ב	האנליזה של העצמי (1971) – אמירה שיטתית ראשונה
שלישית	א	זולתעצמי – תגלית של העברה
	ב	הַשְׁבֵּת העצמי (1977) – מצע תאורטי שלם
רביעית	א	בין עצמי וירטואלי לנרקיסזם קוסמי: התהוות העצמיות והתפתחותה
	ב	המקרים הקליניים של פרויד – מבטה של פסיכולוגיית העצמי
חמישית	א	מופעיו הקליניים של העצמי הנתון בהפרעה – דיכאון, פרוורסיה, התמכרויות ואלימות
	ב	פשר החלום והוויית החולם
שישית	א	כיצד מרפאת האנליזה? (1984) – מצג שיטתי של תאוריית טיפול
	ב	פסיכולוגיית העצמי וחקר רוח אדם (1985) – הרהורים פסיכואנליטיים על היסטוריה, תרבות ועתיד
שביעית	א	"יש זרע, יש פריחה, יש נבילה וקמילה, יש מיתה ואז הדור הבא של ורדים תופס את מקומו": פרויד, קוהוט והסצנה העכשווית בפסיכולוגיית העצמי
	ב	פסיכולוגיית זולתעצמי מונחית דְּהֶרְמָה: מטה-תאוריה של התמרה

## סמינר קליני שבועי

ימי שני

**'התהוות האנליטיקאי כזולתעצמי'** – במהלך שלושת הסמסטרים הראשונים עד לתחילת האנליזות בהדרכה, הסמינר יוקדש לתרגול של התמרת התודעה. הלומדים ישתלבו במסגרות חינוכיות, רפואיות וחברתיות שאינן טיפוליות במובהק, כמו גני ילדים, מעון יום לתינוקות, כיתות הגיל הרך בבית ספר, מסגרות טיפוליות לנכים, מעון בקהילה לקשישים – מסגרות השוקדות על תהליכים אמפטיים במרחב החברתי והציבורי. כמו כן ישתלבו הלומדים במפעלי תמיכה וסיוע נפשי בעתות חירום בארץ ובחו"ל.

החל מהסמסטר הרביעי יתקיים הסמינר הקליני במתכונת של קבוצות הדרכה על אנליזות לימודיות.

**'התבוננות בהתהוות התודעה המותמרת של המטפל'** – הסמינר יתקיים אחת לחודש בפורום מלא של הלומדים והסגל במסגרת הסמינר הקליני של התכנית.

**'התבוננות בתהליך התהוות התודעה המלמדת והמטפלת'** – הסמינר יתקיים בפורום של סגל התכנית.

**מעבדה לחקר  
פסיכולוגיית זולתעצמי**

**מונחית־דִּהְרָמָה**  
יום שני האחרון בכל חודש

**סמינר סגל דו־שבועי**

ימי שני

בסיום הסמסטר השלישי יגיש כל לומד עבודת חקר תיאורטית על חווית התהוות האנליטיקאי כזולתעצמי בתהליך הליווי האנליטי שערך הלומד בשנה וחצי הראשונות של תכנית הלימודים. בעבודה תיבחן תרומתם של שלושת שדות ההגות של התכנית – פסיכואנליזה, בודהיזם, תרבות.

## עבודת ראשית

בסיום השנה הרביעית יגיש כל לומד עבודת חקר תאורטית שיש בה שילוב של שלושת שדות ההגות המרכיבים את התכנית והמבוססת על דוגמאות קליניות הלקוחות מן האנליזות הלימודיות.

## עבודת אמצע

עבודת הסיום של ההכשרה תעסוק בהצגת סיפורה של אנליזה אחת מתוך מכלול האנליזות של כל לומד. העבודה תוגש עם סיום השנה השביעית לועדת ההוראה של התכנית, לאחר שהלומד עמד בכל דרישות ההכשרה.

## עבודת סיום

# תכנית לימודי הבודהיזם

סמסטר א	סמסטר ב
<p><b>מבוא לבודהיזם</b> היסטוריה של הבודהיזם מהות הבודהיזם: אלטרואיזם אינסופי ותלות גומלין (interdependence) כתפיסת עולם סקירה כוללת של הפסיכולוגיה הבודהיסטית</p>	<p><b>התודעה (The mind) (חלק א')</b> הפוטנציאל האנושי טבעה הקונוונציונלי (היחסית-תופעתית) של התודעה טבעה המוחלט של התודעה שבעה סוגי ערות</p>
<p><b>מבוא למדיטה (חלק א')</b> על אודות המדיטה תרגול התודעה במדיטה</p>	<p><b>מבוא למדיטה (חלק ב')</b> מבט חדש על יחסנו לסבל מדיטה כאמצעי לשינוי התודעה</p>
<p><b>התודעה (חלק ב')</b> התודעה במונחי מצבים מנטליים מכוננים והרסניים</p>	<p><b>התודעה (חלק ג')</b> התודעה – בוראת עולמנו התודעה – בוראת אושרנו וסבלנו התודעה – הכוח המניע של פעולותינו</p>
<p><b>הבנת המציאות (חלק א')</b> פיתוח תודעה ממוקדת, ערנית ושרויה בחסד טיפוח חוכמת עומק לתפיסת המציאות</p>	<p><b>הבנת המציאות (חלק ב')</b> גישה פילוסופית להבנת העצמי ה'אינ-עצמי' של אדם והריקות של תופעות</p>
<p><b>המפתח לאושר: הבנת 'אי-שביעות רצון'</b> הבנת אופניו השונים של הסבל מדוע חשוב לנו להבין את הסבל הסיבות לסבל כיצד אנו בוראים את המציאות שלנו מבוא לשיטות לשחרור מרגשות הרסניים</p>	<p><b>הדרך לאושר ולתחושת שביעות רצון</b> הדרך הרוחנית שינוי תבניות והרגלי מחשבה והתנהגות מזיקים: טיפוח מצבי תודעה חיוביים ארבעת משכנות התודעה הנאצלת: נדיבות אוהבת, חמלה, שמחה, השתוות הנפש</p>

שנה ראשונה

שנה שנייה

שנה שלישית

שנה רביעית

סמסטר ב	סמסטר א
<p><b>אלטרואיזם (חלק א')</b>                      • ארבע השלמויות הראשונות:                      נדיבות, אתיקה, סבלנות, חדווה</p>	<p><b>פיתוחה של אמפתיה: טיפוח קרבה ואֶחָדוּת עם הזולת</b>                      • פיתוח השתוות הנפש                      • מדיטת שבע הנקודות של סיבה־תוצאה:                      פיתוח גישה אלטרואיסטית                      • התחלפות עצמי בזולת                      • המעבר מסבל לאושר דרך שיטות להתמרת המחשבה</p>
<p><b>התמרת התודעה (Transformation):                      הצורך במורה ובדרך</b>                      • הישענות על מורה רוחני                      • טכניקות של התמרה</p>	<p><b>אלטרואיזם (חלק ב')</b>                      • שתי השלמויות האחרונות: ריכוז וחוכמה                      • החדווה שבגישת ה'אין־עצמי'</p>
<p><b>האנליטיקאי המותמר (חלק ב')</b>                      • סקירה כוללת על מלוא הדרך הרוחנית                      הבודהיסטית כפי שנלמדת במסורת                      הטיבטית של צונג קאפה                      • כיצד משלימה הדרך הרוחנית הבודהיסטית                      את חייו ודרכו של אנליטיקאי</p>	<p><b>האנליטיקאי המותמר (חלק א')</b>                      • סקירה כוללת על מלוא הדרך הרוחנית                      הבודהיסטית כפי שנלמדת במסורת                      הטיבטית של צונג קאפה                      • כיצד משלימה הדרך הרוחנית הבודהיסטית                      את חייו ודרכו של אנליטיקאי</p>

\* לימודי הדְהָרְמָה יתקיימו בעיקר באנגלית

מפגש הרהור שבועי לאורך כל שנות הלימודים שיוקדש לממשק הפסיכואנליזה והדְהָרְמָה: עיבוד רגשי של חוויית המפגש עם ממדיה העיוניים והתרגוליים של הדְהָרְמָה, התבוננות בתהליכי הלמידה וההתהוות של האנליטיקאי המותמר, יצירת המשנה הפסיכואנליטית הייחודית של דרך רוח אדם.

**מעבדה להתהוות  
 פסיכולוגיית זולתעצמי  
 מונחית־דְהָרְמָה**  
 ימי שני

## תכנית לימודי מדעי הרוח והאמנויות

סמסטר	הז'אנרים הגדולים	סינאפסות – גלגולי נושאים וצורות בתרבות
שנה ראשונה	א	הטרגי א': הטרגדיות הקלסיות, דוגמאות נוספות מן הספרות העתיקה
	ב	האפי א': האפוסים הארכאיים
שנה שנייה	א	הטרגי ב': הטרגדיות הרנסנסיות והברוקיות
	ב	האפי ב': האפוסים של ימי הביניים
שנה שלישית	א	הקומי א': הקומדיות העתיקות, הרנסנסיות והברוקיות
	ב	הלירי א': שירה עתיקה וימי־ביניימית
שנה רביעית	א	הקומי ב': קלסיציזם ורומנטיקה
	ב	הלירי ב': שירה סינית ושירה מערבית מהרנסנס עד סף המודרניזם
שנה חמישית	א	מודרניזם – בספרות, במוזיקה ובקולנוע: גלגולי הסוגות הגדולות
	ב	האפי המאוחר: גלגולו של האפוס ברומן ובקולנוע

סינאפסות – גלגולי נושאים וצורות בתרבות	הז'אנרים הגדולים	סמסטר	
צורה ומשמעות בפילוסופיה ובאמנויות, בארכיטקטורה ובטבע	מושג האדם: התפתחות המושג ותכניו המשתנים. תולדות מילים כמו 'לב', 'נפש', 'רוח', 'פחד' ועוד	א	שנה שישית
ארוס ב': הרחבת מושג הארוס בספרות ובאמנות	מושג ה'אני': צמיחת הסובייקט ה'אוטונומי' ועיצובו בספרות ובאמנות. קריסת המושג במודרניזם ובפוסטמודרניזם *	ב	
סיבה ומסובב: דיון בשאלת הסיבתיות בהגות הפילוסופית ובאמנות	לשונות האמנות: דיון משווה במדיה מצד הפנומנולוגיה, הפרצפציה והקליטה דרך יצירת מופת אחת מתחום הפיסול *	א	שנה שביעית
הבנה, בינה ואי־הבנה.	לשונות האמנות: המשך הדיון דרך בחינת היחס אדם־צמח בתרבויות ותקופות שונות *	ב	

\* נושאים אלה ילמדו במתכונת סדנאית בתום כל אחד מהסמסטרים.

במשך שבע שנות הלימוד בתום כל אחד מהסמסטרים יתקיימו שלושה ימי לימוד מרוכזים במתכונת סדנאית סביב נושאים נבחרים.

**סדנאות**

## מערך התכנית מבנה שבועי

ימי שני	
שעור	מועד
מדיטה	15:00 – 14:30
פסיכואנליזה	16:15 – 15:00
הפסקה	16:30 – 16:15
בודהיזם	17:30 – 16:30
הפסקה	18:00 – 17:30
מעבדה למחקר פסיכולוגיית זולתעצמי מונחית־דהרמה – סמינר קליני*	19:30 – 18:00
הפסקה	19:45 – 19:30
מעבדה להתהוות פסיכולוגיית זולתעצמי מונחית־דהרמה	20:45 – 19:45
מדיטה	21:15 – 20:45

\* אחת לחודש – סמינר קליני של המשתתפים בתכנית, מורים ולומדים, כמרחב מתבונן בתודעה האנליטית המתהווית בהשראת הפסיכואנליזה, הבודהיזם והגות מדעי הרוח והאמנויות..



ימי רביעי

שעור	מועד
מדיטה	09:30 – 09:00
מדעי הרוח והאומנויות**	10:45 – 09:30
הפסקה	11:15 – 10:45
בודהיזם	12:30 – 11:15
הפסקה	13:00 – 12:30
פסיכולוגיית העצמי הפסיכואנליטית	14:15 – 13:00
הפסקה	14:30 – 14:15
מדיטה	15:00 – 14:30

\*\* בתום כל אחד מהסמסטרים יתקיימו שלושה ימי סדנאות

