**הסילבוס קורס שנתי בשיטת "שתי חרבות"**

תהליך לימוד שיטת 'שתי חרבות' הינו חוויתי ברובו מצריך מעורבות רגשית, מנטלית ופיסית גדולה מצד הסטודנט-המטפל-הלוחם.

בחודשים הראשונים נתחיל ללמוד את יסודות הרציונל הטיפולי, נלמד מושגים ורעיונות רלוונטיים ונגבש מסגרת התייחסות אשר תהווה משענת לתהליך הטיפולי. במקביל נתחיל ללמוד את יסודות "משחק האימון ההתפתחותי", ולפתח יכולות תנועה ותחושה אשר יאפשרו לגופנו להפוך אט אט לכלי טיפולי רב עוצמה.

מכיוון שמשחק האימון הינו למעשה אומנות לחימה טיפולית הסטודנטים יתבקשו לתרגל תנועה במהלך השבוע במסגרת הביתית. ככל שנתקדם בקורס כך נעמיק אל לב ליבו של התהליך הטיפולי בשיחה ובתנועה. נכיר ונלמד נוקדות מבט ציוריות, רומנטיות ואריכטיפקליות של נרטיב הכשרת הלוחם כחלק ממסע הגיבור. נלמד כיצד להחיות סיטואציות אלו וליישמן במרחב הטיפולי. לאחר שנרכוש מיומנות בסיסית בתנועה, נתרחב ונכיר כלי נשק שונים דוגמת הקשת , המגן, החרב והרומח ונלמד כיצד להפעילם ככלים טיפוליים.

בחלקו האחרון של הקורס נתמקד ביצירת אינטגרציה בין החומר הנלמד לבין נפשו של כל אחד ואת מכם על מנת לאפשר לכל סטודנט למצוא את דרכו וליישם את שיטת 'שתי חרבות' באופן המדויק לו ביותר.

**חלק א' – תיאוריה ומעשה - רציונל "שתי חרבות" – מרצה עמית לבני. 99 ש"א:**

לימוד תאורטי: הרציונל מאחורי שיטת "שתי חרבות":

* סקירת היסודות הסנסו-מוטורים של ההתפתחות
* יצירת מוטיבציה ותחושת הצלחה.
* השלב האגוצנטי והשלב הדהצנטרי.
* שלב מינוס אחד ושלב אחד.
* חמשת האבירים: המאפשר, האוהב, המאתגר, הלוחם העליז, הדורש הפנימי והחויצוני.
* שלבי התהליך הטיפולי: שיחת טלפון ראשונית, איין טייק, מפגש היכרות, תקופת "ירח דבש",

 שיחת הורים והצבת מטרות, בניית מוטיבציה ויצירת משאבים (שלב מינוס אחד), התמודדות עם

 אתגר התפתחותי (שלב אחד), הצלחה

* מיומנויות תפקודיות : תפקודים ניהוליים, התמצאות במרחב, חלוקת קשב, שליטה בדחפים, הפרדה בין עיקר לתפל, וויסות רגשי, תפקוד מוטורי.
* מצב לחץ השרדותי – תגובות מערכת העצבים הסימפתטית – FFF ומשחק האימון.
* טיפול בליקויי למידה ותפקוד.

חלק מעשי :

* לימוד טכניקות בסיס לשיפור קואורדינציה, שיווי משקל ומיומנויות מוטוריות והתנהגותיות:

קפיצות, הפעלת רגליים פונקציונלית, הפעלת ידיים פונקציונלית ,תרגול מוטורי מורכב.

* לימוד משחק האימון ההתפתחותי:

לימוד שפת משחק האימון ושימוש בכלי נשק טיפוליים

 יצירת נרטיב במשחק האימון

 פסיכודרמה במשחק האימון

**חלק ב' – תיאוריה ומעשה - יחסי מטפל מטופל/מאסטר תלמיד – מרצה אמיר שרירא. 84 ש"א.**

לימוד תאורטי:

* ערוצי התערבות טיפולית: גופני, רגשי, התנהגותי, קוגניטיבי
* יחסי מטפל מטופל
* יחסי מאסטר תלמיד
* אומנות לחימה ככלי לתקשורת בין אישית
* טיפול בחרדה וקשיים רגשיים דרך גישת "שתי חרבות"

חלק מעשי:

* לימוד משחק האימון
* לימוד טכניקות מובנות להפעלה סנסו-מוטורית ממוקדת
* לימוד טכניקות גוף-נפש דרך תרגול אומנות לחימה באופן טיפולי
* תרגול מצבים מדמי טיפול

**סמינר קליני – פרוש יחסי העברה בטיפול - מרצה ד"ר ניצן שרירא –, 20 ש"א.**

* העברה
* העברה נגדית
* שנאה בהעברה נגדית
* הזדהות השלכתית

**שימוש בחרב שתי ידיים ברוח העולם העתיק – סנסאי עדי גוב ארי. 20 ש"א.**

* לימוד היסטורי, סימבולי ורוחני של עבודת חרב
* לימוד תבניות תנועה עם חרב ממזרית

**'שתי חרבות' בראי פסיכותרפיה גופנית – מרצה אייל נאור. 20 א"א.**

* על תחושה ותנועה- השתקפות הנפש בגוף הילד (רגישויות, יכולת תנועה תפיסת המציאות והאחר)
* שדות מוטוריים רגש ותנועה
* הסנטר הרוחני והסנטר הגופני של הילד
* רגשות גלויים ורגשות סמויים בטיפול בילדים
* שפת גוף, חילוץ מידע ותשומת לב למסרים הלא וורבאליים

**שימוש בחץ וקשת ככלי טיפולי – מרצה אסף פרוש – 15 ש"א**

* אימון תפקודי באמצעות חץ וקשת:
* טכניקות לשיפור מוטוריקה עדינה וגסה
* טכניקות לשיפור תפקוד תחת לחץ
* טכניקות לשיפור הארגון ותפקודים ניהוליים
* טכניקות לשיפור הוויסות הרגשי
* טיפול רגשי באמצאות חץ וקשת:
* מה שבין מתח לרפיון – טיפול בחרדה
* הרחבה לעומת צמצום – שינוי תפיסת עולם ואמונות פנימיות
* 'ירי למטרה בלתי אפשרית' – על דרך האבסורד
* יתכנו שינויים בסילבוס בהמשך השנה