

המרכז הארצי ללימודי הכשרה והסמכה בלוגותרפיה

מטעם



VIKTOR FRANKL INSTITUTE of LOGOTHERAPY
ABILENE, TX 79698-5211, USA
Approved by the American Psychological Association
As a provider of Continuing Education for Psychologists

בחסות

מכון עוצמות

מרכז ויקטור פראנקל ללוגותרפיה בישראל
הדרכה ויעוץ למערכות אנוש
מרטין בובר 4, חיפה 34861 - טל/פקס 04-8244059
דואר אלקטרוני : forum@otsmot.com



מקיימים מסלול

לימודי הכשרה והסמכה בלוגותרפיה

"השאיפה למציאת משמעות הינה התופעה האנושית ביותר"
ויקטור פראנקל



The
UNIVERSITY OF SOUTH AFRICA
(UNISA)
THE CENTRE FOR APPLIED PSYCHOLOGY

וביתוף עם



Langwiesgasse 6 | A-1140 Vienna | Austria, Europe

לימודי הכשרה והסמכה בלוגותרפיה

התוכנית נבנתה ונערכה ע"י

גדעון מילול

ראש

מכון עוצמות

ומרכז ויקטור פראנקל ללוגותרפיה בישראל
הדרכה וייעוץ למערכות אנוש

תוכן העניינים

4 מהי לוגותראפיה?
5 למה לוגותראפיה? (הבסיס הרעיוני של תוכנית הלימוד)
6 למי מיועדת הלוגותראפיה?
7 תוכנית ומהלך הלימודים, זכאות לתעודה
8 תרשים מערך לימודי ההכשרה וההסמכה ללוגותראפיה
9 הצוות האקדמי והמורים
10 שלבי הלימוד
10 שלב ראשון - לימודי מבוא
11 שלב שני - לימודי גרעין
11 1. בריאות נפשית וניהול מצבי משבר
13 2. משמעות לנוכח הסבל
14 3. חיים משמעותיים – יישומים בחיי היום-יום
16 שלב שלישי - לימודים מתקדמים - פרקטיקום
17 הדרכה מתקדמת - מסלול א'
18 הדרכה מתקדמת - מסלול ב'
19 מכון עוצמות
20 מתגובות משתתפים

מהי לוגותראפיה ?

לוגותראפיה – תראפיה באמצעות משמעות, הדרכה והכוונת האדם למציאת משמעות בחייו, נחשבת לזרם הוינאי השלישי בפסיכותראפיה, לצד הפסיכואנליזה של פרויד והפסיכולוגיה האינדיווידואלית של אדלר. ויקטור פראנקל (1905-1997), מייסד הלוגותראפיה ומפתחה, פרופסור לנוירולוגיה ופסיכיאטריה, שהיה הראשון אשר הכניס את המימד הרוחני לפרופיל הרפואי האנושי, פרסם ברחבי תבל את רעיונותיו וגישותיו. סיפרו הראשון "האדם מחפש משמעות", התפרסם לאחר שיחרורו ממחנות ההשמדה ב-1945, שם איבד את משפחתו והתנסה בפועל בעקרונות תורתו.

הלוגותראפיה, העוסקת במשמעות ההווה ובמהות הקיום, שמה דגש על הרוח האנושית כמקור של בריאות ומבוססת על שלושה עיקרים:

(1) לחיים יש משמעות בכל התנאים, אפילו בעלובים ביותר, ויש למצוא אותה בכל זמן נתון.

(2) השאיפה למציאת משמעות מהווה יסוד עיקרי לחיים.

(3) חופש הרצון מחזק אותנו ומאפשר לנו למצוא משמעות במה שאנו עושים, במה שאנו מתנסים ובאמצעות העמדות בהן אנו נוקטים כלפי מצבים שאינם ניתנים לשינוי, או כלפי סבל.

לוגותראפיה יוצרת שילוב מרשים של מדע והומאניזם המשתלב באופן מופלא בערכי ישראל ותורתו. היא מתמקדת בכבוד האדם ובהוקרתו, בייחודיות של כל פרט, תוך שילוב ערכים אנושיים בכל תחומי החיים: האישיים, החברתיים, המקצועיים והחינוכיים, במשפחה, בחברה ובעבודה.

גישה זו מתאימה היטב לתפיסה הדמוקרטית. היא מובילה את האדם לחשיבה קונסטרוקטיבית וחובבית כלפי עצמו וכלפי אחרים ומכוונת אותו למציאת משמעות ותכלית בחיים ולהגשמה עצמית, באמצעות הושטת יד לבני אדם ולמשימות, המתבטאת בתרומה ומועילות לאדם עצמו ולזולתו באופן מעשי, מוחשי ויישומי.

כוחה של הלוגותראפיה הוא בכך שהיא מסייעת לאדם בחיזוק ובניית כוחותיו הפנימיים, בהעצמת יכולתו להתמודד עם מצבי חיים משתנים, עם תנאי קושי ומשבר ועם מציאות שאינה ניתנת לשינוי. היא מובילה לשינוי התייחסות לאירועי החיים, ולמה שקורה לאדם עצמו, לזולתו ולמערכת הסביבתית בה הוא פועל.

גישה זו, היא גישה מעשית ושימושית התומכת ומחזקת את בני האדם ואת הסובבים אותו, עוסקת בשיפור איכות החיים, בכאן ובעכשיו ויוצקת תוכן קונקרטי ועניין בחיי היום-יום.



למה לוגותראפיה?

(הבסיס הרעיוני של תוכנית הלימוד)

בעולם בו אנו חיים, אנו עומדים מדי יום מול כוחנות ואלימות שלוחת רסן, התמכרות לסיפוק תענוגות, להט לחומריות, סמים, דיכאון והתאבדויות, היוצרים את "סינדרום הריק הקיומי" (פראנקל 1988), שהינו ביטוי להעדר משמעות.

חוסר סובלנות, כיתתיות, קיצוניות וחוסר התחשבות הינם בני לווייה קבועים של חיי היום-יום שלנו. הם מוסיפים לכל אחד ואחד כמות נוספת ומיותרת של סבל, בנוסף לזה, שהוא מנת חלקנו ב"משולש הטראגיי" (פראנקל 1967) הדורש מאתנו יכולת התמודדות עם כאב וסבל, עם החמצות ואובדנים, עם מוות ואי-צדק.

בה בעת, אנו נדרשים לכושר הסתגלות מהיר למהפיכת התמורות והשינויים הגועשת, שאנו חווים והמתרחשת בכל תחומי החיים (בטכנולוגיה, בתקשורת, ברפואה, בחברה, בכלכלה, בעצמנו - ולמעשה, בכל), כדי שנוכל להמשיך לזרום קדימה בעולמנו הרב-תרבותי, המצוי "על מסלול ההמראה של הגלובליזציה" (גידנס 2000).

כל זה דורש מאתנו לגייס את כל המשאבים האנושיים המצויים ברשותנו, במסגרת שלושת האינטליגנציות המרכזיות: השיכלית (תורנדייק 1922, גילפורד 1955 ואחרים), הריגשית (גולמן 1995) והרוחנית (זוהר ומרשל 2001).

השימוש בלוגותראפיה כגישה קיומית, רחבת היקף והוליסטית, מאפשר את גיוס המשאבים והיכולות האלה ומוביל למציאת משמעות בחיים.

הגישה הלוגותראפית מוסיפה לראיית האדם את המימד הרוחני (אליו קשורות תכונות כגון, הומור, יצירתיות ערכים, אמונה ותקוה, אהבה והתעלות עצמית), המקנה לנו את החוסן הנפשי, את הכוחות הגלומים ברוח האדם ותעצמות הנפש. אלה מהווים את התשתית ל"אינטליגנציה של הנשמה".

הלוגותראפיה מתמקדת בשאלה "מה משאיר את האדם בריא?". היא מסייעת בהעצמה האישית של האדם במסגרת הראיה ההוליסטית, ובה בעת מעודדת השלכות חיוביות על מערכות האנוש הסובבות אותו ופועלת אצלו לשינוי התייחסות, לתרומה ומועילות, למציאת משמעות וטעם לחיים, לחיזוק הערך העצמי וליכולת להתמודד עם מצבי החיים הקיימים מתוך אמונה ותקוה בייעוד האישי.

המטרה של גישה זו היא לסייע בבניית עוצמה אישית, להעשיר את "ארגו הכלים" האישי של כל אחד ולאפשר בדרך זו, להתמודד טוב יותר עם מצבי חיים משתנים, לשפר את יכולת העמידה של האדם עם מצבים שלא ניתן יותר לשנותם, למצוא משמעות ותכלית בחיים העכשוויים וכתוצאה מכך להביא לשיפור משמעותי באיכויות החיים של כל אחד מאתנו.

לימודי הלוגותראפיה המוצעים במסגרת זו, נועדו, בכל אחד מהשלבים, לחזק את שלושת האינטליגנציות המרכזיות באדם (השיכלית, הריגשית והרוחנית), והם משלבים מיגוון מודלים רעיוניים וכלים יישומיים לשימוש יומיומי, אשר יכוונו את הלומד מחד, לצמיחה אישית ולחיזוק יכולותיו, ומאידך, ירחיבו ויעשירו את יכולתו לסייע לעצמו ולזולתו.

תוכנית הלימודים הזו נבנתה מתוך אמונה עמוקה, שלימודי הלוגותראפיה שהינם מובילי חזון, הם חשובים ויעילים להשגת המטרות האלה, המתחברות גם למקורות ישראל, ובתקווה, שמסיימי לימודים אלה, ישאו עמם את לפיד התקווה ויוליכו אנשים נוספים לקראת מסר של אופטימיות, מסר אשר יביא לצמיחה אישית, לטובת הפרט והכלל, ובכך ישפרו את העולם בו אנו חיים.



למי מיועדת הלוגותראפיה?

האוניברסליות של הגישה הלוגותראפית והתאמתה לאדם, באשר הוא אדם, מאפשרת למיגוון רחב של אנשים - יחידים וקבוצות, להתחבר אליה, להשתלב בה וליישם את עקרונותיה, לעצמם ובמסגרת היחסים הבינאישיים עם הסובבים אותם, במשפחה, בעבודה ובחברה. זאת, תוך העצמה אישית וכהשלמה לתחומים השונים העוסקים בחייו ובהתנהגותו של האדם.

נסיון העבודה, שהצטבר במהלך כ- 70 שנות עבודה בתחום הלוגותראפיה, מצביע על הישגים רבים, מדהימים לעיתים, בשיקום האנושי, בשינוי התייחסותו של הפרט לאירועי החיים ובגיבוש גישה חיובית כלפיהם, בחיזוק כוחותיו הפנימיים של האדם ובהגברת יכולתו להתמודד עם אירועי חיים שאינם ניתנים לשינוי.

נסיון העבודה המצטבר בלוגותראפיה מצביע בבירור על שיפורים משמעותיים ביותר באיכויות החיים, שהושגו אצל אנשים רבים, בגילאים שונים. יש שחזרו ומצאו טעם ומשמעות לחיים, וישנם שהתגברו, באופן מופלא, על מצוקות וסבל וגישתם לחיים הפכה לפוזיטיבית. לגישה יש גם השפעה חיובית, חשובה ובונה, על מערכות היחסים הבין-אישיים של האדם במעגלי חייו השונים, כולל מערכת יחסי העבודה ויעילות הטיפול וההשפעה המקצועית והכלכלית שלו, במסגרות האירגוניות השונות אליהן הוא קשור.

הלוגותראפיה פותחת בפני בעלי המקצוע העוסקים באדם חלון הזדמנויות מיוחד וייחודי לרכישת ידע וכלים מעשיים נוספים, המאפשר להם להעשיר את הרפרטואר המקצועי שלהם ולהרחיב את יכולתם המקצועית לסייע לאנשים במצוקה, במצבי קושי ומשבר, ובמצבי חיים משתנים ולהגיע לתוצאות ברורות ומשמעותיות בזמן קצר, יחסית.

הלוגותראפיה, שמדגישה את ייחודיות האדם, מכוונת אותו למצוא משמעות בחייו ולבנות כוחותיו האישיים, מתוך בחירה ונטילת אחריות המתחייבת למשהו שהוא מעבר לעצמו, ושהינו בעל השלכות סביבתיות בונות וחיוביות.

כך מקנה הלוגותראפיה לבני האדם כוחות פנימיים וחוסן הנפשי, להם הם כה זקוקים, המאפשרים להם לשנות את יחסם כלפי מה שקורה להם ולמצוא טעם לחיים וסיבה לקום בבוקר - למרות המצב. בכך, גם טמונה התשובה לשאלה הסוקראטית הקיומית "לשם מה אני חי?!".

זהו הנכס האנושי האמיתי המוביל את האדם לחיים משמעותיים, ערכיים ואיכותיים של עצמו ושל זולתו. נכס זה, הוא משאת נפשו של כל מטפל ולכל מי שעוסק בבני אדם – ובעצם, של כל אדם.

הלוגותראפיה אינה באה במקומם של המקצועות והתחומים העוסקים באדם, או במקום אותם מומחים ובעלי מקצוע, כל אחד בתחומו, אלא משלימה אותם ומעניקה להם מימד נוסף של עומק וזווית ראייה רחבה יותר, המעשירה אותם ומאפשרת להם, במקביל, לשדרג את האפקטיביות המקצועית שלהם ולסייע היטב לזולת לשכלל ביעילות את יכולת התמודדותו עם קשיי החיים ועם האתגרים שהחיים מציבים בפניו ולפעול טוב יותר במציאות המשתנה. אלה, יובילו לשיפור איכויות החיים ולחיים טובים יותר בעולם בו אנו חיים.

הלוגותראפיה מיועדת לאנשים העוסקים בבני-אדם והמעוניינים בצמיחת האדם ובהתפתחותו, במיגזרי החיים השונים:

- לאנשי מקצוע, המעוניינים להרחיב ולהעשיר את הרפרטואר המקצועי שלהם, בתחום הרפואה, הפסיכולוגיה, הפסיכותראפיה, החינוך, המשפחה והטיפול באדם, וכן לעוסקים במקצועות הסוציאליים, הסיעודיים והשיקומיים.
- ליועצים מוסמכים מכל קשת המקצועות החופשיים.
- לסטודנטים שהשלימו תואר אקדמי או הנמצאים בשלבי השלמת לימודיהם לתואר.
- לעובדים במשרות מינהליות וניהוליות, הקשורים לאנשים אחרים.
- למעוניינים להעשיר ולהרחיב את ידיעותיהם במדעי החיים.
- למחפשים משמעות בחיים והרוצים לשפר את איכויות חייהם.

קורסים והשתלמויות בלוגותראפיה התקיימו, אמנם, במקומות שונים בארץ, במסגרות אירגוניות ומוסדיות שונות (בהן אקדמיות, רפואיות, מוסדיות ופרטיות).

תוכנית הלימוד המוצעת כאן, אולם, הנערכת על-ידי מכון עוצמות בחיפה, בשילוב עם מכללת גורדון לחינוך בחיפה, מאפשרת הפעלת תוכנית לימוד רב-שלבית מקיפה, מעמיקה וייחודית להכשרה והסמכה בלוגותראפיה; תוכנית המוכרת בארה"ב, וינה ודרום אפריקה ובעתיד, אנו מקווים, גם ע"י משרד החינוך והתרבות בארץ.

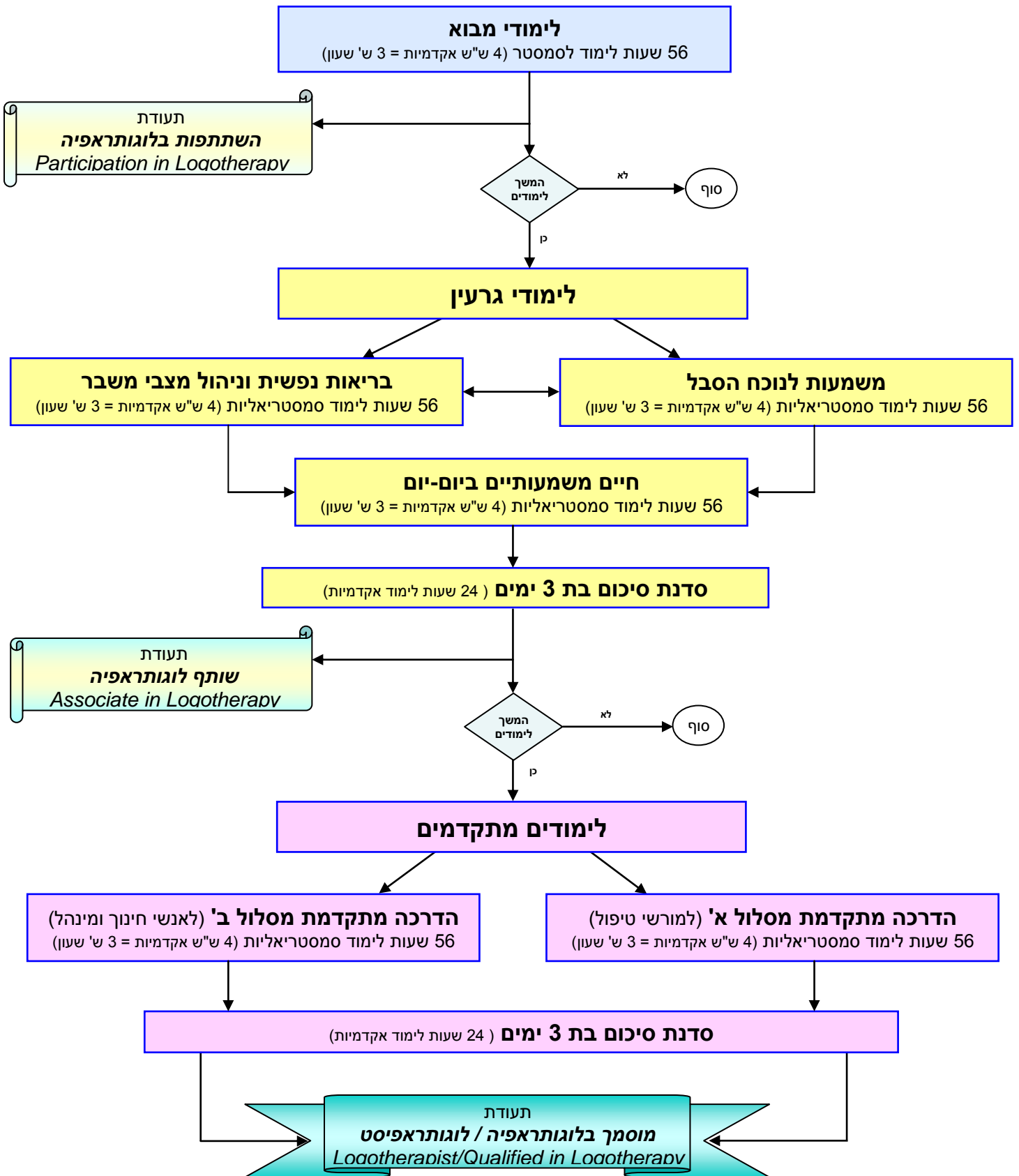


תוכנית ומהלך הלימודים, זכאות לתעודה

- תוכנית הלימודים להכשרה והסמכה בלוגותראפיה, נועדה להיות התמחות מקצועית משלימה במקצועות הטיפול והעיסוק באדם, המתווספת, כאמור, להתמחות המקצועית ואינה מחליפה אותה.
- היקף לימודי ההכשרה וההסמכה יהיה בן 328 שעות לימוד אקדמיות, והם מורכבים משלושה שלבים מרכזיים:
- **לימודי מבוא ללוגותראפיה**, להכוננה בסיסית לגישה, תוך התמקדות על העשרה, על צמיחה אישית ועל חיזוק רוחני. זאת, במסגרת של סמסטר לימודים אחד בן 56 שעות לימוד אקדמיות.
 - **לימודי גרעין**, להעמקה ברעיונות ובעקרונות של הלוגותראפיה, מתוך ראייה הוליסטית מקיפה של ההווה האנושית הפועלת במציאות קיומה, ולהקניית מיומנויות שימוש יסודיות בשיטות ובכלים לוגותראפויטיים. לימודי הגרעין מורכבים משלוש יחידות לימוד סמסטריאליות בנות 56 שעות לימוד אקדמיות כל אחת:
 - (1) בריאות נפשית וניהול מצבי משבר.
 - (2) משמעות לנוכח סבל.
 - (3) חיים משמעותיים – יישומים ביום-יום.
 - **לימודים מתקדמים – פרקטיקום - הנחיה מודרכת והשלמות**, להתמחות מעשית בכלים הלוגותראפויטיים, הדרושים בטיפול ובייעוץ, בעבודה בתחומי החינוך, המינהל והמחקר הלוגותראפי, במסגרת מסלול הדרכה של 56 שעות לימוד אקדמיות, המותאם לתחומי העיסוקים ולצרכים של המשתתפים. (בפרוט יופיעו מספר נושאי לימוד יותר מפעם. זאת, בשל הצורך בהעמקה - במותאם לשלב הלימודים הרלוונטי).
- מערך הלימודים** בנוי משלבים משלימים, בהם מהווה שלב המבוא את שלב הלימודים הראשון. זהו הבסיס ללימודי הלוגותראפיה ותנאי להמשך הלימודים.
- שתי יחידות הלימוד הראשונות של שלב הלימוד המרכזי של לימודי הגרעין (1, 2), מהוות את התשתית עליה בנויים לימודי הלוגותראפיה והמכילה את היסודות עליהם נשענת הגישה.
- הלימודים ביחידת הלימוד השלישית של לימודי הגרעין – חיים משמעותיים – הם סיכום, הרחבה והעמקה של הנלמד ביחידות הלימוד הקודמות. השתתפות ביחידת לימוד זו, לכן, מותנית בהשלמת שתי היחידות הלימודיות הראשונות של לימודי הגרעין.
- הלימודים המתקדמים, המוצעים בשלב ההדרכה השלישי, שהינו שלב הפרקטיקום וההנחיה המודרכת, מותנים בהשלמת שני השלבים הקודמים (שלב לימודי המבוא ושלב לימודי הגרעין). לימודים אלה יתקיימו במסלול לימודי המותאם לכיוון התמחות של המשתתף.
- סדנות:** שתי סדנות לימודיות בנות 3 ימים כ"א (סה"כ 48 שעות לימוד אקדמיות), שתתקיימנה במהלך הלימודים. סדנה אחת בת 3 ימי לימוד תסכם את לימודי הגרעין, וסדנה נוספת בת 3 ימי לימודים תחתום את לימודי התעודה בסיום הלימודים המתקדמים.
- ההשתתפות בסדנות תחשב כחלק בלתי נפרד מלימודי ההסמכה ללוגותראפיה.
- למידה מרחוק:** לאלה המעוניינים בלימודים מרחוק, תינתן האפשרות ללמוד את שלב המבוא ואת שתי יחידות הלימוד הראשונות של לימודי הגרעין באמצעות האינטרנט.
- תוכנית לימוד זו ממרחק, תתקיים במסגרת שיתוף הפעולה שבין מכון עוצמות ומכון ויקטור פראנקל ללוגותראפיה באבילין, טקסס, ארה"ב, ו/או האוניברסיטה של דרום אפריקה (UNISA).
- שיטת ההוראה:** הלימודים הינם מכווני משתתף ויתבצעו באמצעות הרצאות, הנחיה והתנסות, באמצעות ייעוץ ומשימות אישיות וקבוצתיות.
- דרישות לימודיות:** במסגרת הלימודים, תידרש מהמשתתפים נוכחות של 80% לפחות בשיעורים, כמו גם השתתפות פעילה בתהליך הלימוד, מילוי משימות אישיות וקבוצתיות במהלך ובסיום כל שלב לימודי, קריאת ביבליוגרפיה רלוונטית, הגשת עבודות ועמידה במבחנים, בהתאם לענין.
- תעודות** יוענקו למשתתפים שעמדו בדרישות הלימודיות, בסיומה של כל יחידת לימוד.
- תלמידים אשר יסיימו את לימודי המבוא יהיו זכאים לתעודת "השתתפות בלוגותראפיה".
- המסיימים את שלושת יחידות לימודי הגרעין, יהיו זכאים לתעודת "שותף לוגותראפיה".
- למסיימים בהצלחה את רצף הלימודים השלם על כל שלושת השלבים תוענק תעודת "מוסמך בלוגותראפיה".
- התעודות יונפקו ע"י מכון עוצמות בשיתוף עם מכללת גורדון לחינוך (מרכז להכשרה והעשרת מורים הזכאי למתן תואר אקדמי בחינוך).
- התעודות מוכרות על-ידי מכון ויקטור פראנקל ללוגותראפיה, באבילין, טקסס, ארה"ב, בנשיאותו של פרופ' ד"ר רוברט ברנס (המאושר כספק לימודי המשך ע"י אגודת הפסיכולוגים האמריקאית, המועצה הלאומית של היועצים המוסמכים, העובדים הסוציאליים של המדינה, העובדים הסיעודיים ועוד), על-ידי מכון ויקטור פראנקל בווינה (שהוקם ע"י פרופ' ויקטור פראנקל), ואוניברסיטת דרום אפריקה (UNISA), המרכז לפסיכולוגיה שימושית.
- למורשי טיפול, שהינם בעלי תעודה מוסמכת של מטפל (כמו פסיכולוגים, פסיכיאטרים, רופאים, עובדים סוציאליים וסיעודיים, מטפלי משפחה, זוגיות, אמנות ויצירה, מרפאים בעיסוק, ליועצים מוסמכים וכיו"ב), המסיימים את לימודי ההסמכה ללוגותראפיה תוענק תעודת "מוסמך בלוגותראפיה - לוגותראפיסט".
- תעודת "מוסמך בלוגותראפיה" תאפשר לזכאי לה לעסוק בייעוץ פילוסופי במסגרת חופש העיסוק, גם אם תחום אחריותו המקצועית אינו כולל עבודה קלינית.
- היישום הקליני** של הטיפול הלוגותראפי יתאפשר לבעלי מקצוע מורשים בתחומי הרפואה, בריאות הנפש, עבודה סוציאלית והמקצועות הטיפולים, שתחום אחריותם המקצועית העיקרית כוללת עבודה קלינית עם מטופלים.
- הלימודים יתקיימו** במהלך שנת הלימודים האקדמית הקרובה, במסגרת מיפגשים בני 4 שעות לימוד אקדמיות, אחת לשבוע, בין השעות 15:00 עד 18:15.



תרשים מערך לימודי ההכשרה וההסמכה ללוגותרפיה



הצוות האקדמי והמורים

הצוות האקדמי והמורים בתוכנית הלימוד הינם בעלי ידע ונסיון רב, הבאים מתחום מדעי ההתנהגות, החברה והרוח, אשר התמחו בלוגותרפיה והמהווים את הצוות המוביל בתוכנית לימוד זו.

פרופ' דוד גוטמן, העומד בראש הצוות האקדמי ויועץ לו, שימש כראש בית-הספר לעבודה סוציאלית באוניברסיטת חיפה והיה תלמיד וידיד אישי לפרופ' ויקטור פראנקל ולמשפחתו.

ד"ר טריה שנטאל, משמשת כחברה בכירה בצוות האקדמי וההוראה המוביל. תלמידה של פרופ' ויקטור פראנקל, מוסמכת ללוגותרפיה ומובילת לימודי לוגותרפיה במרכז לפסיכולוגיה שימושית באוניברסיטת דרום אפריקה (UNISA).

מר גדעון מילול, מייסדו ומנהלו של מכון עוצמות, בונה, מנהל ומפעיל תוכנית ומערך הלימודים, ועומד בראשה. בעל תואר M.A. במדעי החינוך, מנחה מוסמך, ותיק ומנוסה, מוסמך בלוגותרפיה, שהתמחה בפסיכולוגיה אינדיוידואלית ובהדרכה אירגונית, תחומים בהם עסק במהלך שנות עבודה רבות.

גב' יהודית מילול, חברה בכירה בצוות המוביל, מנחת קבוצות מוסמכת ותיקה ומנוסה, יועצת חינוכית מוסמכת ומורשית, מוסמכת בלוגותרפיה, שהתמחתה בפסיכולוגיה אינדיוידואלית, בהנחת הורים, ביעוץ זוגי ובחינוך מיוחד, תחומים בהם עסקה במרוצת שנות עבודה מרובות. שימשה שנים רבות כמנהלת בית ספר לחינוך מיוחד לילדים פגועי מוחין.

גב' חיה הרוויץ, בעלת תואר M.A. במדעי החינוך ובפילוסופיה, יועצת פרישה, תעסוקה ופנאי, מוסמכת בלוגותרפיה שהתמחתה בתחום. היתה תלמידה ויועצת קרובה לד"ר מיניון אייזנברג ז"ל, שהיתה תלמידה וידידה אישית לפרופ' ויקטור פראנקל.

גב' זווי לובנהיים, מוסמכת לחינוך (M.A.), שהתמחתה בעבודה רבת שנים עם ילדים בחינוך המיוחד ובבתי החולים, מטפלת ומרפאה מוסמכת ומורשית ותיקה ביצירה ואמנות, תלמידה של ד"ר אליזבט לוקאס, מוסמכת בלוגותרפיה.

ד"ר זידה קימור, בעלת תואר PhD בפילוסופיה, עוסקת במחקר בחינוך. בעלת תואר M.A. במדע הדתות ובפילוסופיה ובעלת הכשרה בתראפיה בתנועה. עוסקת בחקירת המימד הרוחני שבאדם, תוך שילוב הלוגותרפיה והלוגופילוסופיה.

ד"ר נורברטו פורטוגיז, רופא, התמחה בפסיכולוגיה רפואית, בעל הסמכה והתמחות בלוגותרפיה.

גב' רותי רונן, בעלת תואר M.A. בעבודה סוציאלית קלינית מאוניברסיטת חיפה, בוגרת הכשרה בפסיכותרפיה אקזיסטנציאלית ולוגותרפיה במכון GLE בוינה, בראשותו של ד"ר אלפריד לנגלה (אשר עבד יחד עם פרופ' ויקטור פרנקל שנים רבות), עבדה שנים רבות כעובדת שיקום עם משפחות שכולות במשרד הבטחון, עוסקת בפסיכותרפיה בקליניקה עצמאית.

מר יוסי רודן, בוגר תיאטרון, בעל הסמכה והתמחות בלוגותרפיה. מנחה קבוצות בפסיכודרמה ולוגותרפיה.

הסדנות, במסגרת תוכנית הלימודים, ייערכו על-ידי מדריכים מוסמכים מהארץ ומחו"ל, בתאום עם מכון ויקטור פראנקל ללוגותרפיה בארה"ב, מכון ויקטור פראנקל בוינה והמרכז לפסיכולוגיה שימושית של UNISA בדרום אפריקה.

תוכנית הלימוד יצאה לדרך במסגרת "המרכז הארצי ללימודי הסמכה והכשרה ללוגותרפיה" המופעל על-ידי מכון עוצמות, שהוכר בוינה להיות המרכז ע"ש ויקטור פראנקל ללוגותרפיה בישראל, בשילוב עם מסגרות אקדמיות ואחרות בישראל.



שלב ראשון - לימודי מבוא (56 שעות לימוד)

דרישות מוקדמות

בעלי הכשרה בתחומי העיסוק והטיפול באדם (כמו, מדעי ההתנהגות, החינוך, החברה והרפואה).

מטרות

- מיפגש עם הגישה האקזיסטנציאליסטית של ויקטור פראנקל - הלוגותראפיה - והצורך הבסיסי של האדם למצוא משמעות.
- הכרת הרעיונות המרכזיים של הלוגותראפיה והתוודעות לכלים הלוגותראפיים העיקריים.
- לעמוד על מקומה והשתלבותה של הלוגותראפיה בתהליכים הקשורים בסיוע ובטיפול האנושי.
- להעשיר את "ארגז הכלים" ההתנהגותי האישי של כל משתתף.
- לכוון את המשתתף לקראת צמיחה אישית וחיזוק כוחותיו האישיים - למענו ולמען זולתו.

נושאי הלימוד

- הלוגותראפיה כגישת חיים מקיפה, משלבת ובונה (מהי לוגותראפיה; במה עוסקת הלוגותראפיה; התפתחות הלוגותראפיה והלוגופילוסופיה).
- מקומה של הלוגותראפיה במקצועות הייעוץ, החינוך והטיפול (הקשר של הלוגותראפיה עם אקזיסטנציאליזם והומניזם; אחריות האדם על חייו; שלושת הזרמים בפסיכולוגיה הוינאית - פרויד ויונג, אדלר ודרייקורס, פראנקל ותלמידיו).
- ייעוץ פילוסופי (דיון בתפיסת החיים האישית; השימוש בפילוסופיה לפתרון בעיות היומיום).
- השאיפה למשמעות כצורך מרכזי לאדם.
- החיים בעולם המשתנה (תאוצת התמורות; לקראת גלובליזציה והריאקציות הנילוות - התנגשות הציוויליזציות).
- "ריק קיומי" בעידן המודרני (החיפוש אחר "האושר"; מאפייני הריק הקיומי; תיסכול קיומי - הכל לשוא, הכל חסר תוחלת, הכל ארעי וחסר משמעות; סינדרום הריק הקיומי).
- המשולש הטראגי כחלק מהווית החיים.
- שימוש בשלושת האינטליגנציות האנושיות המרכזיות כבסיס להעצמה אישית (שלושת האינטליגנציות המרכזיות - שיכלית - I.Q. - תורנדייק, גילפורד, קובינגטון ואחרים, ריגשית - E.Q. - גולמן, ורוחנית - S.Q. - זוהר ומרשל).
- המימד הרוחני באדם השלם (המימד הנואטי שבאדם; תכונות הרוח האנושית).
- ערכים ומשמעויות.
- הדרכים למציאת משמעות (סוגי המשמעות; הדרכים למציאת משמעות - פראנקל ופאברי; מטרות בחיים).
- הקיום של אלטרנטיבות וחלופות (מערך הסובייקטיביות; "הכל יכול להיות גם אחרת; שינוי פרוש והתייחסות).
- אהבה כתראפיה רב-תכליתית (לוגותראפיה כתיראפית אהבה; סוגי האהבה; מאפייני האהבה).
- משמעות במעגלי החיים (היבטי מציאת משמעות במשימות ומעגלי החיים - עיסוק, יחסים חברתיים, יחסי קירבה, הורות, פנאי ורוחני; השלכות על ערך עצמי).
- תחומי יישום - הכלים הלוגותראפיים המרכזיים בהתמודדות עם מצבי חיים (הסחה, התכוונות פראדוקסאלית ודיאלוג סוקראטי).
- מקומה של הלוגותראפיה בחיי היום-יום.
- סיכום שהוא התחלה.

קריאה נדרשת

The Quest for Destiny - Teria Shantall
Avenues of Meaning - Petty Havenga-Coetzer
מאמרים נבחרים מתוך:
The International Forum for Logotherapy

אדם מחפש משמעות - ויקטור פראנקל
המשמעות של חייך - ג'וזף פאברי
חיים משמעותיים - אליזבת לוקאס
לוגותראפיה למטפל - דוד גוטמן

קריאה נוספת בעברית ובאנגלית תוצע לתלמידים במהלך לימודיהם.



שלב שני - לימודי גרעין

1. בריאות נפשית וניהול מצבי משבר (56 שעות לימוד)

דרישות מוקדמות

סיום לימודי המבוא

מטרות

- הדגשת אופטימיות העתיד והתפיסה החיובית, המקיפה וההוליסטית בלוגותראפיה.
- התמקדות ב"יש" ובחיובי כדרך חיים המאפשרת לאדם קבלת החלטות ונטילת אחריות לחייו.
- לעמוד על אפשרויות הסיוע הלוגותראפי בחיזוק הכוחות האישיים ובמניעת משבר.
- לפעול לחיזוק כושר ההתמודדות עם מצבי קושי ומשבר.
- פיתוח בניית משמעות כבסיס לבריאות נפשית וצמיחה אישית.
- העשרת היכולת לאתר אלטרנטיבות וליצור חלופות למול קשיים.
- שימוש בשיטות ובכלים לוגותראפיים.

נושאי הלימוד

- הקשר בין לוגותראפיה ובריאות הנפש (בריאות נפשית ולוגותראפיה - עשיה, נקיטת עמדה, שינוי יחס, התנסות, התעלות עצמית, הינתקות עצמית, חופש, אחריות, ערכים).
- בריאות נפשית - תכונות ומאפיינים (תכונות המצביעות על בריאות נפשית - תיאודור קוצ'ן; חווית הצמיחה הסימלית - S.G.E. - Symbolic Growth Experience - פריק; וולטר - מבחן S.O.N.G., Seeking of Noetic Goals, test; החלום כמקור כוח; למידה מילדים - וולטר).
- יחסי סומאטי-פסיכי-נואטי (גופני-נפשי-רוחני) במסגרת בריאות נפשית ולוגותראפיה (אונטולוגיה מימדית).
- החיים אל מול תופעות סינדרום הריק הקיומי (ההתמודדות עם סינדרום הריק הקיומי).
- הומאוסטאסיס ונואודינמיקה כבסיסי התייחסות להתמקדות עצמית, או להתעלות עצמית.
- משאבי המימד הרוחני של האדם - "ארגז התרופות" הלוגותראפי.
- ערכים, משמעויות ומצפון - הבסיס לכוח נפשי (סוגי ערכים - אנושיים (ידידות, חרות, כבוד הדדי), מוסריים (אחריות, יושר, נאמנות), אישיים (כושר גופני, יכולת כתיבה, מכונית, מקום מגורים, מפלגה טובה), מיון ואישור ערכים - Affirming your values, מצפון וערכים - פאברי).
- השאיפה למשמעות והדרכים להגשמתה (מימוש הדרכים והשבילים למציאת משמעות - עפ"י פרנקל ופאברי).
- יצירת אלטרנטיבות ובניית חלופות (השימוש במערך הסובייקטיביות לשינוי התייחסות והרחבת האפשרויות; איתור אלטרנטיבות, שינוי פרוש).
- הכוח שבסובייקטיביות כבסיס לחברה בריאה ולדמוקרטיה.
- משמעות החופש (חופש מתוך אחריות; חופש מ... וחופש ל...; חופש ביטוי ובחירה).
- נהר החיים (נהר החיים האישי; שעון החול של העשייה; משימות מעגלי החיים; עריכת סיפור חיים; סקירת חיים).
- ההתמודדות עם מרכיבי המשולש הטראגי (פוטנציאל המשמעות בכל מצב; "האופטימיות הטראגית").
- הדיאלוג הסוקראטי ככלי לוגותראפי ייחודי לפיתוח המשמעות.
- התמודדות בהסתגרות עצמית, היסטריה, פוביה, פחדים בלתי רציונליים וכפייתיות אובססיבית (הסחה - ככלי הישרדות; השימוש בהתכוונות פרדוקסאלית - לצחוק מהפחד; ההומור ככלי טיפולי; המרת ציפיות שליליות וחרדה בתקווה; הדרך להתעלות עצמית).
- אימון הרצון - הרפיה ויצירת מודעות, חיזוק הרצון (אמיל קואה - אוטווגסטיה).
- כוחה של חשיבה חיובית בתחומי המשמעות.
- הסיוע הלוגותראפי בתחומי המימד הרוחני (בהתווית הדרך אל הרוח האנושית; בבניית מודעות מתוך אחריות; ביצירת כלי התמודדות רוחניים; בטיפול בנוירוזה כצורה ולא כתוכן; בבניית מתח חיובי; ביצירת "התמכרות חיובית" - ויליאם גלסר).
- הנזירות על-פי ויקטור פראנקל ואופן ההתייחסות אליהן (מיון הנזירות על-פי פראנקל; הקשר בין הגופני הנפשי והרוחני; מקורות הנזירות; הביטוי הסימפטומאטי של הנזירות; מקומו של הרופא בטיפול; זוית הראיה הנואטית לבעיה הנזירותית; נזירות איאטרוגנית; החשיבות שבמציאת פשר; הדגשת הבריא שבאדם).
- כלים לוגותראפיים שימושיים נוספים (הכנת רשימות ושאלונים: תכלית בחיים - P.I.L. Purpose in Life - קורמבאך ומאהוליק; P.L.I.P. - Putting Life In Perspective - קורי; Logotest - לוקאס; Logo-chart - קאטאמי; Life Review - סקירת חיים ו-Life History - תולדות חיים; שיחות וראיונות, לוגודרמה, רשימה שמחה, רשימה אלטרנטיבית).
- סיכום.

קריאה נדרשת

השאיפה למשמעות - ויקטור פראנקל
רפואה פסיכוסומטית הומניסטית - הירושי תקשימה

הרופא והנפש - ויקטור פראנקל, או באנגלית *The Doctor and the Soul* - Viktor Frankl

Everything to Gain: A guide to Self Fulfillment through Logoanalysis - James Crumbaugh

Viktor Frankl's Logotherapy - Ann Grader

Logotherapy Textbook - Elisabeth Lukas

How to Find Meaning in Our Daily Life - Man's search for Authentic Self - Manoochehr Khatami

The International Forum for Logotherapy : מאמרים נבחרים מתוך

קריאה נוספת בעברית ובאנגלית תוצע לתלמידים במהלך לימודיהם.



2. משמעות לנוכח הסבל (56 שעות לימוד)

דרישות מוקדמות
סיום לימודי המבוא

מטרות

- התייחסות ללוגותראפיה כאל פסיכולוגיה של עזרה ראשונה.
- שינוי הגישה כלפי סבל ומצוקה.
- ראיית המשמעות למרות הסבל.
- שיפור יכולת ההתמודדות עם סבל, מצוקות וכאב.
- עיצוב יכולת נקיטת עמדה כלפי חלופיות החיים ומוות.

נושאי הלימוד

- ההתייחסות לאובדנים בלתי נמנעים.
- הסבל ושאלת המשמעות (פראנקל, איגר, רחמים כהן-מלמד).
- המשולש הטראגי כמנוף לשינוי עמדות (נהר ההזדמנויות והאתגרים למציאת משמעות).
- חלופיות ומוות (התמודדות במוות - "למות צעיר, מאוחר ככל שאפשר"; לחיות עם המוות; המוות חשוב לחיים - אליזבט קובלר רוס).
- התמודדות עם משבר ומציאות בלתי רצויה (משבר - שלבי התמודדות והיחלצות - מרי; אובדן ושכול; הדרכים להתמודדות עם מציאות בלתי רצויה - בר-אב).
- תיבת האוצר של העבר (גיוס כוחות ומשאבים אישיים מנהר החיים האישי; בניית העתיד מעוצמות העבר; שעון החול של העשייה; תולדות חיים; מפת חיים).
- אידיאלים ורעיונות - פעולה למען העתיד (סולם ערכים וניגודי ערכים; הרחבת בסיס הערכים - קראטוצ'ויל; תכנון העתיד; שאיפות וחלומות כמפתח לעתיד; גילוי עצמי; גילוי משמעויות אינדיווידואליות; קביעת מטרות ויעדים; מימוש אידיאלים ורעיונות; מציאת דרכים להגשמת הפוטנציאל).
- שימוש באהבה בחיי היום-יום (קרומבאך, בוסקאליה, מורי פשר).
- פרישה ופרישה מוקדמת, הנוירוזה של אבטלה.
- הסתגלות מחדש לחיים לאחר משבר (התחדשות וצמיחה לאחר "נפילה"; מדידת הסתגלות מחדש לחיים - S.R.R. - Social Readjustment Rating - הולם; ניהול יומן הדברים החיוביים של היום-יום; איתור איכויות הרוחה - Qualities of the super well).
- ניהול מצבי לחץ ושחיקה (פראנקל, לוקאס, לנגלה, גירדאנו ואורלי, קופולוב, מאסלאך, גלאסר, פאפאדאטו).
- סקירת חיים ככלי לחיזוק אישי (השימוש בסקירת חיים ובראיון - כולל התנסות אישית).

קריאה נדרשת

הזעקה הבלתי נשמעת למשמעות - ויקטור פראנקל
משמעות הסבל - אליזבת לוקאס
לחיות עם המוות - אליזבט קובלר-רוס
למה דווקא אני? - התמודדות עם צער, אובדן ושינוי - פסח קראוס
ימי שלישי עם מורי - מיץ' אלבום
ובחרת בחיים - רחמים כהן-מלמד

Psychotherapy and Existentialism - Viktor Frankl

Life's Meaning in the Face of Suffering - Teria Shantall

Is There Anything I Can Do? Helping a Friend When Times Are Tough - Sol Gordon

מאמרים נבחרים מתוך: *The International Forum for Logotherapy*

קריאה נוספת בעברית ובאנגלית תוצע לתלמידים במהלך לימודיהם.



3. חיים משמעותיים – יישומים בחיי היום-יום (56 שעות לימוד)

דרישות מוקדמות

סיום לימודי המבוא והשלמת שתי היחידות הראשונות של לימודי הגרעין.

מטרות

- הקניית חשיבות היבטי העמדה וההתייחסות האישית בלוגותרפיה והשלכותיהם על מתן עזרה ועידוד במצבי סבל בלתי נמנע, אשמה ומוות.
- התמקדות בחינוך לאחריות בכל שלבי החיים, כצורך קיומי.
- יצירת יכולת הענות לאתגרי החיים.
- מציאת משמעות בחיים - שימושים מעשיים בחיי היום-יום, תוך שילוב לוגותרפיה בתחומי החיים הפעילים והרחבת האופק היישומי של מציאת משמעות למיגוון מצבי חיים משתנים.
- טיפוח היכולת למציאת פתרונות אופרטיביים לבעיות קיומיות יומיומיות, במגמה לשפר את איכויות החיים האישיים והחברתיים.

נושאי הלימוד

- האל הבלתי מודע - לוגותרפיה ודת (דת ומשמעות; עקרונות לוגותרפויטים בדת - אמפתיה, אהבה, אמונה, מודעות למוות, חמלה, תקווה, ערכים, אחריות, בחירה, התעלות עצמית).
- לוגופילוסופיה - כתיב קונקרטי ומעשי המוביל לקראת חינוך ושינוי עמדות (פילוסופיה וחינוך אריסטו, סוקרטס וממשיכיהם, האסכולה האקזיסטנציאליסטית והשלכותיה החינוכיות; חשיבות החינוך בהכשרה לחיי משמעות ולהדגשת המשמעויות שבערכים - למידה קוגניטיבית כהארה למשמעות; החופש ללמוד - רוג'רס; המעשה החינוכי - בובר; חינוך לערכים - קליינברגר; חינוך למציאת משמעות; המעלות החשובות אצל היוונים והשלכותיהן העכשוויות: חכמה - היכולת לראות את השונה, העלאת ספק, פתיחות וסובלנות; צדק - אהבת הזולת; אומץ - דבקות באמונה האישית, מוכנות לנזק-קונפורמיזם; מתינות - שליטה על דחפים, הבעת דעה, אסרטיביות).
- חינוך למניעת ריק קיומי (אלימות, סמים, דיכאון ומשמעות).
- חינוך לדמוקרטיה ומשמעות (קבלת זולת וקבלה עצמית; החיים עם השונה והאחר; עקרונות דמוקרטיים בדרכים למציאת משמעות; סיפורי ילדים - יער החיים; כשהחיים מכאיבים - סול גורדון).
- חינוך לוגותרפיה בתחומי העיסוק המקצועי (חינוך, רפואה, עבודה סוציאלית, עריכת דין ומקצועות הסיוע).
- הדיאלוג הסוקראטי כמודל למידה ועבודה ("סוס העבודה" של הלוגותרפיה - גוטמן; שאלון וילסון).
- למידה בשלבי חיים שונים (למידה מותנית, למידה תפיסתית, למידה הכרתית - קוגניטיבית, למידת התנסות, למידה חוויתית; זכרון).
- תפיסת עולם וסיגנונות חיים (התהוות סיגנון חיים; טיפולוגיה של סיגנונות חיים; ארבע ההעדפות).
- מציאת משמעות במעגלי החיים (מעגלי חיים ומשימות חיים; ההשלכות על תחושת הערך והדימוי העצמי; דינמיקת מעגלי/משימות החיים; האחריות האישית בבניית מעגלי/משימות חיים).
- הסתגלות לשינויים (שינויים בהתפתחות האנושית; עידן המהפכות ותאוצת התמורות - מהפכת המדע והתקשורת, מהפכת הרווחה - Wellness revolution; במסלול הגלובליזציה והריאקציה - גידנס, הנטינגטון, קלדור; מעגלי השינוי וערך עצמי; התמודדות עם "הלם העתיד" ו"מהפך העוצמה" - טופלר; המודדות עם שינויים: מציאת משמעות בהתמודדות עם מעגלי השינוי).
- קיום משולב בחברה רב-תרבותית באמצעות משמעות (מרכיבי תרבות ומונחי קיטוב - אתנוצנטריזם, תיאוקרטיזם וגזענות; המהלך הבין-תרבותי; שלבי ההסתגלות הבין-תרבותית; נהר הכבוד; הגשר להסתגלות; שלבי הצמיחה הרב-תרבותית; הקישורים למשמעות).
- פתרון קונפליקטים בין-אנושיים באמצעות מציאת משמעות (המודל לפתרון קונפליקטים מוכוון משמעות).
- פיתוח חשיבה קונסטרוקטיבית ושילוב מוחי כמוביל למציאת משמעות (שימוש בהמיספרות המוחיות; מוח אחד ופתיחת חסימות; שימוש בשלושת האינטליגנציות האנושיות המרכזיות; פיתוח חשיבה רב-כיוונית; כובעי חשיבה - דה-בונו, מפות חשיבה - בוזן; שאלות יסוד; טיפוח חשיבה חיובית, שתילת ציפיות והגשמת "נבואות").
- ניהול כשולן (התמודדות עם אי-הצלחות; האומץ להיות בלתי מושלם).
- דמיון מודרך (הפעלת הדמיון; חיזוק המשאבים הרוחניים; פיתוח מודעות; בניית ערך עצמי).
- הזדקנות איכותית באמצעות משמעות (מיהו זקן? אגדה ומציאות; הזקן בתרבויות השונות; גילאי האדם; לגדול צעיר, שמירה על התכונות הילדותיות - אשלי מונטגיו; ללמוד מילדים - וולטר; תרומת הזקנים; חיים משמעותיים בזיקנה - תכנון העתיד ובניית מטרות; שימור יכולות ומשמעות - בריאות, פעילות גופנית ושיכלית, תזונה גופנית ומוחית, פיתוח התעניינות, מעורבות; הדרכים למציאת משמעות בזיקנה).
- חיזוק הקשרים הבין-דוריים (יחסי הורים, ילדים ונכדים; גישור על הבדלי ערכים והשקפות; צימצום חילוקי דעות ואי-הבנות; התערבות ומעורבות; יחסי תלות וטיפול; קבלת הזולת; מרכיבי משמעות בקשר הבין-דורי).
- מקורבן החיים לקברניט החיים.

סדנה לימודית של 3 ימים מרוכזים (עם מדריכים מהארץ ומחו"ל) תחתום את לימודי הגרעין ותהווה להם סיכום.

קריאה נדרשת

האל הלא-מודע - ויקטור פראנקל
ציוני דרך למשמעות - ג'וזף פאברי
החיים כנהר – ניצה אייל
המוות חשוב לחיים - אליזבת קובלר-רוס
אינטליגנציה רוחנית – דנה זוהר ואיאן מרשל
חופש ללמוד - קארל רוג'רס
תקוה לשעה זו - מרטין בובר

Psychotherapy with Dignity - Elisabeth Lukas

מאמרים נבחרים מתוך: *The International Forum for Logotherapy*

קריאה נוספת בעברית ובאנגלית תוצע לתלמידים במהלך לימודיהם.



שלב שלישי - לימודים מתקדמים - פרקטיקום

שלב זה של הכשרה מעשית של יישום הלוגותראפיה, שהינו האחרון בתהליך ההכשרה הלוגותראפית, כולל 56 שעות לימוד המתבצעים בשני מסלולים נפרדים, בהתאם לתחומי התמחותם של הלומדים:

- במסלול לימודי המיועד לאנשי מקצוע מוסמכים בתחום הטיפולי (מסלול א').
- במסלול לימודי המיועד לעוסקים בתחומי הקשר עם אנשים (מסלול ב').

לימודי שלב זה כוללים שלושה מיקטעים:

- (1) מערך לימודי של כ- 10 שעות לימוד, המשותפות לשני המסלולים, שעניינן הוא ההיבט האתי והאופרטיבי בעבודת הלוגותראפיסט.
- (2) 46 שעות ייעוץ, הנחיה והדרכה אישית וקבוצתית ביישום המעשי של החומר הלימודי, בכל אחד ממסלולי הלימודים.
- (3) סדנה לימודית של 3 ימים מרוכזים בכל אחד ממסלולי הלימודים (המועברת על-ידי מדריכים מהארץ ומחו"ל), שעניינה בשימושים היומיומיים של הלוגותראפיה במעגלי החיים השונים, אשר תחתום את הלימודים המתקדמים ואת לימודי ההכשרה לתעודה.

מאחר והלימודים בכל מסלול מותאמים למיגוון הצרכים של המשתתפים, עשוי סיגנון ההדרכה להשתנות בקבוצות השונות.

עבודת גמר או מחקר

כסיום ללימודי הלוגותראפיה יידרש כל תלמיד להגיש עבודת גמר אישית מקיפה, או עבודת מחקר המתייחסת לנושא "לוגותראפיה ואני", אשר תאיר את ההיבטים האישיים הקשורים ללוגותראפיה במימד התוך-אישי, הבין-אישי, והבין-קישורי. העבודה מיועדת להציג את מידת הפנמת הלוגותראפיה אצל התלמיד ותוכניותו העתידיות לגביה.

דרישות מוקדמות

סיום לימודי המבוא והגרעין.

מטרות

- לזהות את מיגבלות היכולת הייעוצית ולשכלל את איכות מתן הסיוע.
- הכשרת המשתתפים לעבודה עם יחידים וקבוצות.
- שילוב טכניקות הלוגותראפיה בתחום התמחותו של הלומד.

אופן הלימוד

- תצפית והערכה.
- ניתוח הקלטות שהופקו על-ידי הלומד במהלך ההכשרה.
- הצגת טכניקות על-ידי הלומד והמנחה.
- ניתוח אירועים, שהוכנו על-ידי הלומדים.
- סקירת תכניות אישיות לטיפול, לחינוך ולמצבי עבודה וחיים.
- ביצוע משימות אישיות וקבוצתיות.

שיטת ההדרכה

ההדרכה בנויה על ייעוץ אישי וקבוצתי, התנסות מעשית (פרקטיקום) ופיקוח (סופרוויזיון), בהתאמה לתחומי ההתמחות של הלומדים.



הדרכה מתקדמת – מסלול א' (56 שעות לימוד)

מסלול לימודי זה מיועד לרוצים לממש את היישום הקליני של הטיפול הלוגותראפי ואשר תחומי האחריות המקצועית העיקרית שלהם כוללות את העבודה הקלינית. מסלול זה, לפיכך, מתאים לאנשי מקצוע המוסמכים בתחומי הרפואה, הפסיכולוגיה, הפסיכותראפיה, החינוך המיוחד, עבודה סוציאלית והרבנות. הוא מתאים גם למוסמכים בתחומי הסיעוד, הטיפול והשיקום, ליועצים מוסמכים, מטפלי זוגיות ומשפחה, כמו גם לבוגרי תואר הלומדים לתואר מתקדם בשלבי התמחותם האחרונים.

דרישות מוקדמות

סיום לימודי המבוא והגרעין.

מערך ההדרכה

- התייחסות להיבט האתי והאופרטיבי בעבודה הלוגותראפית (10 ש')
- ייעוץ אישי וקבוצתי ביישום המעשי (30 ש')
- פיקוח והנחיה (ספרוויזיון) (16 ש')

נושאים ונהלים

- קיום לדמותו של הלוגותראפיסט (הלוגותראפיסט כמדריך להשגת משימות הלוגותראפיה; ענווה אישית; הכרת קרקע המציאות; תפיסת האדם הרוחנית; יכולת ראייה כוללת ומקיפה; תשומת-לב לאבחנה בין הגופני לרוחני; אמונה ב"אני מאמין" הלוגותראפי החיובי ובכוחות הבריאים של האדם; רגישות למטופל; היכולת שלא "לחפש" סיבות; לחזק את המטופל ולא לחשוש מביקורתיות; אופטימיות מול פסימיות; יכולת לחקור סיבות ועם זאת להתעלם מנסיבות שלא ניתן לשנותן; קיומה של היררכיית ערכים אישית; יכולת קבלת הזולת גם ללא הסכמה; יכולת נקיטת עמדה והבעת דעה השונה מזו של המטופל; אמונה בטוב, בחיובי וביפה; קיומה של משמעות).
- קיום מנחים ללוגותראפיסט (תפקידי הלוגותראפיסט - הרחבת קשת המידע להבנת המקרה, קבלת המציאות, הקשבה למטופל, שמירה על קצב ההתקדמות של המטופל, נקיטת זהירות בדיאגנוזה ובפרוגנוזה; אופטימיות בראיית האדם והפוטנציאל שלו; קיום מודעות לחשיבות המתח הנואו-דינמי - המתח שבין משמעות שיש לאדם לבין הצורך שלו לבצע אותה; ערנות לקיומה של האינטרווגניה; מתן מענה לשאלות שהועלו; שימור ביקורתיות זהירה אל מול סימפטומים הנראים תקפים; איתור הרהורי היתר של המטופל; מתן תקווה לשיפור המצב; העמדת אתגר להגשמת הפוטנציאל הרוחני; העלאת מודעות ובניית תקווה; החשיבות בהצביע על אפשרויות של משמעות ואפשרויות להגשמת ערכים).
- שלבים במהלך הסיוע הלוגותראפי (שלב ראשון - הראייה הכוללת והמקיפה - עזרה בשינוי התייחסות; עזרה בקבלת החלטות; מודעות לקיומן של אלטרנטיבות; איתור אלטרנטיבות; איתור האלטרנטיבה המשמעותית ביותר לאדם במצב הקיים; בחירה; בדיקת השפעות והשלכות הבחירה; נקיטת עמדה והחלטה; השלב הדיאגנוסטי - מניעת אינטרווגניה, טיפול בהרהורי היתר של המטופל בסימפטומים שלו; שימוש בדיאגנוסטיקה אלטרנטיבית - עפ"י לוקאס ואחרים - שילוב של שאלות על הסימפטומים יחד עם שאלות על תוכן החיים, פעילויות, ידידים וכו'; השלב התראפיוטי - שימוש בכלים לוגותראפויטים; בשלב סיום הטיפול - יצירת קשר עם העתיד - המשמעות הסופית - אליה מתחברים כל משמעותיות הרגע, הבטחת שיווי משקל בין הישגים לבין מטרה באמצעות אוריינטציה למשמעות ומערכת ערכים מגוונת, החשיבות שביצירת מערכת ערכים משמעותיים אופקית במקביל למערכת הערכים הפירמידלית - קראטוצ'וויל; צעדים בטיפול הלוגותראפי - התרחקות מהסימפטום, שינוי יחס ויצירת התייחסות חדשה; דיאלוג, או דו-שיח סוקראטי, כדרך לטיפול נוח יותר בסימפטומים ולאוריינטציה לקראת משמעות).
- התנסות בעבודת הסיוע הלוגותראפי ובשימוש היישומי של הכלים הלוגותראפיים המתאימים.
- ניתוח מקרים ואירועים.
- בניית מערך עבודת שדה (קביעת מטרות ויעדים; תכנון מסגרת זמן וקביעת קצב של מיפגש; חומר לימודי ואמצעי הוראה דרושים; תקשורת בין-אישית – מילולית ובלתי מילולית, שפת גוף; תיעוד; אתיקה; הלוגותראפיה במסגרת דיסיפלינות אחרות).
- דרכי מעקב והערכה.
- הגשת עבודת סיכום/גמר אשר תבטא את הגשמת הלוגותראפיה.

אופן הפיקוח (ספרוויזיון)

הנחיה ודיון, תצפית, משוב למיפגשים, ניתוח מיפגשים מוקלטים, הדגמות, סקירת ניתוח אירועים.

קריאה נדרשת נוספת

אתיקה למקצועות טיפוליים – דוד גוטמן

Legal Responsibility of Logotherapy - Robin Goodenough

The Ideal Logotherapist – three contradictions - Elisabeth Lukas

Logotherapy's Consideration of Morality and Values - Dorothy Barnes

תתכן קריאה נוספת בעברית ובאנגלית, שתוצע לתלמידים במהלך מסלול לימודי זה.



הדרכה מתקדמת – מסלול ב' (56 שעות לימוד)

מסלול לימודי זה מיועד לאלה שתחומי האחריות המקצועית העיקרית שלהם אינה כוללת את העבודה הקלינית והרוצים לממש את תחום התמחותם בלוגותרפיה. זה מאפשר, לאלה המבקשים זאת, לקיים יעוץ לוגותרפוי ופילוסופי במסגרת חופש העיסוק. לבצע מחקר לוגותרפוי, להעביר את הידע הנרכש שלהם לאחרים ולהגיש סיוע לזקוקים לכך. מסלול זה מתאים לאנשי מקצוע העוסקים בתחומי הקשר עם אנשים כגון, חינוך, תקשורת, כלכלה, שיווק, חשבונות וכספים. כמו כן, גם לעובדים במשרות מינהליות וניהוליות, לעורכי דין ומשפטנים, ליועצים וכן לסטודנטים הלומדים לתואר, הנמצאים בסיום שלבי התמחותם. מסלול זה מתאים גם לאלה שתחום אחריותם המרכזית כוללת את העבודה הקלינית, כמפורט במסלול א', אשר מסתפקים בהתמחות בלוגותרפיה.

דרישות מוקדמות

סיום לימודי המבוא והגרעין.

מעריך ההדרכה

- התייחסות להיבט האתי והאופרטיבי בעבודה הלוגותרפית (10 ש')
- התנסות מעשית (פרקטיקום) (30 ש')
- פיקוח והנחיה (סופרוויזיון) (16 ש')

נושאים ונהלים

- קיום לדמותו של הלוגותרפיסט (הלוגותרפיסט כמדריך להשגת משימות הלוגותרפיה; ענווה אישית; הכרת קרקע המציאות; תפיסת האדם הרוחנית; יכולת ראייה כוללת ומקיפה; תשומת-לב לאבחנה בין הגופני לרוחני; אמונה ב"אני מאמין" הלוגותרפוי החיובי ובכוחות הבריאים של האדם; רגישות למטופל; היכולת שלא "לחפש" סיבות; לחזק את המטופל ולא לחשוש מביקורתיות; אופטימיות מול פסימיות; יכולת לחקור סיבות ועם זאת להתעלם מנסיבות שלא ניתן לשנותן; קיומה של היררכיית ערכים אישית; יכולת קבלת הזולת גם ללא הסכמה; יכולת נקיטת עמדה והבעת דעה השונה מזו של המטופל; אמונה בטוב, בחיובי וביפה; קיומה של משמעות).
- קיום מנחים ללוגותרפיסט (תפקידי הלוגותרפיסט - הרחבת קשת המידע להבנת המקרה, קבלת המציאות, הקשבה למטופל, שמירה על קצב ההתקדמות של המטופל, נקיטת זהירות בדיאגנוזה ובפרוגנוזה; אופטימיות בראיית האדם והפוטנציאל שבו; קיום מודעות לחשיבות המתח הנואו-דינמי - המתח שבין משמעות שיש לאדם לבין הצורך שלו לבצע אותה; ערנות לקיומה של האינטרווגניה; מתן מענה לשאלות שהועלו; שימור ביקורתיות זהירה אל מול סימפטומים הנראים תקפים; איתור הרחוקי היתר של המטופל; מתן תקווה לשיפור המצב; העמדת אתגר להגשמת הפוטנציאל הרוחני; העלאת מודעות ובניית תקווה; החשיבות בהצביע על אפשרויות של משמעות ואפשרויות להגשמת ערכים).
- שלבים במהלך הסיוע הלוגותרפוי (שלב ראשון - הראייה הכוללת והמקיפה - עזרה בשינוי התייחסות; עזרה בקבלת החלטות; מודעות לקיומן של אלטרנטיבות; איתור אלטרנטיבות; איתור האלטרנטיבה המשמעותית ביותר לאדם במצב הקיים; בחירה; בדיקת השפעות והשלכות הבחירה; נקיטת עמדה והחלטה; השלב הדיאגנוסטי - מניעת אינטרווגניה, טיפול בהרחוקי היתר של המטופל בסימפטומים שלו; שימוש בדיאגנוסטיקה אלטרנטיבית - עפ"י לוקאס ואחרים - שילוב של שאלות על הסימפטומים יחד עם שאלות על תוכן החיים, פעילויות, ידידים וכו'; השלב התרפויטי - שימוש בכלים לוגותרפויטיים; בשלב סיום הטיפול - יצירת קשר עם העתיד - המשמעות הסופית - אליה מתחברים כל משמעותיות הרגע, הבטחת שיווי משקל בין הישגים לבין מטרה באמצעות אוריינטציה למשמעות ומערכת ערכים מגוונת, החשיבות שביצירת מערכת ערכים משמעותיים אופקית במקביל למערכת הערכים הפירמידלית - קראטוציוויל; צעדים בטיפול הלוגותרפוי - התרחקות מהסימפטום, שינוי יחס ויצירת התייחסות חדשה; דיאלוג, או דר-שיח סוקראטי, כדרך לטיפול נוח יותר בסימפטומים ולאוריינטציה לקראת משמעות).
- התנסות בעבודת הסיוע הלוגותרפוי ושימוש היישומי של הכלים הלוגותרפיים המתאימים.
- ניתוח מקרים ואירועים.
- בניית מערך עבודת שדה (קביעת מטרות ויעדים; תכנון מסגרת זמן וקביעת קצב של מיפגש; חומר לימודי ואמצעי הוראה דרושים; תקשורת בין-אישית - מילולית ובלתי מילולית, שפת גוף; תיעוד; אתיקה; הלוגותרפיה במסגרת דיסיפלינות אחרות).
- דרכי מעקב והערכה.
- הגשת עבודת סיכום/גמר אשר תבטא את הגשמת הלוגותרפיה.

אופן הפיקוח (סופרוויזיון)

הנחיה ודיון, תצפית, משוב למיפגשים, ניתוח מיפגשים מוקלטים, הדגמות, סקירת ניתוח אירועים.

קריאה נדרשת נוספת

אתיקה למקצועות טיפוליים – דוד גוטמן

Legal Responsibility of Logotherapy - Robin Goodenough

The Ideal Logotherapist – three contradictions - Elisabeth Lukas

Logotherapy's Consideration of Morality and Values - Dorothy Barnes

תתכן קריאה נוספת בעברית ובאנגלית, שתוצע לתלמידים במהלך מסלול לימודי זה.



מכון עוצמות

מרכז ויקטור פראנקל ללוגותרפיה

הדרכה וייעוץ למערכות אנוש

מכון עוצמות הוקם בשנת 1996 על-ידי מנהלו גדעון מילול, במגמה לתת הזדמנות לכל אדם הפועל במערכות אנוש, לרכוש, בזמן קצר יחסית, כלים ומיומנויות יישומיות (אותן יוכל כל אחד להוסיף ל"ארגז הכלים" האישי שלו), אשר יאפשרו לו לפעול טוב יותר במצבי חייו השונים, ליצור אלטרנטיבות יעילות, למלא את משימותיו ותפקידיו ביעילות ובשביעות רצון רבה יותר, ולמצוא משמעות במעשיו ובחיי, תוך שיפור איכות החיים שלו ושל זולתו.

באמצעות שיטת עבודה ייחודית המכוונת אל הלומד בקבוצה, או באופן פרטני, מנסה צוות ההוראה במכון להשיג את המטרות והיעדים הלימודיים שנקבעו (ביניהם - שינוי התייחסות וגישה, פיתוח אופטימיות, שיפור יכולת ההסתגלות לשינויים, איתור וחיזוק הכוחות הפנימיים והאישיים המובילים להעצמה אישית וחיזוק כושר ההתמודדות עם מציאות בלתי רצויה, תוך הגברת תחושת הערך העצמי).

דרך העבודה המיוחדת שלנו מתייחסת לשאלות קיומיות חשובות, כגון: "למה אני חי?", "מה המטרה שלי?", "מה הן העדיפויות האישיות שלי?", "מה אני עושה במצב הנתון הזה?", "מה באמת חשוב לי?", "באיזה אלטרנטיבות אפשר להשתמש עכשיו?", "מהו המחיר והרווח לדרך הפעולה שלי?", "איך להשיג יותר קשר ושיתוף פעולה עם השני?"

מכאן, שהמטרות, היעדים והתכנים הלימודיים נקבעים ומותאמים על-פי שילוב צורכי הפרט והמערכת שבה פועל האדם.

מנסיון עבודתנו למדנו, כי למימד חיזוק רוח האדם יש השלכות רבות השפעה, חיוביות ומהירות יחסית, על כל מעגלי החיים האישיים - החברתיים, הארגוניים, הכלכליים ואפילו הפוליטיים אליהן קשור האדם. השפעות הניכרות במשפחה, בחברה ובעבודה (על ההיבטים השונים, הכוללים שיפור ביחסים הבין-אישיים, בנית מוטיבציה, תחושת שייכות והשגת רווחיות). כל אלה, המובילים לקראת רב-קיום אנושי ורווחה לכל.

נסיון העבודה רב השנים שלנו, העניק לנו נסיון עבודה עשיר בקרב סוגי אוכלוסיה שונים ומגוונים. ביניהם מורים, עובדי ים ומינהל, עובדי נמל, מנהלים, עובדים סוציאליים, רופאים, אחיות, הורים, בני זוג, גימלאים ואוכלוסיה מתבגרת, ביניהם ניצולי שואה ונפגעי טראומה.

במסגרת עבודתנו המקצועית, היתה לנו ההזדמנות לקיים פעולות הדרכה והוראה במוסדות אקדמיים, בגופים ציבוריים ובאירגונים פרטיים ועיסקיים (כמו: מכללת גורדון לחינוך, שירותי בריאות כללית ומכבי, האוניברסיטה הפתוחה ואוניברסיטת חיפה, אוניברסיטת פיזה, מכון אדלר, משרד השיכון, עיריית חיפה, בתי אבות ומועדונים, בקיבוצים שונים, בכנסים בארץ ובחו"ל, בקונגרסים בינ"ל ועוד).

התגובות, שנתקבלו מהמשתתפים הרבים בבדיקת הפעילויות השונות שקיימנו, מעודדות אותנו להאמין שהדרך שלנו לעזור, תורמת משמעותית לשיפור איכויות החיים האנושיות, ליצירת קירבה בין אנשים ולהפיכתם לקברניטי חייהם וגורלם.



מתגובות משתתפים

מצאנו לכונן להביא חתך מתגובות משתתפים לשאלה "מה הינך לוקח/ת איתך מלימודים אלה?". תגובות אחדות מיני רבות של תלמידינו, כהדגמה:

- "הבטחון העצמי שלי השתפר במידה רבה ביותר"
- "קיבלתי כלים, שעזרו לי לפתור בעיות קל יותר"
- "חיזקתי את יכולתי להתגבר על הכעס והשינאה שלי..."
- "למדתי להוציא את הטוב מהדברים"
- "למדתי לזרום עם הדברים"
- "אני מרגישה שאני יכולה לעשות עכשיו דברים, שלא העזתי לעשות קודם לכן בגלל גילי..."
- "למדתי לומר את דעתי, אפילו שהיא מנוגדת לדעתו של השני, בדרך שלא ירגיש כאילו 'מלחמה'"
- "למדתי להקשיב לשני, להבין אותו ולקבל אותו כפי שהוא"
- "היחסים שלי עם ה"בוס" שלי בעבודה, שלא סבלתי, השתפרו באופן מפליא"
- "אני מבינה עכשיו, שעל-ידי שינוי הפרוש שלי לדברים חיי משתנים"
- "למדתי להתמקד באהבה וברגשות חיוביים, אפילו בזמנים קשים"
- "קל לי יותר להתמודד היום עם דברים שאין לי עליהם שליטה"
- "הפכתי להיות רגועה יותר"
- "התחלתי לשתף פעולה עם אחרים"
- "היחסים שלי עם הילדים שלי השתפרו מאד לטובה בארבעת החודשים האחרונים"
- "הנכדים והילדים שלי התחילו לבקר אותי יותר בזמן האחרון..."
- "הייתי מיואשת מהחיים "הדפוקים" שלי כשבאתי לקורס. עכשיו אני רואה את האור שבקצה המינהרה"
- "למדתי הרבה דברים על עצמי"
- "העמקתי את הבנתי על בעיות המטופלים שלי"
- "למדתי למקם דברים בפרופורציות הנכונות"
- "גיליתי שהרבה דברים יכולים להיות בשליטתי ושהרבה תלוי בי ובאיך אני מתייחס למצב"
- "אני יכול לעזור עכשיו טוב יותר לפציינטים שלי ולהקל עליהם במצוקות המיידיות שלהם"
- "כשהגעתי לקורס רציתי לראות יותר ויותר את הפציינטים שלי שוב מעבר לדלת, מהר ככל האפשר, אבל משהו קרה בקורס. אני מרגישה יותר סבלנות כלפיהם ושאני רוצה לנסות לעזור להם יותר באמת"
- "השמים נפתחו לי שוב במהלך הלימודים כאן, אחרי תקופה איומה שהיתה לי בחודשים האחרונים, אחרי שבעלי התאבד והשאיר אותי עם שלושה ילדים קטנים"
- "לקחתי איתי מהקורס תקווה וכוחות להמשיך"
- "אני יוצאת עכשיו יותר מהבית ואפילו יצרתי לאחרונה שתי חברויות חדשות"
- "הבנתי שיש לי עוד הרבה מה לעשות בחיים"
- "מצאתי סיבה לקום בבוקר"
- "קיבלתי חזרה את הטעם לחיים"

