

תוכנית לימוד טווינה במכללת ארזים

תוכנית תלת- שנתית בעלת כ- 1640 שעות לימוד אקדמיות
התוכנית כוללת לימודי טווינה, עם דגש על תהליך ההכשרה וההתפתחות של מטפל גוף-נפש במגע
והבנה החיבור בין תנועת גוף נכונה וצ'י קונג כבסיס לעבודה הרמונית. התוכנית משלבת גם לימודי
תיאוריה ופילוסופיה של רפואה סינית, תזונה תוך חיבור נרחב לעולם הרפואה המערבית.

מרכזת מגמה: יעל שוורץ

יעל מטפלת טווינה ורפואה סינית משנת 2008. בעלת קליניקה פרטית בת"א. סיימה את לימודיה
בקמפוס ברושים. משם המשיכה ללימודי המשך בארה"ב סיימה את התוכנית ללימוד רפואה סינית
לרופאים ב HARVARD MEDICAL SCHOOL בבוסטון והמשיכה להתמחות של 3 שנים בקליניקה
הפרטית של קיקו מאטסומוטו, דייוויד יולר וגירה פאטל.

במהלך השנים יעל טיפלה בבתי חולים שונים ברפואה סינית וטווינה Beth Israel Deaconess
Medical Center, Boston, MA, אסף הרופא, ישראל. המרכז לבריאות הנפש- אברבנאל,
ישראל. כיום יעל מטפלת בקליניקה פרטית ומלמדת טווינה ורפואה סינית במכללת ארזים.

מרצים ומתרגלים: ורד אמיר, איל ערוסי, אוהב שכטר, יעל שוורץ, נרי סייג, איתמר רוזן, מירב ישראלי,
אסתר פנחס, מיכל עוז, צחי קטן.

מכללת ארזים מקיימת מגוון מסלולי לימוד לתעודת מטפל במקצועות הרפואה המשלימה השונים,
לימודי המשך והתמחויות מקצועיות למטפלים. מכללת ארזים לרפואה שלמה הוקמה כחברה לתועלת
הציבור (חל"צ) -חברה לתועלת הציבור היא ארגון ללא מטרות רווח שמטרתו לפעול למען הציבור
והקהילה. החברה פועלת על פי חוק החברות בישראל ומחויבת להקצות את כל רווחיה לפעילות
ציבורית

המכללה הוקמה על ידי סטודנטים שהתארגנו ויצרו מקום בטוח ללמידה, צמיחה וטיפול. אל הרעיון הזה
הצטרפו מורים בכירים ומנוסים והוא מובל על ידי דירקטוריון המורכב ממרצים בכירים מתחומי הרפואה
המשלימה בישראל, אנשי מקצוע ונציג סטודנטים

החזון של מכללת ארזים הוא לתת מענה למצוקה הישראלית ולהיות קשובים לדופק הישראלי
לבנות מרכזי רוחב ועומק לשיקום מטראומה כמו גם לטיפול בהתמכרויות ואורח חיים בריא
זהו צו השעה במציאות המקומית שלנו ואליז אנחנו מחויבים כחלק מהרוח הישראלית הבריאה.
מכללת ארזים מקפידה על בחירת טובי המורים וסגל רחב ומגוון. בבחירת המרצים ניתן דגש על יכולת
הוראה קלינית ופדגוגית עשירה ובדגש על התנסות קלינית מרובה של המרצה.

תוכניות לימוד

ישנם מגוון קורסים ותוכניות לימוד – במכללה ניתן ללמוד תוכניות חד שנתיות ורב שנתיות. כמו כן,
מסלולי לימודים לקהל הרחב, לצורך הרחבת המודעות לאורח חיים בריא והצורך בהתפתחות אישית.

משך הלימודים:

תכנית הלימודים מתפרשת על פני שנה עד שלוש שנים, וכוללת כ- 1640 שעות אקדמיות.

תנאי קבלה:

- תעודת בגרות
- ראיון אישי

תעודה:

לבוגרי המסלול מוענקות תעודות מטעם מכללת ארזים - ביה"ס להכשרת מטפלים ברפואה שלמה :

שנה א' – תעודת מטפל בסיס בטווינה

שנה ב' – תעודת מטפל מוסמך בטווינה.

שנה ג' – תעודת מטפל בכיר בטווינה.

תעודת המטפל מטעם מכללת ארזים מוכרת ביחידות לרפואה משלימה של מוסדות רפואיים ציבוריים ובוגרים שלנו משתלבים בעבודה בקופות החולים, בבתי חולים, במרכזי טיפול הוליסטיים ובקליניקות פרטיות.

אין מורה ללא תלמידים

אנחנו במכללת ארזים מאמינים בקשר ההדוק שבין הליכה ב"דרך" ובחירת המורה המתאים - להעברת הידע והרוח. בארזים מלמדים מרצים שהם גם מורים לחיים. מובילים בתחומם כמורים, חוקרים, חברי איגודים מקצועיים בארץ, כמטפלים בקליניקות פרטיות ובבתי החולים מזה שנים רבות. אנו גאים לומר כי נלווה אתכם מהיום הראשון ללימודים עד שתהיו מוכנים לצאת לדרך משלכם.

סטאז' קליני

הסטאז' הקליני הוא שיאו של תוכנית הלימוד שלוקחת את הסטודנט מהידע התיאורטי על הידע הקליני הנדרש לו כדי להיות מטפל. זהו לב התוכנית

ההתנסות הקלינית המעשית בקליניקות של מכללת ארזים מועברות בפיקוח צוות המורים הוותיק והבכיר של המכללה למגוון רחב של מטופלים וטיפולים. העבודה מדמה את המציאות הקלינית של המטפלים - הן במגזר הציבורי והן בקליניקות פרטיות וזו התנסות מקצועית והתפתחותית רחבה ומוחשית. יחס החניכה בין מרצה לסטודנט הוא מהגבוהים בעולם!!! הטיפולים נעשים בחדרי קליניקה סגורים ופרטיים.

צומחים ומתפתחים במכללת ארזים

אנחנו מתחייבים ללוות את הסטודנט במסע שהופך אותו למטפל מצוין, לכן אנו דואגים לידע שלו ובמקביל להתפתחות שלו, תוך שילוב בין הידע והמקצועיות מתוך חדוות למידה ומקום עוטף ומכיל למטפל העתידי ובית להכשרות מקצועיות בעתיד שלו כמטפל

השתלבות בעבודה – תפיסת הרפואה השלמה תופסת תאוצה. קופות החולים, מרפאות ובתי חולים משלבים מטפלים ומטפלות בתחומי הרפואה המשלימה השונים ללווי ולתמיכה ברפואה הקונבנציונאלית. מחלקות אונקולוגיה, פנימיות ואורתופדיה, נשים, הריון ולידה ועוד, לצד תמיכה לסובלים מבעיות רגשיות ונפשיות כך שהביקוש למטפלים הוא רב. מעבר לשילוב של הסטודנטים במגזר הציבורי, מכללת ארזים תקיים מסגרת המאפשרת לסטודנטים מצטיינים להתחיל לעבוד במסגרת המכללה (במגע) עוד במהלך לימודי הרפואה הסינית מאורעות ה-7.10 והמלחמה מאז לימדו אותנו את הצורך והזכות שיש לנו ברפואה המשלימה לעזור ושתחומי הטיפול שלנו הם חיוניים.

כללי אתיקה בארזים

מנהלים, עובדים וסטודנטים במכללה, על שלוחותיו המסחריות והאקדמיות מתחייבים לשמור על אוירה חיובית ותומכת ולנהוג בכבוד, בהגינות ולאור חזון ארזים. ברוח זו אנו מניחים עקרונות להליכה בדרך המשותפת בארזים.

1. לנהוג ביושרה, בכבוד ובחמלה עם עמיתי לדרך.
2. לנהוג כלפי עמיתי מתוך ערבות הדדית וראיית המטרה המשותפת
3. לפעול באופן מקצועי וליצר סביבת עבודה ולמידה מקצועית
4. לקיים שיח מכבד ודיבור נכון ולא פוגעני ומסית
5. להתאמן בקשב נכון ובריכוז נכון גם במצבי אי נחת.
6. לנהוג בשקיפות, בהגינות, בלב פתוח ובנפש חפצה בכל פעולה שאפעל בדרכנו המשותפת.
7. לפעול לאורו של חזון ארזים
8. במצבים בהם אייצג את מכללת ארזים, אעשה זאת בכבוד הראוי לדרכנו המשותפת
9. להתאמן בראיית המרקם השלם ולא לקחת את עצמי ברצינות רבה מדי.
10. ללמוד בכל הרצינות הראויה מטעויות שיקרו בדרך, ולטעות שוב, טוב יותר.
11. להיות תלמידה של הדרך.

אודות הטווינה

הטווינה הינה שיטת טיפול במגע, המהווה חלק מהרפואה הסינית המסורתית, לצד הדיקור וצמחי המרפא. מקורות השיטה עתיקים, והיא התפתחה באזורים שונים ובתקופות שונות בסין. כל אזור וכל תקופה בהיסטוריה נתנו את החותם הייחודי שלהם לטיפול הטווינה.

הטווינה הינה כלי טיפולי ורסטילי המתאים את עצמו לקצב איתו בא המטופל. ת במגוון רחב של טכניקות ומקצבים המתאימים את עצמם באופן קשוב למצב הנתון. לרגע הנוכח. לפעילות הלב, כפי שהן כעת. לטווינה יש מגוון רחב של טכניקות ואיכויות עבודה המאפשרים את התמורות האלה תוך כדי תנועה.

בסין כיום מחלקות הטווינה בבתי החולים הינן המקבילה הסינית למחלקות האורתופדיה והפיזיותרפיה במערב, והן חלק ממערך הרפואה, לצד מחלקות הדיקור וצמחי המרפא. בחלקן מקובל טיפול טווינה המשלב את הגישה המסורתית הקלסית של הרפואה הסינית יחד עם ידע רפואי מערבי מודרני נרחב.

עקרונות השיטה:

על פי הרפואה הסינית בריאות טובה פיזית ונפשית מתקיימת כאשר מתקיימים בגוף איזון וזרימה אנרגטית הרמונית בגוף ובנפש. הדבר מתבטא ברקמות ובאיברים, כל איזור בגוף שהאיזון, הזרימה והתנועה הטבעית וההרמונית של האנרגיה, המחשבה והרגש, הדם והרקמות בו נחלשה, נחסמה או השתבשה הוא איזור שנוצרים בו כאבים פיזיים ונפשיים ומתפתחות מחלות.

לטכניקות השונות של הטווינה יש אפשרות להחזיר את הויטאליות, החיוניות והתנועה הטבעית לגוף, לשפר ולווסת את הזרימה ההרמונית של ה-Qi והדם במערכות המרידיאנים, ורקמות הגוף (שרירים ואיברים פנימיים), וכך מאפשר לגוף לאזן ולרפא את עצמו.

טיפול הטווינה המטפל משתמש בכלי האבחון של הרפואה הסינית, ובאבחנת גוף, אבחנה דרך מגע, דרך הדופק והלשון.

הוא משתמש במגוון טכניקות המגע והתנועה הייחודיות לטווינה ובעבודה אנרגטית עם ה-Qi.

הטכניקות המיוחדות: הטווינה כוללת מגוון טכניקות ייחודיות. את חלקן מיישמים על אזורי גוף נרחבים, וחלקן מיועדות לעבודה ממוקדת באזור ספציפי, במרידיאן או נקודת דיקור. חלקן משפיעות על שכבות חיצוניות יותר בגוף, וחלקן על שכבות עמוקות ופנימיות יותר.

השימוש בטכניקות נעשה במקצבים ובעוצמות שונות המותאמים לגוף המטופל, מעבודה דינאמית ונמרצת, עד למקצב איטי, ומרגיע. מעוצמה פיזית חזקה, לטכניקות עדינות, ואף אנרגטיות בלבד.

כל זאת תחת העקרונות המנחים של תנועה זורמת והרמונית, מגע המשלב עוצמה ורכות, והשפעה לעומק הנדרש על הרבדים הפיזיים והאנרגטיים של המטופל.

התנועות: עבודת הגוף והתנועות של מטפל הטווינה נראית לעיתים כמו ריקוד שבו התנועה היא קצבית, מדויקת והרמונית. הוא עובר באופן זורם בין הטכניקות השונות ובין קצבים שונים - בין תנועה מהירה לאיטית, נמרצת למרגיעה, נרחבת שמקיפה אזור נרחב בגוף המטופל, לממוקדת באזור ספציפי, חזקה ועדינה.

אמנות הטיפול ב-Qi: תרגול צ'י קונג הינו חלק אינטגרלי בהכשרתו של מטפל טווינה באופן מסורתי בסין, וכך נהוג גם במגמת הטווינה במכללת ארזים.

הצ'י קונג הוא אומנות השליטה באנרגיית החיים. מיומנות זו מושגת באמצעות תרגילי תנועה, נשימה ותודעה. באופן כזה מטפל הטווינה רוכש כלים ומפתח את הרגישות והמיומנות הנדרשים לעבוד עם אנרגיית החיים בגופו ובגוף המטופל לשם השגת האיזון והריפוי בטיפול.

מהלך הטיפול

הטיפול בטווינה מתבצע על גבי מיטת טיפולים או כיסא, כשהמטופל בלבוש מלא. טיפול שגרתי כולל תשאול ובדיקה של המטופל, בעזרתם נעשית אבחנה של חוסר האיזון בגוף המטופל: אופיו, מיקומו, ואילו מערכות ואיברים מעורבים בו, וכן הערכת הכוחות והמערכות הבריאות בגופו. הבדיקה כוללת אבחנת גוף במגע. בהתאם לאבחנה נבנה הטיפול המתאים לצרכים ולבעיות המיוחדים של המטופל. הטיפול כולל עבודה פיזית ואנרגטית על גוף המטופל.

תחומי הטיפול:

הטווינה מטפלת בכל מגוון הבעיות בהן מטפלת הרפואה הסינית. היתרון היחסי המשמעותי ביותר שלה נחשב בתחום של כאבים ופתולוגיות אורתופדיות. (כאבי גב, כתפיים, צוואר, ברכיים וכו'). כמו כן הטיפול בטווינה משפיע באופן נרחב בבעיות בתחומים הבאים: בעיות פנימיות (בעיות נשימה, בעיות עיכול, יתר לחץ דם, כאבי ראש, בעיות גינקולוגיות ועוד), בעיות נוירולוגיות (שיקום לאחר אירוע מוח וכו'), ומגוון בעיות רגשיות (דיכאון, חרדה, אי שקט, הפרעות שינה וכו'). המטפל בטווינה משתמש בכלים נוספים מתוך הרפואה הסינית המשולבים בטיפול על מנת להגביר את יעילותו כגון: כוסות רוח, גוואשה, מוקסה (חימום נקודות דיקור) ומשחות טיפוליות.

הטווינה בישראל:

הטיפול בטווינה מוכר ביחידות לרפואה משלימה של מוסדות רפואיים ציבוריים, ומטפלים בטווינה משתלבים בעבודה בקופות החולים, בבתי חולים, במרכזי טיפול הוליסטיים, במרכזי שיקום ובקליניקות פרטיות.

דגשים נוספים לתוכנית הלימוד

- לימודי רפואה מערבית בהיקף נרחב – כחלק מתפיסה אינטגרטיבית, הרואה את לימודי הרפואה המערבית כחלק בלתי נפרד מהרפואה המשלימה, כולל המסלול לימודי רפואה מערבית בהיקף נרחב
- למידה מתוקשבת - באפשרותכם לבחור ללמוד מספר קורסים בלמידת בית באופן מתקשב, בכל עת. הלימוד נעשה דרך צפייה במצגות ושיעורי וידאו מצולמים לצד מטלות ותמיכה מתקדמת. כמו כן, חלק מהקורסים מתקיימים באופן מקוון, מרחוק, מבלי להגיע למכללה.
- מעורבות חברתית – החל מהשנה השנייה ללימודים מתנדבים הסטודנטים בקהילה, כפי שחרוט בחזון של מכללת ארזים
- התפתחות אישית – לכל סטודנט במסגרת התכנית ישנה אפשרות בכל שנות הלימוד לקחת חלק בקורס התפתחות אישית, ללא תוספת תשלום (מדיטציה, יוגה וכו')
- הרצאות אורח – כחלק מתוכנית הלימודים מוזמנים הסטודנטים למגוון הרצאות העשרה במגוון תחומים שונים.
- שירות ליווי ותמיכה בסטודנטים – צוות מנהל הסטודנטים וראש תחום סטודנטים, נמצאים במכללה ללוות, לתמוך ולסייע בדרך שלכם. בניית תוכניות לימוד אישיות (לדוגמא במקרה של הריון ולידה, מילואים, נסיעות לחול ועוד). תפקיד המנהל הוא ליווי אישי לצד קשר וסיוע כנדרש אל מול הפן המקצועי.
- הכשרה ליציאה לדרך – כחלק מתוכנית ההכשרה תתקיימנה הרצאות אשר יסייעו לכם בדרככם בניהול ושיווק קליניקה פרטית ובהשתלבות כמטפלות ומטפלים

פירוט תכנית הלימודים

שנה א'

שם הקורס	פירוט	שעות לימוד אקדמיות
טווינה מעשי א'	קורס מעשי בו נלמדים יסודות ועקרונות הטווינה. לימוד הטכניקות הבסיסיות הקלאסיות, רוטינות הטיפול הבסיסיות, לימוד עבודת הגוף, תנועה, חישה ומגע. יצירת קשר עם המטופל דרך מגע, שילוב עבודה עם צ'י (=אנרגיה החיים) בעבודה הטיפולית.	150
סדנה	תרגול טכניקות טווינה בנקודות דיקור	6
טווינה תרגול א'	אינטגרציה ותרגול החומר.	69
אבני יסוד ברפואה סינית: טרמינולוגיה, תיאוריה ופילוסופיה של הרפואה הסינית	היסודות מהם צמחה הרפואה הסינית: חמשת המעברים (היסודות) והגדרת בריאות מהי YIN/YANG JING, SHEN, JIN-YE, QI, XUE וחמשת החומרים של הרפואה הסינית:	69
אבני יסוד ברפואה הסינית 2	בחינת חמשת האלמנטים ברפואה הסינית, אנטומיה פיזיולוגיה ברפואה סינית	69
נקודות דיקור למסלול לימודי השיאצו והטווינה	מיקום נקודות הדיקור העיקריות, בהתייחס למבנים אנטומיים ומערך המרידיאנים בגוף	20
מבואות חשיבה מדעית	מבואות כימיה, ביוכימיה ומיקרוביולוגיה.	23
רפואה מערבית א' אנטומיה פיזיולוגיה	מבנה ותפקוד מערכות הגוף סמסטר א- מערכת התנועה (שלד שריר) סמסטר ב- מערכות הגוף	115
התפתחות אישית 2 + 1	בחירה מבין קורסי צ'י-קונג - טאי צ'י / יוגה ועוד	46
הרצאות אורח	הרצאות מגוונות בנושאים שונים	26
סה"כ שעות לימוד שנה א': 593 שעות אקדמיות		

שם הקורס	פירוט	שעות לימוד אקדמיות
טווינה מעשי ב'	קורס מעשי לאבחנה וטיפול טווינה לפתולוגיות אורתופדיות ולמחלות פנימיות. אבחנה מבדלת של פתולוגיות אורתופדיות לפי הרפואה הסינית ולפי אבחנת גוף, והתאמת טיפול טווינה למצבים השונים. שכלול והעמקת היכולת להשתמש בטכניקות הטווינה בעבודת הגוף, התחושה, התנועה ובעבודה עם צ'י בטיפולים. טיפול טווינה למחלות פנימיות, התאמה לפי אבחנה סינית ואבחנת גוף. הקורס כולל שיעורי הכנה קלינית. מושם דגש על שכלול היכולות המקצועיות בעבודה עם טכניקות הטווינה ברמה הפיזית, האנרגטית, התנועה ועבודת הגוף, יכולת האבחנה דרך התבוננות, מגע ותחושה, והתאמת הטיפול בהתאם לצורכי המטופל.	130
טווינה תרגול ב'	אינטגרציה ותרגול החומר הנלמד ב"טווינה מעשי ב'".	86
רפואה סינית ב' - פתולוגיה סינית	סקירת מצבים של חוסר איזון ומחלה באיברים השונים לפי הבנת הפיזיולוגיה והפתולוגיה הסינית.	108
תזונה סינית	עקרונות התזונה עפ"י הרפואה הסינית המסורתית- האנרגטיקה של המזונות ושילובם באורח החיים ובטיפול.	11
אבחנות	אבחנות התבוננות, גוף, לשון ותשואול.	16
סדנת מוקסה וכוסות רוח	סדנה ללימוד עקרונות אבחנה וטיפול במוקסה (חימום), כוסות רוח, גוואשה וכו'. ויישום טכניקות אלה בטיפול הטווינה.	20
רפואה מערבית ב' - פתולוגיה	לימוד המכניזם הבסיסי של מחלות, חקר מחלות, הפרעות ופתולוגיות של המערכות השונות תוך הקניית כלים למחשבה קלינית. הרצאת "דגלים אדומים" – זיהוי מצבים פתולוגיים המחייבים הפניה לרופא.	107
רפואה מערבית ב' - בדיקות מעבדה	קריאה וניתוח של בדיקות מעבדה ודימות	37
קורס החייאה	הכשרה למתן עזרה ראשונה דחופה בעת הצורך.	5
פתולוגיות אורתופדיות	פתולוגיות אורתופדיות מערביות, כולל יסודות של תהליכים פתולוגיים כגון תהליכי כאב, דלקת ופציעות רקמה ולימוד מעמיק של בעיות מפרקים נפוצות.	19
פסיכופתולוגיה	הקורס סוקר קשת של אבחנות פסיכולוגיות ופסיכיאטריות נפוצות	55
יחסי מטפל מטופל	סדנה אינטראקטיבית בקבוצות קטנות העוסקת בדינאמיקה טיפולית ויחסי מטפל-מטופל.	12
מעורבות חברתית 1	התנדבות סטודנטים בקהילה בעבודה קלינית בטיפול מגע.	20
התפתחות אישית 4 + 3	בחירה מבין קורסי צ'י קונג / טאי צ'י / מדיטציה / יוגה ועוד	46
הרצאות אורח	הרצאות מגוונות בנושאים שונים	26
סה"כ שעות לימוד שנה ב'-698 שעות אקדמיות		

שם הקורס	פירוט	שעות לימוד אקדמיות
קליניקה	קבלת מטופלי חוץ וניהול כל שלבי קבלת המטופל: תשאול, אבחנה, בניית תכנית טיפול ויישומה בטיפול מעשי. התהליך נעשה בלווי הנחייה וייעוץ של מנחה קליני.	104
דיון קליני	דיון במקרים קליניים מתוך הקליניקה הלימודית או במקרים אחרים. העמקה והרחבה בנושאים העולים מתוך המקרים, וכן בסוגיות נוספות בהם נתקלים הסטודנטים	52
התמחויות	לימוד שיטות טיפול מתקדמות, הרחבה והעמקה בנושאים שונים עם היבטים ודגשים קליניים, לימוד טיפולים לבעיות אורתופדיות מבניות, הרחבת אבחנת גוף, אבחנת וטיפול בטן, טכניקות מתקדמות לשחרור נקודות כאב.	84
ניהול קליניקה ושיווק עצמי	ניהול קליניקה, עקרונות בבסיס הכלכלי, עסקי ושיווקי לניהול קליניקה. שיווק עצמי ובניית בסיס מטופלים.	16
מעורבות חברתית	התנדבות סטודנטים בקהילה בעבודה קלינית בטיפולי מגע לאוכלוסיות בעלות צרכים מיוחדים	20
התפתחות אישית 6 + 5	בחירה מבין הקורסים: צ'י קונג / טאי צ'י / מדיטציה / יוגה	46
הרצאות אורח	הרצאות מגוונות בנושאים שונים	26
סה"כ שעות לימוד שנה ג': 348 שעות אקדמיות		

סך כל השעות בתוכנית הלימודים: 1,639 שעות אקדמיות

* תכנית הלימודים נתונה לשינויים ע"פ שיקול דעת של הסגל המקצועי והמנהלי מכללת ארזים.