

# דור המייסדים – יונג ואדלר

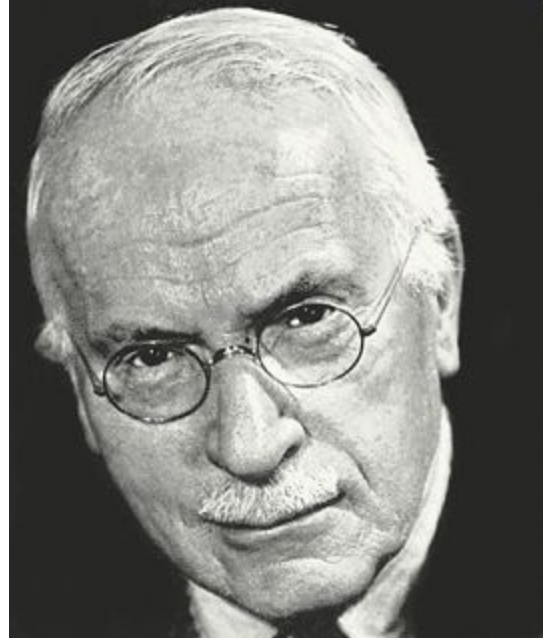


Sigmund Freud  
(1856 - 1939)



Carl Gustav Jung  
(1875 - 1961)

# הפסיכולוגיה האנליטית של יונג (1875-1961)



# שלושת רובדי התודעה עפ"י יונג

- **האני** - החלק המודע הכולל תכנים הנמצאים במודע בזמן נתון. מרכז האישיות.
- **הלא מודע האישי** - תכנים אישיים שנמצאים סמוך למודע או שהורחקו ללא מודע.
- **לא מודע קולקטיבי**: המבנה בעל ההשפעה הרבה ביותר. עקבות זיכרון אוניברסאליות שעוברות בתורשה, כנטיות מולדות להגיב בצורה מסוימת. מורכב מארכיטיפים: דימויים של אובייקטים או מצבים שהאנושות חוותה תדיר והם נשמרו כמשקע בזיכרון האנושי.

# ארכיטיפים עיקריים

**הצל-** הצד האפל של האישיות הכולל את היצרים והרגשות הפרימיטיביים המסומלים במיתולוגיה על ידי שדים ומפלצות.



**הפרסונה-** החלק בנו שפועל כפי שהחברה מצפה ממנו.

**האנימה-** החלק הנשי המצוי באישיותו של הגבר.

**האנימוס-** החלק הגברי המצוי באישיותה של האישה.

# אנרגיית הנפש

✓ הליבידו כאנרגיית חיים

✓ האנרגיה הפסיכית משמשת לסיפוק צרכים  
ביולוגיים ולפעילות תרבותית רוחנית.



# ארכיטיפ העצמי- מנדלה



# ארכיטיפ האם



# ארכיטיפ הלוחם/ת





# אנימה ואנימוס



# טיפוס אישיות

ההבדלים ביניהם נובעים מ:

- א. הדרך שבה האדם תופס גירוי חיצוני- תפקוד פסיכולוגי
- ב. הכיוון האופייני של תנועת הליבידו

טיפוס אישיות	יעד השקעת האנרגיה	תפקוד פסיכולוגי
המוחצן החושב	העמדה המוחצנת	תחושה
המוחצן הרגשי		
המוחצן התחושתני		חשיבה
המוחצן האינטואיטיבי		
המופנם החושב	העמדה המופנמת	רגש
המופנם הרגשי		
המופנם התחושתני		אינטואיציה
המופנם האינטואיטיבי		

# התפתחות האישיות

- האישיות מתפתחת לאורך כל החיים ובאופן **משמעותי יותר בבגרות.**
- לכל אדם שאיפה מולדת להגיע להרמוניה פנימית - להתפתחות מלאה ושוויונית של כל מרכיבי האישיות דרך "אחדות הניגודים"
- שאיפה זו מוגשמת **בתהליך האינדיבידואציה- תהליך יצירת האישיות הייחודית של האדם ע"י אינטגרציית הניגודים.**
- תוצר תהליך האינדיבידואציה מכונה **העצמי- החלק שמקנה לאדם אחדות, שיווי משקל ויציבות.**
- בלא מודע יש גם חלקים חיוביים ואינפורמציה לגבי העתיד

הפסיכולוגיה האינדיבידואלית  
של אדלר  
(1870-1937)



# תרגיל

- כתבי/כתוב זיכרון ילדות (עד גיל 6) -הראשון שעולה בראשך....

# עקרונות הפסיכולוגיה האינדיבידואלית

- האדם הוא ישות שלמה.
- מניע עיקרי הוא להגיע לשלמות, גדילה והתפתחות.
- האדם הוא ברייה יצירתית, בעלת חופש בחירה.
- האדם תלוי בסביבה החברתית בה הוא חי. כל התנהגות מופיעה בהקשר חברתי.
- התנהגות היא ביטוי של תפיסה סובייקטיבית של המציאות.

# רגשי נחיתות ומאבק לעליונות

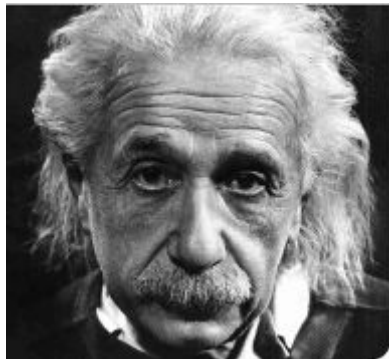
- התפתחות "ממינוס" ל"פלוס" מתרחשת בשני שלבים:  
שלב 1: התינוק מפתח **תחושת נחיתות** מול המבוגרים המטפלים בו-תחושת פסיביות, חוסר ביטחון, חולשה ותלות.
- שלב 2: **מאבק לעליונות**: הילד פותח במאבק לעצמאות כפיצוי על תחושת הנחיתות.
- הנחיתות הראשונית לא נעלמת לעולם
- האדם מפתח מטרות בדיוניות (סובייקטיביות ולא מודעות) ההופכת למטרותיו הסופיות (מטרות חיינו בפועל, אלה שכל פעולותיו ומחשבותיו מכוונות להשיגן). הגשמת המטרות הללו מספקת תחושת שליטה.





# עניין חברתי וסגנון חיים

- האדם נולד עם **עניין חברתי** ורצון למעורבות חברתית.
- השגת עליונות אצל האדם הבריא לעומת הנוירוטי תבוא לידי ביטוי בתרומה לזולת לעומת כוחנות.
- **סגנון חיים** - אורח חיים שהאדם פיתח כדי להתגבר על נחיתותו. פיתוח השכל, פיתוח הגוף...  
• ניתן לאבחן את סגנון חייו של האדם על פי זיכרונות מוקדמים ומיקומו במ





# סגנון חיים עפ"י סדר לידה

- **ילד בכור:** זוכה למרב תשומת הלב. כשנולד עוד ילד הוא עובר משבר רציני, ופונה לאב. כיוון שצרכי התלות לא מסופקים, הוא נוטה להיות עצמאי, מעט מבודד חברתית, ועם צרכי תלות מתוסכלים. בעל נטייה נוסטלגית.
- **ילד שני:** נוטה להתחרות באח הבכור, ולנסות להשתוות אליו. כאילו משתתף במרוץ עם מישהו שמקדים אותו וצריך להשיגו. כתוצאה מכך הוא בעל דחף הישג גבוה.
- **ילד צעיר:** בעל עמדה מיוחדת ומוגנת וריבוי מודלים, נוטה לייאוש.
- **ילד יחיד:** כמו בן בכור לנצח. פחות עמיד בפני תסכולים.

