



igroups news

www.igroups.co.il

מגזין קהילת מנחי הקבוצות בישראל

לפרסום במגזין פנו לקהילת קבוצות 03-6990552
תפוצה עדכנית: 1,344 קוראים קבועים

קבוצות בעולם: קבוצות והסכסוך הישראלי-פלשתינאי
ד"ר חיים וינברג

אימהות בהתהוות - קבוצה לנשים בחופשת לידה
טל חורב M.S.W

מה היה ביום העיון של קהילת קבוצות על חלומות בקבוצה?
ד"ר רובי פרידמן

פתיחת סדנא - אבחון מוקדם
ערן אביב

מוסיקה ממקום אחר
רחל בן מנחם

"על הסוס" פרויקט חינוכי טיפולי לקבוצות נערים בסיכון
רחל כרמי M.A.



דבר העורך



במאמרו "אנליזה סופית ואין-סופית", מנסה פרויד לנתח את שאלת משך הטיפול האנליטי ביחס למידת השפעתו. בדרכו המיוחדת הוא פותח דיון שניתן להקיש ממנו לשאלות שמעסיקות אותנו כמנחי קבוצות (בוודאי מנחי קבוצות רכבת, קבוצות Open ended וקבוצות On going). פרויד טען שנדרשים שלושה תנאים כדי שהאנליזה תצליח להביא לשינוי אישי: שיחזיק מעמד לאורך שנים; כוחות האגו-

ככל שהאגו חזק יותר תתאפשר ברית טיפולית חזקה יותר; עוצמת דחף סבירה- ככל שעוצמת הדחפים חזקה יותר, גם אגו נורמלי יוחלש; ומקור הטרואומה. בהינתן התנאים הללו ניתן להביא לשינוי סופי באנליזה. אלה מאפשרים למטופל יכולת גבוהה יותר להסתגלות, המוטיבציה לשינוי יותר טובה והחשיבה אינטרוספקטיבית. כדי שהשינוי יתאפשר צריך גם כמה מאפיינים של המטפל: ראשית, כל מטפל חייב לעבור אנליזה קצרה כדי שיכיר את עצמו וישיג שליטה על נקודות התורפה שלו. המטפל הוא יותר אופטימי ויודע שהשינוי הוא אפשרי רק במידה ועבר תהליך אישי התפתחותי, עליו להכיר את התקווה האישית שלו ואת המאבק בייאוש מקרוב. המטפל צריך להיות בעל שיעור קומה, בעל יכולת ליצור יחסים אותנטיים ועליו לעבור אנליזה בכל 5 שנים.

אבל פרויד לא השלה את עצמו ואותנו. שלושה מקצועות הם כמעט בלתי אפשריים בעיניו, עם תוצאות לא סופיות: מחנכים, אנשי שלטון ופסיכואנליטיקאים... השינוי, לטעמו, מאוד המקמקם ומורכב. הוא ביקש מפרנצי שיחפש דרכים לקצר את הקשר הטיפולי. פרנצי, שנחשב בעיני רבים לאבי הגישה האינטר-סובייקטיבית, יצא לחפש אתוונות ומצא מלוכה: הוא מצא שלהבתו הקשר האנליטי מבוסס על טקט, נוכחות רגשית, שיוויון ולא היררכיה, על פתיחות, על טשטוש גבולות ועל התחלקות חופשית במידע (מה שכנה מאוחר יותר אנליזה הדדית). מכאן המשיכו את פרנצי תיאורטיקנים של טיפול דינמי קצר מועד, שייצג אותם אז בעיקר אלכסנדר.

ולעולם ההנחיה: מתי נדע שהקבוצה הגיעה לבשלותה? במאמר מפתח של ד"ר חיים וינברג וד"ר אבי ברמן, "הקבוצה הטיפולית בשלב המתקדם" (2000), מציעים הכותבים ארבעה צירים, כאשר לקבוצה בשלב המתקדם ישנם אפיונים המתאימים לכל אחד מהצירים הללו. תיאור התפתחות הקבוצה בהתאם למימדים אלו מאפשר להבחיר את מהות השלב המתקדם ולרכז את המאפיינים השונים שלו:

1. ציר ההפנמה וההכלה, עוסק בהתחזקות יכולתו של הפרט להכיל רגשות לא נעימים והיבטים לא אהודים של עצמו, ולהחזיר את החומרים המושלכים שלו "הביתה".
2. ציר הסימבוליזציה, שעיקרו גדילת יכולתם של המשתתפים לראות את ההתרחשויות בקבוצה כמטאפוריות, כסימולטביות, וכרלוונטיות ללמידה ושינוי בחייהם.
3. ציר התפתחות העצמי והזולת עצמי, מדגיש את תהליכי בניית העצמי ובניית הדימוי העצמי הריאלי, וכן את הבשלת היחסים עם הקבוצה כולה, משתתפים חשובים לפרט, ומנחה הקבוצה.
4. ציר הדיפרנציאציה והאינדיבידואציה, מדגיש את התחזקות יכולתו של המשתתף להגדיר את עצמו בנפרד מאחרים, ובחברתם של אחרים מתוך ידיעת תכונותיו ורגשותיו, ובו זמנית - לבטא את עצמו מתוך קרבה לעצמי האמיתי שלו.

ניתן למצוא את המאמר במדור המאמרים באתר קהילת קבוצות:

www.igroups.co.il/articles.asp

עדיין לא הגענו לשאלה הכאובה מתי מחליטים להמליץ למשתתף להיפרד, אליה מצטרפים היבטים נוספים, לא בכלום קל לנו להכיר ולהודות. רוצים לכתוב על זה משהו?

גיליון נהדר לפנינו, עם שפע עשיר של כותבים וכתבות. ובבוא האביב גועש עולם הקבוצות בימי עיון מרתקים, סדנאות וכנסים.

קריאה מהנה,
איתן

eitan.tamir@gmail.com

קבוצות והסכסוך הישראלי-פלשתינאי

קבוצות בעולם

ד"ר חיים וינברג



הטור שאני כותב למגזין קהילת קבוצות נשלח לאיתן זמן מה לפני פרסומו, על מנת שיספיק לעבור הגהות ועריכה וישולב באופן טכני מתאים בגליון הבא. זו הסיבה שנושא הטור לא תמיד רלבנטי לאירועים המיידים, וכאשר פורצים אירועים חשובים שיש להם נגיעה לעבודה קבוצתית, כמו המלחמה האחרונה בעזה, תוכן הטור לא עוקב בהתאמה אחרי המציאות. כל מה שאני יכול לעשות זה לתקן את המעוות בטור הנוכחי. על כן הטור של הפעם ידבר על תרומת הנחיית קבוצות לפתרון סכסוכים חברתיים.

האם קיימת בכלל תרומה כזו? האם ניתן ללמוד משהו מקבוצות (טיפוליות ולא טיפוליות) על סכסוכים חברתיים, מקורם, התהליכים הכרוכים בהתהוותם ובהמשכם, וכיצד לפתור אותם? לעניות דעתי התשובה לשאלות הני"ל היא חיובית. אני יכול לחשוב מיידית על שלושה היבטים שונים של קבוצות מהן ניתן להסיק על סכסוכים חברתיים: 1. קבוצות דיאלוג 2. הקבוצה הגדולה 3. קונפליקט בין-אישי או בין תת-קבוצות בקבוצה כלשהי. בודאי קיימות עוד תרומות שניתן לחשוב עליהן.

קבוצות דיאלוג הינן קבוצות שמטרתן המוצהרת הינה לעסוק בנושאים חברתיים, ולהפגיש אנשים מקבוצות חברתיות הנמצאות בסכסוך במטרה להכיר את הצד השני, להבין את מהות הקונפליקט ולהידבר. בארץ קיימים ארגונים העוסקים במפורש בקבוצות כאלה, ואחד הבולטים בהם הוא "בסוד שיח". ארגון זה מקיים כנסים המפגישים אנשי שמאל עם ימין, דתיים וחילוניים, ספרדים ואשכנזים, יהודים וערבים. בכנסים אלו הוא עושה שימוש גם בקבוצות גדולות מסוג של "קבוצות טביסטוק". הקבוצה הגדולה הינה "יצור" מיוחד במינו ושונה מאד מהקבוצה הקטנה המוכרת למנחי קבוצות. היא יוצרת תהליכים רבי עוצמה שיכולים להתפרץ בתוך שניות ולהמחיש לנו כיצד סכסוכים חברתיים מתרחשים ומסלימים. מנגנונים פסיכולוגיים של פיצול והשלכה פועלים בקבוצה הגדולה באופן מאסיבי, ויוצרים קונפליקטים והתנגשויות חמות בין תת-קבוצות. כשקבוצה גדולה ולא מובנית (מספרית מדובר בקבוצה שמעל 45-35 איש) פועלת בהנחייה של מנחה/ים המיומנים בהנחיית קבוצה כזו (ברור שלא מספיק להיות מיומן בהנחיית קבוצה קטנה, כדי להנחות קבוצה גדולה), ניתן ללמוד ממנה רבות על תהליכים חברתיים. מכיוון שמטרת הטור הזה היום אינה לעסוק באופן ספציפי בקבוצה הגדולה, אשאיר את הדיון בה לזמן אחר, ואסתפק בתיאור של התהוות קונפליקטים בקבוצה בלבד. מי שמעוניין להעמיק בנושא, אפנה אותו למאמר המבוא לספר שסטנלי שניידר ואני ערכנו על הקבוצה הגדולה, או למאמר שפירסמנו ב"מיקבץ" המהווה הסבר של הדינמיקה, התהליכים והמנגנונים האופייניים לקבוצה הגדולה (ראה למטה במקורות). כפי שאמרת, ניתן לראות התפתחות של סכסוך ולנתח את התהליכים המובילים אליו, גורמים להסלמתו ומונעים את פתורו, הן בקבוצה טיפולית

קטנה, הן בקבוצה לא טיפולית, הן בקבוצה גדולה ואפילו בפורומי אינטרנט. אתמקד מכאן והלאה בהסבר על התהליכים הללו:

קונפליקט בין שני חברי קבוצה או יותר פורץ בד"כ בפתאומיות ויוצר מועקה הן אצל המעורבים בו והן הצופים בו. אם אינו נפתר בהצלחה, הוא יכול להביא לשיתוק של הקבוצה לזמן רב או לעזיבה טרם זמן של אחד המעורבים בסכסוך. לפעמים, גם חודשים אחרי הקונפליקט, הקבוצה נשארת זהירה, נמנעת מעבודה על נושאים רגישים ומחשיפת-יתר. לרוב, שני המשתתפים חשים שלא הבינו אותם או פירשו אותם לא כהלכה. פריצת הסכסוך לא נובעת אך ורק מהבדלי דעות או מאי הסכמה פשוטה (אותם ניתן לפתור על ידי דיון ומו"מ), אלא כרוכה בפגיעה. אחד מחברי הקבוצה (ובהקבלה, תת-קבוצה חברתית) חש פגוע עמוקות (או שנעשה לו עוול, ואין זה משנה אם מדובר בעוול "אובייקטיבי" או בפגיעה נרציסטית). כתוצאה מכך, החבר הפגוע תוקף חזרה את האחר (או הקבוצה החברתית חשה שבלי שתפעל באופן אקטיבי, זכויותיה לא יושבו לה), ומאמין שהתקפה זו מוצדקת. התוצאה הסופית הינה ששני הצדדים חשים פגועים עמוקות ככל שהסכסוך מתפתח ואין זה משנה "מי התחיל". שני הצדדים מתחילים לראות את האחר כ"אויב" ומשליכים עליו תכונות של אוביקט רע. ה"אחר" נתפס מרושע, מלא כוונות שליליות ורצון להרע, לא אמין ומאיים. כמו בסכסוכים חברתיים, אנו משוכנעים כי אנחנו שונים מהאויב וטובים ממנו, ובמהרה יוצרים דה-פרסונליזציה של האחר. כאשר הדבר קורה בקבוצה, העובדה שחברי הקבוצה צופים במתרחש מפעילה לחץ על המשתתפים בקונפליקט. שניהם חשים שהם צודקים לחלוטין וכי השני טועה לחלוטין. יתרה מזאת, שניהם חשים שנעשה להם עוול ודורשים תיקון המעוות. מאחר והמאבק מתרחש לעיני אחרים, נוסף אלמנט של בושה וצורך לא להיראות לפני אחרים חלש או מוכנע. כל צד מתחיל לספור כמה אנשים תומכים בו וכמה הם נגדו, ומי שאינו נוקט עמדה נחשב תומך בצד שכנגד. מנגנון הפיצול והקיטוב משתלט על התהליך הקבוצתי והאווירה היא של "אנחנו מול הם". אין ספק שתהליכים דומים מתרחשים בקונפליקטים חברתיים, קל לראות אותם מתרחשים בקבוצה הגדולה, והם בולטים גם בהתלהמויות שמתרחשות בפורומי אינטרנט, מקום בו העובדה שלא רואים את פני האחר מאפשרת התעלמות מוחלטת מכך

שגם הוא בן-אנוש, והעובדה ששאר המשתתפים אינם נראים לעין, מעצימה את הרגישות לשאלת התמיכה מצד חברי הקבוצה.

מה תפקיד מנחה הקבוצה במצב של קונפליקט בקבוצה? מנקודת מבט אינטרסובייקטיבית (על פי גיסיקה בנג'מין), הקושי העיקרי במצבים אלה הוא שהמשתתפים מאבדים את היכולת לראות את האחר כסובייקט עם תפיסה סובייקטיבית, וכל עוד אינם רואים זאת - כל אחד מהם משוכנע שהוא אוחז באמת "האובייקטיבית", לפיה האחר הוא היחיד הפוגע והגורם עוול. פגיעה, כאב ועלבון גורמים לאנשים להפוך מאד מרוכזים בנקודת המבט שלהם. קשה לאנשים במצב כזה להבין שמהצד השני הם אלו הנתפסים כפוגעים וגורמי עוול. קשה לזכור במצב כזה שתפיסת המצב הנה סובייקטיבית ויחסית ושסובייקטיביות זו לגיטימית. זהו המצב בו תפקיד מנחה הקבוצה לעזור למשתתפים לראות את החוויה כאישית, לאשר את הלגיטימיות של החוויה של האחר ושל נקודות מבט שונות, להביא להכרה ששני הצדדים נפגעו, ולדחוף אותם בעדינות לקחת אחריות על הכאב שכל אחד גרם לשני. הכרה הדדית בסבל של האחר הנה התוצאה הסופית המביאה לפתרון הטוב ביותר במקרי קונפליקט. כדי להביא לתוצאה כזו, מנחה הקבוצה אינו יכול להישאר פאסיבי כמו במצב רגיל. עליו להפעיל מאמץ אקטיבי לעזור למשתתפים לבטא את רגשותיהם, מאחר ובד"כ מי שנפגע מעדיף לבטא כעס על פני כאב, בהניחו שביטוי של פגיעה חושף אותו לפגיעות נוספות. על המנחה להישאר קשוב לפגיעה שמאחורי הכעס ולהביא צלילים אלו לחזית. התפקיד הקשה והעדין של המנחה במצבי קונפליקט הוא לעזור לאנשים הסובלים להשמיע את כאבם, להאזין לכאב של האחר, ובמיוחד לקחת אחריות על כאב זה.

מי, אם כן, יהיה "המנחה" שיעזור הן לישראלים והן לפלשתינאים לשמוע את הכאב ההדדי ולקחת אחריות על כך שכל צד גרם לסבל עבור הצד השני?

חיים וינברג

haimw@group-psychotherapy.com

ביבליוגרפיה:

וינברג, ח. ושניידר, ס. (2007). "הקבוצה הגדולה: מבנה, מטרות, תהליכים אופייניים ודינמיקה." מקבץ 12(1), 39-52.

Weinberg, H., & Schneider, S. (2003). "Introduction: Background, Structure and Dynamics of the Large Group". In S. Schneider & H. Weinberg (eds.), The Large Group Revisited: The Herd, Primal Horde, Crowds and Masses (pp. 13-26). London: Jessica Kingsley Publishers.

אימהות בהתהוות- קבוצה לנשים בחופשת לידה

טל חורב M.S.W



פער בלתי נתפס מתקיים, בין המשמעות העצומה של המושג "אמא" וחשיבותו בסדרי החיים, ובין המקום שלוקחת ומקבלת אמא זו, לעצמה ולהבנייתה.

פנימי של אם חדשה, מתרחש בתנאים של עייפות קיצונית, אי ודאות ובהלה. הוא נחוה כשרשרת רגעי קריסה, המתרחשים במקביל לרגעי אור, עוצמה ויצירה. האימהות מתבססת, כשאשה יוצאת אל מחוץ לזמן אל מקומות שאינם מוכרים בתוכה ומחוץ לה, ונדרשת להציג במהירות זהות אימהית חדשה, אינטגרלית, גמישה ומסתגלת.

להיות "אמא טובה דיה" אינה השאיפה של רוב האימהות החדשות. אנחנו רוצות להיות אמא מושלמת. אנחנו רוצות, בתנאים בלתי אפשריים, למלא את כל התפקידים באהבה ומסירות טוטאלית ולחוש שמחה וסיפוק תמידיים. אין אפשרות לבנות זהות אימהית בלי לעבור תהליכים של אובדן ופירוק. התפכחות מאשליות ודימויים כוזבים כרוכה בכאבי גדילה, אשר אינם פחותים בעוצמתם מכאבי התינוק הסובל בשל בקיעת שיניים, מערכת העיכול או חרדת נטישה.

להבנתי, המשמעות של דרך האימהות היא נכונות להתבטל כדי להתקיים מחדש, בצורה אחרת. השינויים המורכבים האלה, אשר חוויתי פעמיים, הניעו אותי להקים קבוצה לאימהות בחופשת לידה. קודם כל כדי לפתור את בדידותי, ואחר כך כדי להבדיל, לאפשר ולחזק נשים אחרות. לאחרונה, עשרה חודשים מאז המפגש הראשון, סיימתי את הקבוצה ואני מקווה להשתמש בכל מה שלמדתי ממנה על מנת לזיזם ולהנחות קבוצות של אימהות באופן מקצועי ומובנה יותר בעתיד.

קבוצה לאימהות בחופשת לידה דורשת מהמנחה יכולות גמישות וריכוז גבוהות. המפגשים הקבוצתיים כוללים הבטים ייחודיים כגון: נשים המשוחחות תוך כדי הנקה, נוכחות תינוקות בגילאים שונים (לעתים ארחתי תינוקות בגילאים שבין חודש ועד מעל שנה בו זמנית), תשומת לב מפוצלת של המשתתפות בשיח הקבוצתי שבאותו הזמן מנהלות קשר אם- תינוק, תנועה מרובה במהלך המפגש, פעילות חיזונית ופנימית. אני קוראת לזה "קקי ומשמעות החיים" וכמו בחיים כך גם בקבוצה. נוכחות התינוקות שיקפה בירור את ההתרחשויות ואת מצבן של האימהות כאן ועכשיו.

האתגר העיקרי בתקופה הראשונה של הקבוצה היה להבין מה הצרכים העיקריים של המשתתפות, ולהבדיל את עצמי כמנחה מהקבוצה. לא ערכתי שום ראיון מקדים או סינון והתודעתי למשתתפות במפגש הראשון. למשתתפות (שש נשים) היו מאפיינים משותפים- כולן סביב גיל 30, השכלה ועיסוק דומים (עובדות סוציאליות ופסיכותראפיסטיות), מעמד סוציו-אקונומי בינוני-גבוה. בהמשך עלו מאפיינים משותפים

נוספים: כולן בחרו להישאר עם התינוק שנה או יותר בבית, רובן הניקו תקופות ממושכות ועסקו במיוחד בדילמות של תלות ונפרדות.

בתקופה הראשונה של הקבוצה, עסקנו בדומה ובמשותף. על פני השטח היתה תחושה של הקלה ושחרור, כאשר שוחחנו על סדרי העדיפויות המשתנים, על הגוף, הזוגיות, קשרי המשפחה והדאגות. בד בבד עם ההתקרבות והאינטימיות שנוצרה ניתן היה לראות ביטויים של תחרות, חוסר אמון, הסתרה ותוקפנות. הקבוצה עסקה בנושאים כמו כנות וצביעות, אמפתיה ותחרות, קירבה וריחוק. בשלב הראשון (עשרה מפגשים) היססתי לפרש את התהליכים הקבוצתיים ונטיית היתה להזהר מהמתחים ולחזור לאווירה נעימה ולשיתוף בתכנים. בסוף שלב זה לקחתי הדרכה אשר תמכה בי ועזרה לי לראות את המרחב הקבוצתי כזירה של תהליכים לא מודעים ואת תפקידי כמנחה מפרש.

בהדרגה, הועלו תכנים מורכבים כמו אובדן ילד, התפרקות זוגיות וגירושים, יתמות, דיכאון. הכוונה הראשונית לקבוצה קצרת טווח, הוחלפה כשהמשתתפות ביטאו צורך לעבודה מעמיקה יותר וממושכת. השלב השני התאפיין בנכונות להוביל את הקבוצה פנימה - אל חיפוש משמעות בדברים שקורים בה ומחוצה לה, ולשים במרכז את מערכת היחסים המודעות והלא מודעות. נושאי הקונפליקט והתוקפנות היו הקשים ביותר עבורי ועבור המשתתפות. תוקפנות כלפי התינוק, כלפי וכלפי החברות בקבוצה, קונפליקטים בחיי הנישואים ובמשפחה המורחבת. חלקם נידונו בגלוי וחלקם התרחשו באופן סמוי. ביטויים של תוקפנות גרמו לעזיבה של שתי משתתפות את הקבוצה ולצערי לא הצלחתי לפתור את הקונפליקטים בתוך המפגשים.

עם הזמן ניתן היה לראות את היכולת להתבוננות פנימה מתחזקת ואת האומץ לשוחח בכנות גובר. דימויים כוזבים של "אמא נעימה, סבלנית וטובה תמיד" הוחלפו, והמשתתפות ביטאו אשמה ותסכול בתוך תהליכי ההתפקחות. הן העיזו להציג גם חלקים אמביוולנטיים, מאוכזבים או זועמים זו לזו ושיתפו בתחושות כמו בושה, גועל, חרדה, קורבנות.

כל אחת עיבדה ארועים מכוננים בחייה וקיבלה הזדמנות לשיקוף של הדרך בה היא נתפסת בקבוצה. בחלק האחרון של הקבוצה חזר נושא תלות-היפרדות לקחת מקום מרכזי וגלוי. התינוקות בסביבות גיל שנה ביטאו את הצורך לשינויים והמשתתפות הגדירו דרכם את צרכיהן המשתנים. חיפוש מסגרות גן, ביסוס גבולות וגמילה לקחו מקום כמו גם שאלות כגון: האם ניתן להמשיך לעבוד בקבוצה עם תינוקות בגיל כזה? מהם הצרכים כעת? מה משמעות הקבוצה? עלו תוכניות הקשורות בהתפתחות מקצועית והתחדדה ההבנה שעצמאות וניפרדות הם כורח המציאות, שלב נורמלי. בחלק האחרון נוספה משתתפת (יוזמה של

המשתתפות הותיקות), אמא לתינוקת בת שלושה שבועות, אשר האירה את המרחק שעברנו מאז תחילת הקבוצה, הן כאימהות והן כשותפות בתהליך. המקום הראשוני של האם החדשה והנוכחות של תינוקת כה צעירה הדגישו את השינויים שנעשו ואיפשרו מבט כמו ספיראלי על תהליכי ההתפתחות של הזהות האימהית והקבוצתית.

הקבוצה הסתיימה כפי שהחלה, ללא תכנון ברור מצדי. כמו האימהות המתאימות עצמן להתפתחות התינוק, גם אני כמנחה בפעם הראשונה של קבוצה מסוג זה, למדתי את העבודה מתוך ההתנסות עצמה. בכל שבוע הרגשתי ספקות מייסרים כלפי עצמי, שוב ושוב שלפתי את עצמי מרגעים של הזדהות יתר. הייתי כנה בנוגע לכך שאינני יודעת ואמיצה בנכונותי להיות אחראית כלפי לקוחותי ולקפוץ אל תוך המים הלא מוכרים. אהבתי מאוד את המשתתפות, את התינוקות ואת תפקיד המנחה. הופתעתי לגלות מי אני כמנחה ועד כמה אני מסוגלת להכיל, להתגמש וללמוד משיאיות.

כיום אני בונה, בעזרת ההדרכה, מודל מסודר של קבוצות לאימהות (קצרות וארוכות טווח) ומאפיינת את תפקידי המנחה, האינדיקטורים להשתתפות וגבולות הסטינג. אני מאמינה שבפעם השניה אהיה מיומנת יותר וברורה יותר, ויחד עם זאת החוויה של הנחיית הקבוצה הראשונה העירה אצלי יצירתיות ותעוזה ואני גאה בה ככל אמא לילד ראשון.

ברצוני להודות למשתתפות שלימדו אותי כה הרבה, ולשמוליק ויינשטיין שבלעדי ההדרכה שלו לא הייתי מצליחה.

עמותה ישראלית להנחיה וטיפול קבוצתי

(ע"ר)

בתאריך 26 פברואר 2009
במסגרת הרצאות בימי ה'
של העמותה הישראלית להנחיה וטיפול
קבוצתי במרכז "ארץ ישראל יפה"

19:00-21:30

בנושא סודות ושקרים:
בין "אוזן קשבת" ל"נפש מכילה"
תרצה הראל רבקה - פסיכותרפיסטית,
מטפלת זוגית ומשפחתית, חברה במכון
לאנליזה קבוצתית, סמינר הקיבוצים,
אונ' ת"א בית ספר לפסיכותרפיה

לפרטים

www.isragroupttherapy.co.il

מקדמים את הפרקטיקה הקבוצתית והפרטנית:

בואו להקים אתר במסגרת קהילת קבוצות!

דף הבית | מי אנחנו | שאלות ותשובות | סדנאות | רשימת קבוצות | מגזין | צור קשר | מאמרים | תוכניות הכשרה

קבוצות

קהילת מנחי הקבוצות בישראל

eitan@igroups.co.il 050-5377671

ירדן

כשאהיה גדולה אני רוצה להיות...

אודות

אני מאמין

מאמרים

פורום

גלריה

צרו קשר

← אודות

לפרטים: eitan@igroups.co.il | מספר האתרים מוגבל

יום ראשון
10.5.2009
9:00-16:00
תל אביב

יום עיון בנושא

תרומת הגישה הנרטיבית למנחה הקבוצה

בואו ללמוד כיצד מנחים קבוצה לפי הגישה הנרטיבית!

הגישה הטיפולית הנרטיבית מיושמת בהצלחה במגוון רחב של גילאים, אוכלוסיות וקשיים. היא תפסה תאוצה בשנים האחרונות ובעולם הקבוצות עדיין איננה מנוצלת דיה. בסדנא זו נרצה ללמד את הכלים הנרטיביים העומדים לרשות מנחה הקבוצה. הלמידה תיעשה תוך שילוב בין התנסות בחוויה של עבודה קבוצתית לבין למידה תיאורטית. בין השאר יילמדו הכלים הבאים: עבודה המתבססת על אנקדוטות אישיות, הקשבה כפולה (הן לקשיים והן למיומנויות וידע חיים הנמצאים בצל), 'שיח מוגן', הידהוד, שיחה מחצינה, עבודה בסבבים, שזירת היוצאים מן הכלל לתמות וסיפורים מועדפים (תוך אישי, בין אישי ולאורך ציר הזמן). בהיות הגישה הנרטיבית תופסת את האדם וזהותו כמעוצבים ונוצרים בקונטקסט חברתי ותרבותי, ובראותה את המקור של הבעיות בשיחים החברתיים והתרבותיים הרי שגם דרך עבודתה אינה מצטמצמת באינדיבידואל אלא במשפחה, קבוצה וקהילה. במשך יותר מעשרים שנה פותחו כלים שונים בגישה זו להנחיה ועבודה עם קבוצות שונות.

על המנחים

רחל פארן - פסיכולוגית קלינית וחינוכית בכירה, מדריכה בשירותים פסיכולוגיים ופרטיקה פרטית. **ישי שלף** - פסיכולוג חינוכי בכיר, מנהל השרות הפסיכולוגי החינוכי מודיעין עילית, ופרטיקה פרטית. הנ"ל הם מנהלים שותפים במרכז קס"ם (קשב לסיפורים מועדפים) להוראה, הדרכה, יעוץ הנחייה וטיפול שיתופיים. הנ"ל מנחים סדנאות בארץ ובעולם (ארה"ב, סינגפור ואוסטרליה) בגישה הנרטיבית, מלמדים ועובדים עם ארגונים על פי גישת 'חקר מוקיר', ומלמדים ומנחים קבוצות דיאלוג על פי תכנית קש"ר (קשב ושיח רב-תרבותי). כמו כן, פרסמו מאמרים בתחומים אלו בארץ ובעולם.

עלות ההרשמה: 180 ש"ח | מספר המקומות מוגבל

לפרטים 03-6990552

מה היה ביום העיון של קהילת קבוצות על חלומות בקבוצה?

ד"ר רובי פרידמן



אולם מלא במנחי קבוצות התאסף במלון השרון, באחד מהימים האחרונים של המלחמה, לדון בשאלה: איך עובדים עם חלומות?

איתן טמיר פתח במבוא ואני נתתי את ההרצאה הראשונה. הנושא: גישות עבודה 'מקובלות' הניגשות אל החלום כאל מקור מידע סמוי וגלוי על מצבו של החולם כמו גם על מצבה של הקבוצה. איך עושים זאת: האם לפרש חלום, האם להתעלם ממנו, איך להיעזר בקבוצה בנושא זה. מטרת יום העיון היתה לאפשר למשתתפים גישה יותר משחקית (playful) ואף יותר קבוצתית לחלום. ואכן אחרי ההרצאה, שמטרתה היתה לתת כלים בעבודה עם החלום כתוכן מלא סמוי וגלוי, התפזרו לקבוצות קטנות שיישמו את הגישה הזאת.

בסוף עוד עסקנו בשני יסודות בין אישיים חדשניים הקשורים לכך שאנו מספרים חלומות רק אם אנו מרגישים סוג של שותפות. היסוד הראשון קשור בבקשת הכלה (לא מכוונת ולא מודעת) הנכללת בחלום מסופר. אדם מספר כדי שהשומע ימשיך את העיבוד שהתחיל להיעשות משך החלימה. הוא מבקש המשך הכלה כי לכולנו גבולות לעיבוד שאנו מסוגלים לעשות בעצמנו. היסוד השני גם הוא לא מודע בדרך כלל: אנו מבקשים להשפיע בסיפור החלום על היחסים עם שומע החלום. גם אחרי הרצאה זו אנשים חזרו ועיבדו את הנלמד בקבוצות הקטנות.

נותר סיכום וחזרנו הביתה מרוצים...עם עוד קצת כלים להנחיה.

רובי פרידמן

www.robifriedman.com

פתיחת סדנא - אבחון מוקדם

ערן אביב



בקורס פיתוח מנהלים מקבלים המשתתפים משימות בית ממפגש למפגש בהתאם לתוכן הניהולי שנלמד. כך למשל בסדנא שעוסקת בניהול שינוי תיתן פעמים רבות משימת בית של בניית תכנית עבודה לשינוי, לאור מודל ניהול השינוי שנלמד בקבוצה. בסדנת הנעת עובדים משימת הבית תהיה לקיים שיחת הנעה עם אותו כפיף שהוצג במסגרת הסדנא (ושפעמים רבות נערך משחק תפקידים בין המנהל לבין אחד המשתתפים).

משום שהיישום הוא המטרה המרכזית בקורס, אני נוהג לפתוח כל מפגש בהזמנה של המשתתפים לשתף בהצלחות שהיו להם או בבעיות שהתעוררו ביישום משימות הבית. הזמנה שכזו, גם אם לעיתים קרובות נענית תחילה בשתיקה של המשתתפים (בשניות הראשונות), גורמת לקבוצה "להכנס לעניינים" ומאפשרת לי כמנחה לאבחן את הקבוצה. כמובן שאינני מצפה שכל המשתתפים ינסו ליישם את מה שלמדו, אולם מספר המשתתפים שמנסים ליישם, אופן היישום, מידת הפתיחות של המשתתפים - כל אלה מאפשרים לי להסיק רבות על רלוונטיות הקורס והתכנים, העמדה של המשתתפים ביחס לקורס וכו'. בהסתכלות לאחור, קבוצות בהן המשתתפים לא דיווחו על יישום (או ניסיונות ליישום) היו קבוצות שהלמידה שלהן הייתה פחות משמעותית, דבר שניכר בממדים נוספים בעבודת הקבוצה. בטור זה אני מתאר סדנא אחרונה בקורס פיתוח מנהלים, שעסקה בפוליטיקה ארגונית. מדובר בקבוצה שהמשתתפים בה מאוד פתוחים ללמידה: הם מביאים דילמות משמעותיות, מתייעצים, נותנים משובים האחד לשני ובעיקר מנסים ליישם את מה שלמדו. לא מפליא אפוא, שהמשתתפים נעטרו

(לאור הנושא). במובן זה, הסבב מכוון אותם ללקיחת אחריות על הלמידה שלהם. המטרה השנייה היא עבורי כמנחה - דיאגנוזה של "המקום" בו נמצאים הן הקבוצה והן המשתתפים ביחס לנושא הנלמד. המטרות שמוצגות מעידות על הנושאים שמעסיקים את הקבוצה ועל מידת החיבור והצורך של הקבוצה בלמידת הנושא. בנוסף הסבב מאפשר לבצע תאום ציפיות עם המשתתפים על מה יכול להיות בסדנא ומה בלתי אפשרי או לא ריאלי שיתקיים.

יוצא אפוא שאני ממשיך בסדנא שעוסקת בכוח והשפעה מבלי לתת לעצמי תשובות לכל השאלות הללו. מדוע עשיתי זאת? אין לי תשובה ברורה. יתכן שהעובדה שמדובר בסדנא אחרונה משפיעה עלי ואני "קצת" יוצא מהתפקיד ההנחייתי שלי (אס"ק מצד המנחה). אפשרות אחרת יכולה להיות קשורה בלחץ הזמן שקיים בסדנא הזו: היום השני של הסדנא, שהוא בעצם היום האחרון של הקורס, מוקדש רובו ככולו לסיכום הקורס באמצעות משובים אישיים. המשמעות היא שבפועל יש לי רק יום אחד ועוד סשן מהיום השני לטובת הנושא. אפשרות נוספת, שהייתי מודע לה בזמן הסדנא קשורה בהנחת העבודה שלי לגבי החיבור של המשתתפים ללמידה: הרי לקבוצה דפוסי למידה אפקטיביים לאורך כל הקורס. בסשן הבוקר הקבוצה "עובדת" ונראה כי המשתתפים מחוברים לסדנא. במילים אחרות אני מניח שיש להם צורך בסדנא ואפשר להמשיך הלאה. וכאן בדיוק הייתה הטעות שלי. בהמשך היום, החלו תגובות של ציניות ובעיקר התנגדות בדיוק בשלב שבו המשימה של הקבוצה הייתה לדון בדילמות של השפעה. דווקא בשלב הזה התגלו התנגדויות רבות שהופנו כלפי הארגון. הדיון המרכזי בקבוצה היה דיון מאשים, כאשר המשתתפים לא מסוגלים לקחת אחריות על החלק שלהם בקושי להשפיע בארגון.

להזמנתי לשתף בפעולות שעשו מאז המפגש האחרון שעסק בהנעת עובדים (מיותר לציין שבסוף הקורס הם כבר מכירים את המתודה הזו). משתתפת אחת פתחה בתיאור של שיחת הערכה שבצעה עם מנהלת תחתיה. היא סיפרה שבצעה שיחה ששונה איכותית מהשיחות שנעשו עד היום. המשתתפת הסבירה במה הייתה השיחה שונה וכיצד מה שנלמד במפגש האחרון בקורס תרם לשונות זו. המסר המרכזי של אותה משתתפת היה: עזבתי את טופס הערכה ופשוט נהלתי שיחה פתוחה על ההתפתחות שלה בארגון. משתתף אחר שיתף בתהליך חניכה שהחל עם עובד שלו. סביב כל תאור שכזה נשאלו שאלות והתפתח דיון בקבוצה. יתרה מזאת, נעשו פניות אל משתתפים שהציגו דילמה בסדנא הקודמת ובדקו איתם מה הם עשו מאז? כיצד התגלגלו הדברים?

בסוף הסשן הזה, שנמשך כשעה, אני מחליט להקדים את ההפסקה על מנת לייצר הפרדה בין המפגש הקודם למפגש החדש. ברור לי שהקבוצה ממשיכה "לעבוד" באופן אפקטיבי בהתאם לדפוסי הלמידה שנבנו בה עד היום.

לאחר החזרה מההפסקה אני מציג את מטרות הסדנא ואמור להזמין את המשתתפים לסבב מטרות אישיות לסדנא. בפועל, אני מדלג על סבב המטרות וממשיך היישר אל התרגיל הראשון שבסדר היום. אני מבקש להתעכב מעט על הרגע הזה: בניתי מודל לסדנא שמתחיל (לאחר העדכונים) בסבב מטרות של המשתתפים ואני בוחר במודע לשנות את המודל תוך כדי תנועה. כדי להמחיש את הדרמטיות שבפעולה, עלי להדגיש שסבב המטרות בתחילת סדנא נעשה כמעט תמיד ויש לו שלוש מטרות מרכזיות: הראשונה - למקד ולחבר את המשתתפים לנושא באמצעות חשיבה שלהם על מטרה ללמידה



סיפורים מהחצר

על הקיבוץ והקבוצה שבתוכי

מנחים

מר יוסי פולק, מ"א, עו"ס, בוגר המכון לאנליזה קבוצתית. אוניברסיטת חיפה, התכנית להכשרת מנחי קבוצות.
גב' מיקי תודר, מ"א, פסיכולוגית קלינית, אנליטיקאית קבוצית. אוניברסיטת תל אביב ביה"ס לרפואה ע"ש סאקלרף אוניברסיטת חיפה, התכנית להכשרת מנחי קבוצות.

רקע

אמירתו המפורסמת של ויניקוט "אין תינוק ללא אם", סימלה שינוי משמעותי בעולם הפסיכואנליטי, בתיאוריות של יחסי אובייקט ובהבנת יחסים תוך אישיים ובינאישיים. תפיסה ואמירה זו הביאו להכרה חדשה במשמעות העצומה של הסביבה הראשונית בחיי האדם, במיוחד בחודשי חייו המוקדמים, ובמקומה של האם כמאפשרת או חוסמת גדילה והתפתחות יצירתית.
הרחק ממכוניה הפסיכואנליטיים של לונדון ועוד שנים רבות לפני משפט מפתח זה, התקיימה בארצנו הקטנה תפיסה חברתית אחרת מבית היוצר הקיבוצי, אשר טוותה הלכה למעשה את התפיסה של "אין תינוק ללא קבוצה". לא היתה זו אמירה ישירה. זו היתה דרך חיים שיצרה מצב ייחודי בו החלו תינוקות את חייהם בקבוצה, כשבמקום הקשר הפרטני של אם-תינוק, הם טופלו ב"שישיות" על ידי מטפלת בבית התינוקות. בהמשך הם עברו ל"בית, ל- "בית ילדים" ובית ההורים נקרא "החדר".
בסדנה נעסוק במשמעותה של סביבה חיצונית והשתייכות שכזאת. בשאלות כמו, האם בית הילדים הקבוצתי הוא מקום שבו נרקמת לראשונה זהות היחיד וכיצד זו משפיעה לאחר מכן? האם באופן הזה הופנמה הקבוצה עוד לפני שהופנמה היחידה הדיאדיטית? מה קורה לאנשים אלו הם בבואם לטפל באחרים? האם יכולים ה"אחרים" השונים להבין אותם? כן נעסוק גם במשמעות של המרכיב החברתי בחיינו, דרך התבוננות במושגים רלבנטיים, כמו לא מודע חברתי ומפגש בין המרכיב החברתי והאישי. נתייחס גם לשאלות, עד כמה יכול אדם להכיר את הלא מודע החברתי שלו וכיצד. ננסה להכיר את השפעות הרקע החברתי בו גדלו המטופלים וכיצד רקע זה בא לידי ביטוי בטיפול.

אוכלוסית יעד

עובדים סוציאליים, פסיכולוגים, פסיכיאטרים, מנחי קבוצות, אנשים מתחום בריאות הנפש ואחרים המתעניינים בתחום. הסדנה מיועדת לקבוצה קטנה כדי לאפשר עבודה מעמיקה.
לסדנה מוזמנים מי שבא "משם" ולמי שחיו זימנוהו קרוב לנושא. המשתתפים מוזמנים להביא סיפורים, תמונות או כל חפץ אחר שמהווה מבחינתם חומר משמעותי לסוגיות אלו.

מועד הסדנה: הסדנה תתקיים במשך יומיים רצופים. ביום ה', 19.2.2009 בין השעות 16:00-20:00 וביום ו', 20.2.2009 בין השעות 09:00-14:00 סה"כ 10 שעות לימוד אקדמיות.
מקום הסדנה: אוניברסיטת חיפה | שכר לימוד: 880 ש"ח

הרשמה: מזכירות היחידה לימודי המשך, הפקולטה למדעי רווחה ובריאות, אוניברסיטת חיפה
טלפון 04-8240801, פקס 04-8240873
טופס הרשמה בכתובת: <http://hw.hw.haifa.ac.il/dceqregistration.pdf>

מוסיקה ממקום אחר

רחל בן מנחם



מאמר זה נכתב בעזרת מודל TAE Tinking At the Edge - וגישת ההתמקדות (Focusing).

ההתמקדות, מונח שטבע גינדלין (Gendlin) לראשונה, מתוארת ע"י אן וייזר קורנל (Cornell) כתהליך של מודעות גופנית וריפוי נפשי - דרך להקשבה פנימה בחמלה ללא הנחות יסוד.

TAE - טכניקה של סדרת צעדים שדרכה ניתן לפתח שימוש מרענן בשפה ותיאוריה מסוג חדש. הפיתוח מתחיל ממהו שאדם יודע בתחומו, משהו שאינו מפורש ולכן זה לא יכול היה להיאמר או להיכתב. זה סוג של פיתוח ידע דרך שימוש בהתמקדות. התמקדות עשויה להיות כלי בעבודה הקבוצתית אם עבור ההנחיה, המונחים או התהליך הקבוצתי ואם כתפיסת עולם אליה בה המנחה לקבוצה. פירוט על כך במאמר אחר.

ההתמקדות היוותה עבורי נושא מרכזי למחקר על קבוצה עבור עבודת התזה, שם בחנתי את משמעותה בעיקר עבור המנחה וההנחיה.

הקבוצה שבה מדובר במאמר זה נקראה "הסביבה הפנימית" וכללה גם מפגש בטבע.

המפגש התקיים בתוך מרחב של תערוכת עבודות חמר. המוצגים בתערוכה וההימצאות בחברתם שימשו אותי כמנחה להעצמה של העבודה האישית והקבוצתית.

"תסקרו את התערוכה, תערוכת עבודות חמר, ותבחרו מהו", זו הייתה ההנחיה שלי אל חברי הקבוצה. "בחרתי קומקום". אמרה מ, חברה בקבוצה. "אולי תדברי מ'גורנו' של הקומקום בגוף ראשון...", הצעתי.

"כן, אני כך עם הגוף", עיצבה מ. את תנוחת הגוף וידיה פרושות הצידה בפוזיצית קומקום. "אני הקומקום נותן ונותן, וממלאים אותי, ושוב נותן ובעיקר משרת אחרים...", כך החלה מ. לתאר מהו קומקום עבורה.

"את תלויה באחרים, ואם הם לא ממלאים...", הציעו לה חברי הקבוצה מחשבה חדשה.

"אהה, אני ריקה...כן, אה, ריקה...מחכה...בעצם...אין לי כלום", המהמה מ. וסיננה בקושי את המילים.

להיות קומקום

נראה, שעניין התלות והריק שעלו במשפט המהוסס נגעו במ. במקום כואב.

כאב מוגדר במילון כ"סבל גופני מחמת מכה ופצע". לא כתוב במילון שהכאב הופך את המקום הרגיש למיתר רוטט. אצל מ. רטט המיתר ברגע שדיברה את הקומקום כמי שתלוי באחרים שימלאו אותו, והוא בבסיסו ריק בתוכו. זה היה המקום הרגיש עבורה.

איך הבחנתי כמנחה בתנודה הפנימית של מ? התנודה הזו רטטה גם בי וגם בחברי הקבוצה. המשפט היה שבור (אהה, אני ריקה...כן, אה, ריקה...) ולאחריו

שתיקה חדה בקבוצה שניתן היה לחתוך אותה בסכין. שתיקה, שיצרה שקט שאף נשימות המשתתפים כאילו הושתקו. זה סימן לכך שהרטט הפנימי שלה עבר לכולנו. זה אומר, שהיה בה משהו חי, שהחיה גם אצלנו רגש רדום. הרטט של המיתר נשמע כאשר יש לו תיבת תהודה. הקבוצה היא תיבת התהודה והתפשטות הרגש הוא הדהוד.

להיות גרניום

"בחרתי גרניום, כן, זה, הגרניום מחמר". אלה המילים הראשונות מגרונה של ר. שבחרה מוצג בתערוכה בצורת גרניום עשוי חמר.

"הביעי את הגרניום דרך עצמך", הזמנתי. "אני, הגרניום, ירוק כל השנה". ר. עמדה בתנוחת גרניום אופיינית, זרועותיה פרושות לצדדים כגרניום מוכר כל כך מן הגינות הפרטיות.

"אני נותן מעצמי לאחרים, שנהנים מהירוק ובעיקר משלל הפריחה הצבעונית שאני מציע בשפע", המשיכה ר. לתאר.

"אני חזק, לא צריך כל הזמן השקיה, עמיד לפגעי מזג אוויר, עמיד ליחס של אנשים, בעיקר שורד". "מה הכוונה שורד?" שאל חבר מהקבוצה.

"יכולים לייבש אותי...לשכוח אותי...ומכל המכות האלה...כן...אני מחזיק מעמד...לא מת...מחזיק מעמד... למרות...". בליווי תנועות ראש, התפרק המשפט של ר. לרסיסים.

ר. השתתקה, וגם הקבוצה. כאשר ניסתה להעביר את סיפור החוזק של הגרניום, חשתי משהו חונק בגרוני. מתוך השתיקה שנפלה שם שוב, ניתן להבין שאחרים נחנקו גם הם. כאשר דיברה ר. על הפריחה והירוק, יצאו המילים בשטף. כשנשבר המשפט ונהיה קטוע, ר. חיפשה את המילה, היססה.

ברגע הזה חשה ר. את הגוף שלה מדבר, התחברה ל Felt Sense, חיפשה לזה שם ומצאה; "מחזיק מעמד". הביטוי "מחזיק מעמד" לא התארגן בקלות, יצא לעולם בקושי. הכאב מאחורי המשפט "מחזיק מעמד" הוא הדבר החי, שהעיר את המיתר. המיתר הזה, שסיפורו הוא הכאב בהישרדות, כבר היה שם קודם לכן. נראה, שהמיתר הינו קדום, מחכה כל השנים לרטט, כדי שתישמע המנגינה, כדי שיהיו שם חיים.

המיתר הזה נחשב למת מזה זמן מה, ורק מגע של כאב בנקודה המסוימת הזו מעוררת אותו לחיים. ברגע הזה המיתר מרגיש, משמיע צליל, מעורר מנגינה גם באחרים. דווקא המקום הפגוע, שנחשב מזה זמן מה למת - יש בו פוטנציאל ליצירת "מוסיקה חיה". היה פגוע ונשכח, מקום לא מורגש וכעת התעורר לחיים.

החיבור של התוכן, שהינו המחשבה שהגיעה מתוך הגרניום בקולה של ר., יחד עם ה Felt Sense שנוצר שם ברגע ההוא, יצר את המנגינה הזו. הגוף הרגיש חי דרך הפצע, דרך הכאב, והגרניום היה האובייקט שבזכותו ת. חשה את החוויה. גרניום מחמר! כמה רב הפוטנציאל!

להיות עץ

המפגש הזה התקיים במטע זיתים.

פ. עמד עם כל הקבוצה במטע הזיתים.

"בואו ותבחרו עץ", פניתי. "תנסו לתפוס בגוף את תנוחת העץ" הצעתי.

פ., גופו נוקשה, עמד מול עץ ללא תנועה. כך, עמד כאשר אחרים כבר התארגנו עם תנוחה "עצית". "זה קשה" הודה.

לבסוף, כשראה כי כל שאר החברים הפעילו חלקים שונים בגוף די בחופשיות, התרצה והסיט את הראש הצידה. "זה... העץ שלי" אמר, והראה איך הראש נוטה הצידה.

ברגע הזה נעשה האוויר חד. משהו היכה בבטן. חשתי איך גופי מגיב לתנועה זו, והתחושה הזו הסתחררה שם, בחורשת הזיתים, הדממה חתכה את האוויר ברגע שפ. הסיט את ראשו הצידה. ניכרת הייתה בעיני המתבונן המלחמה הפנימית שלו על תנועה של הגוף. משהו בתנוחת הראש והמאמץ לבטא ולו בתנועה קטנה ומינורית נגע, כנראה, בכאב רדום. הכאב שלו נגע בכאב שלנו, כל אחד באופן פרטי.

להיות קומקום, להיות גרניום, להיות עץ

המקומות האלה בתוכנו, שניעורו לחיים תוך כדי הניסיון "להיות קומקום", "להיות גרניום", "להיות עץ" נחשבים ללא קיימים רוב ימות השנה. רוב הזמן יש נתק, ברוב הזמן הכאבים האלה רדומים, אין שם תחושה, אף אחד לא מנגן על המיתרים הרגילים. אפשר לבכות על הקומקום הריק, אפשר להרגיש את הגרניום מחמר כגרניום פנימי שמנסה לשרוד, אפשר להיות עץ ולכאוב תנועה. לכל אחד מאלה יש מאפיינים עם פוטנציאל להיות משמעותיים בעיני המתבונן. הקומקום הוא קומקום, ומתוך סך הצורות, המגבלות, השימושים יש לפחות דבר אחד שהוא חי עבור מישהו, במקרה זה עבור מ. זה אומר שגם אובייקטים דוממים הם במובן מסוים חיים בעיני רוחנו. יש להם פוטנציאל להרעיד מיתר.

אלא, שאנו נדרשים גם לתיבת תהודה כדי שרעד המיתר יהפוך לצליל. תיבת התהודה עשויה להיות קודם כל הגוף שלנו. אך הכוח העוצמתי של תיבת התהודה מגיע במופע של קבוצה. רק כשהקומקום דובר בפיה של מ. בפני המעגל החובק, המעגל הקבוצתי של אנשים הנשענים קדימה לקלוט את הצלילים הקטנים והרטט הזעיר, רק אז יכלה מ. להגיע אל המוסיקה. רק אז רעד המיתר גם אצלה וגם אצלנו באופן מורגש.

נאמר על מיתר שהינו חוט המחבר בין שני קצוות. אך לא נכתב עליו כי הינו מקום רגיש להפליא. נשאלת השאלה, למה לנגן? לשם מה ירעד המיתר? כאשר המקום חי, המקום שהתרחשה בו נגיעה, סימן שהאדם חווה שם את הרגש הגולמי, שהינו כאב. בזה הרגע נפתח חלון הזדמנויות לתרפיה. כן, "אני הגרניום שורד, מחזיק מעמד למרות המכות". הכאב שהרעיד את המיתר מאפשר לו, לדובר הגרניום, לשמוע את עצמו, לחוות את הרגש הרדום, לדבר

העצמה וצמיחה דרך התנסות קבוצתית

ההתנסות הקבוצתית מהווה מיקרו-קוסמוס של החיים החברתיים, ומשמשת בבואה של התנהגות האדם וסביבתו.

הקבוצה היא מקום להעצמה אישית, לחקירת יחסים בינאישיים, ולקבלת הזדמנויות ללמידה מעמיקה אודות הקשר שבין היחיד לאחר.

מטרת הקבוצה היא להוות מסגרת בטוחה ואמפטיית, המלווה אנשים בחיי היומיום, בשמחה ובעצב, בהצלחה ובכישלון, בביחוד ובלבד.

אוכלוסיית היעד:

אנשים בגילאים 25-40
ההשתתפות מותנית בשיחה אישית עם מנחי הקבוצה. המפגשים יתקיימו בסטודיו בראש פינה.
היום והשעה ייקבעו לאחר שלב השיחות האישיות.

המחיר ל-12 מפגשים:

1,800 ש"ח. כל מפגש יימשך כשעתיים. ניתן לשלם ב-4 תשלומים.

הקבוצה תיפתח באמצע מרץ 2009

לתיאום, אנא התקשרו:
מייק 050-598-0983
אורית 050-556-2117

המנחים:

מייק טפליץ - דוקטורנט לפסיכולוגיה, פסיכותרפיסט ויו"ר העמותה להנחיית קבוצות.

אורית זרמי - מנחת קבוצות, פסיכו-דינמיות, מ.א. בתיאטרון קהילתי.

את כאב ההשתתקות, עשויים חברי הקבוצה להיות השעון המעורר ללכת לקונצרט: "איך זה שאת שותקת". אם השתיקה נושאת כאב, מקורה במיתר קדום, שמחכה כי יפרטו עליו, זה הרגע של המגע. יעלה המחנק בגרון, ולא אוכל להתעלם מהופעתו. זו הזדמנות להביע אותו, להתיידד, להכיר בנוכחותו. השתיקה, קרוב לוודאי, לא נולדה היום, והקבוצה עזרה לי לפרוט על מיתר ישן, להקים את המת מקברו, לחוש את חיותו. לחוות ברגע זה את נוכחותה של השתיקה, לראות איך היא בגופי, זה כמו לקרוע את קורי העכביש מעל הכאב, לתת לו לעלות אל פני השטח ולספק את תשומת הלב שהוא מבקש. "כן, כאב, הנה תשומת הלב שלי נתונה לך".

ברגע זה מתחיל תהליך ריפוי

והוא ממשיך עם נוכחותה של תיבת התהודה הגדולה.

סיכום

כל אובייקט, חי או דומם, יש לו פוטנציאל לשאת בתוכו משהו, שבעזרתו משהו אחר חש את עצמו חי, רוטט, אם כי דרך כאב.

האובייקט, דהיינו גוף מן הדומם, מן הצומח או מן החי, איתו אני יוצרת מגע, הוא ההדק המעורר. אובייקט יכול להיות כזה, שאינו מעורר בי דבר. אך, כאשר נוצר המגע עמו, שהוא המגע פנימה, נוצר הפוטנציאל. מיתר שנושא כאב קדום עשוי לרטוט, והצליל מבקש תשומת לב. קיומה של קבוצה כסביבה עוטפת ומחזירה הד, מהדהדת, הופך את הצליל למוסיקה ואת תשומת הלב למשמעותית ומרפאה.

rachelbm@012.net.il

אותו. בעזרת הרטט, המוסיקה יצאה לאור, הושמעה קבל עם ועדה, וכבר איננה סוד, כבר איננה טמונה במעמקים נשכחת. בעצם צאתה לאוויר העולם בעזרתו של אובייקט, כטרנספורמטור ראשון, ובעזרת תיבת התהודה של הקבוצה כטרנספורמטור שני, מתרחשת תרפיה, שהיא ההכרה שהמוסיקה כה זקוקה לה. מוסיקת הכאב מחפשת הכרה כדי להירגע, כדי להיחלש, כדי לחדול, כדי להפוך לחכמה וניסיון חיים.

"חיים".

"חיים" מוגדרים ככוח של תנועה בלתי פוסקת ופעילות של אברי הגוף. התנועה הכרחית כדי לחיות. נאמר על מי שלא אז שהוא מת. כך גם קורה פנימה. רגשות שלא היה עמן מגע זה זמן רב, נחשבים למתים. נפשנו רוצה לחיות, נפשנו מתאוה לחיות, להרגיש, לחוש. הקומקום, הגרניום מחמר ועץ הזית הם אובייקטים שעזרו לר, לפ. למ. לגעת, להפוך נקודה מתה למקום רוטט וחי, עדיין שותת דם וכואב, אבל חיי!!

לדוגמה, כאשר אני שומעת מישהו ברחוב מספר לאחר שהוא לומד ציור בבצלאל והוא עושה כך וכך, אני חשה מכה בבטן, פנימה, כמו דקירה בחנית ארוכה. המקום כביכול מת. בילדותי חלמתי על ציור בבצלאל, ובתחילת דרכי הבורגת אף לא שקלתי זאת במסגרת ההתלבטויות. פשוט דחקתי את הכמיהה הזו פנימה, ונראה שהיא מתה, לא קיימת. בגלל הכאב הפך המקום הזה למיתר, שמחכה כל השנים להשמיע צליל. והנה אני שומעת אדם ברחוב מדבר על כך. האדם הזה הוא האובייקט הרלבנטי, ונפשי רוטטת בפנים פצועה. זה קרה לא פעם, והסרט הזה מוקרן שוב ושוב על המסך הפנימי ללא כל שינוי בתסריט. אלא שהתקרית הזו היא ביני לבין עצמי, ביני לבין גופי ולא אני דיברתי את המשפט האפשרי על ציור. תיבת התהודה הגדולה לא הייתה שם. מה שאומר, חלון ההזדמנויות לריפוי בקושי נפתח. אם כך, הרגש הוא כאב קדמון שהפך למיתר רגיש, ולאובייקט בסביבה יש פוטנציאל להרעיד מיתר, כאשר הוא מעלה דבר הדומה לכאב המקור, כאב האב. אוסיף על כך, שלא די באובייקט ובקיומו של המיתר באזור הכואב. נדרשת, כאמור, תיבת תהודה. נכון, האובייקט, ובמקרה זה דיבור ששמעתי, הקים בתוכי משהו לתחייה, זו החנית שנוזקה בבטן. התחושה המורגשת (Felt Sense) עשויה גם להופיע כמחנק בגרונני. רעד המיתר, הופיעה המוסיקה, אך בקול ענות חלושה, בלי הכוח לטרנספורמציה, בלי האנרגיה לעבודה פנימית. תיבת התהודה עשויה הייתה להפכה לכזו; מנערת, פותחת את חלון הריפוי. מה שמיוחד בתיבת התהודה של הקבוצה הוא היותה כמו דופן הרחם, שמחזירה צלילים עמומים בדמות מילים, שפת גוף, מבט, תגובה כלשהי. מחזירה צלילים גם בדמות של נשימה עצורה. בדרך הזו הרטט אינו נשאר אצלי, והוא עובר לאחרים וחוזר. זו מוסיקה ציבורית, שמתנגנת לא רק בתאי גופי, אבל בתאי גופם של אנשים נוספים. חלון ההזדמנויות פתוח באמפטיה!

מקרה שתיקה

אני מכירה היטב את תגובתי בתוך קבוצה, מתכנסת פנימה, משתבללת, משתתקת. אם בהיותי בקבוצה אתעלם משתיקותי, ותוכי מת, שרוי בנתק, לא מרגיש



Fred Johnson
IN ISRAEL
 תכנית אירועים
 18-28.3.2009

"We are gifted with a time in history ripe for transformation. Be with me as we author a new reality of joy, hope and abundance for the global family." fj

פרד ג'ונסון הוא אמן ב'אז, מיסטיקן סופי ומרפא בצליל בעל מוניטין בינלאומי אשר הופיע עם אנדות הג'אז, הבלוז והנשמה הגדולות: דיזי גילספי, צ'יק קוריהא, מיילס דייוויס, בי.בי.קינג, אריטה פרנקלין ועוד רבים וטובים. הוזמן ללוות סדנאות אימון של מיטב המנטורים ביניהם ד"ר דיפאק צ'ופרה. מאמן בשיטת המסורת האפריקאית הקדומה של שימוש בדמיון, במוסיקה, בנשימה ובצליל לחיי התעוררות ולבריאות הגוף.

צלילים למרפאים בצלילים סדנא מקצועית

← **רביעי, 18.3.09, 16:00-21:00**

סדנא מיוחדת למטפלים במוסיקה. העשרה מקצועית ייחודית עם אמן הריפוי בקול.
 • **מושב אורות**, בשפלה • דמי השתתפות: 250 ש"ח
 • **לפרטים** והרשמה: אילה גרבר 052-3929857

פרד ג'ונסון - אלי מגן - דואט (אורח: עדי רנרט) קונצרט

← **חמישי, 19.3.09, 21:30**

מופע מיוחד לקראת השקת אלבום משותף חדש בקרוב
 פרד ג'ונסון - שירה וכלים אפריקאיים אותנטיים, אלי מגן - קונטרבאס ושירה, עדי רנרט - קלידים
 • **נמל תל אביב**, "שבולול Jazz", האנגר 13 • www.shabluljazz.com • כרטיסים: 100 ₪
 • **לרכישת** כרטיסים: 03-5461891

הקול טוב מיני סדנא

← **שישי, 20.3.09, 9:00-13:00**

בתהליך מלהיב ומרגש יעשיר פרד את עולמכם בטכניקות של עבודה נשימתית - קולית - מדיטטיבית. מפגש שכולו אהבה עצמית ואוניברסאלית בשילוב מהפנט של מוסיקה, מיסטיקה ונתינה.
 • **קריית טבעון**, ההיכל של טלית ושייט, רח' אורנים 26 • דמי השתתפות: 220 ₪
 • **לפרטים** והרשמה: צביה כפיר - 052-7345757

קולות של שלום, אהבה וגעגועים מופע וטכס דייכר

← **שלישי, 24.3.09, 19:30-22:00**

"דרך אברהם" - הדרך הסופית הישראלית - מארחת את פרד ג'ונסון שהוא גם זמר נשמה סופי - מסע פנימי של דייכר מוסיקלי רוחני אל תוך הנשמה
 • **נמל יפו**, "עלמייא" - הסטודיו של יאיר דלאל • דמי השתתפות: 50 ₪
 • **לפרטים** והרשמה: דר' אבי אלקיים 054-4645407, הרב רוברטו ארביב 054-5427002, עו"ד מאיר אלחדד 050-4416345

צלילים במשעול האהבה סדנא סופשבוע

← **חמישי - שבת, 26-28.3.09**

סופשבוע של מסע מוסיקלי אל תוך הנפש עם האמן והמורה הרוחני פרד ג'ונסון הינו חוויה ייחודית ואינטימית. בתוך גוף גלילי פראי נעורר את משולש העוצמה: חשיבה - נשימה - קול, ונתרגל את כוונון הכלי בו אנו חיים. נלמד לזהות את התדרים האישיים, להקשיב פנימה ולטפח תחושת אחדות עם הטבע והיקום. באמצעות השימוש בקול וברטט הצליל, באווירה של חגיגה מוסיקלית, נמריץ גוף ונפש תוך כדי שירה, תיפוף, צחוק ודמנע.

• **ענבר**, אירוח כפיר בגליל www.inbar.co.il

• 1800 ₪ - בהרשמה מוקדמת עד 28 בפברואר, 2200 ₪ - במהלך חודש מרץ,

500 ₪ דמי הרשמה הכלולים במחיר. המחיר ליחיד בחדר זוגי כולל כלכלה צמחונית מלאה

• **לפרטים** והרשמה: צביה כפיר 052-7345757, אריאלה ברזל 054-4958695

תכנית אירועים • 18-28.3.2009

תאריך	פעילות	מקום
ד' 18.3 16:00-21:00	סדנא מקצועית	אורות, בשפלה
ה' 19.3 21:30-23:30	קונצרט	שבולול Jazz נמל תל אביב
ו' 20.3 9:00-13:00	מיני סדנא	קריית טבעון
ג' 24.3 19:30-22:00	מופע וטכס דייכר	יפו
ה' 26.3 עד 28.3 מוצ"ש	סדנא סופשבוע	ענבר, גליל

© אידיא טיפוף ואמרים



עוד על פרד ג'ונסון ושטע קטעי מוסיקה תמצאו באתר:
www.frejon.org

צביה כפיר: 052-7345757
אריאלה ברזל: 054-4958695
נציגות פרד ג'ונסון

"רוץ בן סוסי, רוץ ודהר..." ח.נ. ביאליק

"על הסוס"

פרויקט חינוכי טיפולי לקבוצת נערים בסיכון

רחל כרמי M.A.

להנאה הגדולה ביותר ואיזה פעילות הייתה קשה עבורו ומדוע.

התלמידים התוודעו באמצעות דף המשוב למונח "שביעות רצון" ונתבקשו לדרג בסולם 1-10 כל מפגש. כל תלמיד חתם על דף המשוב, והדפים נאספו על ידי במהלך כל השנה ונאגדו עבורם לחוברת מסכמת, מעין יומן מסע, אותו קיבל כל תלמיד בסיום השנה בתוספת מספר תמונות למזכרת.

המפגשים התאפיינו ב- SETTING קבוע, כאשר בתחילת כל מפגש נערך סבב של בירור תחושות ואחריו נלמד פרק על אורחות חיי הסוסים, ההרגלים וההתנהגויות ע"י מנהלת החווה. לאחר מכן התחלקו התלמידים לקבוצות קטנות והתנסו במשימות שונות שכללו: ניקוי הפרסות וציוד הרכיבה, הברשה ואכוף, ניקיון האורוות וסביבת החווה כולה.

הלמידה על הסוסים איפשרה גם למידה על עצמם כקבוצה וכיחידים. אורחות חיי הסוס, התנהגותו

מזה אלפי שנים קיים קשר בין האדם לסוס. בעבר, נחשבה הרכיבה כפעילות לשיפור הבריאות ומאז שנות החמישים פותח ענף הרכיבה הטיפולי, אשר משלב תחומים רפואיים וחינוכיים גם יחד.

הרכיבה היא דרך ייחודית לטיפול. מטרתה הן הפחתת רמות חרדה, תסכול ופחד, פיתוח אמון, הגברת ההערכה העצמית והיא תורמת גם לקניית הרגלי למידה ולהתנהגות חברתית יעילה יותר. מטופלים המתקשים לפתח קשר חברתי יכולים להיעזר ברכיבה כצעד ראשון ליצירת קשר "אדם חיה"-שפעמים רבות הוא קל יותר לביצוע ופחות מאיים.

רציונל זה יצר עבורי מוטיבציה לפיתוח פרויקט של רכיבה על סוסים, בבית ספר "תמיר" בק. אתא, בו עבדתי 6 שנים כתרפיסטית בעזרת בעלי חיים וכמנחת קבוצות.

בית הספר תמיר הוא ב"ס לחינוך מיוחד שעיקר התמחותו בהפרעות התנהגות. חלק גדול מתלמידיו מגיעים מרקע סוציו-אקונומי ומשפחתי קשה. כאשר הגיתי את הפרוייקט, חשבתי על מפגש אשר באמצעותו תתאפשר לתלמידים יכולת לחוות נתינה ואחריות אישית לצד חוויית הרכיבה. רציתי ליצור מודל עבודה בשיתוף פעולה עם הצוות החינוכי, כאשר התכנים הטיפוליים יישזרו לתוך התכנים החינוכיים ויהיו ביחד "שטיח משותף" של אנשי החינוך והטיפול בבית הספר.

"שטיח" סימבולי היוצר: חום, הגנה, גבולות ברורים, קרקע מוצקה וכסות.

הנחות היסוד שלי היו כי:

- למידה מתרחשת בתוך אינטראקציה חברתית
- תלמידים לומדים אלה מאלה ואלה עם אלה

המטרות אשר הצבתי לקבוצה היו:

- העצמה אישית
- פיתוח רגשות חמלה, אהבה, נתינה וקבלה
- פיתוח ושימור תחושת אחריות, עקביות ורצף
- הפנמה של גבולות ברורים
- אפשרות לעיבוד חוויות עבר ממקום של חוסן.

גם לשם שבחתי: "על הסוס" - הייתה משמעות, מתוך מטבע הלשון המציין תחושה של מסוגלות והישגיות ביקשתי ליצור חוויה של תכנון, ארגון, התנסות ושליטה המהווים ביחד תחושה של הצלחה.

הפרוייקט התבצע בשנת הלימודים תשס"ח, בחוות הרכיבה "עמק זוהר" שביקנעם.

אחת לשבועיים נסעתי יחד עם 7 תלמידים בגילאים 12-15 מכיתות שונות בביה"ס, אל חוות הרכיבה. יחד אייתי נסעה גם סיעת קבועה מתוך צוות ביה"ס. המשתתפים בקבוצה נבחרו ע"י מנהלת בית הספר, היועצת, המחנכות, פסיכולוג ביה"ס ואנוכי.



הקבוצה התפתחה עפ"י 5 השלבים של טוקמן וגנס (Tuckman & Jenes, 1977)

עיצוב (forming): המטרה העיקרית של שלב זה היא לעודד תקשורת בין משתתפי הקבוצה על ידי הכרות הדדית, הגדרת ציפיות, הסכמה על מטרות וכללי פעולה להשגת המטרה. שלב זה בא לידי ביטוי בחודשיים הראשונים לפרוייקט. שיחת הבוקר, החזרה על המשימות בכל מפגש, והצבת הגבול להתנהגות בתוך החווה לבין העולם שמחוץ לחווה יצר תחושה של בטחון וקבלה, התכוונות למשימות ואפשרות לעבור לשלב הבא.

סערה (storming): שלב המאופיין בקונפליקט, בתחרות ובמאבק על שליטה ולעיתים אף במרד. בשלב זה יכולות להופיע התנגדויות של המשתתפים הבודקים גבולות והמאתגרים את המנהיג. להתנהגות המנהיג יש השפעה רבה על חיזוק או פירוק הקונפליקטים והמרידות בקבוצה. יש צורך בוויטור ובהשתלבות של הפרטים, דרישה למבנה ולמחויבות, ועולות שאלות בנוגע לחלוקת האחריות, לדרך התגמול ודרך ההערכה. כדי לעבור משלב זה לשלב הבא על הקבוצה לעבור מ"מנטאליות של ניסוי וטעייה" ל"מנטאליות של פתרון בעיות" ולפתח



בקבוצה, התקשורת איתו והגורמים לו לביצוע הוראות. תכנים אלו עובדו בשיח פתוח על המשותף והשונה לקבוצת הנערים בחיי בית הספר. לעבודת התלמידים כצוות ולהתנסות בשיתוף פעולה היה ערך רב.

בסיום המפגש רכבו התלמידים כאשר בהדרגה הם מוסיפים סגנונות ומקצבים שונים. המסר המרכזי היה: "אני נותן לסוס לפני שאני מקבל ממנו". הפעילות הסתיימה בשיחת סיכום וכל תלמיד מילא משוב אישי בו נתבקש לציין איזו פעילות גרמה לו

הזמנה להרצאה קבוצת קולנוע כמודל טיפולי

19.2.09 יום ה' | 20:00

ההרצאה תתקיים בבי"ח אברבנאל מטעם "האיגוד הישראלי לטיפול בסכיזופרניה".

הקבוצה מתקיימת כבר שנתיים וחצי, ועוסקת בנושאים מעולם האמנות, הפילוסופיה והפסיכולוגיה.

מנחת הקבוצה, הגב' ריקי פרנקל, עו"ס קלינית, תנסה להראות כיצד באמצעות ניתוח דמותו של הגיבור הפוסטמודרני בסרטים, שאיתו מזדהים המטופלים, מתאפשרת המשגה ועיסוק ריגשי בבעיותיהם.

ההרצאה תשרטט קווים לדמות האדם הפוסטמודרני לעומת האדם המודרני. ההבדלים בתפיסות העולם יודגמו על ידי יצירות אמנות מתקופות שונות ועל ידי קטעים מסרטים. בסיום יערך דיון על ערכה הטיפולי של קבוצה כזו לטיפול בנפגעי נפש.

לאישור השתתפות
rikifrank@bezeqint.net

אשר מציין סלבין (Slavin, 1995) ביתרונות הלמידה בקבוצות. חוויתי זאת ברמה הסובייקטיבית ותוך כדי קריאת המשובים של התלמידים, בצינים את ההנאה לעבוד במשותף, תוך ויתור וחלוקת תפקידים.

"החיה הזו ענקית, כל כך גדולה ומפחידה, אבל גיליתי שבעזרת ליטוף ולחישה ליד האוזן של הסוס אפשר לגרום לו להיות נחמד ולא מפחיד"....
"מה זה מפחיד לעלות על הסוס, חשבתי ששום דבר לא מפחיד אותי, תמיד אני מפחיד אחרים, אבל נבהלתי מהגובה".... "לא נעים לפחד, עכשיו אני מרגיש מה קורה כשאני מפחיד"....
"קשה לנקות את כל הציוד, כמו שאמא אומרת שקשה לה לרחוץ כלים ולנקות את כל הבית אחרי ואחרי האחים שלי.... הבנתי שצריך לעזור"....

ציטוטים אלו הם רק חלק מהחוויות והתובנות שהיו מנת חלקם של התלמידים ושלי במהלך השנה. לאור הצלחת דגם זה, המשכתי בפרוייקט זה בבית ספר אחר, עם תלמידים אחרים לשיעור רצון התלמידים, הוריהם, המחנכים ואנוכי.

רחל כרמי M.A. - תרפיסטית בעזרת בעלי חיים מנחת קבוצות

יכולת להאזין זה לזה. לאחר כשלושה חודשים של מפגשים בחווה ועבודה משותפת, אספו התלמידים אגוזים מעצי הפקאן הגדלים בחווה, ללא קבלת רשות. בקשת מנהלת החווה, להחזיר את האגוזים שנאספו, יצרו מרד וקונפליקט קשה, שאופיין באלימות מילולית ואף פיזית. חלק מהקבוצה "המריד" חלק אחר להתנהג שלא במסגרת החווה שנקבע ונאלצנו לבטל מפגש. רק לאחר שיחה אישית עם כל תלמיד בבית הספר ושיחה קבוצתית שהתקיימה בחווה, ניתן היה להתקדם הלאה לשלב הבא.

מיסוד (norming): בשלב זה מתגבשים היחסים הבין-אישיים. מתפתחת חיבה הדדית והערכה לתרומה של כל חבר לבניית הקבוצה ותחזוקתה ופתרון סוגיות שמעסיקות את הקבוצה. יש נכונות ללמידה הדדית ולשינוי עמדות. חלה עלייה ברמת האמון ההדדי, בתחושת השייכות וביכולת לפתור בעיות. יש זרימה בתקשורת, שיתוף בתחושות וברעיונות ומתן משוב, חקירה של הפעולות בנוגע למשימה, פתיחות ויצירתיות. מתפתחת תחושה של "גאווה יחידה". בשלב זה, חשנו תחושה של "ביחד", אווירה נעימה באה לידי ביטוי כבר בנסיעה לקראת הפעילות, ואף בזמן המצאותינו בחווה. התלמידים עבדו בשיתוף פעולה תוך שהם נעזרים אחד בשני למשימות שונות. הם יכלו לעבוד יחד והחלה לבא לידי ביטוי התרומה הייחודית של כל תלמיד והערך המוסף שכל אחד מהם לוקח מהפעילות. התקדמנו לשלב הבא.

ביצוע (performing): בשלב זה יש יכולת לעבוד באופן עצמאי ובתת-קבוצות להשגת המטרה ולהשלמת המשימה; התפקידים מותאמים להתפתחויות ולצרכים המתעוררים; מושם דגש על תפוקות; יש תלות הדדית הן ברמת היחסים הבין-אישיים והן בנוגע לפתרון בעיות בהקשר למשימה. יש תחושת מסוגלות עצמית וביטחון. אין כבר צורך בקבלת אישורים וחיוזקים מצד הקבוצה. יש הרמוניה מבחינת המבנה, האווירה והתפקוד של הפרטים בקבוצה ושל הקבוצה. כל תלמיד ידע בדיוק מה מצופה ממנו, הם הגיעו, ירדו מההסעה והלכו ישירות לכיוון מקום המפגש ולכוון חדר האביזרים, הכירו כל סוס בחווה וידעו למי מותר להתקרב ועד כמה. הייתה תחושה של בטחון ומסוגלות והתחלנו לחוש את "השעון המתקתק" לקראת סוף השנה, הגענו לשלב האחרון.

פיזור, סיום (adjourning): עם סיום המשימה מסתיים התפקוד של הקבוצה ומתרחש תהליך של השתחררות ופרידה מצד היחיד, הקבוצה והמנחה. זהו שלב חשוב ומובנה בתהליך. לסיום מוצלח תהיה השפעה על המשתתפים מבחינת ההערכה העצמית, תחושת המסוגלות והבטחון העצמי שלהם. שלב זה התאפיין בתחושה של שמחה והצלחה מחד, לצד תחושה של התכנסות ועצבות מסיום הפרוייקט. "יומן המסע" שכל תלמיד קיבל והתמונות ריכזו במעט את סיום הפעילות. לסיום - הקבוצה אף העניקה אלבום תמונות וכיתוב אישי למנהלת החווה ולמדריכים שעזרו במקום.

במיומנויות של: ויתור, שיתוף, מנהיגות, חלוקת תפקידים ונתינת מקום לאחר, המוגדרות כמיומנויות חברתיות ותקשורתיות ראיתי שינוי על פי היתרונות

התכנית להכשרת מנחי קבוצות

שיח מנחים

מועדון למנחי קבוצות

מועדון "שיח מנחים" יצא לדרך שנה שלישית. אנו מזמינים אותך ליטול חלק בסדרה בת חמישה מפגשים בנושא תהליכים קבוצתיים והנחיית קבוצות. צוות "התוכנית להכשרת מנחי-קבוצות" ביחידה ללימודי המשך של בית הספר לעבודה סוציאלית באוניברסיטת בר אילן מקיים חמישה מפגשים במתכונת של מועדון מנחים. מוזמנים בוגרי התכנית, בוגרי תוכניות מקבילות והמתעניינים בתהליכים קבוצתיים.

מפגש ראשון - 17.2.09

**קבוצות חלמאיות - טפשות קבוצתית
צבי עמלי**

נא לאשר השתתפות עד לתאריך 15.2.09

מפגש שני - 17.3.09

**מוסר והאשמה - החיובי והשלילי שבהם
בקבוצות
צבי מילר**

נא לאשר השתתפות עד לתאריך 15.3.09

מפגש שלישי - 21.4.09

מפגש רביעי - 19.5.09

מפגש חמישי - 16.6.09

מתכונת המפגשים:

20:00-20:30

התכנסות ומפגש חברתי (יוגש כיבוד קל)

20:30-22:30

הרצאה, שאלות ושיח מנחים

המפגשים יתקיימו באוניברסיטת בר אילן, באולם הלובי בבנין מקסיקו 213 (עבודה סוציאלית), בימי שלישי בשבוע. עלות כל מפגש 20 ש"ח.

שמות המרצים ונושאי השיחות הבאות יפורסמו בהמשך.

פרטים באתר היחידה ללימודי המשך. הזמינו עמיתים

נשמח לראותכם - צוות התכנית להכשרת מנחי קבוצות והיחידה ללימודי המשך

אוניברסיטת בר-אילן
ביה"ס לעבודה סוציאלית ע"ש לואיס וגבי ווייספלד, היחידה ללימודי המשך

טלפונים 03-5317265 | 03-5318211

www.biu.ac.il/soc/sw/hemshech Cont.Education@mail.biu.ac.il





לידתה של חשיבה: מחשבות מחפשות חושב ומשמעות

האגודה הישראלית לפסיכותרפיה פסיכואנליטית מתכבדת להזמין אתכם לכנס חורף 2009
הכנס יערך בערב חמישי ובבוקר שישי ה-12 וה-13 במרץ
במרכז הבינתחומי, רחוב כנפי נשרים, הרצליה
התכנסות באודיטוריום איבצ'ר

חמישי - 12.3.09

17:30 - 18:00 התכנסות וכיבוד קל.

18:00 - 18:15 דברי ברכה.

הרצאות מליאה

18:15 - 19:00 מר שמואל גרזי: "ההולכים בחשיכה..."
תהליכים חשיבתיים לא לוגיים ולא רציונאליים שבהם המטופל והמטפל "הולכים בחשיכה ומחפשים את האור מתחת לפנס".

19:00 - 19:45 דר' זלמן וינטראוב: למידה בתוך הרחם - כבסיס להתפתחות החשיבה.

19:45 - 20:30 הפסקה וכיבוד.

20:30 - 21:30 פרופ' זלי גורביץ: "דבר דבור על אופניו" - מחשבות על הביטוי העצמי בדיבור שאינו נובע מאלי, אלא עובר דרך מסננת של ניסוח גופני ומילולי.

21:30 - 22:00 דיון.

שישי - 13.3.09

08:30 - 09:00 התכנסות וכיבוד קל.

הרצאת מליאה

09:00 - 09:45 גב' חני בירן: כיצד נולדות מחשבות לאור התיאוריה של ביון.

סדנאות לבחירה

1. גב' יונית שולמן: "לידתה של חשיבה" - טיפול בילדים עם הפרעות ראשוניות.

2. מר צבי עמלי: "הקבוצה כהזדמנות לחשיבה ולריבוי פנים במעגל המראות הנושמות".

3. דר' אודי בונשטיין: "לראות פנימה" - כישורי Theory of mind ויישומיהם במהלך פסיכותרפיה פסיכואנליטית.

4. גב' דבורה פלורסהיים: "אפור-יה" - על האפשרות לחוות באמצעות הביטוי האמנותי את דרך היווצרותן של מחשבות, רגשות, משמעויות והחייאה. רב שיח בעקבות תערוכה שתוצג באכסדרת האולם.

11:30 - 12:15 הפסקה וכיבוד.

הרצאות מליאה

12:15 - 13:00 מר משה לנדאו: מחשבות, משמעות ואנטי מחשבות.

13:00 - 13:45 דר' גילה לנדאו: "לאבד את עצמי מלדעת - במלנכוליה ולמצוא את עצמי בהזדמנות להתאבל על האובדן".

עברנו לפרסום ודיוור אלקטרוני בלבד ועל כן מומלץ וכדאי לבקר באתר האינטרנט של האגודה ולהוסיף את כתובת הדוא"ל שלכם לרשימת התפוצה

כתובת האתר: <http://iapp.org.il>

כתובת הדוא"ל שלנו: iapp@bezeqint.net

לברורים נא לפנות למיכל אבן, מנהלת המשרד, בטלפון: 03-5492793 או במייל

ADHD

במעגלי היצירה וההבעה

אנו מזמינים אותך להשתתף ביום העיון
שיתקיים ביום שני ה- 9/3/09
בכרמיאל, אולם מופת.



יום העיון מציע עבודה וטיפול במגוון כלים
יצירתיים במפגש עם בעלי הפרעת ADHD.
לבעלי מקצוע טיפוליים, אנשי חינוך, הורים ומעוניינים.

הרשמה ופרטי הגעה במשרדי מיט"ב
בטל': 04-6816367, פקס: 04-6816424
או באמצעות דוא"ל: mt@galil-elion.org.il
עידכונים והרשמה באתר מיט"ב: www.meitav.net
אולם מופת ברחוב צהל בסמוך להיכל התרבות כרמיאל

בתוכנית:

8:15 - הרשמה וכיבוד

9:00-8:50 - דברי פתיחה:

רפי אלטרס - מנהל עמותת מיט"ב, חנה שרברין - סגן יו"ר יה"ת.

9:00-10:30

ד"ר מירב חן, מרפאה בעיסוק ופסיכולוגית, מרצה בחוג לחינוך בתל-חי,
עוסקת במחקר, הוראה וטיפול.

*הפרעת קשב וריכוז - האתגר של שנות האלפיים
מודל הבוחן את מאפייניו של הילד המאתגר,
האינטראקציה שלו עם הסביבה וכיצד לשמור יחדיו על השפיות.

11:00 - 10:30 - הפסקה - פיזור לסדנאות.

11:00 - 13:00 - **סדנאות**

1 - רוני דיקר-דרמתרפיסט מטפל קבוצתי.

שחר שפירא-דרמתרפיסט.
* רוב מהומה על לא מאומה - היתכן?
טיפול קבוצתי לילדי ADHD והוריהם.

2 - חנינה נויפלד - מטפלת באומנות פלסטית:
* מבדק בלתי ורבלי להערכת תפקודי ילדים בגיל הרך -
תיאורי מקרים שנערכו בשבטים במזרח אסיה.

3 - אלון האס - מטפל באומנות M.A. ביעוץ חינוכי וחינוך מיוחד.
סיגל האס - מטפלת באומנות M.A. בבריאות הוליסטית.
* ניהול עצמי ביצירה והבעה - עושים סדר בבלאגן.

4 - אודי בן אליהו - מאמן נבחרת ישראל בנעימת רומח.
עובד עם ילדים בעזרת רכיבת סוסים אתגרית וכדורסל.
* פעילות תומכת למידה לילדים מאתגרים.

5 - אסתי שטיינברג M.A. בטיפול במוסיקה ומדריכה מוסמכת.
* הקשבה לקול הפנימי, לקולו של האחר וליחד החדש שנוצר.

6 - שי גיל M.A. מטפל בתנועה ומגשר.
* לקחת אחריות על הגוף שלי.

*הסדנאות יתקיימו במקביל.
*מצורף ספח הרשמה מפורט לסדנאות.

13:00-13:00 - הפסקה וארוחה קלה.

13:30 - 14:30

עופרה לבנוני, מטפלת במוסיקה פסיכותרפיסטית.

*תאור מקרה - "בתנועה מתמדת"
תהליך עבודה עם ילד בן 10 באמצעות מוסיקה.

14:30-14:45 - סיכום:

תמי רחמן - מנהלת מיטב הקשב.

דמי השתתפות:

הרשמה מוקדמת עד 26.2.09, 150 ש"ח.

לחבר/ה באגודת יה"ת 130 ש"ח.

לנרשמים לאחר 26.2 והרשמה במקום (על בסיס מקום פנוי) 170 ש"ח.

ניתן לשלם גם באמצעות כרטיס אשראי.