



בית איזו שפירא
לשינוי באיכות חיהם של אנשים עם מוגבלויות

Beit Issie Shapiro
Changing the lives of people with disabilities

בקמפוס ווילי וסיליה טראמפ
On the Willie & Celia Trump Campus

האמנות לחיות – מבוא לפסיכולוגיה מעשית

ד"ר בנימין הוזמי



האוניברסיטה המשלבת – כרטיס ביקור

- תכנית המכוונת להעצמה אישית של בוגרים עם לקויות למידה מורכבות
- מאפשרת למידה אקדמית מונגשת קוגניטיבית
- ממוקדת למתן כלים אקדמיים-מעשיים לקידום איכות-חיים
- מאפשרת השתלבות בחיים האקדמיים במיגוון תכניות ללימודי תעודה
- בתשע"ו לומדים 320 סטודנטים, ב-24 קורסים, ב-11 מוסדות אקדמיים בישראל.

מהן לקויות למידה?

- דיסקלקוליה
- ADHD – קשיי קשב וריכוז, אימפולסיביות, היפראקטיביות
- דיסקציה
- דיסגרפיה
- דיסקלקוליה
- דיסנומיה
- קשיים בזכרון לטווח ארוך/קצר
- קשיי ויסות חושי ורגשי
- קשיים בהתמצאות במרחב
- קשיים באנליזה וסינתזה
- הבנת הנקרא והנשמע
- קשיים ברכישת שפה זרה
- קשיים בעיבודים שפתיים
- קשיים בעיבודים חזותיים
- עם או בלי הנמכה קוגניטיבית. הנמכה קוגניטיבית לרוב מלווה בקשיי הסתגלות

מאפייני בוגרים עם לקויות למידה והסתגלות

- מתאפיינים ברמות נמוכות בתחומים: בשלות, הערכה עצמית, השגת מידע, תכנון, שאיפה לקריירה ומתאפיינים במיקוד שליטה חיצוני (בילר, 1985)
- בתחום הרגשי עשויים לחוות דחק, הימנעות, פגימות, כעס, מרירות, חרדה וספקנות בהתייחס ליכולותיהם וקשיים בהסתגלות חברתית.
- "התבגרות נצחית/מתמשכת"

האני המזוייף The false-self (וויניקוט, 1960)

- התנהגות היוצרת זהות שאולה המכוונת לריצוי הזולת, למצוא חן ולהתקדם בסולם חברתי.

- המעבר מ"אני מזוייף" ל"אני ריאלי" ול"אני אידיאלי" (רוג'רס).



העלות

- העדר ספונטניות ואי נוחות ביחסים בין-אישיים
- תחושה כי חיי נשלטים על ידי הסביבה
- בריחה מ"האני האמיתי"
- חרדות ופחד תמידי שיגלו "שאני לא אני"
- נסיון לכבוש יעדים שאינם ברי-השגה
- חוויית כשלון חוזרת
- חוסר בשמחת חיים ("צער כרוני")
- עיסוק בריצוי הזולת תחת מימוש עצמי.

שמונת שלבי ההתפתחות על פי אריקסון



בין ייאוש לתקווה

- חווייה מתקנת
- משבר
- חשיבותה הקריטית של זהות
- חזרה לפיתוח הישגים בשלבי התפתחות מוקדמים כחווייה מתקנת.



”אדם המתקשה לאהוב את עצמו
לא יוכל לאהוב את זולתו”

(אריך פרום)



הקורס האמנות לחיות – מבוא לפסיכולוגיה מעשית

- קורס דו שנתי (240 ש"א) במתכונת קבוצה פסיכו-חינוכית, המתעל לימוד גישות נבחרות בפסיכולוגיה לקידום איכות חיים
- גישת שלוש המדרגות:
 - א. הגברת האהבה העצמית
 - ב. הגברת האהבה לאחר
 - ג. אהבה וייעוד מקצועי (המפתחות לאושר)
- 16 עקרונות מנחים לחיים (כשלונות, כח הכבידה, חלום יעקב, אחריות)
- מכוון להסרת תבניות קוגניטיביות בולמות ומטענים רגשיים
- למידה בקבוצת שווים (באמת!)

ממתווייג למסנגר עצמי

- הסיפור של תמיר: "עברית קשה שפה"
- סיפורה של שיר: "אני שונאת שמסתכלים עליי"
- סיפורו של אוהד: "שיעור באמפתיה"



סיפור המקרר



תודה רבה

