



## ”קול בגוף ראשון”

### תכנית עומק מעשית בנושא קול להעמקה והתנסות אישית בקול

**מטרת התוכנית:** פיתוח היכולת לזהות איכויות וגוון קול בקול ללא פתולוגיות, ולגזור מהם תובנות לגבי תפקודי קול ואופני התנהלות. התוכנית ביסודה היא מעשית, אינה כוללת חומרים כתובים או מצגות. מרבית שעות התוכנית יוקדשו להתנסות אישית בהפקת קול ולשיח על מידע העולה מן הקול. התרגילים מבוססים ברובם על שירה כאמצעי המחשה, אך אין צורך בשירה מדויקת (מותר לזיף), שירה לפי תווים או במיומנויות נגינה. חומרים מתוך התוכנית הושפעו מעבודתה של גייני לובטרי, מייסדת Somatic Voicework. עקרונות התוכנית מתיישרים עם מודל ה-ICF (Int'l classification of function, disability and health).

**מבנה התוכנית:** המפגשים מורכבים ממחצית ראשונה המכילה תכנים דידיקטיים ומחצית שנייה של השיעור, הממוקדת בהדגמות ובהתנסות חווייתית. נקודת המוצא שלנו היא התפקוד בקול הלא-פתולוגי, ועל כן המודלים שלנו לחקירה יהיו משתתפי הקורס עצמם, אשר יחולקו לזוגות: מטפל/מטופל. בכל שיעור ייבחר לפחות זוג אחד שיתנסה בחקירת תיפקודי קול על פי העקרונות שנלמדו והודגמו בשעורים הראשונים. לכל משתתף ומשתתפת יוקצו כ-30 דקות להתנסות אישית. כל משתתף ומשתתפת יתנסו פעם אחת כמטופלים ופעם אחת כמטפלים. לצד זאת, ההתנסויות מתקיימות מול הקבוצה כולה, דבר המהווה כר לשיח וחשיבה בין כלל המשתתפים.

ב-4 השעורים הראשונים, הכוללים חומר-רקע תאורטי, יתבקשו משתתפי הקורס לרענן את ידיעותיהם בבית, על מנת לאפשר סקירה זריזה ומיקוד בהתנסות הפיזית. התכנית כפופה לשינויים. תוצע רשימת מאמרים להעשרה.

#### פרטים טכניים:

14 מפגשים פנים אל פנים בני 4 שעות אקדמיות בכול מפגש (שני סשנים של שעה וחצי, וביניהם חצי שעה הפסקה).

התוכנית תתקיים בימי שני בשעות 9:00-12:30 באוניברסיטת חיפה.

תאריכי המפגשים: 9/1 ; 2/1 ; 26/12 ; 19/12 ; 12/12 ; 5/12 ; 28/11 ; 21/11 ; 14/11 ; 7/11 ; 31/10 ; 24/10 ;

16/1 ; 23/1 . מומלץ לשמור מועד נוסף לקיום שיעור השלמה במידת הצורך: 31/1

תתאפשר כניסה ברכב לשטח האוניברסיטה

מספר המשתתפים מוגבל ל-20

**עלות:** בהרשמה מוקדמת (עד ה-15/9): 3300 ₪; בהרשמה מאוחרת (החל מה-16/9): 3800 ₪. ניתן לפרוש ל-3 תשלומים.

**בקשות לביטולים והחזרים יתקבלו עד 15 בספטמבר בלבד. לא יתאפשר החזר לאחר מועד זה מכל סיבה.**



### פירוט התוכנית (כפופה לשינויים)

1. 24/10 **חצי ראשון**: פתיחה, חזרה קצרה על אנטומיה ופיזיולוגיה. **חצי שני**: מהי גישה סומאטית לטיפול? הדגמה.
2. 31/10 **חצי ראשון**: Power: מערכת הנשימה, מוקדים ותובנות. **חצי שני**: תרגול עקרונות בנשימה
3. 7/11 **חצי ראשון**: Source: דפוסי רטיטה: רגיסטרים וחשיבותם בתפקוד מיתרי הקול, **חצי שני**: הדגמת גישה לרגיסטרים והאזנה להם - תרגיל הקשבה.
4. 14/11 **חצי ראשון**: Filter: מסלול הקול, מוקדים ותובנות. **חצי שני**: הדגמת הבדלים בין רגיסטרים לתפקודי מסלול הקול – תרגיל הקשבה.
5. 21/11 יום התנסות מלא: **חצי ראשון**: זוג 1-2 (כולל החלפה ביניהם). **חצי שני**: זוג 3-4, והחלפה.
6. 28/11 יום התנסות מלא: **חצי ראשון**: זוג 5-6 והחלפה. **חצי שני**: זוג 7-8 והחלפה.
7. 5/12 **חצי ראשון**: תיאום נשימה וקול, מוקדים ותובנות, **חצי שני**: זוג 9-10 והחלפה.
8. 12/12 **חצי ראשון**: גזירת תובנות מהקשבה. **חצי שני**: זוג 11-12 והחלפה.
9. 19/12 **חצי ראשון**: עוד על נשימה. **חצי שני**: זוג 13-14 והחלפה.
10. 26/12 **חצי ראשון**: SOVT – כיווני עבודה. **חצי שני**: זוג 15-16 והחלפה.
11. 2/1 **חצי ראשון**: יחסי מטפל מטופל ותפקיד המטפל/ת. **חצי שני**: זוג 17-18 והחלפה.
12. 9/1 **חצי ראשון**: גזירת תובנות מהקשבה. **חצי שני**: זוג 19-20 והחלפה.
13. 16/1 **חצי ראשון**: סשן חופשי של שאלות ותשובות. **חצי שני**: פתולוגיות במיתרי הקול.
14. 23/1 **חצי ראשון**: הבדיקה הלרינגוסקופית והסטרובוסקופית. **חצי שני**: סיכום ופרידה.