



igroups news

www.igroups.co.il

מגזין קהילת מנחי הקבוצות בישראל

לפרסום במגזין פנו לקהילת קבוצות 03-6990552
תפוצה עדכנית: 1,684 קוראים קבועים

קבוצות בעולם
השפה כמחברת או חוסמת
ככנסים בינלאומיים
ד"ר חיים וינברג

לדעת מקרוב
תמר עיני-להמן

אופק חדש למנהלים
איילת להמן

גישת האקומי למרחב הקבוצתי
מיכל ברנע-אסטרוב

מודל להקמת קבוצת תמיכה
("רכבת") לטיפול תומך
בחולים ובני משפחותיהם
יגאל בן חיים



דבר העורך



"בן אדם כעץ שתול על מים - שורש מבקש..." / י. רוטבליט

בין עצי האורן והזית החרוכים שבפאתי עין הוד צעדה לפני מספר ימים תהלוכה מיוחדת במינה: מבית הכנסת של ניר עציון עלו בצהלה כמה מאות תלמידים ואנשי צוות מפנימיית ימין אורד, במחווה של שיבה הביתה, זאת לאחר שהות מאולצת של שלושה שבועות בבסיס צה"ל בגבעת אולגה. למרות המראות הקשים של מגוריהם, שעלו באש באסון הכרמל, הם לא הפסיקו לשיר ולרקוד לרגע עד הגיעם לבית הכנסת של הכפר. כולם נכנסו לתפילת המנחה, ולאחר דבריו המרגשים של רב הכפר, שביטו התכלה בלהבות, התחלקה הקבוצה הגדולה לשלוש שכבות: שכבה אחת נסעה להיפגש עם כבאים בתחנת מכבי האש בחיפה, שכבה שנייה יצאה לפגוש סוהרים בבית הכלא דמון, שכבה שלישית נסעה להשיב את ספרי התורה של הכפר ששוכנו בעת השריפה בנווה עמיאל.



ה-closure הרגשי של האסון תוכנן לפרטי פרטים על ידי הצוות הטיפולי והניהולי של הפנימייה, בניצוחה של עו"ס שרית דודאי, מנהלת השירות הסוציאלי. במעגל הרחב ניתן דגש לקהילה המקומית, כמו האוכלוסייה בכפר הערבי הסמוך עין חוד ובישוב הדתי ניר עציון, לחברה ההתנדבותית ול-44 משפחות ההרוגים באסון. במעגל מצומצם יותר הועמדה קהילת כפר הנוער עצמה. בתוכו מיקמו את מעגל השכבה ולבסוף מעגל הקבוצה הקטנה - הקבוצה האורגנית אליה משתייכים התלמידים בימים של שגרה. לאחר ארוחת הערב החגיגית, התקיים טקס באולם הספורט, ובסיומו נערכה פעילות מונחית בקבוצות קטנות, בה ניתן עידוד לביטוי החוויה האישית של כל תלמיד עם חזרתו לכפר. ההישענות על הריטואל נועדה להכיל את עוצמת הכאב הנפשי, והאתגר המערכתי הוא לייצר כאן שוב שגרה. ביום בו ביקרתי בכפר עלתה בי אסוציאציה של אתר בנייה ענק, עשרות פועלים בשטח, כלי עבודה רועשים, בניינים חרוכים למראה. בימים אלה מחלקים חברי הצוות את כוחותיהם בין מצוקתם האישית לבין ליווי בני הנוער, משום שרוב הבתים שנפגעו היו בתיהם של חברי הצוות ובני משפחותיהם שגרים בכפר. המאבק

האמביוולנטי הפנימי של התלמידים, לנטוע שורשים רגשיים, שמתקיים כאן בעמל רב, עצר לפרק זמן של חירום, שמאפשר לכידות מוכוונת מטרה. לאחר שנים של התנסויותיהם בהגירה, הדרה ולעיתים קרובות בהזנחה ובנטישה, נפרש בפניהם מצע מיוחד לשינוי. יש כאן כ-500 בני ובנות נוער, רובם ככולם עולים ממדינות חבר העמים ומאתיופיה, חלקם יתומים, ולרובם מהוות שנות השהות בפנימייה גשר של ממש לחברה הישראלית.

את הצוות הטיפולי של הכפר אני מודריך בשנים האחרונות על הנחיית קבוצות. מדובר באנשים טובים, מקצועיים מאוד, חפים מציניות ומצדקנות, על שלל תפאורותיהן. נעים לעבוד איתם וקשה כשקשה להם. עבודה קבוצתית היא הליבה המקצועית בעבודה הטיפולית בכפר, על אף הקשיים המובנים שבקיום setting המאפשר התייחסות מעמיקה לתהליכים. חברי הצוות נאבקים פה על עבודה קבוצתית, מתוך רציונל שמעניק לעבודה בקבוצה משמעות רבה להתפתחות האישית של האדם. הפנימייה נועדה לאפשר חוויה רגשית מתקנת, על מגוון נגזרותיה- הנפשית, החברתית והקבוצתית.

ביטוי הרגשות בקבוצות התלמידים בימים אלה חמקמק ומתעתע. למשל, מתבגר ששואל: "על איזה עץ אני אשתין עכשיו כשאני יוצא בלילה מהחדר?!...", ומבכה את העץ שנשרף מאחורי ביתן המגורים שלו. "נשרפו לנו הזולות והמחששות מאחורי העצים...", אומרת מתבגרת אחרת, ומתייחסת לחשיפה של בוסתן האורנים שהיה ליד כיתת הלימוד. אין ספק שעולים כאן חומרים עשירים ומגוונים שמזמינים אסוציאציה פרשנית דינמית, אבל הדרך משפת ההבנה לשפת ההתערבות ארוכה בערך כמו הדרך מוועדת חקירה ממלכתית ללקיחת אחריות מיניסטרילית...

למרות הקושי והטראומטיזציה שבאה איתו, ניתן לחשוב בטווח הארוך על תועלת סלוטוגנית: תלמידי ימין אורד קיבלו בעת האסון ואחריו את חיבוקה האשם והעוטר של החברה הישראלית כולה. סוף סוף הם שהו, הילדים התלושים האלה, בלב עדשת הקונצנזוס הקולקטיבית. ערימות של ביגוד וציוד חורף הגיעו לכפר, תרומות ניתנו בשפע, ארגונים התגייסו לסייע באמצעות משאביהם הספציפיים: הרבה נתינה שממלאת גם את הלב. הלוואי שנמשיך כך גם בלי אסונות.

מגזין עשיר לפנינו, אחרי כמה חודשים של הפסקה.

קריאה מהנה ומעשירה,

איתן טמיר

Eitan.tamir@gmail.com

קבוצות בעולם

השפה כמחברת או חוסמת בכנסים בינלאומיים

ד"ר חיים וינברג



אנחנו רגילים לראות בשפה אמצעי תקשורת, דרך להביע את עצמנו מילולית בציפייה להיות מובנים על ידי האחר. בדרך כלל זה עובד מכיון שאנחנו "מדברים באותה שפה". אבל כשאנחנו נפגשים עם אנשים ששפתם שונה, עולות שאלות שהן מעבר לתקשורת. למשל, באיזו שפה נכון ליצור תקשורת משותפת? לכאורה נדבר באותה שפה ששנינו מבינים, אבל מסתבר שלשפה יכולות להיות משמעויות נוספות והשימוש בשפה יכול להיות אפילו אמצעי להפגנת כוח. המקום בו הנושא הזה עומד פעמים רבות במרכז ומאפשר יותר חקירה הוא בכנסים בינלאומיים, במיוחד בכנסים של טיפול קבוצתי בהם יש רגישות לתהליך, והרבה פעמים מתקיימת קבוצה גדולה המעלה על פני השטח את הלא מודע החברתי.

אשתי, שגם היא פסיכולוגית קלינית ומטפלת קבוצתית, סיפרה לי על ההשתתפות שלה בכנס הקבוצות הבינלאומי שהתקיים בירושלים בשנת 2000. היא השתתפה בסדנה שהנחו אריאלה פרידמן וגילה עפר על זהות, ובמהלך הסדנה היא גילתה שמכיון שאנגלית היא שפת האם שלה (אמריקאית שנולדה וגדלה בארה"ב), היא בעלת זכויות יתר (privileged). היא היתה המומה מהגילוי הזה מכיון שמעולם לא ראתה עצמה כבעלת זכויות יתר. היא אמרה שהיו משתתפים אמריקאים אחרים שלא הבינו כלל שעצם היותם דוברי אנגלית מלידה מקנה להם עדיפות בעולם ובוודאי בעולם המקצועי, והתווכחו עם המנחות על כך. אני מניח שלא קל להודות שיתרון טבעי כזה מקנה זכויות יתר כמעט אוטומטית (כפי שלהרבה גברים קשה להכיר בכך שעצם היותם גברים מקנה להם עמדת כוח מיידיית בעולם).

למעשה, ההחלטה על שפת הכנס בכנסים בינלאומיים, ושאלת תרגום ההרצאות, היא החלטה פוליטית ולא רק פרקטית. במשך שנים היה ברור שהשפה האנגלית היא שפת הכנסים הבינלאומיים (גם אם הכנס התקיים במלזיה, כפי שהיה בכנס העולמי לפסיכותרפיה שהשתתפתי בו ב-2006 בקואלה למפור). הפעם הראשונה שנתקלתי בהתמרמרות של קבוצה לאומית על כך ששפת הכנס היא אנגלית היתה בבולוניה, איטליה, בכנס של החברה הגרופ אנליטית (2002). בכנס התקיימה קבוצה גדולה יום יום בהנחיית שני איטלקים. כמובן שאחוז גבוה מהמשתתפים היו מאיטליה, ולא כולם ידעו אנגלית ברמה מספיק טובה. העובדה שלא היה תרגום כלשהו לאיטלקית בקבוצה הגדולה והן המנחים (שידעו איטלקית) והן המשתתפים דיברו אנגלית, העלתה את חמתם של חלק מהאיטלקים שיצאו בנאומים שוצפים באיטלקית מהם היה ברור גם למי שלא דובר איטלקית שהם לא הכי מרוצים מהסידור הזה. חלק מהמשתתפים (דוברי אנגלית, כמובן), לא הבינו על מה המהומה, שהרי "ברור" לכולם שבכנס בינלאומי מדברים אנגלית ושזה הפתרון הכי מעשי

לגשר על קשיי התקשורת. מי שיכול היה להשאיר אמפתי ולנסות לראות את הדברים מנקודת מבטם של האיטלקים, הבין שלא מדובר רק בבעיה תקשורתית.

יכול להיות שאנו, הישראלים, שלא תמיד מרגישים שאנו שולטים בשפה האנגלית, נוכל להבין את תחושתם של האיטלקים. שמעתי מהרבה ישראלים שכאשר הם מנסים לפתוח את הפה בכנס בינלאומי הם מרגישים משותקים, חסרי אונים, וחסרי בטחון (לא תמיד יש מתאם בין רמת השליטה בשפה האנגלית לבין הבטחון של הדובר). התחושה היא כאילו ניטלה מהם היכולת הבוגרת לדבר בשפה שוטפת ופתאום המשפטים יוצאים להם מסורבלים, מגומגמים, ולפעמים הם מעדיפים לשתוק. גם אני, שלכאורה שולט באנגלית ודובר אותה יומיום כמה שנים (כידוע, אני גר בקליפורניה כבר 4 שנים), מרגיש לפעמים תקוע במלים מסוימות ולא תמיד אני מצליח להעביר את תחושותי כמו שהייתי רוצה (דוקא כמטפל, יש לכך יתרונות מסויימים, אבל זה לסיפור אחר).

אותה תופעה שראיתי בבולוניה חזרה על עצמה בכנס הבינלאומי לטיפול קבוצתי שהתקיים ברומא ב-2009 (כתבתי על כך באחד הטורים הקודמים שלי). בקבוצה הגדולה, האיטלקים זעמו על כך שהמנחים קבעו ששפת הדיבור תהיה אנגלית והביעו על כך מחאה בקול. בשלב מסויים אף החלו לדבר איטלקית ודרשו שלא יתרגמו אותם, כדי להמחיש לדוברי האנגלית את החוויה של לא להבין מה מדברים. מה שהיה מיוחד באותו כנס ובקבוצה הגדולה זה שבתוך התהליך המתמשך, ניתן היה להבין בהמשך כי מתרחשים כאן תהליכים עמוקים יותר. השימוש באנגלית נחוה כהגמוניה של השפה. כמו חזרה של האימפריאליזם. בכנסים בארץ האסוציאציה בקבוצה הגדולה הינה ששוב אנחנו תחת המנדט הבריטי, והרגשות המתעוררים אצל ישראלים בהחלט קשורים להיסטוריה של היחסים עם האימפריה הבריטית. באיטליה הסתבר שיש כאן עלבון עמוק של האיטלקים בגלל המורשת של האימפריה הרומית, וההגמוניה של השפה האנגלית בכנס נחוותה כפגיעה נרציסטית שהזכירה למקומיים את האבדן של גדולת העבר.

כפי שטענתי, הקביעה מה תהיה שפת הכנס וכיצד (אם בכלל) יתקיים תרגום לשפות אחרות היא אקט פוליטי. דוגמה לכך ראיתי בכנס האחרון של "בסוד שיח" (2010) שהתקיים לפני חודשיים בנה אילן. הכנס פורסם כבינלאומי, ויחד עם זאת רוב הסדנאות ניתנו בעברית. האורחים מחו"ל היו כ-10% מבאי הכנס וכמה מההרצאות המרכזיות היו באנגלית. בהרצאות שניתנו בעברית, הוצמד לכל משתתף מחו"ל מישוה מישראל ששולט באנגלית והוא לחש למשתתף הזר באוזן את התרגום של ההרצאה לאנגלית. זהו מעשה עם הרבה רצון טוב ותחושת נדיבות, אך התוצאה היתה שבכל הרצאה האויר

נמלא רחש דיבור בלתי פוסק. ההחלטה שלאימפריה הבריטית. באיטליה הסתבר שיש כאן עלבון עמוק של האיטלקים בגלל המורשת של האימפריה הרומית, וההגמוניה של השפה האנגלית בכנס נחוותה כפגיעה נרציסטית שהזכירה למקומיים את האבדן של גדולת העבר.

כפי שטענתי, הקביעה מה תהיה שפת הכנס וכיצד (אם בכלל) יתקיים תרגום לשפות אחרות היא אקט פוליטי. דוגמה לכך ראיתי בכנס האחרון של "בסוד שיח" (2010) שהתקיים לפני חודשיים בנה אילן. הכנס פורסם כבינלאומי, ויחד עם זאת רוב הסדנאות ניתנו בעברית. האורחים מחו"ל היו כ-10% מבאי הכנס וכמה מההרצאות המרכזיות היו באנגלית. בהרצאות שניתנו בעברית, הוצמד לכל משתתף מחו"ל מישוה מישראל ששולט באנגלית והוא לחש למשתתף הזר באוזן את התרגום של ההרצאה לאנגלית. זהו מעשה עם הרבה רצון טוב ותחושת נדיבות, אך התוצאה היתה שבכל הרצאה האויר נמלא רחש דיבור בלתי פוסק. ההחלטה של האתגר) הזה כחלק ממבנה הכנס.

כל ההתנסויות הללו שסיכמתי בקצרה כאן ממחישות עד כמה שאלת השימוש בשפה בכנסים בינלאומיים לא עונה רק על קשיי תקשורת, אלא קשורה לאספקטים רבים נוספים ועמוקים, כמו תחושת זהות, שייכות, תחושות של זכויות וחוסר זכויות, עליונות ונחיתות, הדרה ושייכות, וכמובן שאלות של הגמוניה. מארגני כנס בינלאומי שלא יתנו את הדעת לאספקטים הללו עלולים ללבות כעסים, מאבקי כוח, ולהביא לכשלון בדיאלוג. רצוי בכל כנס כזה שיהיה מקום לבחון ולחקור את שאלת השימוש בשפה, והמקום הכי מתאים לכך, לדעתי, הוא בקבוצה הגדולה.

שנה טובה,

חיים וינברג

haimw@group-psychotherapy.com

לדעת מקרוב

תמר עיני-להמן



לעומת זאת, משבשת את החלוקה בין טוב ורע, היא לא מאפשרת אותו.

בהמשך הדרך, כשאחיו של יוסף יורדים מצריימה לשבור את הרעב, מתמלא הסיפור בבכי ודמעות, חריפות הכאב של שני הצדדים מסעירה ומרגשת. יוסף בוכה בתחילה בחדרי חדרים, נרגש מהדיבור על האב הזקן שלו, מהמפגש עם בנימין, מהמפגש עם הדאגה והאחריות שלוקחים אחיו על האב שאיבד את בנו האהוב, וזה על זה, לבסוף נחשף אליהם ובוכה בכי אדיר אותו שנשמע בכל מצרים, בכי שהרעיד לדורות.

עם המפגש הקרוב, בא המגע, בא הבכי. הקבוצה הזו, שעברה מפירוד קנאה ואלימות לעבר ערבות הדדית, אחריות חיבור לרגש שהולידו מפגש, מצאה עצמה משועבדת במצריים, יצאה משם כעם, ומאז יוצרת עצמה עם הכוחות המנוגדים שבה.

עודנו מלאים מפיח העשן בשריפה בכרמל עודנו כואבים מעשים ואמירות עלובות של בכירי ונבכרי העם.

אך חיים גם עם האפשרות המתמדת לבחור במפגש, בקרבה, בראיה הבהירה, המכירה, המאפשרת את אלה ראינו בהגשת היד של רבים לאחר האסון, בהשגת הצדק עבור אלו שעברו התעללות ובאומץ להתנגד לצמצום ולפגיעה בחלש.

שנהיה ראויים זה לזה.

תמר עיני-להמן

שבט לפני שבועיים פתחנו בספר שמות במחזור קריאת התורה. ספר זה פותח במלך החדש של מצריים "שלא ידע את יוסף". זהו המלך שהציג את בני ישראל,

המיעוט האתני, כאיום על החברה המצרית. בפרשת השבוע של השבת האחרונה פוגעות "המכות" בעם המצרי כתוצאה מניצול של עמדת כח והתעללות החלש. כמה רלוונטיות פרשות אלו לאירועים האחרונים הקשורים לבעלי הכח וחולשתם המוסרית: רבנים ונשיאים.

גלות מצריים הוא מיתוס מכונן בתולדותינו, הוא הסיפור הראשון של קבוצה, של טרום עם. כקולקטיב שהמיתוס הזה טבוע בתוכו, ושיודע את תוצאותיה ההרסניות של כוחניות, חובתניו היא דווקא לחתור לצאת ממעגל האלימות ולעמוד על כך שלכל אדם באשר הוא ינתנו הכבוד והחירות. המילים "לא ידע את יוסף" טומנות בחובן את התפיסה שידיעה של האחר ממתנת את האיום ובהכרח ממתנת את האלימות. כשאנו יודעים את האדם שמולינו, מכירים בו ונותנים לו מקום פיסי ונפשי (פרעה של ספר בראשית הכיר במשפחת יוסף ונתן להם לשבת בארץ גושן, כך הם נצלו מרעב), מהר מאוד מתבדות התדמיות והאמונות השגויות שלנו. ידיעת האחר מפוגגת את אמונותינו הבדויות, היא פוקחת את עינינו, חושפת את מורכבותו של האחר ומספקת לנו מראות, לעיתים גם לא מחמיאות על עצמינו. זה "שלא ידע", ראה בקבוצה המתעצמת איום.

כמה שבועות קודם נפרשה בפנינו פרשת יוסף ואחיו, התורה לא חוסכת מאיתנו את שפע היצרים והרגשות קשים המלווים את המשפחה הסבוכה והמורכבת הזו (שהיא הטרם טרום קבוצה שיצרה בסופו של דבר את העם היהודי). האמת הכואבת נפרשת בגלוי ומספרת על ה"חומרים" האנושיים מהם אנו עשויים.

הקנאה של האחים ביוסף, שגאתה ללא מצרים, נבעה מהרצון חסר התקווה לנכס לעצמם את אוצרותיו של יוסף המסומלים בכותנתו. אם יהרגו או ימכרו אותו לא יאלצו להפגש עם היכולות האדירות שלו המאיימות למחוק אותם. מתי אנחנו, כשלא יכולים מרוב קנאה להנות מסגולותיו הייחודיות של האחר מבלי שיהיו שלנו, מוחקים אותו באלימות?

בפרק ל"ז בספר בראשית, לפני המפגש הגורלי של יוסף עם אחיו נכתב: "ויראו אותו (אחיו) מרחוק ובטרם יקרב אליהם ויתנכלו אותו להמיתו" האחים ראו אותו מרחוק! ראייה מרחוק היא ראייה חלקית, מטושטשת, מלאת ספקולציות. אם היו רואים אותו מקרוב- מה היו רואים בו? מה היו רואים בתוך עצמם?

כשרואים מרחוק, רואים בריחוק, בניכור (רחוק מן העין רחוק מן הלב), ממקום כזה אפשר לתייג את השני, לראות בו את מה שאנחנו רוצים לראות, להטיל בו את מומינו, ולהפעיל כוחנות. הקרבה,

אופק חדש למנהלים

איילת להמן



קבוצת מנהלי בתי הספר שפגשת היתה למודת השתלמויות. זו הרי חלק מהשגרה במערכת החינוך, מידי שנה מחויבות קבוצות בעלי תפקיד להשתלם מספר לא מבוטל של שעות. וכשמדובר במנהלים וותיקים, אין דבר שלא ראו או שמעו; פדגוגיה לסוגיה, פסיכולוגיה לגווניה, אימון אישי, עסקי, רוחני, ייעוץ ארגוני, הארגון הלומד, למידה מהצלחות ועוד ועוד. ארבע המנהלות שנבחרו לחשוב איתי יחד על נושא ההשתלמות, ישבו מפהקות לפניי נוכח המשימה שהתגלגלה לפתחן. המפקחת האחראית על המנהלים, אף היא שבעת סדנאות, נראתה מודאגת - ההשתלמות של השנה החולפת לא צלחה, המנהלות התלוננו על היעדר עניין ורלוונטיות לעבודתן. הפעם צריך לבחור נכון. השתלמות שהיא שוס!

אלו המתחים הקיימים בעבודה עם מערכת החינוך. אנשי חינוך; מורים, מנהלים ומפקחים עם וותק וניסיון מקצועי רב, מתמקצעים באמצעות מערך השתלמויות רחב היקף. השתלמות שנתית היא נתון, חובה. הקבוצה הנוכחית היא דוגמא לכך: קבוצה אורגאנית של 'מפקח ומנהליו' המייבאת, מידי שנה, לתוך סדרת המפגשים השוטפים העומדים לרשותה, מנחים, יועצים ומרצים מבחוץ לשם למידה מקצועית. הבחירה במרצה זה או אחר מושפעת מחד מהרצון שהתכנים יהיו רלוונטיים וניתנים ליישום בשדה העבודה ומאידך מהכמיהה להכיר ולהיתרם מעולמות תוכן שלא מתחום החינוך מתוך תקווה לחדש ולרענן את המוכר. בשונה מהעולם העסקי המתאפיין בתחלופה ובשינויים תכופים בתפקיד, אנשי חינוך נמצאים בתפקידם מספר לא מבוטל של שנים. איך מתפתחים ומחדשים בתוך מציאות שכזו?

לאחר שמיקדנו את מטרת ההשתלמות וגבולותיה, הסכימה הקבוצה על השאלה 'מהו תפקידו של המנהל כמנהיג פדגוגי?' רפורמת 'אופק חדש' מדגישה את האחריות הפדגוגית שיש למנהלים על אוכלוסיית התלמידים וצוות המורים. המנהלים, אם כך, אחראים לפיתוח המקצועי של המורים בבית ספרם, אך לרובם לא ברור כיצד לבצע תפקיד זה. הצגתי בפניהם את מהות התהליך שנעבור יחדיו - למידת עמיתים המבוססת על ניסיונם המעשי כמנהלים ואת הפרקטיקה - כתיבת תיאורי מקרים ודיון קבוצתי בהם.

קהילת עמיתים? הקבוצה הזהירה אותי באופן ישיר, כבר במפגש הראשון, כי תיהיה בעייה אמיתית לחשוף חומרים אישיים. בכל זאת, קבוצת מנהלים מאותו מחוז, התחרות בין בתי הספר עצומה סביב רישום התלמידים, אין לדעת מה ייעשה עם החומר הכתוב, ובכלל, 'כבר נפגענו בעבר, והמבין יבין'.

אבל זה גם האתגר, להביא קבוצה שלא ממש רוצה לבוא, קצת משועממת, קצת חרדה והרבה חשדנית למקום של פתיחות, שיתוף, הדדיות ואחריות. אחריות על תוכן הדברים הנאמרים, ואופן האמירה, אחריות על גישותיו של האחר והערכה למוכנות של

האחר לשתף, וכל זאת בתרבות ארגונית שיש בה מן הבדידות וההימנעות. כל מורה בכיתתו, כל מנהל בבית ספרו, תרבות היררכית שלא תמיד מעודדת שאילת שאלות, רפלקטיביות וביקורתיות.

הכתיבה עצמה התבצעה בתהליך מובנה בו הטקסט נבנה שלב אחר שלב תוך הכוונת המנהלים לכתיבה אישית, לא שיפוטית, נטולת ביקורת עצמית. התהליך המובנה, סייע לכותבים מלאי החשש להשלים את משימת הכתיבה.

הכתיבה עצמה התבצעה בתהליך מובנה בו הטקסט נבנה שלב אחר שלב תוך הכוונת המנהלים לכתיבה אישית, לא שיפוטית, נטולת ביקורת עצמית. התהליך המובנה, סייע לכותבים מלאי החשש להשלים את משימת הכתיבה.

כל מנהל שיתף עמית אחד מהקבוצה בתוכן המקרה שכתב, חוויה שהיתה טובה עבורם והתחילה להמיס את ההגנות הבכורות. מספר מנהלים המשיכו לכתיבת תיאור מקרה מלא, כתובים בגוף ראשון, שבמרכזו אירוע דילמה בנושא הניהול הפדגוגי בבית ספרו. נושא שהשאיר אותם עם לבטים ושאלות. התיאורים בקבוצה זו היו מרתקים וכתובים היטב. זו חוויה משמעותית מאוד למנהל המגלה, בעזרת עמיתיו, שכתב סיפור איכותי. תיאור אחד עסק בניסיון של המנהלת לערוך למידה באמצעות תצפיות עמיתים בכיתות. בתיאור מקרה אחר תיארה המנהלת את התסכול שחשה נוכח רמת ההוראה של שלוש מורות בבית ספרה ואת ניסיונותיה לשנות את דרך הוראתן, ללא הצלחה. לעומתה עסק תיאור מקרה שכתב מנהל בדרכים בהן כן הצליח לשנות התנהלות מקצועית של מורות ואת השינוי הסגנוני שמהלך זה דרש ממנו. תיאור המקרה האחרון עסק בטיפול המערכתי בתלמיד בעל קשיים על רקע משפחתי ורגשי.

תכנית המפגשים נרקמה ממפגש למפגש. משמעות הניהול הפדגוגי, היתה תעלומה לפענוח גם לקבוצת המנהלים, וגם לי. הקבוצה, בחומרים האישיים שהביאה, סייעה לי לשזור לתוך התהליך חומרי עזר נוספים, קטעי סרטים וטקסטים עיוניים.

הקבוצה עבדה, על התוכן אך גם על התהליך הבינאישי בין חבריה. הרגשתי כאורחת בסלון משפחתי וידעתי שבתום המפגשים אפסע אל מחוץ לבית וכולם יישארו בפנים, להמשיך בחייהם. ובכל זאת, הוזמנתי לא רק בכדי לאפשר למידה סביב תוכן, אלא גם בכדי לסייע בבניית תרבות קבוצתית פתוחה, תומכת ואינטימית יותר. הרגשתי כאורחת שצריכה לעשות לעצמה מקום שוב ושוב. וכי דינאמיקה בין המנהלים מוכרת, ידועה ונוחה לכל הצדדים. המפקחת, במהלך המפגשים, היתה כאחת המשתתפות וגם היא נשאה אליו עיניים. האם אני קוסמת? האם אחולל שינוי ב-5 מפגשים?

הקבוצה כללה 12 מנהלים. חלקם וותיקים ודומיננטיים ומקצתם - מנהלים חדשים, שותקים. בין מספר מנהלות היתה תקשורת לא מילולית דרך

מבטים, תנועות פנים. תקשורת שהחריפה אצלי את תחושת הזרות. ניכר שיחסי הכוחות בקבוצה קבועים. תוכן הדברים העיד על נחרצות ופיצולים: 'מורים תמיד יתנגדו לשינויים', 'המנהל צריך להיות חזק אל מול המורים'. הושלך עליי משהו - הזרה, הלא שייכת, חשתי קצת מיוחדת, 'לא מקובלת'. האם כך חשים מנהלים בבית ספרם? האם הניהול הפדגוגי, הדרישות החדשות של 'אופק חדש', משאירים אותם לבד? האם גם הם, כמוני מולם, חשים כמחזיקים באיזו אגידה זרה, אל מול חדרי המורים בבית ספרם?

אולם, ברמה הגלויה, הכל התנהל על מי מנוחות, הקבוצה כתבה ודנה בתיאורי מקרים, בקטעי סרטים ובחומרים עיוניים שהבאתי. משהו היה שם קל מדי. היתה הסכמה כללית, אישור מתמשך של וודאויות. הרגשתי שחשוב להנכיח דיבור מסוג אחר. חלק ממני רצה שמישהו מתוך הקבוצה יעשה זאת במקומי. להישאר במקום הנוח, הנעים של מנצחת מרוחק על תזמורת מנגנת. אולם בחלק אחר בתוכי ידעתי שאיש לא יעשה זאת במקומי. המפקחת נראתה מרוצה, המנהלות הדומיננטיות השתתפו בערנות. אין ברירה, תפקידי להעז ולהביא את הקול של המורה הלא נוכח, לערער על אמיתות, על התנהגויות מבטלות, היררכיות, משתיקות בתוך הקבוצה עצמה. אחרת איך יחוו יריביו פרספקטיבות? והקשבה לכל הקולות?!

הדוגמא החזקה ביותר לדינמיקה הזו היתה במפגש הרביעי של הקבוצה, במהלך דיון בתיאור המקרה שכתב ערן, מנהל בית ספר יסודי. ערן העיד על שינוי בדפוסי התקשורת שלו עם המורים בצוותו בכתבו כי רק כאשר הוא מפעיל גישה סמכותית הוא זוכה להקשבה מצד המורים ומצליח לחולל שינויים בדרך ההוראה שלהם. הקבוצה הקשיבה והסכימה בכל פה. המנהל קיבל שבחים על התנהלותו אל מול מורים ועל כך שכפה עליהם את תובנותיו המקצועיות. לא עלו שאלות בנוגע לתחושת המורים, או מחשבות על שיתוף הדדי בבניית דרך עבודה. הבאתי את התחושות שלי והשאלות שלי על העדר 'קולי' זה בדיון. השתררה מבוכה. בתחילה התבצרו מולי, אך נראה כי חלק מהמנהלים הבינו שיש אפשרות לשחק, לעבור צד, לפתוח את שדה הראייה. בחלקו השני של המפגש, במהלך דיון אחר, הבחנתי בשינוי קל - שני מנהלים התוכחו ביניהם באופן גלוי. הושמעה ביקורת. התפנה מקום לחוסר הסכמה. המסך הוסט.

איילת להמן

יועצת ארגונית ומנחת קבוצות, מכון אבניים.

בית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש לואיס וגבי וייספלד
היחידה ללימודי המשך

התכנית להכשרת מנחי קבוצות, הזמנה ל -

שיח מנחים

מועדון למנחי קבוצות

מועדון "שיח מנחים" יוצא לדרך זו השנה החמישית

תכנית המפגשים

מפגש ראשון 21.12.10
"מי בביתן" - מה קורא מנחה קבוצות
בספרי ילדים?
מנחה: צבי עמלי

מפגש שני 18.1.11
הייחודי והמאוחד בעבודת צוות
בארגון
מנחה: ד"ר ורדה זילברברג

מפגש שלישי 15.2.11
תפקידי המנחה בקבוצות שטח
(OUTDOOR)
מנחה: דורון מרום

מפגש רביעי 29.3.11
מחשבות על עבודה קבוצתית
לאוכלוסיות המצויות בקונפליקט
מנחה: צבי מילר

מפגש חמישי 3.5.11
שבוע יום השואה
המפגש יוקדש לקבוצות ולתהליכים
קבוצתיים בתקופת השואה. מנחה:
יפורסם בהמשך

מפגש שישי 14.6.11
המסע לאותנטיות בקבוצות
מנחה: מונה זופניק

צוות "התכנית להכשרת מנחי קבוצות" ביחידה ללימודי המשך של ביה"ס לעבודה סוציאלית באוניברסיטת בר-אילן מזמין אותך לקחת חלק בסדרה בת שישה מפגשים. מועדון מנחי הקבוצות מתכנס במסגרת המפגשים לשיח אודות תהליכים קבוצתיים והנחיית קבוצות. המפגשים נושאים אופי של שיחה, הרצאה או התנסות ומאפשרים מפגש מקצועי וחוויתי לעוסקים בקבוצות.

למפגשים מוזמנים בוגרי התכנית להכשרת מנחי קבוצות, בוגרי תכניות מקבילות וכל המתעניין ועוסק בתהליכים קבוצתיים.

המפגשים יתקיימו בימי שלישי בשבוע באוניברסיטת בר-אילן, בניין 213 (בניין מקסיקו), אולם 002 (לובי ביה"ס לעבודה סוציאלית, קומת קרקע). עלות השתתפות בכל מפגש: 20 ₪

מתכונת המפגשים:

20:00-20:30

התכנסות ומפגש חברתי (יוגש כיבוד קל)

20:30-22:45

הרצאה, שאלות ושיח מנחים

הזמינו חברים ועמיתים

נשמח לראותכם - צוות התכנית להכשרת מנחי קבוצות והיחידה ללימודי המשך

לפרטים ולהרשמה: 03-5317265, 03-5318211
Cont.Education@mail.biu.ac.il | www.biu.ac.il/soc/sw/hemshech

גישת האקומי למרחב הקבוצתי

מיכל ברנע-אסטרוג

הללו הם חבריה. באופן זה הופכים חברי הקבוצה למקור של כוח ונחמה האחד עבור השני. היכולת לתמוך ולהיתמך בצורה קשובה ולא מתערבת זו, מחזקת את משאביהם הנפשיים של הקבוצה ככלל ושל חבריה כפרטים.

המנחה בשיטת האקומי מטפח תשומת לב בו-זמנית פנימה וכלפי האחר בכל מישורי החוויה, גופניים ומנטאליים כאחד. קשב זה מאפשר לחוש באופן בלתי-אמצעי את הזולת ואת הקבוצה, את התלות ההדדית עימם, ואת דקויותיהם של התהליכים המתרחשים ושל קשרי הגומלין שביניהם. יכולת זו מגדילה את יכולת ההכלאה, מנקה מידה רבה של תגובות מן ההתנהלות, ומאפשר שרת עמדה שתהיה מאוזנת ומזינה גם עבור המנחה. כדי לנווט את התהליך בהתאם לארבעת העקרונות שלמעלה, נדרשות מהמנחה נוכחות מלאה, ראייה נכונה, גמישות ויצירתיות. המנחה בשיטת האקומי שם לב למה שרוצה לקרות. במקום להגיע עם אגנדה מובנית ולנסות לשלוט במתרחש ולכוונו לעבר יעדים קבועים מראש, הוא עוקב אחר האיתותים העולים מן הקבוצה או מן האדם שמולו מרגע לרגע, ופועל בעקבותיהם כך שהוא למעשה 'מוביל מתוך מעקב' ("leading by following"). הדברים מתקבלים כפי שהם, ללא קטגוריאליזציה והעדפה וללא מאמץ לדחוף אל עבר שינוי הנחשב רצוי. בהתאם לעקרונות הדאואיסטים של non-being ו non-doing, המיומנות בשיטה זו מתבטאת ביכולת לתמוך בתהליך הריפוי הספונטאני ולהימנע מלעמוד בדרכו. התנהלות כזו דורשת ויתור על הצורך לדעת ועל הניסיון לשלוט.

המצע התודעתי של גישת האקומי מאפשר רמת תקשורת עמוקה ואותנטית בקבוצה. השיח הופך אישי, אינטרוספקטיבי, מדויק וכנה יותר. הסיבה הבטוחה של הנוכחות האוהבת מייצרת אינטימיות אמיתית, ומפחיתה באופן משמעותי ביותר את הנטייה לפנות לשיפוטיות, לתוקפנות ולהגנתיות. העשייה הקבוצתית מלאה הזדמנויות להתבוננות פנימה ולקבלת משוב מן החוץ. השותפים לתהליך הקבוצתי לומדים לראות את האחר ואת העצמי באופן מעמיק יותר, מעבר לשטחי ולמפריד, ולעשות זאת בצורה לא אלימה ולא פולשנית. הם לומדים להתנהל מתוך חמלה, לצאת מנקודת מבט אוהדת ואמפתית, ולהשתמש במידע כדי לעשות טוב. קבוצה המאמצת דרכי התבוננות והתנהלות בינאישיות כאלה הופכת למעין קהילה, שהאווירה בה אידיאלית לתמיכה בתהליכי הגילוי העצמי, הצמיחה והריפוי.

ביבליוגרפיה:

Johanson, Greg and Kurtz, Ron. Grace Unfolding; Psychotherapy in the Spirit of the Tao- te ching. New York: Bell Tower, 1991.

Kurtz, Ron. The Healing Process. From: <http://hakomi.com/wp-content/uploads/2010/02/The-Healing-Process-2.pdf> accessed July 28 2010.

Martin, Donna. "Loving Presence for Therapists", 2008. From: www.hakomi.ca/art_lp_therapists.htm accessed July 3rd 2010.

the only way of being truly non-violent. It by-passes resistance. It transcends the use of methods and techniques. It is natural, enjoyable, respectful, nonhierarchical, and "mutually nourishing".

התמקדות בחוויה הנוכחית (Focus on Present Experience): בהאקומי מפתחים יכולת התבוננות שקטה פנימה בחוויה הנוכחית על כל המישורים המרכיבים אותה: תחושות גופניות, רגשות, מחשבות, דימויים וזיכרונות, משמעות ותובנות. מצב זה של קשב פתוח נועד להחזיק חלל פנימי המזמין אליו את מה שרוצה לעלות מן הלא מודע, ומאפשר תודעה גמישה ורצפטיובית; תפקידו לתמוך ביכולת לחוות חוויות חדשות, להשתנות ולהתרחב. עבור המנחה (או המטפל), מצב התודעה המרווח מאפשר פתיחות לקליטה מעודנת של הזולת כפי שהוא, וראייה מעמיקה אל תוך הדפוסים האוטומאטיים המכוונים אותו, מנקודת מבט לא שיפוטית ומלאת חמלה והערכה.

התנהלות ב'גישה ניסויית' (Experimental Attitude): ההיסטוריה שלנו כתובה בפנינו, בגופנו, בקולנו, ומתבטאת ברגע ההווה. איש המקצוע בשיטת האקומי מיומן בתשומת לב למישור הלא מילולי, על התבטאויותיו הדקות והמעודנות. הוא מבחין בסממנים גופניים או לא מילוליים אופייניים אצל האדם שמולו, ומשתמש בהם כדרכי גישה המובילות ישירות אל החוויות שיצר אותן בעבר. הגופני והבלתי מושגי נתפסים בגישה זו של האקומי כדרך המלך אל הלא מודע האדפטיבי, הכולל את אותם דפוסים הרגליים שהתפתחו כתגובה להתנסויות קשות (בד"כ בינקות ובילדות), והפכו מהתנהגויות בעלות ערך הסתגלותי לגורמי סבל הפועלים באופן נוקשה ואוטומאטי. ככאלה, הם מנהלים את חיינו מבלי שתהיה לנו מודעות כלפיהם, ומבלי שתהיה לנו שליטה על השפעתם עלינו. במצב התודעה הפתוח שתואר קודם נערכות התנסויות פשוטות, המאפשרות לחומרים בעלי מטען רגשי משמעותי ולהרגלים מן לא-מודע האדפטיבי לעלות אל פני השטח, והמזמינות בעדינות את המשתתפים לבוא עימם במגע ולחקור אותם. כאשר מתקרבים לאלה, מתעוררים עימם באופן טבעי גם רגשות וזיכרונות, ומצבים שונים הדרושים ויסות והכלה. השותפים לתהליך, בתחילה לפי הוראות המנחה ובהמשך בעצמם, לומדים להציע תמיכה בהגנות ובהתנהגויות של ניהול עצמי הנובעות ממצבים אלה, והחזקה פיזית ונפשית מתאימה.

תנועה ישירה לכיוון 'הזנה' (Nourishment). הכוונה כאן היא להזנה (מנטלית): ההתנסויות האמורות מעוצבות כך שהן ממלאות תפקיד כפול: מחד הן מעוררות וחושפות חומר רגשי טעון, ומאידך הן מציעות את www.hakomi.com/faq החוויה החסרה; אותה חוויה מאוזנת ומזינה שנחסכה מן האדם בראשית חייו ונותרה חסרה כתוצאה מהרגלים מגבילים ומכוצים שנוצרו סביבה. הצעת המרכיב החווייתי שנמצא חסר ונחוץ מתבצעת בצורה חיה ומודעת, במסגרת מערכות היחסים הקיימות. חוויות מיטיבות כאלה, מילוליות וגופניות, כאשר הן חוזרות על עצמן ועוברות אינטגרציה, משנות את ארגונו הפנימי של האדם והופכות לחלק מרפרטואר החוויות הזמינות לו. כך מושלם מהלך שנותר בעבר ללא מענה, ומתאפשרת התרת דפוסים גורמי סבל, המובילה לריפוי עמוק ולהתפתחות. בקבוצה, מי שמספקים את ההתנסויות

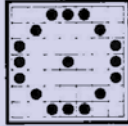
Developed originally as a form of...” psychotherapy, the fruit of the method goes well beyond personal change or individual development, and flowers in the cultivation of “loving relationships and caring communities” (ד"ר www.flintsparks.com פלינט ספארקס, פסיכולוג, מטפל ומורה באקומי בכיר ומורה זו).

www.hakomi.co.il/principles האקומי (Hakomi) היא גישה לעבודה אישית וקבוצתית בתחום הפסיכותרפיה המתקדמת. זוהי דרך עדינה להיכרות עם ההרגלים האוטומאטיים הגורמים לנו סבל לא הכרחי, ומונעים מאיתנו להיות נוכחים באמת עבור עצמנו ועבור הזולת. השיטה נוצרה במקורה כפסיכותרפיה ממוקדת-גוף לפני כ-40 שנה, ונמצאת מאז בהתפתחות מתמדת ובהתרחבות יישומית ברחבי העולם. לצד מקורות מן הפסיכולוגיה המערבית, בהם תרפיות גופניות ודינאמיות והבנות הנובעות מן המחקר הניורופסיכולוגי ומתאוריית המערכות המורכבות, שואבת האקומי מהשקפות העולם של הבודהיזם והדאואיזם. יוצר השיטה, ד"ר רון קורץ, פסיכותרפיסט מארה"ב שקיבל לאחרונה פרס על מפעל חיים, המשיך לעדכן את השיטה, לפשט ולעדן אותה לכדי מה שהוא מכנה כיום ה- www.hakomi.co.il/evolvment. בגירסתה זו, היא לא רק פסיכותרפיה; זוהי גישה מיוחדת במינה למרחב הקבוצתי והבינאישית.

גישת האקומי מדגישה עמדה תודעתית מרווחת ורצפטיובית, נוכחות נינוחה וחסרת מאמץ, ותשומת לב אל מה שמעבר למילולי ולמושגי. היא מציעה נתיבי גישה ייחודיים לחומר לא מודע העומד בבסיס ארגונו הפנימי של האדם, וכלים לתמיכה אופטימלית בתהליך הריפוי. השיטה מבוססת על כמה עקרונות, המנוטים את התהליך הטיפולי והקבוצתי ביעילות ובעדינות, והמשפיעים עמוקות על עמדתו המנטלית של המנחה: טיפוח 'נוכחות אוהבת' (Loving Presence):

www.hakomi.co.il/workshops/therapists נוכחות אוהבת היא גישה הקשורה לאיכויות מסויימות של קשב, תפיסה ורגש. היא המיכל הבסיסי בגישה זו של השיטה, ותפקידה לאפשר לתהליך החקירה והריפוי להתרחש באופן ספונטאני, בסביבה בטוחה באמת. זהו מעבר מנטאלי שהעובדים בדרך זו לומדים לעשות באופן רצוני. הנוכחות האוהבת איננה "משקפיים ורודים" או "חשיבה חיובית". למרכיב ה'נוכחות' מקום מרכזי ביותר בגישה זו, ומשמעו עיניים פקוחות לרווחה גם אל מול הסבל, המגבלה והקושי. מתוך רגש כנה של קבלה ואמפתיה, ותוך התמלאות בהשראה מן היופי והכוחות האנושיים המזוהים אצל האחר, מוצאים עצמם גם המנחים והמטפלים מלאים ומוזנים. קל ללמוד נוכחות אוהבת, לטפחה וליישמה בעזרת תרגילים פשוטים, והשפעתה על הסיטואציה הינה טרנספורמטיבית. האווירה ההרמונית והמיטיבה הנוצרת מעוררת מינימום התנגדויות ופוחתת מרחב המזמין תהליך עמוק של גילוי עצמי. עמדה זו נובעת מן המנחה, ומהר מאוד מתפתחת גם אצל חברי הקבוצה. דונה מרטין, ממפתחות שיטת האקומי המעודכנת כותבת:

"Loving Presence emerges spontaneously" as a way of being, rather than something you do. Yet, being in loving presence gives tone and form to everything you do and this has a powerful effect. In therapy, this sets the tone for the whole relationship. It is perhaps



האגודה הישראלית לטיפול קבוצתי אנליטי
EGATIN (European Group Analytic Training Institution Network) – חברה ב-
THE ISRAEL INSTITUTE FOR GROUP ANALYSIS המכון הישראלי לטיפול קבוצתי אנליטי

:In cooperation with



הקבוצה הגדולה, 2011 המשולש הישראלי-פלסטיני-אירופאי

בהנחיית פרופ' יוסף שקד, וינה

"בחלומי אני נרדפת בתוך בית עם מבוכים ע"י היטלר. הוא לא מצליח לתפוס אותי. בתוך חדר מסוים במרכז הבית היטלר נכנס בדלת אחת, אני בורחת מהדלת השנייה והיטלר הופך להיות ערפאת שממשיך את הרדיפה". זהו חלום של משתתפת יהודיה "בקבוצה הגדולה". משתתף פלסטיני או אירופאי היה חלום כנראה חלום אחר...

חלומות ב"קבוצה הגדולה" הם אחד מהנתיבים להבנה עמוקה של הדינאמיקה ושל הכוחות הפועלים בתת מודע, ומפעילים את התנהגותנו בחי" היום-יום, הן כיחידים והן כחלק מהמעגלים שאנו שייכים להם: המשפחה, מקום העבודה, הקהילה והעם שלנו.

ההשתתפות ב"קבוצה הגדולה" השנה היא הזדמנות לחקור את התהליכים הפסיכולוגיים המורכבים והראשוניים, ההשלות, ההתקות ושאר המנגנונים הפועלים במשולש הישראלי-פלסטיני-אירופאי, עם הזיכרון האישי והקולקטיבי, המשפחתי והלאומי, של כל אחד מאיתנו. מהם המנגנונים והתהליכים שמרחיקים אותנו זה מזה, שתומכים ביצירת דימוי האויב, שמובילים להתנהגויות עוינות ושמקשים על היחסים בין הפרט לקבוצה ובין הפרט לבין עצמו.

זו השנה השש-עשרה שפרופ' יוסף שקד, המומחה הבינלאומי לקבוצה הגדולה, מגיע לארץ בכדי להנחות את "הקבוצה הגדולה" ביחד עם האגודה הישראלית לטיפול קבוצתי אנליטי. השנה אנו מקיימים את "הקבוצה הגדולה" בשיתוף עם המכון האירופאי והבינ"ל שמכשיר מטפלים קבוצתיים אנליטיים בארצות אירופה דוברות גרמנית.

השנה התוכנית תכלול השתתפות ב"קבוצה הגדולה" ובקבוצות קטנות, לסירוגין.

פרופ' יוסף שקד הנו פסיכיאטר, פסיכו-אנליטיקאי, המכהן כנשיא האגודה האוסטרית לטיפול קבוצתי אנליטי. הוא בעל שם עולמי בקידום התיאוריה והפרקטיקה של "הקבוצה הגדולה".

הסדנה מיועדת לאנשי מקצוע בתחומי הטיפול, החינוך, הרווחה ואחרים, המתעניינים בתהליכים קבוצתיים וחברתיים. הסדנה תתקיים בשפה האנגלית.

מתי: בימים שישי, שבת, ראשון - 18 עד 20 במרץ 2011 (סוף שבוע של פורים)

היכן: בנוה שלום (יורדים במחלף לטרון בכביש מס' 1 נוסעים לכיוון באר שבע עד לירידה הראשונה לנווה שלום)

המשך



התוכנית:

המחיר: כולל השתתפות בסדנה, כיבוד קל ושתייה
בהפסקות, ארוחות צהרים מלאות ב- 3 הימים

550 ש"ח

לחברי האגודה לטיפול קבוצתי אנליטי

520 ש"ח

קבלות ואישורים יינתנו במקום
לא יתקבלו ביטולים לאחר 8.3.2011

הסדרי לינה וארוחות ערב:

למעוניינים: יש להסדיר ישירות עם המלון באופן

עצמאי: hotel@nswas.info

טל': 02-9917160

להרשמה:

יש למלא ולשלוח את הטופס שלהלן, בצירוף
התשלום

לכירורים:

אווי גוגנהיים שביטה: evi@nswas.info

חגית ליפשיץ: mifgash1@yahoo.com

טופס הרשמה

שם _____

כתובת _____

טל' _____

טל' נייד _____

דוא"ל _____

מקום עבודה _____

מצ"ב המחאה בסך _____

לפקודת האגודה הישראלית לטיפול קבוצתי אנליטי.

נא לשלוח לכתובת:

חגית ליפשיץ, רחוב יצחק שמי 8 דירה 37 כניסה ג',

ירושלים

יום שישי 18.3.2011

רישום והתכנסות	8:30
דברי ברכה: אווי גוגנהיים שביטה, יו"ר האגודה לטיפול קבוצתי אנליטי	9:15
קבוצה גדולה	9:30
הפסקה	11:00
קבוצות קטנות	11:30
ארוחת צהרים	13:00
קבוצה גדולה	14:00
הפסקה	15:30
קבוצות קטנות	15:45
הפסקה	17:15
קבוצה גדולה	17:30

יום שבת 19.3.2011

קבוצות קטנות	9:00
הפסקה	10:30
קבוצה גדולה	11:00
ארוחת צהרים	12:30
קבוצה גדולה	13:30
הפסקה	15:00
קבוצות קטנות	15:15
הפסקה	16:45
קבוצה גדולה	17:00

יום ראשון 20.3.2011

קבוצות קטנות	9:00
הפסקה	10:30
קבוצה גדולה	11:00
ארוחת צהרים	12:30
קבוצה גדולה	13:30
הפסקה	15:00
קבוצה גדולה	15:15
סיכום והתבוננות תיאורטית	16:45
סיום	17:30

סדנה בנושא "אמפתיה"

משמעותה ושימושה בעבודה הטיפולית

ב"מרכז אביב" פברואר 2011

סדנה חד פעמית, בהנחיית ד"ר יחזקאל כהן, אחד הפסיכואנליטיקאים המוערכים בישראל

המושג אמפתיה הפך להיות מושג שגור, משומש, שחוק וכמו ברור מאליו בעבודה הטיפולית. הסדנה תעסוק בהבנה, במשמעות ובשימוש ב"אמפתיה" בטיפול הפסיכותרפויטי באשר הוא.

בסדנה יידון המושג אמפתיה, תוך ניסיון להבהיר את מהותה ומקומה בתוך יחסי מטפל-מטופל, כאשר השאלה המרכזית עמה נוסה להתמודד תהיה האם האמפתיה היא כלי עזר בעבודה הטיפולית שבלעדיו לא נוכל כלל "להגיע" אל המטופל ולסייע לו או שמא האמפתיה היא הרבה יותר מכלי וניתן לומר שהיא זו שמכוננת את העצמי של המטופל ובכך מסייעת לתמורות מהותיות.

הסדנה תתבסס על קריאה ודיון במאמרים אחדים, וכן על בסיס ויניטות שיוצגו על ידי המשתתפים.

הסדנה מיועדת לפסיכולוגים, פסיכיאטרים, עובדים סוציאליים, מרפאים באמנות העוסקים בפסיכותרפיה, מטפלים זוגיים ומשפחתיים ומנחי קבוצות.

המנחה: ד"ר יחזקאל כהן, הוא פסיכולוג קליני ופסיכואנליטיקאי מנחה, בחברה הפסיכואנליטית בישראל. לשעבר, מנהל מוסד "בני ברית" לילדים ובני נוער בעלי הפרעות נפשיות.

לוח זמנים:

המפגשים יתקיימו אחת לשבועיים, בימי שלישי
בין השעות: 19:00-20:30 למשך 6 מפגשים
מפגש ראשון בתאריך 22.02.2011

מקום הסדנה:

'מרכז אביב', רחוב אחוזת בית 3 תל אביב, כניסה ימנית קומה ב'

מספר המקומות מוגבל !!!

לפרטים נוספים ראה באתר "מרכז אביב"
<http://avivclinic.co.il/content.asp?cat=74>

להרשמה ניתן לפנות למרכז אביב,
בטלפון 03-6206417 או בדוא"ל: office@avivclinic.co.il

מודל להקמת קבוצת תמיכה ("רכבת") לטיפול תומך בחולים ובני משפחותיהם

בחטיבה הכירורגית, בית חולים רמב"ם, מרכז רפואי ראשי לכל צפון הארץ

יגאל בן חיים

הכול לקראת התמודדות עם קשיי-האשפוז והמחלה המתמשכת.

שיתוף הפעולה בין המנחים ועידוד התהליך הרגשי המקביל לקבוצה שעוברים המנחים (צוות רב מקצועי) יתרום רבות לתפקוד המחלקה ברמה הצוותית וכן יאפשר גיוס קל יותר של מטופלים לקבוצה.

העבודה המתוכננת לקבוצת התמיכה "רכבת":

הקבוצה המתוכננת תהיה בנויה בשיטת הקבוצה הפתוחה ("רכבת"), מפגש של פעם בשבוע למשך שעה ורבע עם ארבע מנחים (אחות, רופא, עו"ס ופסיכולוג) שתאפשר כניסה ויציאה של משפחות לחולים מורכבים בבית-החולים המעוניינים בתמיכה וחיוק בהתמודדות עם האשפוז. גיוס החולים לקבוצה יעשה דרך צוות המחלקה וכן בקשה של החולה או משפחתו. בתהליך הגיוס יגוש אחד המנחים את החולה באופן אישי ויתאר לו כיצד הקבוצה יכולה לעזור בהקלה על סבל האשפוז. חברי הקבוצה החדשים יוצגו לקבוצה על ידי המנחה וכן יספרו בקצרה על עצמם, החולי ומה היו רוצים להשיג בקבוצה. כאשר החולה מועמד להשתחרר או לעזוב המנחה יזמין את החולה והקבוצה להיפרד ולספר על אשר הושג או לא כולל חווית הפרידה המשותפת.

הרכב הקבוצה:

הצעת המודל הטיפולי:

מודל המשלב חולים ניידים ובני משפחותיהם במחלקות הכירורגיות. כמטפל משפחתי ומנחה קבוצתי זהו מודל מומלץ, כאשר המיזוג שבין הקבוצה הטבעית שהיא המשפחה והקבוצה של החולים במחלקה מייצרת שילוב המאפשר יצירת סביבה טיפולית (של כמו במשפחה מתפקדת), בבחינת "זוהי התמודדות משותפת שלנו כאן בחולי". כל זאת באווירה "כמו" משפחתית בונה לכידות ועזרה הדדית לקראת צמצום קשיי-האשפוז וחיוק ההתמודדות עם המחלה.

הדרכות:

הצוות המנחה יקיים לאחר כל פגישה קבוצתית משוב הדדי לסיכום ולמידת המפגש. כמו כן הדרכה חיצונית של מנחה קבוצתי הכרחית לצוות המקצועי להבין ולשכלל את ההנחיה וכן להמשיך ולפעול מקצועית לטובת החולה ובני-משפחתו. מניסיוני הכנת צוות ההנחיה לקראת התחלת הקבוצה חשובה ביותר, במפגשים המקדימים יש לתאם מטרות, ציפיות והסכמה על אופן ההנחיה המשותפת. תאום והבנה אילו יאפשרו גיוס מוצלח של חולים ובני משפחה לקבוצה.

רקע מחקרי ותיאורטי משולב עם דיון:

דרך שימוש בגורמים תומכי התמודדות כמו מתן מקום ועיבוד של ספקטרום רגשי (חיובי ושלילי) (רצהבי, 2007), עיבוד חרדות ותקוות, אפשר של אוניברסאליות, אלטראיזם, וכן תהליך של חונכות בין "ותיקים" ול"צעירים בקבוצה". יצירת לכידות

חרדה, תחושות העדר שליטה, קשיים בשינה, קשיים באכילה, כעסים, קשיים בקשר בין-אישי, ירידה ניכרת בביטחון ודימוי עצמי ועוד. באופן פרדוקסאלי ככל שטכנולוגית הטיפול ברפואה מתקדמת יותר מחלות קטלניות לשעבר הופכות למחלות כרוניות שדורשות מעקב רפואי רב שנים, מה שמביא עימו מחיר נפשי מורכב של לחצים, חרדה ואי-ודאות, בושה, אשמה, דעות קדומות כאשר דווקא במצב זה זקוק החולה לתמיכה וטיפול רגשי.

צוות ההנחיה יכלול הרכב רב מערכתי של רופא, אחות, עו"ס ופסיכולוג, מה שיבטיח מענה ברמה הרפואית והנפשית כאחד. מפגש קבוצתי בהנחיה מקצועית של רופא, פסיכולוג ואחות יכול להציע דרכים חדשות להתמודדות עם החולי והסבל המתמשכים.

מניסיוני כשחקרתי את מצוקת החולה ומשפחתו מצאתי כי חלק משמעותי ממצוקת החולה נובע מהעדר תקשורת פתוחה ונגישה עם הצוות הרפואי. קבוצת תמיכה בהנחיה מקצועית יכולה לספק את המענה הדרוש לתמיכה נפשית של דיבור ישיר וברור אודות החולי והסבל שתפחית את הקושי בתקשורת בין רופא (עסוק) וחולה (נוק) ואפילו בין החולה ובני משפחתו החוששים להדאיג ו"לפגוע" ביקרים, או הפוך מאיצים בו "להתגבר", "לחזור הביתה", אך בכך גם מגבירים את תחושת הבידוד והסבל של החולה.

מטרת הקבוצה היא ליצור בסיס תמיכה טיפולי

פסיכו-חברתית וחינוכית שיאפשר הפחתת סבל הנובע מבידוד וסטיגמה (יאלום 2006) וכן יצירת לכידות תמיכה חברתית של מתמודדים יחד במחלות ואשפוז קשה לעיתים אף ללא ריפוי, הפחתת תקווה, עידוד, ניחוח, אחווה, למידת כישורי התמודדות, הקניית מידע (פסיכו-חינוכי) על המחלה, מידע ותמיכה הדדית בין חברי הקבוצה, הכול לקראת התמודדות, הפחתת חרדה וסבל הכרוכים בעצם קיומה של המחלה והאשפוז הממושך בבית החולים.

המטרות הטיפוליות המתוכננות הן:

יצירת אוירה תומכת בין אישית מלכת בתוך הקבוצה על מנת לאפשר תחושה של אוניברסאליות בבחינת "כולנו נמצאים באותה סירה", עידוד של תמיכה ולכידות בין אישית שתתועל להפחתה ועיבוד של רגשות, ולחצים רגשיים הקשורים למחלה ולאשפוז וכן מעודדת החלמה.

שילוב בני-משפחה תומכים בתוך הקבוצה תעודד ערכים תמכתיים קיימים מתוך המשפחה שיכולים להתקיים לאחר וללא עזרת המנחים בהמשך האשפוז והחלמה.

הרכב ההנחיה הרב-מקצועי יאפשר מתן מידע רפואי-חינוכי לחברי הקבוצה שהוא בבחינת מתן סיוע קונקרטי ומידי של "המנחים המומחים" בנושאי החלמה רגשית ורפואית, וכן חיוק הקשר בין הצוות הרפואי והחולים במחלקה.

עידוד החלפת מידע ומתן עזרה מניסיון אישי בין חברי הקבוצה תסייע ליצירת לכידות קבוצתית, עזרה-הדדית, חשיפה רגשית, חרדות ומחשבות מטרידות,

כל הבריאים שמחים לצאת משערי בית החולים ולא לחזור אליו, בשמחתם יש הרבה מן הדומה והמשותף, אך החולים הנשארים מאחור סובלים ואף נפטרים כל אחת ואחד על פי דרכם... (פראפרזה על מאמרו המפורסם של הסופר טולסטוי)

*המודל המוצע נמצא בשלבי השגת אישור מהנהלת המחלקות הכירורגית א' וב' (כ- 60 חולים מאושפזים במחלקות).

רקע:

בבית החולים רמב"ם, מאושפזים כ- 2,000 חולים. כמעט כל אשפוז רפואי (אפילו פשוט יחסית) גורר עימו תגובה נפשית וסבל על עצם הפקעת העצמאות והאוטונומיה האישית של החולה בשל האשפוז. הספרות (יאלום 2006, שפיגל 2000, Lonergan, 1989) מלאה בדיווחים על הזיקה שבין המחלה הגופנית והמצוקה הנפשית של החולה ומשפחתו, וכן כיצד התערבות ותמיכה נפשית יכולה להפחית לחצים ולעודד החלמה, במיוחד כאשר מדובר באשפוז בשל מחלות מורכבות, ממושכות ולעיתים ללא ריפוי הסבל רב ותובע התייחסות. מחלות כמו: מחלות מעיים דלקתיות, חולים לאחר השתלות, מחלות אוטואימוניות, סכרת, סרטן, איידס, טרשת נפוצה, מחלות לב, פגיעה מוחית, השמנת יתר ועוד רבות אחרות.

ברוב מחלקות בית החולים המענה המידי להתמודדות עם המצוקה הנפשית של אשפוז ארוך ומסובך הוא מצומצם ומוגבל (בדרך כלל) בשל העדר כוח אדם מקצועי - וכן ריבוי החולים.

מניסיוני האישי בהקמת קבוצה בבית חולים אלטה-ביית, מחלקת כוויות, בברקלי, קבוצה לנפגעי טראומה בבית חולים הכללי בסאן פראנסיסקו (1989-1998), קבוצה במרכז הטיפולי ל- Vietnam Veterans בברקלי (1986-1996) ארה"ב, קבוצה לחולי Aids בסאן פראנסיסקו, ארה"ב (1996-1998), קבוצה לנכי משה"ב, פגועי נפש ברמב"ם, חיפה (2000-2001), וקבוצת זוגות בנישואים שניים, תחנה לטיפול במשפחה חיפה, (2004-2005). למדתי כי הכוח הטיפולי הטמון בקבוצה רב והוא מאפשר הפחתה ניכרת של סבל באשפוז ארוך ומורכב.

בעבודה זאת אנסה לסקור את הרציונל והמטרות הטיפוליות, הרכב הקבוצה, שיטת העבודה המתוכננת לקבוצה, רקע תיאורטי עם דיון על מודלים טיפוליים וסיכום.

תאור הרציונל לקבוצת תמיכה נפשית בבית החולים והמטרות הטיפוליות

התערבויות של תמיכה קבוצתיות לחולים ובני משפחה מהוות יותר ויותר תפקיד חשוב בטיפול רפואי הכולל בבתי החולים בעיקר הודות יעילותן בסיוע לחולה וכן כוחן בצמצום עלויות כלכליות (יאלום, 2006). הספרות (שפיגל 2000, Gabriel 1996 ואחרים) מציעה כי כאשר האשפוז ארוך ומורכב החולה ובני-משפחתו חשופים לתגובות נפשיות מעכבות ריפוי כמו דיכאון,

בקבוצה דומה של חיילים קטועים בשיקום לאחר מלחמת יום כיפור ב-1973 היחד הקבוצתי שכלל דיבור בוטה, וולגרי רווי הומור שחור, יחד עם הליכה משותפת לבילויים יצרה רשת חברתית ייחודית שזכורה לי כמרכיב חשוב בתחילתו של עיבוד האובדן, האבל והטראומה שלאחר המלחמה.

שריד (2004) וקניוק (2007) מתארים גילוי של התקרבות אינטימית חדשה בזמן האשפוז אל המשפחה הקרובה (המשפחה קבוצה) כולל אמירות ישירות ואמיצות של חיבה, אהבה והערצה על היחד שנוצר והעמיק עם המשפחה נוכח החולי וסכנת המוות.

בין הגישות השונות שהוזכרו אין אמת אחת. בקבוצת חלומות עם רובי פרידמן שנמשכה 4 שנים, בקבוצת "רכבת" שהנחתי בבית-חולים אלטה בבית (ברקלי, ארה"ב), בקבוצת חיילים משוחררים ממלחמת ויטנאם, תחנה לטיפול נפשי (סאן פראנסיסקו ארה"ב) וכן בקבוצת ניצולי שואה ודור שני ב"עמך" (ארה"ב וישראל) חוויתי ועשיתי שימוש חיובי ונרחב ב"ותיקים" שהיו מקבלים ותומכים ב"חדשים" המצטרפים לקבוצה לפעמים דרך מתן "עצות" והצעות קונקרטיביות יום יומיות על דרכי התמודדות. בנוסף כל הצטרפות ובמיוחד פרידה מחבר קבוצה מסיים אפשרה העמקה של התייחסות אישית -קבוצתית לתהליך הכניסה תפיסת המקום, צמיחה דרך עיבוד רגשי וסיים עם פרידה מסודרת (הפעם ללא טראומה). בקבוצת רכבת של נפגעי טראומה בית-חולים הכללי בסאן-פראנסיסקו (ארה"ב) וקבוצת נכי משה"ב (ישראל) עשיתי שימוש רחב יותר במרכיבים קוגניטיביים התנהגותיים של "כאן ועכשיו" כמו של זיהוי אמונות ומחשבות מעכבות ומטרדות תוך בניה והטמעה של מחשבות חיוביות חלופיות. בקבוצה לזוגות מתמודדים עם נשואים שניים שהנחתי עם מנחה שותפה בתחנה לטיפול במשפחה, חיפה (2004-2006) חלק גדול של הטיפול היה מבוסס על למידה ההדדית בין הזוגות בקבוצה כאשר אחד הלקחים המרכזיים שאיתם התמודדו היו הזוגות היא החזרה על "טעויות" בלתי נמנעות מן הנשואים הראשונים (למרות שהיום אלו כמובן בני-זוג אחרים). זיהוי תבניות התנהגות בין אישית מכשילות ובנייה של תבניות מותאמות יותר לבן/בת הזוג החדש/ה עזרו רבות בהתמודדות. מניסיוני מקובל כי בהנחיה משלבים בין הגישות השונות שהוזכרו, הכול בהתאם להרכב הקבוצה, צרכי הקבוצה ולמטרות שנקבעו הכול לקראת החלמה והקלה בהתמודדות עם סבל האשפוז.

סיכום התהליך עד היום:

מאחר ומדובר במודל להקמת קבוצת תמיכה וטיפול פתוחה ("רכבת"), בבית-חולים גדול ומורכב ההצעה הוגשה להנהלת החטיבה הכירורגית בבית-חולים לפני כמה חודשים ועדיין דורשת הסכמה ותאום בין מערכת מורכב, אין ספק כי תאום מוקדם כזה הוא הכרחי להצלחת הקבוצה. לדברי מנהל כירורגית ב' אפשרות מעשית היא כי כאשר המחלקות הכירורגיות א-ו-ב יאוחדו למסגרת אחת בשנה הקרובה, יהיה קל יותר תקציבית להתחיל בהפעלת הקבוצה. כפסיכולוג אני עובד במחלקות אילו כ-10 שנים וכבר מקושר ומתואם עם הגורמים הסיעודיים והרפואיים, עובדה שיכולה להבטיח גיוס מוצלח של צוות מנחים, חולים ומשפחות מתוך המחלקות בהמשך בניית הקבוצה. יש לציין כי קבוצת תמיכה דומה כבר פעילה ועובדת בהצלחה במחלקת הרדיותרפיה (אונקולוגיה) ברמב"ם. להערכתי הגשמת המודל המוצע מקבילה לתהליך ניסית הפסיכולוגיה הרפואית לבית-חולים רמב"ם

היא סבלה מצלקות קשות אפשרו לאותו מטופל לפגוש שותפים מתמודדים לדרך. לפגישה הבאה של הקבוצה הוא הביא את חברתו והתפתח דיון מרתק אודות דימוי עצמי, דימוי גוף חדש והתקשרות זוגית עם מגבלות גופניות. בנוסף אף מנחי הקבוצה בהיותם צוות מתוך המחלקה עוברים תהליך רגשי מקביל לקבוצה של לכידות, תמיכה הדדית וצמיחה אישית-מקצועית (תודר ווינברג, 2006), עובדה שתתרום רבות ליצירת מודל שיתוף פעולה חיובי לקבוצה ולמחלקה (כולל לעיתים הצגת תפיסות מקצועיות שונות בין המנחים אך עם שיתוף פעולה).

חברי קבוצה שהתגברו והתמודדו עם תחושות הריק והיאוש, כולל עימות עם המוות (חולים בסכנת חיים, או אפילו אובדן אמיתי של חבר/ה בקבוצה), מעודדים ומדריכים את המצטרפים החדשים לקראת עיבוד והפחת תקווה, כולל השלמה עם הבלתי ניתן לשינוי (יאלום, 2006).

בגישה הקוגניטיבית התנהגותית בקבוצה (יאלום, Heimberg, 2000, 2006) ישנו דגש על מיקוד הטיפול ע"י זיהוי של מחשבות ואמונות מעכבות ריפוי, מצבי רוח ותחושת ערך עצמי ירוד, כאשר המטרה היא לסייע ליחיד ולקבוצה לעצב מחדש ולהפריך את יסוד החשיבה והאמונה המעכבת דרך הטמעה של אמונות ומחשבות חדשות חיוביות מעודדות ריפוי שעולות בתהליך הטיפול בקבוצה. יאלום (2006) מיחס חשיבות רבה לשימוש במעקב ועידוד פעילות מסייעת ריפוי, פתרון בעיות, שיטות הרפיה, גיוס כוחות ומשאבים פנימיים וכן הדרכה פסיכו-חינוכית. בגישה הבין-אישית (Lonergan, 1989, Mackenzie, R., 2000) הדגש הטיפול יהיה חיזוק הקשרים הבין-אישיים בין חברי המשפחה והחולה מעודדי ריפוי והחלמה, כאשר הקבוצה היא הרשת החברתית החדשה. לרכישה והתנסות בכלים וכישורים בין אישיים מעודדי התמודדות ובוני דפוסי קשר בריאים ותומכים.

בהצעת עבודה להקמת קבוצת תמיכה לחולי AIDS מציעה (Gabriel 1996) למקד את הקבוצה ככיוון של בניית רשת בין-אישית מלכדת, מחזקת ותומכת, מפחיתת אשמה, מטפחת ביטחון עצמי שמעבירה משקל חיובי מהחולי אל ההתמודדות היום יומית. כולל עזרה הדדית קונקרטיבית בין חברי הקבוצה. בשנות ה-90 הנחתי עם שותף מנחה קבוצת תמיכה לחולי AIDS. באותה תקופה המחלה הייתה עדיין בבחינת "גזר דין" מוות ולתרופות היו תופעות לוואי קשות. כמנחים וכמנחה לא מהקהילה ההומו-לסבית חוינו מתקפות כעס קשות. העובדה שהתפתחה רשת חברתית בין חברי הקבוצה הקלה מאוד את המשך ההנחיה והחזקת הקבוצה, כולל פתיחה לדיבור ישיר על הכאב וחוסר האונים הבלתי נמנע שהופנה (הושלך) דרך "כעס" ו"קנאה" כלפי המנחים "הבריאים".

שקדי (2005) מתאר טיפול עם קבוצת משפחות כאשר הדגש הטיפולי הוא על "התרחשות קבוצתית" בין המשפחות ככיוון לא תמיד פורמאלי אך כזה המאפשר נירמול משברים "בכאן ועכשיו" תוך יצירת סביבה בעלת מרחב טיפולי מתקן.

המרמן (2001) ובר-און (1986) מתארים בנפרד מבט של שותפים לחולי "כחיים על שפת השבר" ביחד שנוצר עם השותפים לאשפוז, "אחוות לוחמים בממלכת החולי" כל עוד "הקרב איננו אבוד". שניהם מתארים התרחשות קבוצתית בתוך מחלקת האשפוז של תמיכה הדדית מעודדת התמודדות. פרנק (1996) מתאר קבוצה לא פורמאלית באשפוז ארוך של פצועי מלחמה קשים התומכים זה בזה בעזרת משחק קלפים המאפשר הווי קבוצתי עשיר תומך ומשלב פצועים "חדשים" אל תוך הקבוצה.

חברתית (הפחתת תחושות הבדידות), יצירת משמעות אישית בתוך המיקרוקוסמוס הקבוצתי, הזהוד ושיתוף אמפאטי, הכול למען שינוי פנימי וקבוצתי ברמה של לקיחת אחריות במובן של יצירת מצבים להתמודדות טובה יותר עם חולי כרוני, ועידוד תקווה. בנוסף חיזוק תקופות "הפוגה" של העדר חולי, תמיכה ועיבוד רגשי של מצבי חולי סופגני, מוות, אבל והתחלה חדשה. בהנחיית הקבוצה ישתתפו אחות ורופא עובדה שתאפשר מתן-מידע פסיכו-חינוכי אודות אספקטים רפואיים שודאי יעלו, כאשר ניתוב המפגש יהיה בכיוון של "כיצד המידע הרפואי יכול לסייע לאותה משפחה בהתמודדות עם האשפוז והחולי" (קרן, ב. 2009). (Eliasov, et al, 2009). כמו בכל עבודה טיפולית צפויה נשירה מסוימת מהקבוצה שאיננה קשורה לסיום האשפוז. מניסיוני חשוב לברר ולשכנע כל מועמד לנשירה להתמודד עם הקשיים שעולים בקבוצה כולל ביקורת מול המנחה. לאחר הברור כאשר העזיבה או אי ההתאמה ברורים יש לנסות ולהפנות את המטופל לפי רצונו לגורם טיפולי אחר.

למרות היותה קבוצה פתוחה ("רכבת"), ניתן לצפות שיתפתחו בקבוצה שלבים צפויים ומקובלים בקבוצה טיפולית סגורה (שריף, פולק, 2008). לכן שלב ההתחלה צפוי לכלול מצבי התמודדות עם הכללה והשתייכות לקבוצה, בהמשך יהיו שלבים של בניית אמון, שליטה, תחרות, בדיקת הסמכות, השפעה ובניית אוטונומיה אישית, מכאן ניתן יהיה להתקדם לבדיקה של תכנים רגשיים מורכבים יותר של התמודדות עם חרדות אשפוז וחולי, הכחשה, נסיגה, וחזרה לעיבוד והשלמה עם האובדן, והפחתת תקווה מחדש. שריף ופולק (2008) בנו מודל טיפולי המבוסס על משנתו של Foulkes מאבות הטיפול הקבוצתי בגישת "האנליזה הקבוצתית" עם שורשים אנאליטיים שהותאמה למודל הקבוצה הפתוחה. בנוסף יש לציין כי חלק מן החולים בעיקר אלה שיגיעו למספר פגישות מוגבל יעברו תהליכים רגשיים חלקיים או סמויים בלבד (Eliasov, et al, 2009).

כללית בתהליך האישי שעובר כל משתתף בקבוצה ניתן לצפות כי המטופל הבודד יעבור תהליכים התפתחותיים דומים לאלה שעוברת הקבוצה, בתחילה בניית אמון ותפיסת מקום בקבוצה, באמצע עיבוד של רגשות מעיקים הקשורים לחולי ולאשפוז ולקראת סיום הזמנה לפרידה וסיכום התהליך כולל השלמה ולו חלקית עם אובדניים ואף התחלה של תקווה וסיכוי. כל זאת כאשר הדגש הוא על הקבוצה כשלם המאפשר תהליכים מעגלים משותפים של התמודדות עם חרדות (פנימיות וחיצוניות) ואובדניים הקשורים לאשפוז ולמחלה (שריף, פולק, 2008).

הטיפול בקבוצה פתוחה ללא תאריך סיום דומה לחוויה האנושית הבסיסית שחווה המטופל דרך "הלידה" לתוך הקבוצה בתהליך לעיבוד ושינוי וה"מוות" דרך הפרידה מן הקבוצה. המטופל צפוי לעבור "מסע התבגרות" של הצטרפות לקבוצה כולל חווית התנגדות והטלת ספק כמו "אני כאן בשביל אשתי..." "דיבורים לא עוזרים..." ועד קבלתו לקבוצה כבתהליך התבגרות. החברים הותיקים מקבלים ותומכים בחדשים המצטרפים לקבוצה עד הפרידה הבלתי נמנעת, בדרך כלל שחרור החולה מבית החולים. כבתהליך מקביל לקבוצה גם לאשפוז של בן/בת המשפחה יש התחלה, אמצע וסיום (שריף, פולק, 2008), ומניסיוני בהנחיית קבוצות רכבת תהליך קבלת ה"דור החדש" לקבוצה הוא מורגש ובונה אמפטיה בין ה"דורות", המאפשר גמישות תפקידים ובעיקר צמיחה אישית מעודדת ריפוי. בקבוצה שהנחתי במחלקת כוויות הגיע איש צעיר שפניו עוותו בצלקות קשות. המפגש עם הקבוצה ובעיקר עם המנחה שותפה שאף

ככלים שמסייעים בבניה של תרבות מקצועית פתוחה ומשתפת.

תיאורי מקרים, באופן שבו משתמשים בהם באבניים, הם תיאורים נרטיביים של אירועים ודילמות מחייהם המקצועיים של אנשי חינוך, הנכתבים על ידם והמבוססים על ניסיונם האישי.

הכתיבה כוללת את תיאור ההתרחשות, הרקע הארגוני ובעיקר את מחשבותיו של הכותב ביחס לאירוע: מניעיו, רגשותיו, השקפת עולמו, הדילמות שעמדו בפניו, דרך הפעולה שבוחר, הערכת תוצאות פעולתו, וכן הצגת השאלות שנתרו עדיין פתוחות בעיניו. תהליך קבוצתי המבוסס על כתיבה ודיון בתיאורי מקרים מסייע בביסוס תרבות של למידת עמיתים המבוססת על ידע מעשי, על שיתוף ידע ועל בנייה של ידע משותף.

הגעתי אל הקבוצה כמנחה במכון "אבניים". מכון אבניים עוסק בפיתוח קהילות מקצועיות בשדה החינוך וביצירת קשרי גומלין בין ידע מעשי של אנשי שטח לבין ידע תיאורטי ומחקרי עדכני. למידת עמיתים, שיתוף ידע ולמידה מניסיון, אלה הם חלק מהעקרונות העומדים בבסיס הגישה של המכון ללמידה של אנשי מקצוע.

במשפחה: אגודה ישראלית לטיפול במשפחה. שריד, י. (2004). זה הניתוח שלי. תל-אביב: ידיעות אחרונות.

שרף, א. ופולק, י. (2008). סיפורים מהרכבת קבוצה טיפולית. התמכרות אלימות ועבירות מין. ירושלים; כרמל.

תודר, מ., וינברג, ח. (2006). הקבוצה בארץ המראות. מקבץ 11/1, 35-54.

Eliasov, L., Zalman, D., Flechter, Y., Vorobeichik, M., Halevi-Gurevich M., Bar-Sela, G. (2009). Innovative Group Therapy in Radiotherapy Ward: A Patient-family-staff Community Meeting Rambam Hospital, Haifa, Israel (not publish yet).

Gabriel, A.M. (1996). Aids Trauma and Support Group Therapy, New York: The Free Press.

Heimberg, "Cognitive Behavioral Group Therapy", in: Yalom, I. (2006). The Theory and Practice of Group Psychotherapy. New York: Basic Books.

Lonergan, E.C. (1989). Group Intervention. New Jersey: Jason Aronson.

Mackenzie, R. (2000). Interpersonal Psychotherapy for Groups. New York: Basic Books.

Spiegel, D. Classen, C. (2000). Group Therapy for Cancer Patients. New York: Basic Books.

Donna Martin, "Loving Presence for Therapists", 2008. (From: http://www.hakomi.ca/art_lp_therapists.htm. accessed July 3rd 2010).

Greg Johanson and Ron Kurtz, Grace Unfolding; Psychotherapy in the Spirit of the Tao- te ching. (New York: Bell Tower, 1991), p. 29.

Ibid. xii-xiv.

Ron Kurtz, The Healing Process. From: <http://hakomi.com/wp-content/uploads/02/2010/The-Healing-Process2-.pdf>. accessed July 2010 28.

זיהוי וניתוח משותף של דילמות מקצועיות דורשים נורמות של שיחה פתוחה וכנה, הרגלים שתומכים בחקר עצמי, דיאלוג ורפלקסיה ומנהיגות מאפשרת: כזו שמעודדת השתתפות, ובונה אמון. אי אפשר להניח כמובן מאליו קיומן של נורמות כאלה בקרב קבוצות על עמיתים למקצוע. חלק ניכר מהתהליך מוקדש ליצירתן. אדרבא, בקבוצות רבות של מנהלים הנורמות הרווחות הן נורמות של תחרות, התגוננות, הימנעות מחשיפה של מבוכה או חולשה, "הענשה" על כל סוג של התבלטות. תהליך הכתיבה האישי המונחה, בשילוב עם דיון קבוצתי מונחה ומוחזק הם כלים שהוכיחו את עצמם, בניסיון של אבניים,

לפני כ- 6-7 שנים כאשר היינו שניים או שלושה פסיכולוגים פורצי דרך. היום יש כבר כ- 10-12 פסיכולוגים (בחלקי משרה כולל סטודנטים ומתמחים) בתוך בית-החולים שזוכים להערכה והכרה מקצועית חשובה. במבט לעתיד ניתן יהיה לשלב בהנחיה או כצפייה לימודית סטודנטים ומתמחים בכדי להכין ולהכשיר את הדור הבא לעבודה בכלי טיפולי חשוב ויעיל זה של טיפול קבוצתי במחלקות האשפוז בבית החולים.

אפילוג במבט אישי:

במובן קבוצתי נולדתי בקבוץ (1951) ישר אל תוך הקבוצה הגדולה, במשך שנים רבות נמשכתי אל וכעסתי על הקבוצה הגדולה הקבוץ והמשפחתית הקטנה שלי שנכשלו כל כך "אז" בלהחליף את התא המשפחתי הטבעי. אכן אף בכתיבת עבודה זאת כעומק המשיכה אל הקבוצה עומק החשש לחזור על הכישלון הקיבוצי. בטיפול כמו ברפואה כעומק הגאולה (ריפוי) כן עשוי להיות עומק הכיליון (מוות). מוריי קארל וויטאקר ורובי פרידמן מציעים כי הכישלון הוא קודם כל במנחה והעדר מסוים שאותו יש ללמוד ולגדל. לעיתים נדמה לי כי דווקא מתוך הכישלון צומח "העקשן" שבי שחוזר לספרו של יאלום ואחרים, מתנסה בעוד סדנא עם רובי פרידמן ואחרים, מחכה להזדמנות הנכונה ובונה קבוצה נוספת. מי ייתן ואצליח להעביר ולו במעט את חוכמת "זקני השבט" שעברה דרכי והגיעה לאן שהגיעה.

במציאות המזוועה צינורות עירוני, הנשמה, זונדה וסטומה, ריחות דוחים של דם, מוגלה, שתן וצואה מתחת לאדמה בממלכת החולי, כמעט מוות עמוק בתוך המים הלבנים מתחיל השקט להתברר לאיטו

רשימת מקורות

בר-און, ד. (1986). מקל הפנטומימאי, שיחות עם הורים ובנים על שפת השבר. תל-אביב: מירב.
דרורי, י., ויקטור, פ. קרביץ, ש. (1991). תחושת קוהרנטיות: אפיונים סוציו-דמוגרפים ותפיסת בריאות נפשית-גופנית. פסיכולוגיה ב' (2), 125-119.

המרמן, א. וניראד, י. במזל סרטן מסע לבלי שוב. תל-אביב: עם עובד.

יאלום, א. ולשץ, מ. (2006). טיפול קבוצתי תיאורי ומעשה. ירושלים; כינרת.

פרנק, ח. (1996). פתק. ידיעות אחרונות ספרי חמד.

קורן, ב. (2009). מי מלווה את המלווה במחלה כרונית. הארץ, 12.4.2009.

קניוק, י. (2007). על החיים ועל המוות. תל-אביב: ידיעות אחרונות.

רצהבי, ש. (2007). המחלה כהזדמנות (שם זמני). עבודת גמר, המכללה האקדמית תל-אביב יפו.

שחר, א., פרידמן, א., טל ל., גופר, א. (2006). מפגש בין זהויות חברתיות: קבוצות נשים וגברים. מקבץ 11/2, 13-30.

שקדי, א. (2005). עבודה קבוצתית עם משפחות.

מנהיג? מוביל תהליכים מרכזיים בארגון?

בוא לרכוש כלים מקצועיים ומיומנויות

הנחיית קבוצות בחברה מרובת תרבויות

החברה הישראלית היא חברת הגירה מרובת תרבויות.

הארגון שלך כחלק ממנה מורכב מקבוצות מוצא שונות, נתונים מגדריים, גילאיים מגוונים ותפיסות עולם תרבותיות שלעיתים הן קוטביות. יש צורך ביצירת דיאלוג חברתי ומקצועי לגישור על פערים הנובעים מההטרוגניות התרבותית. ניתן להשתמש בשונות כגורם מפרה ולמנף קשרים בתוך הקבוצה כך שתעבוד באופן טוב ויעיל יותר ביחד. כך תיהנה הקבוצה מחוויה של לכידות חברתית, סובלנות, סקרנות והעשרה בין תרבותיים, לקידום מטרות משותפות.

הנחיית קבוצות בגישה רגישת תרבות תסייע לך ברתימת עובדים ובהנעת תהליכים להשגת יעדי הארגון.

התכנית מיועדת לבוגרי תואר ראשון או שני במדעי החברה, מדעי המדינה, מנהל ומדיניות ציבורית, מדעי ההתנהגות, מקצועות הטיפול והחינוך, אנשי הדרכה, יעוץ, ניהול ומשאבי אנוש.

הלימודים מתחילים באוקטובר 2011

● **לימודים דו-שנתיים** לתעודת הסמכה מבית ברל

● **לימודים לקראת תואר שני** בדמוקרטיה מהאוניברסיטה הפתוחה

התכנית משלבת:

- ניהול צוותים רב מקצועיים בגישת רגישת תרבות.
- עבודה תוך אישית, בין אישית ובין קבוצתית בהנחיה.
- יכולות הנחיה במצבי אי ודאות, מתח וקונפליקט בארגון.
- הובלת תהליכים חברתיים ופוליטיים בחברה מרובת תרבויות.
- עבודה רגשית עם הובלת קבוצה למילוי משימה ארגונית.
- פסיכולוגיה קלאסית עם אוריינטציה סוציולוגית קבוצתית.
- למידה תיאורטית והתנסות בקבוצה קטנה, קבוצת ביניים וקבוצה גדולה.
- התמקצעות בהנחיה בשילוב תכנים ותהליכים.
- התנסות מעשית בליווי הדרכה.

סגל המרצים ההטרוגני של התכנית מגיע מתחומי הפסיכולוגיה החברתית והרב תרבותית, היעוץ המערכתי והארגוני, העבודה הסוציאלית והטיפול באמנויות.

בתום התכנית:

הסטודנטים הופכים להיות חלק מקהילה מקצועית, המלווה אותם מתחילת ההכשרה ולאורך התפתחותם כמנחי קבוצות מקצועיים בעולם העבודה.

בוגרי התכנית ינחו צוותים בארגוני ממשל, חברה ושלטון.

לפרטים נוספים באתר:

<http://www.beitberl.ac.il>

מרכז מידע * **ב ב ת ב ר ל** (*357375)

טלפון: rikiz@beitberl.ac.il 09-7476339 ריקי



המכללה האקדמית בית ברל
חברה, תרבות, אמנות וחינוך



מנהיגות וכוח

סדנת טוויסטוק של אפק

כוחה של הסדנא הוא בהיעדר משימות מוכתבות מראש - כך נוצרים מרחבים ריקים ושקט המאפשרים התבוננות עצמית בהקשרים קבוצתיים שונים.

באותו ריק שאין בו מועדים סופיים, מטרות ויעדים מוצעת ההזדמנות לחקור ולהבין את "מקורות וסוגי המנהיגות והכוח בהם אני משתמש".

מודל סדנאות טוויסטוק מאפשר הסרת כל התירוצים החיצוניים שאנו עושים בהם שימוש להצדקת דפוסי החשיבה וההתנהגות שלנו, אשר משתחזרים שוב ושוב.

מתוך דברי משתתפים:

"זו מציאות שאי-אפשר לחוות בשום סיטואציה אחרת ומאפשרת למידה חדשה על עצמך ועל הסביבה האנושית".

"הסדנא מאפשרת הכרות מעמיקה ואוטנטית עם תהליכים קבוצתיים וארגוניים. הסדנא מאפשרת גם צמיחה אישית במידה ויש נכונות וכוונה לכך".

"הסדנא תרמה לי ברמה האישית והמקצועית יכולות הקשבה, האמפטיה שהתפתחה, והמודעות לצורך בה שגדלה עוד יותר".

למי מיועדת הסדנא?

הסדנא מיועדת לאנשי מקצועות שונים הנמצאים בעמדות סמכות, מנהיגות וניהול במגזרים העסקי, הציבורי ובמגזר השלישי (ארגונים לשינוי חברתי). הסדנא תורמת ערך מוסף ליחידים שעובדים עם קבוצות, ארגונים ומערכות חברתיות בכל תחומי העשייה, כולל שירותים טיפוליים ורפואיים, מערכת החינוך והעולם האקדמי. הסדנא מנוהלת ומונחת על ידי אנשי מקצוע בכירים מתחום מדעי ההתנהגות מהארץ ומחוץ-לארץ.

11-6 פבחאר 2011 | מלון נוף גינוסר

רישום ופרטים נוספים באתר אפק www.ofek-groups.org

ובאתר תכנית ה-MBA בפסיכולוגיה עסקית וניהולית במסלול האקדמי המכללה למינהל: www.freud.co.il

הצילו בראנט, יערות הכרמל בוערים
אנשים, חיות, בורחים, בוערים כלפיך
מים, הבו מים, לכבות, לשתות, לברוח, אך לאן הכול בוער

חפק"ים, גנרלים בשפע, טסטרוני נשפך כמים
שרים נרדמו, אין מטוסים תקציבים להיכלי אריאל
נחקר ונסביר לאחר המחדל
הכול "בשליטה", האש עוד בוערת
לא לוקחים שבויים, מצור, אדמה חרוכה
"הגויים" אשמים, שורפים זבל, שעיר לעזאזל
אמרנו לכם תמיד
"העולם כולו נגדנו"
מטוסים מקפריסין, יון ורוסיה
מתנדבים מבולגריה, טורקיה וירדן
"הראש היהודי ממציא לנו פטנטים"

בשוך הסער, בתוך הארון ולפני הלשכוח
אולי איזה שלום קטן, עצוב, חרוך, אך עם זרעים לגשם
ינבוט שלום זעיר בין אדם לאדם, בין אדם למקום, עוד יפציע

יגאל בן חיים, חיפה, דצמבר 2010

מְשִׁיב הַרוּחַ

נותרו מס' מקומות אחרונים לממהרים להרשם
ההרשמה לכיתת השירה מזמור 8
מבית כתב העת "משיב הרוח"

כיתת השירה 'מזמור' מהווה מקום לכותבים בראשית דרכם הרוצים לשכלל את יכולות הכתיבה שלהם ולהרחיב את היכרותם עם עולם השירה. במזמור סדנאות כתיבה וסדנאות משוב, מפגשי היכרות עם משוררים, העשרה מעולמה של השירה בכלל והשירה היהודית ישראלית בפרט, כלים לכתיבה והדרכה אישית.

התוכנית כוללת שמונה מפגשים לאורך יום מלא שיתקיימו בירושלים בימי שלישי אחת למספר שבועות.
המעוניינים להצטרף מתבקשים לשלוח ארבעה שירים וקורות חיים למייל mashiv@mashiv.org.il
יש לצרף דמי הרשמה (שלא יוחזרו) בסך 70 ש"ח לפקודת 'משיב הרוח' עבור: "מזמור" - משיב הרוח, ת"ד 4193, ירושלים 91043.

התוכנית נפתחת מיד לאחר חג החנוכה

מתוך פתח דבר לגליון כו, גליון של כיתת השירה מזמור:
חמישה מחזורים של מזמור הם כבר נטיעה משמעותית - שורשים, ענפים, פרחים ופירות. זו הקשבה לגדילה, להתפתחות, לשינוי ולהפתעה. ניתן לאפיין כקבוצה אנרגטית וטעונה, הרוצה לפרוץ אל עולם השירה. אמונתי היא כי כותבים צעירים אלה עתידים להשפיע עליו בשנים הקרובות..
המשורר יורם ניסינוביץ מנחה הכיתה.
לפרטים ניתן ליצור קשר 0547678092 רתם.

מְשִׁיב הַרוּחַ

לתרבות יהודית ישראלית

ט.ר. 580353597 | ת.ד. 4193 ירושלים, מיקוד 91043

mashiv@walla.co.il | mashiv1@gmail.com

www.mashiv.org.il