

מנהיגים ומפעלות חיים בגרונטולוגיה הישראלית

ראיין וכתב: פרופ' דב שמוטקין

ערכה: פרופ' עמיאלה גלברזון

פרופ' יעקב (ג'קי) לומרנץ

מנהיג ופורץ דרך בתחום הפסיכולוגיה של הבגרות והזיקנה



יעקב (ג'קי) לומרנץ, פרופסור אמריטוס בחוג לפסיכולוגיה באוניברסיטת תל אביב, הוא חלוץ ומתווה דרך בחיבור הפסיכולוגיה הקלינית וההתפתחותית עם העשייה והמחקר בגרונטולוגיה. בתפיסת עולמו פיתח פרופ' לומרנץ גישה גרונטולוגית-הומניסטית, שמחויבת כלפי האדם המתמודד עם מצוקה נפשית או מגבלות קיומיות. ביסוד מחקריו עומדים עקרונות הפסיכולוגיה ההתפתחותית של טווח החיים. תיאוריית ה"אֶיִנְטֶגְרַצְיָה" שהגה מסבירה את עקרונות הקיום האנושי על רקע מורכבות החיים, התנסויות פרדוקסליות וסתירות בלתי פתירות. תיאוריה זו מנסה להסביר את כוחות ההישרדות והגדילה גם לנוכח התנסויות חיים מורכבות וטראומתיות ומול תהליך ההזדקנות וסופיות החיים. מחקריו של פרופ' לומרנץ עוסקים בתחומים מגוונים של מרחב וזמן פסיכולוגיים, בריאות נפשית בזיקנה, ההסתגלות הנפשית של ניצולי שואה וכן מצבי לחץ וטראומה במישור האישי, החברתי והלאומי. במישור המעשי הוא פיתח שירותים חלוציים וייחודיים לטיפול בנפגעי ראש ובזקנים בבתי אבות ופעל לבניית כלים לתמיכה וטיפול נפשי

שיתאימו לכל אדם זקן על פי רצונו וצרכיו. הוא ייסד, עיצב וניהל מסגרות של הוראה והכשרה בפסיכולוגיה קלינית ובגרונטולוגיה, יחידות למחקר אקדמי שבראשן מכון הרצג לחקר הזיקנה באוניברסיטת תל אביב, ומפעלים אקדמיים וחברתיים לקידום הידע אודות הזיקנה והאוכלוסייה הזקנה. פרופ' לומרנץ עמד בראש האגודה הישראלית לגרונטולוגיה במשך חמש שנים (2000–2004). בעת כהונתו הוא פעל לקידום נושאים חברתיים וליצירת דו-שיח מתמשך ופורה עם קובעי מדיניות. בשנים האחרונות עוסק פרופ' לומרנץ בנושא היצירתיות בגיל המבוגר כבסיס להזדקנות מיטבית, ואף מיישם זאת אישית. פרופ' לומרנץ שייך לדור של מדענים בעלי אוצר בלתי נדלה של ידע, תחומי עניין, יכולת אינטלקטואלית ועושר תרבותי. מפעלו ומנהיגותו של פרופ' לומרנץ נושאים מסר של מתן ערך למורכבות האנושית, של גישה רגישה ואמפתית למצוקה האנושית ושל הכנה מעמיקה בטבע האדם.

אלה תולדות

פרופ' יעקב (ג'קי) לומרנץ נולד ב-1937 בעיר לייפציג שבגרמניה. הוריו היגרו מפולין לגרמניה ב-1929 בתקווה לבנות לעצמם חיים ראויים ובטוחים, אולם התקווה התנפצה לאחר עליית הנאצים לשלטון. תחושת המשבר הגיעה לשיאה כאשר אמו מצאה את עצמה ב"ליל הבדולח" (נובמבר 1938) נמלטת ברחובות העיר מפני הנאצים הפורעים ביהודים כשכנה בזרועותיה. ב-1939, חודשיים לפני פרוץ מלחמת העולם השנייה, הצליחו הוריו, במעשה של סיכון והצלחה, לצאת מגבולות השטח הנתון תחת השלטון הנאצי. קודם לכן נכלא אביו, לאחר שנתפס בניסיון בריחה מהמדינה כדי להשיג ויזה להוצאת משפחתו לבריטניה. כשהיה האב בכלא הצליחה האם, ברוב עמל ותושייה, להשיג כרטיסי הפלגה לעיר שנחאי בסין, שבזכותם הורשו שני ההורים ובנם היחיד לעזוב את גרמניה, כשהם מותירים את כל רכושם מאחוריהם. במשך עשר שנים גדל פרופ' לומרנץ כילד בשנחאי, בין אלפי יהודים שנמלטו מאירופה והצליחו לקיים חיי קהילה מאורגנים ולשרוד בתנאי מחסור בזמן מלחמת העולם השנייה. בעיר הבינלאומית והרב-תרבותית הזו שלטו היפנים, שהפכו בהמשך לבעלי ברית של גרמניה הנאצית. פרופ' לומרנץ למד באותה עת לימודים כלליים בבית ספר יהודי שהורה בשפה האנגלית, ובהמשך היום גם ב"חדר" שבו לימדו יהדות, חומש וגמרא. עקב השלטון היפני הופצצה שנחאי במלחמה על ידי מטוסי ארצות הברית. תושבי העיר הושמו במשטר חמור של הגבלות ותנאי מחייה קשים, ובעיר ניכרו סימני ההרס, הרעב והמוות. ההורים וילדם העתיקו את מקום מגוריהם מספר פעמים, וכשאר היהודים נאלצו לציית להוראת היפנים ולעקור לשכונת גטו דלה וצפופה. בתום המלחמה שוחררה העיר על ידי חיילי ארצות הברית, ומהם הגיעה הידיעה הנוראה והקשה מנשוא על שואת היהודים באירופה. השתלטותם של הכוחות הקומוניסטיים של מאו צה-טונג על סין אילצה שוב את היהודים בשנחאי להגר בבהילות למקומות חדשים. בשנת 1948, והוא אז בן 12, עלה פרופ' לומרנץ עם

הוריו לישראל. גם כאן החלה המשפחה את דרכה בהתמודדות יומיומית עם המחסור הכלכלי ותנאי החיים הקשים. תחילה התגוררה המשפחה במעברה ולאחר מכן בשכונת סלמה בדרום תל אביב, יחד עם העולים החדשים שבאו מפזורות רבות. מלחמת העצמאות היתה עדיין בעיצומה. אביו של פרופ' לומרנץ התקשה למצוא עבודה בסביבת החיים החדשה ונפטר מהתקף לב כעבור ארבע שנים, כשהוא בן 54. כשבועיים אחר כך, באופן אירוני, הגיע האישור לבקשת הגירה לארצות הברית שהאב הגיש קודם לכן עבור המשפחה. אולם פרופ' לומרנץ, שהיה אז נער, החליט להישאר עם אמו בארץ. לפרנסתם הוא נאלץ לעבוד בעבודות מסוגים שונים, וכך נמנעו ממנו לימודים מסודרים בבית ספר תיכון. עבודה שהתמיד בה זמן רב יותר מכל האחרות היתה כפקיד בנק. למרות הצלחתו בעבודה מסודרת זו, הוא דבק ברצונו לממש את הסקרנות האינטלקטואלית והנטייה האמנותית הרחבה הטבועה באופיו. לכן למד לימודי ערב, עסק בכתיבת שירה וסיפורת וחי חיי בוזמה.

פרופ' לומרנץ למד ספרות, היסטוריה ופילוסופיה, ובהמשך נמנה עם מחזור התלמידים הראשון של החוג לפסיכולוגיה שהוקם בשנת 1961 באוניברסיטת תל אביב, בקמפוס הראשון שלה בשכונת אבו-כביר. הוא היה גם עוזר ההוראה הראשון בחוג, והראשון שנשלח – בזכות הצטיינותו – ללימודים בחוץ לארץ. את עבודת הדוקטורט שלו כתב בשנים 1966–1970 באוניברסיטת דיוק בארצות הברית. עם שובו ארצה, הוא הצטרף לסגל האקדמי של החוג לפסיכולוגיה באוניברסיטת תל אביב, ממנה פרש לגמלאות כפרופסור אמריטוס בשנת 2004.

החוויה הביוגרפית כתשתית לתפיסת עולם ולבחירה להתמחות בפסיכולוגיה

פרופ' לומרנץ מודה כי הוא חש היטב בהשפעות שהיו לרקע הביוגרפי שלו על תפיסת עולמו ועל עבודתו האקדמית (Lomranz, 2001). המוטיב ההיסטורי של "היהודי הנודד" היה עבורו אמת אישית. מה סמלי הדבר, שכאשר איתר את בית מגוריו בשנחאי בביקור שערך לאחרונה בסין, בחפשו שרידים לנוכחות שהיתה שם למשפחתו, הוא זיהה את מזוודות הארגז הגדולות ששימשו את הוריו כמהגרים וכפליטים. תחושת "הישיבה על המזוודות" היתה משמעותית עבורו. לדבריו מוטיב היהודי הנודד, שבמקורו ביטא בנצרות את דימוי היהודי הנע עם קללה על ראשו, ממחיש את ההבדל בין מי שהצליח לשרוד אל מול הרעה המתקרבת ובמהלכה, לבין מי שהרעה הפילה אותו קורבן. כך היו הוריו של פרופ' לומרנץ השרידים היחידים מכל בני משפחותיהם הענפות שנספו בשואה. יש אפוא ביהודי הנודד מרכיבים נפשיים תמידיים של פרידה, תחושת אבל, סכנה קיומית, קושי להגיע לשייכות של אמת, לטריטוריה או לתרבות אחת ויחידה, וחוסר מנוח עקב תנועה מתמדת מכורח ולעיתים מרצון. יחד עם זאת, כפי שפרופ' לומרנץ ידע לזהות, יש ביהודי הנודד גם כוחות רבי ערך: הכישרון להתמודד בנסיבות קשות, ההכרח הבלתי פוסק ללמוד ולהתחבר מחדש, היכולת להציב מטרות ולהגשימן, הנכונות להסתכן ואף להמר, תחושת האוניברסליות שמאפשרת להרגיש "בבית" במקומות שונים, ויחד עם זאת גם התושייה למצוא את המיטב האפשרי, להתפתח ולהצליח – לעיתים כנגד כל הסיכויים. היהודי הנודד הוא, אם כן, מטפורה אוניברסלית של אנשים עקורים ונודדים באשר הם. במטפורה, כמו גם אצל פרופ' לומרנץ, הנדידה בין מקומות, תרבויות וגורלות אינה רק התרחשות חיצונית, אלא גם הלך נפש פנימי. כפי שנראה להלן, הלך נפש זה גיבש אצלו, בין

השאר, תפיסת עולם שביסודה עומדים השונות, הניגודיות, האפשרות והמאמץ לשינוי, וזאת בד בבד עם האופטימיות שבהווה ובחוויה האנושית.

ציוני דרך במחקר ובפיתוח בתחום הפסיכולוגיה

פרופ' לומרנץ עסק במגוון נושאים אקדמיים. בסקירה זו ניתן רק להזכיר את הבולטים מביניהם, תוך הפניה לפרסומים הרלוונטיים לשם קבלת פרטים נוספים.

פרופ' לומרנץ גילה עניין רב במשמעויות הפסיכולוגיות שאנו נותנים למימדים הפיזיקליים-אובייקטיביים של מרחב (Lomranz, Shapira, Choreish, & Gilat, 1975) וזמן (Lomranz, Friedman, Gitter, Shmotkin, & Medini, 1985; Lomranz, Shmotkin, & Vardi, 1991). נושאים אלה שופכים אור על השונות הרבה באופן שבו מבנים אנושים את עולמם הפסיכולוגי. גבולות המרחב הפרטי, כפי שאנושים תוחמים אותו לעצמם, נמצאים במפגש שבין האינדיבידואליות האישית לבין הקולקטיב החברתי שהפרט נטמע בו. כפי שיפורט בהמשך, זהו מפגש שפרופ' לומרנץ חזר אליו בחלק ניכר מעבודותיו. בנוגע לזמן, חשוב היה לפרופ' לומרנץ לאפיין את החוויה האישית של תפיסת הזמן ואת הקו ההתפתחותי שבו, קו שנותן משמעות לרצף הטמפורלי שעליו נעים חיינו לכל אורכם. הוא חקר את התהליכים הקוגניטיביים שמשפיעים על חוויית הזמן הסובייקטיבית (Lomranz, 1983). מרכיב הזמן ומשמעותו לאדם נדונים במסגרת תחומי המחקר העיקריים של פרופ' לומרנץ: התחום ההתפתחותי-אישיותי, תחום בריאות הנפש וחקר השפעות השואה. מתפיסת זמן החיים נגזרת גם הבנת הסופיות שלהם. תפיסתו הרחבה של פרופ' לומרנץ לגבי הזמן והסופיות מזינה גם את אחד המאפיינים של כל נושאי עבודתו המדעית: נקודת מבט רב-מימדית ורב-כיוונית. מחקריו של פרופ' לומרנץ מאוששים את הדיאלקטיקה שבה הזמן מובן לנו: הזמן הורס ובונה כאחד; הוא נותן תחושה של התקדמות ליניארית לקראת מטרות, אך גם תחושה של הסתובבות מעגלית שבה התנסויות חוזרות על עצמן. לבסוף, הוא מתעתע בנו בהרגשות מנוגדות של מהות פסיבית שמתחמקת מאיתנו מבלי משים, לעומת מהות אקטיבית שלוחצת ודוחפת אותנו להספק יעיל.

תרומה אקדמית ייחודית: תיאוריית הא-אינטגרציה

ציון דרך במחקר של פרופ' לומרנץ בתחום הפסיכולוגיה הוא פיתוח תיאוריית הא-אינטגרציה (כלומר, היעדרה של אינטגרציה), שעניינה הדיאלקטיקה של חיים עם ניגודים בלתי פתירים. תיאוריה זו, שפרופ' לומרנץ שוקד עליה גם בשנים האחרונות, מארגנת ומסכמת את תפיסת עולמו האישית והמדעית (Lomranz, 1998b). פרופ' לומרנץ עסק בשאלה כיצד להבין את הריבוי והשונות בחיי האדם, כמו גם את הכוח האנושי לשרוד ולצמוח למרות מורכבות החיים האנושיים והחברתיים שמציבה החברה העכשווית ושמשתקפת בשינויים הנדרשים, בנדודים, במצבים חסרי המוצא, בטראומות ובמעברים שנכפים על אנשים כה רבים. גישתו היתה לאמץ פרדיגמה של ניגודיות, יחסיות ופרדוקס, ולא רק של היגיון מסורתי, רציפות, אחדות והרמוניה. סוד ההסתגלות, היצירתיות וההתפתחות טמון דווקא ביכולת האנושית, הנמצאת ברמות הקוגניטיביות, הרגשיות והעמדתיות, לשאת חיים דיאלקטיים שבהם שולטים עמימות, היעדר המשכיות, חוסר סינכרוניות, אמביוולנטיות ואבסורד של הפכים. פרופ' לומרנץ מרד בתפיסות

מסורתיות בפסיכולוגיה החברתית (תיאוריות העקביות, כמו תיאוריית הדיסוננס הקוגניטיבי) ובפסיכולוגיה ההתפתחותית (תיאוריות שטוענות לחתירה אל אינטגרציה מסודרת של התנסויות החיים, כמו תיאוריית אריקסון). במחשבתו ניכרים קווים של חשיבה פוסט-מודרנית שמדגישה את השוני, הסובייקטיביות והפרשנות הרב-מימדית ושאינה רואה לנגד עיניה אמת מוחלטת אחת, אלא אמיתות רבות ויחסיות. פרופ' לומרנץ התייחס לניסיונם של אנשים שעברו שינויים ברמות הקיום השונות, ביניהם כאלה שחוו אובדן, מלחמות, אירועים מהפכניים, קורבנות ואף זיקנה כשלעצמה, והצביע על הצורך ביכולת סבילות והכלה של כל מה שלא ניתן ליישבו בחיים. לטענתו, דווקא הא־אינטגרציה היא זו שמאפשרת לאדם להגיע ליותר תובנות עצמיות, משמעויות ריאליסטיות, התנהלות במצבי חוסר ודאות, נטילת סיכונים יעילה, ובסופו של דבר אף השלמה ונינוחות. תיאורית הא־אינטגרציה מבטאת עמדות והשקפת עולם שמדגישות את מקורות העוצמה של הפרט ואת הקיום בתוך שונות של דמוקרטיה. לתיאוריה זו השלכות מרכזיות על חקר האישיות והטיפול הפסיכותרפויטי. בימים אלה מסכם פרופ' לומרנץ שורה ארוכה של מחקרים אמפיריים שמדדו את מושג הא־אינטגרציה באוכלוסיות שונות תוך שימוש בכלי מחקר שבנה לצורך זה, והעמידו למבחן את ההשערות הרבות הנובעות מהתיאוריה.

עיצוב פני הפסיכולוגיה הקלינית בישראל

כפסיכולוג קליני, עיקר ההוראה של פרופ' לומרנץ היה במגמה הקלינית של הלימודים לתואר מוסמך (מ"א) בחוג לפסיכולוגיה, שבה כיהן במשך שנים כראש המגמה ושאותה אף עיצב במידה רבה. בתפקידו זה קבע מאפייני יסוד בלימודי הפסיכולוגיה הקלינית באוניברסיטת תל אביב כמו גם באוניברסיטאות אחרות בישראל. בגיוס אנשי סגל למגמה, הוא מימש את מודל ה־scientist-practitioner, על פיו הלימוד הקליני נשען על מורים שהם בעלי ניסיון ובכירות בשטח כפסיכולוגים קליניים, אך בה בעת הם גם חוקרים בעלי שיעור קומה. בתפקידו כראש מגמה הסדיר פרופ' לומרנץ גם את מערכת המיון הרגילה לקבלת התלמידים לפסיכולוגיה קלינית, מערכת שנדרשה בשל הפער הגדל בין הביקוש ללמוד במגמה היוקרתית לבין ההיצע המוגבל של מספר מקומות לתלמידים. הוא עיצב את תחומי ההוראה הבסיסיים בפסיכולוגיה קלינית, עוד לפני שהוסדרו באופן רשמי בעקבות חקיקת חוק הפסיכולוגים בישראל. יחד עם אנשי סגל נוספים בחוג הוא גם הוסיף תחומי הכשרה חדשים לאותה תקופה, כמו התנסות והנחיה בדינמיקה קבוצתית לצרכים בין-אישיים או כטיפול (נושא שעמד במרכז עבודת הדוקטורט שלו) וכן טיפול במבוגרים ובזקנים, לאור גישת הפסיכולוגיה ההתפתחותית של טווח החיים. פרופ' לומרנץ הוא מדריך קליני מעולה. הוא הקנה לתלמידיו את המיומנות לעסוק ברכיבים הבסיסיים שבתהליכים הטיפוליים ולא להתמקד בהתנהלות טכנית מתקדמת בלבד. הסמינריונים שלימד במגמה היו ידועים כמעוררי עניין, סקרנות והשראה. הוראתו הצטיינה בראייה ערכית ובהבנה מהותית של חשיבות האינטראקציה הבין-אישית בין המורה לתלמידיו. תרומה מיוחדת בנוף הישראלי של ראשית שנות השבעים היתה היחידה לטיפול בנפגעי ראש שהקים פרופ' לומרנץ בחוג לפסיכולוגיה בשיתוף עם אגף השיקום במשרד הביטחון. האוכלוסייה שנוקקה ליחידה זו כללה בחלקה הגדול חיילים שנפגעו במלחמה. טיפול מקורי זה עוצב על ידו בשילוב של גישות פיזיולוגיות ופסיכולוגיות שונות – קוגניטיביות, משפחתיות

וקהילתיות – שהותאמו באופן אישי לכל מטופל. פרופ' לומרנץ נהג לטפל בעצמו במקרים הקשים ביותר וניסה לבנות עבורם מנפץ שיקום באמצעות עיסוקים שבעבר היו אהובים עליהם במיוחד (למשל תחביב כמו כדורגל או פעילות מועדפת ומושקעת אחרת). עבודה זו היתה חדשנית והתאפיינה באווירה של התנסות חלוצית, יצירתית וניסויית. פרופ' לומרנץ עמד בראש צוות של מטפלים, אשר המשיכו לאחר מכן לפתח את התחום הזה במכונים ובאוניברסיטאות אחרות וייסדו למעשה את ההתמחות בפסיכולוגיה שיקומית לצד ההתמחות בפסיכולוגיה קלינית.

פרויקט נוסף, ייחודי ונועז במיוחד של פרופ' לומרנץ היה הקמתו של מרכז לטיפול פסיכולוגי בבתי אבות. זה היה מימוש של מודל חדשני לפסיכולוגיה קלינית-גרונטולוגית, ראשון בארץ ונדיר בעולם, שפרופ' לומרנץ פיתח לצורכי אוכלוסייה של זקנים בתוך המסגרת הקהילתית שלהם (Lomranz, 1991). הפרויקט התנהל בשני בתי אבות של רשת 'משען' והוכר על ידי משרד הבריאות כמוסד התמחות בפסיכולוגיה קלינית. לצערם של רבים, הפרויקט נסגר כעבור חמש שנים בשל מגבלות תקציביות, אך הצמיח קבוצה איכותית של פסיכולוגים קליניים, שראו לעצמם אתגר מיוחד באבחון ובטיפול באנשים זקנים. פסיכולוגים אלה ממשיכים גם היום לתרום מן המומחיות המיוחדת להם במסגרות שונות בקהילה ובמוסדות. יש לקוות שניתן יהיה לחדש את המודל המקצועי הייחודי שבנה פרופ' לומרנץ כמענה לצרכים הנפשיים ההולכים וגדלים של האוכלוסייה הזקנה.

תרומה ייחודית בתחום הפסיכו-גרונטולוגיה

בריאות נפשית בזיקנה

פרופ' לומרנץ הוא החלוץ הישראלי ביישום הפסיכולוגיה הקלינית באוכלוסיית הזקנים. הוא מיפה בקפדנות את הקשיים והצרכים המיוחדים של בריאות נפשית בגיל הזיקנה, בדק כלים פסיכולוגיים למדידת הפרעות בבריאות הנפשית ובראשן דיכאון וכן אפיין את המודלים השונים של עזרה נפשית, בכללם פסיכותרפיה, לאנשים זקנים בקהילה ובמסגרות מוסדיות (לומרנץ, 2003; Lomranz & Bar-Tur, 2001). עבודתו של פרופ' לומרנץ על פסיכותרפיה לזקנים דרשה התנערות מדעות קדומות ומסטריאוטיפים שמקובלים בקרב רבים מאנשי המקצוע ושהתבססו בין השאר על עמדות שפריד עצמו ביטא בדבר חוסר התועלת שבטיפול נפשי בגיל הביניים ובזיקנה. לאחר שמחקרים אכן הצביעו על כך שטיפול נפשי מועיל בהחלט לאנשים זקנים, הראה פרופ' לומרנץ כיצד תיאוריות קלאסיות ופוסט-פרוידיאניות מתאימות להבנת הפסיכודינמיקה של האדם הזקן וכיצד ניתן להשתמש בתיאוריות אלו. בכך סלל את הדרך למטפלים בתחום בריאות הנפש להצעת שיטות פסיכותרפיות לטיפול כזה בזקנים שזכאים לו ושמוכנים לקבלו (לומרנץ, 1991).

הסתגלותם הנפשית של ניצולי שואה

פרופ' לומרנץ עומד בראש קרן פרנקל למחקר על ניצולי שואה אשר הוקמה באוניברסיטת תל אביב, והשקיע רבות בחקר הפסיכולוגיה של אוכלוסייה זו. הוא היה בין הראשונים שבדקו את ההשפעה ארוכת הטווח של טראומת השואה בראייה מקיפה ביותר, שכללה בין השאר את

מאפייני הטראומה, הרקע ההיסטורי של חיי הניצולים לאחר השואה, המארג החברתי שבו השתקמו והשתלבו, תפיסת משמעות הזמן עבורם, התפתחותם הפסיכולוגית של הניצולים בטווח החיים השלם והרלוונטיות של ההתנסות בשואה בגיל צעיר לתהליכי ההזדקנות המאוחרים יותר (Lomranz, 1990, 1995). הוא הפך את חקר ניצולי השואה לנושא מרכזי במסלול הלימודים לתואר ראשון ושני וקיים עשרות סמינרים לדיון במחקרים שנעשו בתחום. במאמר שמסכם גיליון מיוחד על שואה וזיקנה בעריכתו (לומרנץ, 1996), הוא המחיש את השפעת המתודולוגיה של המחקר (תיאורטית, קלינית, אמפירית) על אפיון מצבם הנפשי של הניצולים. למרות נקודת המוצא שלו כפסיכולוג קליני, הוא הדגיש את החשיבות של מחקרים על ניצולים שנדגמו מתוך הקהילה (כלומר לא בהקשר קליני) כדי להבין כיצד למרות פגיעותם, רובם הצליחו לגלות יכולות התמודדות מופלאות. להערכתו, הדגשת יתר של תגובות פסיכופתולוגיות אצל ניצולים יוצרת דימוי מעוות שלהם, שממעיט בחוסנם הנפשי (Lomranz, 2000).

שילוב המחקר על הטראומה ועל ההזדקנות בקרב ניצולי השואה היה חשוב לפרופ' לומרנץ, משום שהזיקנה מעמידה במבחן עליון הן את הרגישות לזיכרונות הטראומטיים, שמתחזקת בנסיבות של ירידה ואובדן, והן מנגד את מיצוי החוסן של ההישרדות, שאף הוא השתכלל והבשיל במהלך השנים.

מצבי לחץ וטראומה במישור האישי, החברתי והלאומי

חקר ניצולי השואה היה רק חלק ממחקריו של פרופ' לומרנץ על מצבי לחץ וטראומה בכלל. ברמת הפרט, הוא עסק בפגיעות ראש קשות ובהלם קרב וכן תרם למחקר על כאב (Mostofsky & Lomranz, 1997). הוא היה בין מקימי המערכות הטיפוליות הראשונות בשדה לטיפול בהלומי קרב במלחמת יום הכיפורים, עת הגיעו ישירות מהחזית הדרומית בסיני. במישור החברתי והלאומי הוא חקר את ההשפעות הנפשיות של מלחמה, כמו מלחמת לבנון הראשונה ומלחמת המפרץ (לומרנץ ונוה, 1994; Lomranz, Hobfoll, Johnson, Eyal, & Zemach, 1994). ברוב העבודות הללו הוא אפיין מנגנונים של התמודדות ושיקום והציע התערבויות טיפוליות.

קידום האקדמיזציה של הגרונטולוגיה

בניית מסגרות לפעילות אקדמית בגרונטולוגיה

בשנות השמונים של המאה העשרים ביקש פרופ' לומרנץ להקים מסגרת אקדמית חלוצית שתקיים הוראה ותעודד מחקר גרונטולוגי רחב יריעה, מסגרת שפניה הן לאקדמיה והן לקהילה. מסגרות כאלו למחקר גרונטולוגי טרם נוסדו אז באקדמיה הישראלית. תחילה הוא ייסד את "היחידה לפסיכולוגיה של הבגרות והזיקנה" שהיוותה בשנת 1992 את התשתית להקמת מכון הרצג לחקר הזיקנה באוניברסיטת תל אביב. המכון, שהיה בזמנו הראשון מסוגו בארץ, הוקם בתרומתם של בני הזוג הרצג ונמצא בחסות משותפת של הפקולטה למדעי החברה והפקולטה לרפואה. פרופ' לומרנץ, מייסד המכון, כיהן כמנהלו הראשון ועד היום הוא חבר בפורום ההנהלה שלו ובוועדה המדעית שמלווה אותו.

מכון הרצג תרם רבות לקידום הגרונטולוגיה הישראלית ופעולותיו השונות שימשו חלוץ ומופת. הוא קידם וניהל מחקר רב-תחומי בנושאי הזדקנות וזיקנה, ובה בעת פנה גם לקהל הרחב כדי לקרב את האקדמיה אל צורכי הקהילה. המכון ערך ימי עיון פתוחים לציבור הרחב להפצת ידע גרונטולוגי וארגון כנסים שיועדו לבעלי מקצוע בגרונטולוגיה וכן קורסי הכשרה ייחודיים לעבודה בשירותם של זקנים. ראוי לציין את יוזמותיו של מכון הרצג בארגון מסגרות של מפגש וחשיבה, כמו גם בקיום פורומים מקצועיים סדירים לאנשי מדע, רפואה וספרות בהקשרים גרונטולוגיים. במיוחד יש להדגיש את הפנייה למעצבי מדיניות בתחום הזיקנה בארץ, ובכללם שרים, ראשי ארגונים גדולים ומדענים המעורים בקהילה שתרמו, בין השאר, לקיומו של "כנס הסכמה" רב-היקפי, בשיתוף עם ארגון אשל (בריק ולומרנץ, 2004). פעילות מגוונת זו, כפי שפרופ' לומרנץ עיצב אותה בתקופתו כמנהל המכון, התקיימה וממשיכה להתקיים גם היום, בראשות מנהלי המכון שבאו בעקבותיו.

אחת מגולות הכותרת בפעילותו של מכון הרצג היא ארגונו של הכנס הבינלאומי על הזדקנות ובריאות נפשית ב-1998 בשפיים. המטרה היתה לחדש את החשיבה התיאורטית בנושא שבו עסק הכנס. פרופ' לומרנץ הצליח להביא ארצה שורה של גרונטולוגים בעלי שם עולמי ומובילים בתחומם, ואף עורר את מעורבותם במכון. הם התכנסו יחד, "כאי מנותק", לדיונים אינטנסיביים על המאמרים שכל אחד מהם הכין מראש עבור הכנס. המאמרים, אשר לובנו בסיעור המוחות של קבוצת המדענים האורחים, כללו הצגה של תיאוריות חדשניות, בניית מושגים ייחודיים וסיכומים בעלי משקל סמכותי בתחומי ידע מרכזיים. המאמרים של כנס שפיים הופיעו בתור מדריך (handbook) בעריכתו של פרופ' לומרנץ (Lomranz, 1998a), והספר זכה לתהודה רבה.

הנחלת עקרונות ומתכונות להוראת הפסיכולוגיה והגרונטולוגיה

פרופ' לומרנץ שינה את הגישה לפסיכולוגיה התפתחותית ושיבץ לראשונה בלימודי התואר הראשון בפסיכולוגיה את קורס המבוא על הפסיכולוגיה של הבגרות והזיקנה. בכך קבע תקדים, שלפיו הוראת הפסיכולוגיה ההתפתחותית חייבת להיות במסגרת טווח החיים השלם, ולא להתמקד רק בתקופות הילדות וההתבגרות כמקובל עד אז. חלק מהלימוד היה חווייתי, ובו תלמידי התואר הראשון התבקשו לראיין אדם מבוגר ולנתח את הביוגרפיה שלו במושגים תיאורטיים (אייל ולומרנץ, 1988). מאוחר יותר בנה פרופ' לומרנץ מתווה כולל של תוכנית לימודים (curriculum) להוראת הגרונטולוגיה, ובכך שרטט את העקרונות שהנחו אותו (ובהמשך אומצו על ידי מוסדות חינוך אחרים) לאורך שנים רבות בראיית הדיסציפלינה הזו: (א) הפגשה של תחומי ידע וחקר שונים כדי להגיע להבנה אינטגרטיבית של תהליכי ההזדקנות; (ב) ראיית הזיקנה כחלק מהמכלול ההתפתחותי השלם של חיי האדם, ולעולם לא כתקופת חיים בדידה ותחומה בפני עצמה; (ג) שילוב של מחקר אקדמי עם אוריינטציה קהילתית וטיפולית.

פרופ' לומרנץ הרבה לדבר על "גרונטולוגיזציה" של המדעים, והוא התכוון בכך להגברת המודעות לנושאי הזיקנה גם בתחומי העיסוק המדעי המקובלים. הוא יישם זאת היטב במסגרת ההוראה לתואר שני במגמה הקלינית בחוג לפסיכולוגיה. הוא אחד הבודדים בארץ שלימדו

קורס קליני על פסיכותרפיה לאנשים זקנים. קורס אחר שהנהיג במגמה עסק בתיאוריות אישיות למתקדמים, ובו ערכו התלמידים ראיונות ביוגרפיים אינטנסיביים עם אנשים בגיל המאוחר. קורס זה הוצג כמודל של הוראה המשלבת לימוד פורמלי וחוויתי וממחישה היטב את ערכן של ביוגרפיות לפיתוח ולפירוש של תיאוריות אישיות (Lomranz, 1986). עוד יצוין, כי מאות תלמידים לתארים מתקדמים ביצעו בהנחייתו את עבודות המחקר שלהם, שבהן חקרו היבטים שונים בפסיכולוגיה של הבגרות והזיקנה. לנוכח החשש ממחסור במנהיגות גרונטולוגית לדורות הבאים, היתה לפרופ' לומרנץ תרומה גדולה בהעמידו קאדר של מנהיגות המשכית של פסיכולוגים בגרונטולוגיה.

מנהיגות בגרונטולוגיה הישראלית

פרופ' לומרנץ קידם את ענפי העשייה והמחקר הגרונטולוגיים, ששמו להם למטרה לשפר את ההתמודדות עם בריאותם ההולכת ומידרדרת של הזקנים, לשמר בצורה מיטבית את פעילותם ותפקודם ולקדם חברה שתספק להם קשר, דאגה ושייכות. פרופ' לומרנץ היה רגיש ביותר גם לצד הסמוי יותר של העיסוק הגרונטולוגי: קבלת הזיקנה כשלב שמשלים מעגל התפתחותי ומתן משמעות לחיים על קו הקץ. פרופ' לומרנץ פעל לחבר בין ההיבטים השונים של ההתייחסות לזיקנה. בכל פעילויותיו הציבוריות בזירה הגרונטולוגית חשוב היה לו להגביר את התודעה הקהילתית והחברתית לידע הזיקנה ולצורכי הזקנים, ובו בזמן לפתח הבנה לייחודיות שבסיפור החיים ולכוחות הנפש הפוטנציאליים של האדם המזדקן.

פרופ' לומרנץ עמד בראש האגודה הישראלית לגרונטולוגיה במשך חמש שנים (מינואר 2000 עד דצמבר 2004) ושימש כנציג האגודה באגודה הגרונטולוגית האירופאית ובפורומים בינלאומיים שונים. במסגרת תפקידיו, ולא פחות מזה בעבודתו המחקרית והאקדמית, הוא פיתח קשרים משמעותיים ביותר ושיתוף פעולה עם גרונטולוגים בכירים בעלי שם עולמי ועם אוניברסיטאות מן השורה הראשונה בעולם. בתעודת ההוקרה שקיבל מהאגודה בתום תפקידו, נכתב כי "פרופ' לומרנץ התגלה כמנהיג בעל חזון" וכי "בתקופת כהונתו הורחבה והועשרה פעילותה של האגודה תוך שימת דגש על קידום נושאים חברתיים ויצירת דו־שיח מתמשך ופורה עם קובעי המדיניות בישראל". כיו"ר האגודה, פרופ' לומרנץ הקים צוותי עבודה בדיסציפלינות השונות (ביולוגיה, רפואה, חברה וגרונטולוגיה יישומית) כדי שיסקרו את הצרכים בשטח וייתנו המלצות ב"כנס הסכמה" למקבלי ההחלטות (בריק ולומרנץ, 2004). הוא גם קידם בפועל את הרעיון של הקמת מוסד עצמאי של "אומבודסמן לזקנים". לצורך קידום רעיון זה נערכו הכנות והוקמו ועדות מתאימות, תוך גיבוש תוכנית אופרטיבית והצעת תקנון הולם, אך הרעיון לא מומש מסיבות תקציביות ועדיין ממתין ליישום.

פרופ' לומרנץ הציב את עצמו ואת עמיתיו בפני האתגר "איך להפוך את הגרונטולוגיה לכוח מניע, דומיננטי וקובע במערכות הקיומיות, הערכיות, הפוליטיות והתרבותיות בארץ" (לומרנץ, 2000, עמ' 119). במאבק החברתי הזה אסור לאבד את קולו של היחיד: זכותו של האדם הזקן "להגשים עצמו במסגרות משפחתיות, חברתיות, בהזדמנויות לעבוד ולתרום, ולהשמיע את קולו" (שם, עמ' 122). בפועלו המגוון והנרחב הצליח פרופ' לומרנץ להגשים אתגר זה.

הפרישה לגמלאות: יצירתיות בגיל המאוחר, המשגה וההלכה למעשה

התעניינותו של פרופ' לומרנץ במדעי הרוח ובאמנויות ליוותה את עבודתו לכל אורך השנים. בנערותו, לצד טרדות העבודה והפרנסה, היה – וכך נשאר תמיד – שוחר וצרכן אמנות. כמתבגר נהג להאזין לקונצרטים של התזמורת הפילהרמונית מבעד לחלונות הפתוחים באולם "אוהל שם" הישן, ובגיל 18 למד לראשונה תווים והחל לנגן בפסנתר. כמורה, מדריך וחוקר הרבה להשתמש באמנות כדי להמחיש רעיונות ולעודד תובנות ברוח ההומניזם. הוא פעל תמיד בהתאם לתפיסה שתיאר במאמרו על הספרות כראי להתפתחות האדם בגרות ובזיקנה (לומרנץ, 1989): "יש הטוענים שמדע ואמנות הם 'שתי תרבויות' שונות. מובן שלא גישה זו הנחתה אותי: נדמה לי שכל 'תרבות' יכולה רק להרוויח מהבהרת החשיבה, הביטוי והיצירה של רעותה, ובכך לתרום להעשרתנו" (שם, עמ' 24).

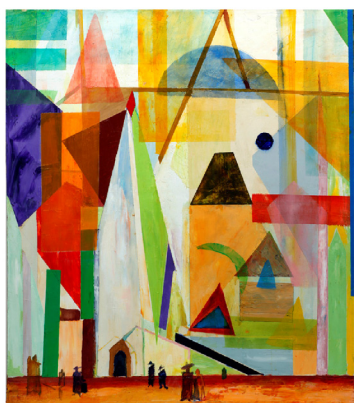
בשנים האחרונות, ובעקבות תיאוריית האַינטגרציה, פרופ' לומרנץ פיתח את התזה הגורסת שהגיל המבוגר הוא הגיל היצירתי, ושהיצירתיות כשלעצמה מביאה איתה התחדשות אישית, התפתחות של האני ומציאת משמעות לחיים. פרופ' לומרנץ מקדיש רבות לנושא היצירתיות בגיל המבוגר במסגרות של עיון אקדמי, מחקר והוראה בקורסים ובסדנאות בארץ ובעולם. גישתו מבוססת על יצירתיות כתכונה מולדת של כל בני האדם, וכן על תהליכים ושינויים אישיים, קוגניטיביים (מאפייניה של צורת החשיבה הפוסט-פורמלית), מוטיבציוניים וחברתיים שחלים בגיל המבוגר. בהמשגה מקורית שהוא מציע בנושא (Lomranz, 2007; לומרנץ, 2008), פרופ' לומרנץ מציב את היצירתיות כתנאי להזדקנות מיטבית.

בגישתו הוא מבחין בבירור בין "יצירתיות" ל"אמנות" ומבהיר לנו שזמן רב מדי שולטת הנטייה לפרש יצירתיות על פי תוצרים רבי רושם של אנשים גאונים או מוכשרים במיוחד. למעשה, יצירתיות היא היכולת לייצר עבודה שהיא גם חדשנית וגם הולמת במגוון תחומים. מכאן שגילויי היצירתיות עשויים להופיע גם בחיים השגרתיים של אנשים רגילים, דרך מתן פתרונות מקוריים ובלתי צפויים לאתגרי החיים היומיומיים. מקוריות זו מעצימה את חיי הפרט והחברה ומקדמת ייחודיות וגדילה. זיקנה שמאופיינת בנוקשות, פיקוח וקונפורמיות אכן עלולה לדכא את היצירתיות של הפרט; לעומתה, זיקנה שנשמרות בה גמישות, הסתגלות ותחושה של חירות נפשית – גם לנוכח מגבלות תפקודיות ובריאותיות – עשויה לעודד יצירתיות. סבל ואובדן עשויים אף הם להוביל בנסיבות לא מועטות למשמעות יצירתית חדשה.

הציור תופס מקום ייחודי במשיכתו של פרופ' לומרנץ לאמנויות. עם היציאה לגמלאות מהאוניברסיטה, הפך הציור עבור פרופ' לומרנץ לעיסוק של ממש לצד שאר פעילויותיו המקצועיות, הפסיכותרפויטיות והאקדמיות. אף כי פרופ' לומרנץ נרתע מלכנות את עצמו "צייר", ברור לצופים כי ציוריו אינם רק תחביב גרידא, אלא כלי ביטוי עוצמתי ורב רושם. רק לאחרונה, בעת כתיבת מאמר זה, הסכים לראשונה לקיים תערוכת יחיד של ציוריו. דרך הצבעים העזים, הקומפוזיציה והצורות המגוונות מעביר פרופ' לומרנץ בציוריו שלל רעיונות, תחושות, לעיתים מורכבות ואף מנוגדות, וכן מרכיבים מתוך תפיסת עולמו. שתי דוגמאות מציוריו מצורפות למאמר זה. ציור מספר 1 מתאר את סיויפוס, הדמות המיתולוגית שנענשה על ידי האלים, כשהוא מגולל את הסלע הענק לראש ההר. נגזר עליו לעשות זאת שוב ושוב, שכן הסלע אמור תמיד ליפול מראש ההר בחזרה אל התחתית. הצבעים עזים ולא בהכרח קודרים.

דמויות וסמלים שמופיעים בתמונה אולי מרמזים על מחשבותיו של סזיפוס או על מצבו הנפשי. בהתאם לתיאורו הידוע של אלבר קאמי במסה "המיתוס של סזיפוס", המצב הוא פרדוקסלי: אף כי המאמץ נידון לכישלון, לסזיפוס יש כוחות למאמץ הגדול והוא ממשיך בדבקות במשימה, אפילו בחיוך ובחדווה מסוימת. האם יש לו, למרות הכול, תקווה שהאבן תישאר בסופו של דבר בראש ההר? כפי שאנו לומדים גם מגישתו האקדמית של פרופ' לומרנץ, סיפור שמסתמן במבט ראשון כמתאר התרחשות קשה אך פשוט במתווה שבו, מתגלה כסיפור מורכב, כנראה טעון סתירות, מבחינת העמדות הנפשיות שבו.

בציור מספר 2 נראות בתחתית התמונה דמויות אנוש שניצבות בכיוונים שונים, בתוך מרחב גדול של צורות גיאומטריות שונות. יתכן שנטייתנו הטבעית תהיה למצוא מבנה וכיוון, ואולי הרמוניה, בצורות השונות. אולם לאחר מבט נוסף, יתכן שנבין כי אין למעשה תבנית דומיננטית בין הצורות הללו, ואולי לא מתחייב שום סדר או היגיון בצירוף שלהן, אך יחד עם זאת, קיימת שלמות בתמונה. מה תורם אפוא המרחב רב הצורות לאנשים שמתחתיו? האם הוא משרה עליהם סדר כלשהו, או דווקא מותיר אותם נתונים לעמימות הצורנית? התמונה אסתטית מאוד בצורות ובצבעים שבה, אך על פי קו המחשבה האופייני לפרופ' לומרנץ, נעימות אסתטית זו תמשיך להתקיים גם אם לא נמצא את תבנית הסדר או את סוד ההיגיון של התמונה.



ציור 2
דמויות אנוש במרחב גיאומטרי



ציור 1
סזיפוס מגולל את הסלע הענק אל ראש ההר

ה"אני מאמין" – הדימוי של טבע האדם וגישה הומניסטית

פרופ' לומרנץ מאמין כי התיאוריות שמנסות להסביר את ההתנהגות והתודעה האנושית נשענות בהכרח על הנחות יסוד בדבר טבע האדם (Lomranz, 1986). הוא פיתח דימוי כולל על טבע האדם כיצור אקטיבי, מחפש משמעות, שמורכב ממערכות רב-מימדיות שהן לעיתים מנוגדות זו לזו ושמהן מורכבת אנושיותו (Lomranz, 1998b). הדימוי שפיתח מאפשר להבין את ההתמודדות של האדם המבוגר גם בתנאים המנוגדים לתקוותיו ולציפיותיו. תיאוריית הא-

אינטגרציה אכן נשענת על דימוי האדם המאפשר לאנשים לקיים את בריאותם הנפשית ואושרם בעולם שהוא לעיתים קרובות חסר עקביות והיגיון. דווקא הדימוי והנחות היסוד הללו עשויים להביא אותנו לעולם הומניסטי יותר, שבו יש מקום וכבוד לשוני ולניגודים, אמפתיה לאנשים שעומדים במצבים בלתי פתירים ואלטרואיזם שנובע מהרצון לעזור לאדם על פי תפיסתו ולא על פי אמת שנכפית עליו. כך גם חשובה האמונה הגורסת כי שינוי הוא פתח מתבקש להתרחשות חיובית.

החוט המקשר בין רוב תחומי המחקר של פרופ' לומרנץ הוא הפנייה לאוכלוסיות שנחשפו לאבסורדים שבחיי היומיום, לקושי ולמצוקה. ראיית טבע האדם כדבר שמאפשר לנו לחוות את הניגודים ולא בהכרח ליישב אותם, הובילה את פרופ' לומרנץ להציג מחקר ועיון רגשיים ואמפתיים למצבי קיום משתנים, מורכבים וקשים. הוא השתמש במימדים שונים ובמתודות שונות, כמו השילוב בין גישה סטטיסטית-נומותרטית, שחותרת למצוא בנתונים מגמות מוכללות, לבין גישה איכותנית-אידיוגרפית, שחותרת אל החוויה והתובנה הגלומים בנרטיב הייחודי של הפרט. יכולתו זו של פרופ' לומרנץ להגיע לאפיון רב-מימדי של מצוקה אנושית בולטת בניתוח האקזיסטנציאליסטי של ההווה האנושית, בכתבתו על ניצולי שואה (Lomranz, 2005) ובגישתו לחולי נפש ששרויים במצוקה קשה. דוגמה נוספת היא ניתוח המצוקה האנושית של עוני בכלל ועוני בזיקנה בפרט (לומרנץ, 2005), שהוא מסמך נדיר ומאלף בעומקו הפסיכולוגי. יחד עם ההתמקדות במצוקה, בולטת הישענותו של פרופ' לומרנץ על התושייה של האדם ועל יכולתו היצירתית.

הגרונטולוגיה ההומניסטית של פרופ' לומרנץ מציעה לראות את עושר התהליכים האנושיים המתרחשים בזיקנה כראי לשאלות הקיום והערך של חיי האדם בכלל. ברוח זו כתובות עבודותיו המקוריות על תהליכים הקשורים לחוויית חלוף הזמן, ההזדקנות, ההתייחסות לעבר האישי וההיסטורי, השינויים וה"קן הריק" במשפחה, היכולת להשתנות תוך שמירת הזהות האישית, הטרנספורמציות ביחסי העצמי (self) עם הגוף, ההתמודדות וההשלמה האפשרית עם טראומה וסבל, חופש הרציה וההחלטה ומשמעות החיים. כל אלה "הופכים את הקשיש לשותף יקר לדיאלוג" ומאפשרים לכל מי שמטפל בקשיש, ולמעשה לכולנו, "התמודדות עם תהליכים בסיסיים של אנושיותנו" (לומרנץ, 1991, עמ' 47).

על האיש והאישיות

ידוע לכול שאין להפריד בין הצד המקצועי לבין הצד האישיותי בפועלו של אדם. במאמר זה הובלטו ההישגים המקצועיים של פרופ' לומרנץ, ובמרכזם פעילותו בתחומי הפסיכולוגיה והגרונטולוגיה, במסגרת מנהיגותו ומפעל חייו – מפעל שנמשך ברוב מרץ גם היום. צר המקום כאן לתאר את כל תרומותיו של פרופ' לומרנץ בהיבטים הרבים שלו כתיאורטיקן, כחוקר, כפסיכותרפיסט וכהומניסט בעל חזון. עם זאת, לא ניתן לוותר על ציון התווים האישיותיים המיוחדים לפרופ' לומרנץ. האנשים הרבים כל כך שפעלו ופועלים במחיצתו, חשים היטב באישיותו המלבבת, בנועם הליכותו, בגישתו הלבבית והחמה, ביושרתו, בפתיחותו ובסובלנותו. בשיחות ובדיונים איתו הוא מעשיר ומפרה ברוחב אופקיו, בתפיסתו הרחבה והאנליטית ובחשיבתו היצירתית. תכונות אלו משאירות חותם

מובהק על יחסי ההיכרות והעבודה שלו, והן מאפיינות את סגנון התנהלותו, ניהולו ומנהיגותו. פרופ' לומרנץ העמיד תלמידים רבים כמורה וכמדריך מחקרי וקליני והתחבר לשותפים מגוונים ביותר בדרכו המקצועית. אלה שעבדו עם פרופ' לומרנץ או למדו אצלו בוודאי מוקירים את השותפות והחוויה שעברו יחד איתו. עם זאת, כותב שורות אלה קיבל החלטה "אסטרטגית" לא לפרט את שמותיהם את האישים השונים שפרופ' לומרנץ פעל איתם והשפיע עליהם, וזאת מפני שמדובר באנשים רבים, ולא ראוי היה להזכיר את חלקם ולחטוא בהשמטת אחרים. די אם נאמר שרבים מתלמידיו ומעמיתיו המחקר שלו ממלאים כיום עמדות מפתח ומצויים ברמות מנהיגותיות באקדמיה ובשדה, בתחומי מחקר, עבודה קבוצתית, פסיכולוגיה קלינית וגרונטולוגיה.

לסיום

פרופ' לומרנץ הוא דוגמה מובהקת לדור הולך ומתמעט של מדענים, שעוצמתם היא בהיקף הבלתי נדלה של ידיעותיהם, תחומי התעניינותם, נושאי מחקריהם, עיסוקיהם האקדמיים והמקצועיים ומחויבותם לשורשים התרבותיים שהזינו אותם. ביסוד העושר האינטלקטואלי הזה עומדת אצל פרופ' לומרנץ מחויבות הומניסטית כלפי האדם המתמודד, הנתון במצוקה נפשית או במגבלה קיומית כלשהי: האדם העומד מול קשיי היומיום, חולה הנפש, האדם המטופל בפסיכותרפיה, פגוע הראש, ניצול הטרומה והאדם הזקן. פרופ' לומרנץ הוא חלוץ בבניית גשרים בין הפסיכולוגיה לגרונטולוגיה. ברמת הפרט, הוא המשיג את הייחודיות של כל אדם ואת זכותו לעזרה נפשית התפורה על פי מידותיו – גם, ואף במיוחד, בגיל הזיקנה. ברמת הכלל, הוא הקים וניהל מסגרות ארגוניות ייחודיות לשם הרחבת המחקר והידע אודות הזיקנה ושיפור מנגנוני עזרה והחלטה קהילתיים בנוגע לזקנים. מפעלו ומנהיגותו של פרופ' לומרנץ נושאים מסר של מתן ערך למורכבות האנושית, של גישה רגישה ואמפתית למצוקה האנושית ושל הבנה מעמיקה בטבע האדם ובהתנהלותו.

מקורות

- אייל, נ., ולומרנץ, י. (1988). הקשיש במרכז הקשר – הסטודנט במוקד הלמידה. *גרונטולוגיה*, 40, 37–41.
- בריק, י., ולומרנץ, י. (2004). *הפורום למדיניות לאומית על זקנה: דיאלוג בין ועדות מומחים ומקבלי החלטות המלצות*. ירושלים: האגודה הישראלית לגרונטולוגיה ואשל.
- לומרנץ, י. (1989). מוטיבים מרכזיים בתהליכי מחזור החיים: בגרות וזקנה בראי הספרות והפסיכולוגיה. *גרונטולוגיה*, 46–45, 3–25.
- לומרנץ, י. (1991). החירות להיות פצינט: מושגי יסוד בבסיס הפסיכותרפיה במחצית השנייה בחיים. *שיחות*, 40–48, (1).
- לומרנץ, י. (1996). הישרדות וחיים: השפעות ארוכות טווח של השואה. *גרונטולוגיה* 72–73 (גיליון מיוחד על שואה וזקנה בעריכתו של פרופ' יעקב לומרנץ), 93–114.
- לומרנץ, י. (2000). הגרונטולוגיה בכלל והאגודה הישראלית לגרונטולוגיה בפרט: מבט לעתיד. *גרונטולוגיה*, 47(4), 119–123.
- לומרנץ, י. (2003). בריאות נפשית וטיפול נפשי בתקופת הזקנה. בתוך א. רוזין (עורך), *הזדקנות וזקנה בישראל* (עמ' 467–529). ירושלים: אשל.

- לומרנץ, י. (2005). עוני וזקנה: אספקטים פסיכולוגיים. בתוך י. בריק (עורך), זקנה בקו העוני (עמ' 146–192). ירושלים: אשל והקיבוץ המאוחד.
- לומרנץ, י. (2008). יצירתיות אישית והזדקנות יצירתית. גדיש — ביטאון לחינוך מבוגרים, 11, 82–107.
- לומרנץ, י., ונוה, ג. (עורכים) (1994). טראומה וזקנה: התמודדות עם לחצי מלחמת המפרץ. ירושלים: גוינט מכון ברוקדייל לגרונטולוגיה.
- Lomranz, J. (1983). Time estimation as a function of stimulus complexity and personality. *Social Behavior and Personality*, 11, 77–81.
- Lomranz, J. (1986). Personality theory: Position and derived teaching implications in psychology. *Professional Psychology: Research and Practice*, 17, 551–559.
- Lomranz, J. (1990). Long-term adaptation to traumatic stress in light of adult development and aging perspectives. In M. P. Stephens, J. Crowther, S. E. Hobfoll, & D. Tenenbaum (Eds.), *Stress and coping in later-life families* (pp. 99–121). New York: Hemisphere.
- Lomranz, J. (1991). Mental health in the home for the aged and the clinical psychology of aging: Implementation of a model service. *Clinical Gerontologist*, 10, 47–72.
- Lomranz, J. (1995). Endurance and living: Long-term effects of the Holocaust. In S. E. Hobfoll & M. W. de Vries (Eds.), *Extreme stress and communities: Impact and intervention* (pp. 325–352). Dordrecht, the Netherlands: Kluwer.
- Lomranz, J. (Ed.) (1998a). *Handbook of mental health and aging: An integrative approach*. New York: Plenum.
- Lomranz, J. (1998b). An image of aging and the concept of aintegration: Personality, coping, and mental health implications. In J. Lomranz (Ed.), *Handbook of aging and mental health: An integrative approach* (pp. 217–250). New York: Plenum.
- Lomranz, J. (2000). The skewed image of the Holocaust survivor and the vicissitudes of psychological research. *Echoes of the Holocaust*, 6, 45–57.
- Lomranz, J. (2001). A wandering Jew as a social scientist: The convergence of historical and professional life lines. In P. Suedfeld (Ed.), *Light from the ashes: Social science careers of young Holocaust refugees and survivors* (pp. 291–321). Ann Arbor, Michigan: The University of Michigan Press.
- Lomranz, J. (2005). Amplified comment: The triangular relationships between the Holocaust, aging, and narrative gerontology. *International Journal of Aging and Human Development*, 60, 255–267.
- Lomranz, J. (2007). Personal creativity and creative aging. In S. Carmel, C. Morse, & F. Torres-Gil (Eds.), *Lessons on aging from three nations, Volume 1: The art of aging well* (pp. 5–17). Amitville, NY: Baywood.
- Lomranz, J., & Bar-Tur, L. (2001). Nursing home care and interventions. In B. A. Edelstein (Ed.), *Clinical geropsychology: Comprehensive clinical psychology*, Volume 7 (pp. 477–497). Amsterdam: Elsevier.
- Lomranz, J., Friedman, A., Gitter, G., Shmotkin, D., & Medini, G. (1985). The meaning of time-related concepts across the life-span. *International Journal of Aging and Human Development*, 21, 87–107.
- Lomranz, J., Hobfoll, S. E., Johnson, R., Eyal, N., & Zemach, M. (1994). A Nation's

- response to attack: Israelis' depressive reactions to the Gulf War. *Journal of Traumatic Stress*, 7, 55–69.
- Lomranz, J., Shapira, A., Choresh, N., & Gilat, Y. (1975). Children's personal space as a function of age and sex. *Developmental Psychology*, 11, 541–545.
- Lomranz, J., Shmotkin, D., & Vardi, R. (1991). The equivocal meanings of time: Exploratory and structural analyses. *Current Psychology: Research and Reviews*, 10, 3–20.
- Mostofsky, D., & Lomranz, J. (Eds.) (1997). *Handbook of pain and aging*. New York: Plenum.