
האוניברסיטה העברית בירושלים

סילבוס

טיפול הוליסטי: מפגש בין גוף/נפש/רוח - 3177

תאריך עדכון אחרון 28-09-2023

נקודות זכות באוניברסיטה העברית: 2

תואר: מוסמך

היחידה האקדמית שאחראית על הקורס: עבודה סוציאלית

השנה הראשונה בתואר בה ניתן ללמוד את הקורס: 0

סמסטר: סמסטר ב'

שפת ההוראה: עברית

קמפוס: הר הצופים

מורה אחראי על הקורס (רכז): מינדה גאר

דוא"ל של המורה האחראי על הקורס: minda.garr@mail.huji.ac.il

שעות קבלה של רכז הקורס: אני אהיה זמינה בדוא"ל לאחר סיום הקורס ועד למסירת העבודות.

מורי הקורס:

תאור כללי של הקורס:

בשנים האחרונות אנו רואים שינוי בגישת המאה הקודמת לטיפול, המושפע מהמודל הרפואי המערבי המפריד בין גוף האדם, נפשו וצרכיו הרוחניים. בעידן הנוכחי אנו נקראים להרחיב את בסיס הידע שלנו ולאפשר את השיזור הטבעי בין הרבדים השונים בחיינו. ברגע שהמפגש בין גוף, נפש ורוח נראה לנו מובן מאליו, טבעי גם להרחיב את סל הכלים הטיפוליים שלנו לכלול גישות הנובעות גם ממידע המתבסס על ידע שמקורו במזרח. בקורס זה אנו נחשף למספר כלים העשויים להרחיב את מגוון הכלים הטיפולים העומדים לרשותנו, תוך כדי התבססות בחומר עיוני והתנסות חווייתית.

מטרות הקורס:

להרחיב את הגישות וטכניקות הטיפול ב"סל הכלים" של המטפל תוך כדי העמקת בתפיסה הוליסטית של האדם ואפשרויות הריפוי העומדים לרשותנו.

תוצרי למידה

בסיומו של קורס זה, סטודנטים יהיו מסוגלים:
לשלב תפיסות וגישות חדשות בעבודה הטיפולית.

דרישות נוכחות (%) :
100%

שיטת ההוראה בקורס: הרצאה, דיון, אמצעים אור-קוליים, הפעלות והתנסות.

רשימת נושאים / תכנית הלימודים בקורס:

אינטגרציה בין המזרח והמערב - העשרת הכלים הטיפולים העומדים לרשותינו
מערכות אנרגטיות
מצבי הרפיה והתמקדות פנימית
מדיטציה, ויזואליזציה ודמיון מודרך
נשימה מעגלית
נקישות קלות לשינוי אנרגטי
האם ניתן לשלוט בהתרחשויות חיינו?
ה"צל" וניקוי השלכות

חומר חובה לקריאה:

Feinstein, D. and Eden, D. (2008). "Six pillars of energy medicine: clinical strengths of a complementary paradigm". *Alternative Therapies* 14 (1), pp. 44-54.
www.innersource.net/em/images/6_Pillars_of_EM.pdf

Garr, M. (2016). "Interfacing Between Short-Term, Time-Limited Crisis Intervention, Treating Trauma and Shock, and Trance and Subtle Energy Work: Case Study." *Journal of Heart-Centered Therapies* 2 (19), pp.3-18. (במודל נמצא)

Zimberoff, D. and Hartman, D. (1999). "Personal transformation with heart-centered therapies". *Journal of Heart-Centered Therapies* 2 (1), pp.3-60. Reprinted on course website by permission of the authors.(במודל נמצא)

Church, D. (2012). *The EFT mini-manual (emotional freedom techniques)*. (2nd edition). Fulton, CA: Energy Psychology Press. <https://www.eftuniverse.com/eft-related-press-releases/your-free-gift-from-dawson>

Garr, M. (2015). "The victim within." (במודל קצר מאמר)

הורדה והתנסות חובה
יש גרסה חינם לשניהם

-The Tapping Solution App. <https://www.thetappingsolution.com/blog/tapping-solution-app/>

Synction Meditation App. <https://synctuition.com/>

חומר לקריאה נוספת:

~~~~~ Bien, T. (2006). *Mindful therapy: a guide for therapists and helping professionals*. Boston, MA: Wisdom Publications.

Callaway, E. (2013). "Fearful memories passed down to mouse descendants." -Nature magazine. <http://sams.scientificamerican.com/article/fearful-memories-passed-down/>

Chopra, D. (1994). *The seven spiritual laws of success: a practical guide to the fulfillment of your dreams*. San Rafael, CA: Amber-Allen Publishing.

Duffy, J. T. (2010). A heroic journey: Re-conceptualizing adjustment disorder through the lens of the hero's quest. *Journal of Systemic Therapies*, 29(4), pp. 1-16. <https://doi.org/10.1521/jsyt.2010.29.4.1>

Dybicz, P. (2012). The hero(ine) on a journey: A postmodern conceptual framework for social work practice. *Journal of Social Work Education* 48(2), pp.267-283. [https://www.researchgate.net/publication/262087144\\_The\\_Heroine\\_on\\_a\\_Journey\\_A\\_Postmodern\\_Conceptual\\_Framework\\_for\\_Social\\_Work\\_Practice](https://www.researchgate.net/publication/262087144_The_Heroine_on_a_Journey_A_Postmodern_Conceptual_Framework_for_Social_Work_Practice)

Dyer, W. (2004). *The power of intention: learning to co-create your world your way*. USA: Hay House, Inc.

- 
- Feinstein, D. (2004). *Energy psychology interactive: rapid interventions for lasting change*. Canada: Innersource.
- Feinstein, D. (2016?). *The science behind it all*. <http://tappingfoundation.s3.amazonaws.com/Research/The-Science-Behind-It-All.pdf>
- Finger, W. and Arnold, E.M. (2002). "Mind-body interventions: applications for social work practice." *Social Work in Health Care* 35 (4), pp. 57-74.  
[http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/J010v35n04\\_04?url\\_ver&eq;Z39.88-20-03&rfr\\_id&eq;ori%3Arid%3Acrossref.org&rfr\\_dat&eq;cr\\_pub%3Dpubmed&#.VMKqZ2Ueq0](http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/J010v35n04_04?url_ver&eq;Z39.88-20-03&rfr_id&eq;ori%3Arid%3Acrossref.org&rfr_dat&eq;cr_pub%3Dpubmed&#.VMKqZ2Ueq0)
- Frankl, V.E. (1985). *Man's search for meaning (revised and updated)*. New York: Washington Square Press.
- Gawain, S. (2002). *Creative visualization: use the power of your imagination to create what you want in your life (revised)*. EBook: EBSCO books.
- Grof, S. and Grof, C. (2010). *Holotropic breathwork: a new approach to self exploration and therapy*. EBook: EBSCO books. "Essential components of holotropic breathwork", Chap. 3, pp. 29-45.
- Grof, S (2008). "A brief history of transpersonal psychology." *International Journal of Transpersonal Studies* 27, pp. 46-54.  
<http://www.stanislavgrof.com/wp-content/uploads/2015/02/A-Brief-History-of-Transpersonal-Psychology-Grof.pdf>
- Grof, S. (2012). "The revision and re-enchantment of psychology: the legacy of half a century of consciousness research." [http://www.stanislavgrof.com/pdf/Revision.Revisioning.Psychology\\_Legacy-9.2012.pdf](http://www.stanislavgrof.com/pdf/Revision.Revisioning.Psychology_Legacy-9.2012.pdf)
- Grof, S. "Psychology of the future: Lessons from modern consciousness research." <http://www.stanislavgrof.com/pdf/Psychology%20of%20the%20Future.pdf>
- Hay, L. L. (1999). *You can heal your life*. Carlsbad, CA: Hay House.  
 (ניתן להשיג בארץ בעברית)
- Institute of Noetic Sciences (2016). *The science of meditation. From the Sounds True Meditation Summit Website*.
- Kalsched, D. and Jones, A. (1986). *Myth and psyche: the evolution of consciousness. Companion to a photographic exhibition at The Hofstra Museum, NY*.  
[http://www.cgjungny.org/d/d\\_mythpsyche.html](http://www.cgjungny.org/d/d_mythpsyche.html)
- Kellerman, N.P.F. (2013). "Epigenetic Transmission of Holocaust Trauma: Can nightmares be inherited?" *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences* 50(1) pp. 33-39.  
 (An earlier version of this article can be found on-line at [https://pdfs.semanticscholar.org/f5c1/5c3c2a06c71c01c2cc7d1f66b04fc3f41f1c.pdf?\\_ga=2.247751044.2203](https://pdfs.semanticscholar.org/f5c1/5c3c2a06c71c01c2cc7d1f66b04fc3f41f1c.pdf?_ga=2.247751044.2203)

Mathieu, I. (2011). *Beware of spiritual bypass: why do we avoid rather than accept.*  
-<https://www.psychologytoday.com/blog/emotional-sobriety/201110/beware-spiritual-bypass>

McMullin, R. E. (2000). *The NEW handbook of cognitive therapy techniques*. New York: W.W. Norton & Company. "Groups of beliefs", chap. 3, pp. 76-87; "Rational emotive imagery", chap. 8, pp. 245-255.

McTaggart, L. (2007). *The intention experiment: using your thoughts to change your life and the world*. New York: Free Press.

Mines, S. (2003). *We are all in shock: how overwhelming experiences shatter you.....and what you can do about it*. EBook: EBSCP books. "A shock primer", chap. 1, pp. 25-36; "The physiology of shock", chap. 2, pp. 37-62.

Northcutt, L. (2010). *Using heart-centered therapies and the integral model for shadow integration and psycho-spiritual development.* "Journal of Heart-Centered Therapies 13(2), pp. 67-82. Reprinted on course website by permission of the author.

Samuels, David (2014). "Do Jews carry trauma in our genes? A conversation with Rachel Yehuda. Tablet Magazine. <https://www.tabletmag.com/jewish-arts-and-culture/books/187555/trauma-genes-q-a-rachel-yehuda>

*The Mind Unleashed* (2014). *The conscious, subconscious and unconscious mind – how does it all work?* <http://themindunleashed.com/2014/03/conscious-subconscious-unconscious-mind-work.html>

Wellness Institute (compiled, 2016). "Carl Jung & Hypnotherapy: Building Blocks For Therapeutic Breakthroughs Six articles about Carl Jung's contributions to psychotherapy — and the relevance of his ideas as applied in hypnotherapy." Reprinted on course website by permission of the Wellness Institute.

Williams, C. (2019). *The Hero's Journey: A mudmap for change*. *Journal of Humanistic Psychology*, 59(4), pp. 522-539.  
<https://doi.org/10.1177/0022167817705499>

Vogler, C. (2007). *The writer's journey: mythic structure for writers*. 3rd edition. Saline, Michigan : McNaughton & Gunn, Inc.  
<http://craftywriters.club/reading/christopher-vogler-the-writers-journey.pdf>

Wooten, H. R. (2007). "The shamanic journey: tapping the spiritual wisdom within." *Journal of Heart-Centered Therapies* 10(1), pp. 3-8. Reprinted on course

---

website by permission of the author.

- Zimberoff, D. and Hartman, D. (2003). "Transpersonal psychology in heart centered therapies". *Journal of Heart-Centered Therapies* 6(1), pp. 123-144.  
Reprinted on course website by permission of the authors.

Zimberoff, D. and Hartman, D. (1999). "Breathwork: exploring the frontier of "being" and "doing" ". *Journal of Heart-Centered Therapies* 2(2), pp. 3-52. Reprinted on course website by permission of the authors.

מרכוס, נ. וכהן, מ. (2008). שיטת ה- *Technique Freedom Emotional* : היסטוריה, רציונאל ויישום בפסיכותרפיה. <https://www.hebpsy.net/articles/net.hebpsy.2044;eq&id?asp>

מאמרים קצרים של המרצה

Garr, M. (2015). "The inner child – or – who's running the show?"

Garr, M. (2015). "What is my story?"

ספרים מעניינים שאינם נמצאים בספריות האוניברסיטה

Braden, G. (2008). *The spontaneous healing of belief: shattering the paradigm of false limits*. Carlsbad, CA: Hay House, Inc.

Brennan, B.A. (1988). *Hands of light: a guide to healing through the human energy field*. New York, NY: Bantam Books.

Church, D. (2008). *The genie in your genes*. Santa Rosa, CA: Energy Psychology Press.

Church, D. (2018). *Mind to matter*. Carlsbad, CA: Hay House, Inc.

Dispenza, J. (2017). *Becoming supernatural: how common people are doing the uncommon*. USA: Hay House, Inc.

Emoto, M. (2001, English translation 2004). *The hidden messages in water*. Hillsboro, OR: Beyond Words Publishing, Inc.

Firestone, T. (2019). *Wounds into wisdom: healing intergenerational Jewish trauma*. Rhinebeck, NY: Adam Kadmon Books/Monkfish Book Publishing Co.

Ford, D. (1998). *The dark side of the light chasers: reclaiming your power, creativity, brilliance and dreams*. NY: Riverhead Books.

Hollis, J. (2013). *Hauntings: dispelling the ghosts who run our lives*. Asheville, NC:

---

Chiron Publications.

Johnson, R.A. (1986). *Inner work: using dreams and active imagination for personal growth*. NY: Harper Collins.

Judith, A. (1996). *Eastern body western mind*. Berkely, CA: Celestial Arts Publishing.

Lipton, B. (2008). *The biology of belief*. (2nd ed.) USA: Hay House, Inc.

McTaggart, L. (2017). *The power of eight*. New York, NY: Atria Books.

Ortner, N. (2013). *The tapping solution*. USA: Hay House, Inc.

Robertson, R. (2011, 2nd edition). *The shadow's gift: Find out who you really are*. Lake Worth, FL: Nicolas-Hays, Inc.

Ryan, J.G. (2018). *Unity Field Healing*. Quebec, Canada: Ariane Books.

Sarno, J.E. (2006). *The divided mind: the epidemic of mindbody disorders*. New York, NY: HarperCollins Publishers. ריפוי - 'האון בספרית הנמצא שתורגם שלו קודם ספר יש (הכאב הכרוני)

Schneider, K.J. and Krug, O.T. (2017). *Existential-humanistic therapy*. (2nd ed.) Washington, D.C.: American Psychological Association.

Smith, C.M. (2007). *Jung and shamanism in dialogue*. New York: Paulist Press.

Stone, H. and Stone, S. L. (1989). *Embracing our selves*. Novato, CA: Nataraj Publishing.

Van Der Kolk, B. (2014). *The body keeps the score: brain, mind and body in the healing of trauma*. New York, NY: Penguin Books.

Wolinsky, S. and Ryan, M.O. (1991). *Trances people live: healing approaches in quantum psychology*. USA: Bramble Books.

Zimberoff, D. (2011). *Breaking free from the victim trap*. (5th printing, revised). Issaquah, WA: Wellness Press.

Zimberoff, D. and Hartman, D. (2014). *Overcoming shock: healing the traumatized mind and heart*. Far Hills, NJ: New Horizon Press.

---

מרכיבי הציון הסופי :

הגשת עבודה מסכמת / פרויקט גמר / מטלת סיכום / מבחן בית / רפרט 60 %  
השתתפות פעילה / עבודת צוות 20 %  
מטלות הגשה במהלך הסמסטר: תרגילים / עבודות / מבדקים / דוחות / פורום / סימולציה ואחרות  
20 %

מידע נוסף / הערות:

דרישה להשתתפות בקורס - רמה גבוהה של אנגלית. הביבליוגרפיה כולה באנגלית, וכמו כן הצגת נושאים בקורס באמצעות מדיה אור-קולי באנגלית ללא תרגום.  
20% מהציון מתבסס על נוכחות מליאה בכל שעות הקורס והשתתפות פעילה, בהתאם לשיקול דעת המרצה.