

סדנה שהועברה בהשתלמות קיץ למדריכי שפ"י בנושא  
רווחה נפשית בראי הפסיכולוגיה החיובית  
קיץ תש"ע

## **שדרים מן האדמה, כדרך הלב - "פסיכולוגיה תהליכית" כשיטה למודעות האדם לדרך בה עליו ללכת**

**ד"ר שרה איוניר**

### **על הסדנא:**

"פסיכולוגיה תהליכית" שפותחה ע"י ארנולד מינדל בשנות ה-70/80, בנויה על השפעה משולבת של פיזיקת הקוונטים, הפסיכואנליזה היונגיאנית, שמאניזם ודאואיזם. שיטה זו מציעה הבנה כיצד אירועי חיים, קונפליקטים וקשיים ביחסים וסימפטומים פיזיים ונפשיים משמשים מפה וחץ מכוון לידיעת משמעות חיינו ומהלכם. לפיכך, במהלך הטיפול הנפשי, כל ההיבטים של חיי האדם, יקבלו קול וישמעו.

הפסיכולוגיה התהליכית פוגשת את הפסיכולוגיה החיובית בשני צמתים מרכזיים – צומת ה'אי-פוטלוגיזציה' של התנהגות האדם וראייתו כשלם בעל כוחות, השואף להרמוניה ושגשוג. וצומת "חיפוש המשמעות" הנובעת מהיות האדם יצור בלתי נפרד מאחרים ומכלל היקום.

הסדנא תכלול הצגת מושגים בסיסיים מן התיאוריה של "הפסיכולוגיה התהליכית" כמבוא לסדרה של תרגילים והתנסויות. מטרת התרגול - להכיר ולהתנסות בכלי המרכזי, של קליטת שדרים מן האדמה, ולזהות את עולם החלום, הלא מודע, כפי שהוא מתחבא בתוך פעולות ותנועות יומיומיות. מרכיבים אלו ישמשו אבני דרך לפענוח עצמנו והדרך שלנו.

### **על המנחה:**

ד"ר שרה איוניר – (Ph.D), עו"ס קלינית בכירה. פסיכותרפיסטית זוגית, אישית ומשפחתית. ממייסדות "מכון שינוי", והמנהלת הקלינית שלו בעבר. היום-קליניקה פרטית. מרכזת, מרצה ומדריכה במסלול לטיפול זוגי ב"מכון שינוי". מלמדת ב"תכנית לפסיכותרפיה אינטגרטיבית" במכון מגיד, באוניברסיטה העברית בירושלים וב"תכנית לפסיכותרפיה ממוקדת קצרת מועד" ע"ש אלי חן, באוניברסיטה בר-אילן. יוזמת ומרכזת "פרוייקט אהבה"- טיפול משפחתי לאנשים עם HIV, במכון שינוי. מציגה תכופות בכינוסים מקומיים ובין-לאומיים ובתקשורת הכתובה והאלקטרונית, ומפרסמת בספרות המקצועית.