

כנסים וימי עיון | עמ' 4

לוח מודעות | עמ' 6

קהילת קבוצות 03-6990552

**הכשרת מטפלים קבוצתיים
בארץ ובעולם**
ד"ר חיים וינברג

**האלימות הסמלית ופירוקה
בטיפול הקבוצתי**
יהושע לביא

**הסיפור על האי הנעלם -
סיפורה של קבוצה (המשך)**
עליזה רוזן

**פרולוג ואפילוג: כנס אומץ
רצון וריצון**
יהודית עזרא

**מנהיגות - המרכיב הדיאלוגי
במנהיגות פנימה**
טל אלון

המיוחד בעבודה הקבוצתית
ד"ר רובי פרידמן

סיפור, פסיכודרמה, סיפור
ד"ר יהודית ריבק

היכל המראות
מרים ברגר וסוזי שושני

המנחה כותב התסריטים
ערן אביב

**מסך הנפש עולה על במת
התיאטרון**
עפרה ערמוני-פיימן



Auguste Rodin, Burghers of Calais, 1884-1895, six individual bronzes
בחדר הקמפוס, אוניברסיטת סטנפורד

זוהי מחווה של אוגוסט רודין לסיפור אמיתי מהמאה ה-14, בזמן מלחמת 100 השנים בין אנגליה לצרפת. באותה המלחמה 6 אזרחים עשירים מהמעמד הגבוה של העיר קאלה הציעו את עצמם כשבויים למלך אדוארד השלישי בתמורה לשחרור העיר על כל תושביה מהמצור המתמשך שהוא הטיל על העיר. למרות שהמלך תכנן לרצוח אותם, אשתו ההרה פיליפה שכנעה אותו לשחרר אותם מתוך פחד שמותם יטיל מום בבנה שטרם נולד. כקבוצה, הדמויות הגבריות במעטפת הברוזה השחורה מייצגות מנעד רחב של רגשות: מכאב דרך הססנות וספק, החלטיות ועד לחרדה וייאוש. רודין מקבץ אותם כ"גיבורים פגיעים בתוך קונפליקט".

(הביאה למגזין: סיגל דואק-חורי)

דבר העורך



יש ימים בחיינו, מנחי הקבוצות, שמציבים בפנינו אתגרים השרדתיים. בזה אחר זה צפות

ומתחזקות הסיבות להימנעותם של אנשי מקצוע רבים מלאמץ את המדיום הקבוצתי ככלי מרכזי לשינוי עבור מטופליהם. בשבוע האחרון, באווירה חורפית, הגעתי למשל למסקנה שיש משהו אכזרי בבחירה המקצועית בהנחיית קבוצות. מצד שני, אם כבר התחלת בזה קשה מאוד להפסיק. קסן ופרל הציעו אפילו להקים קבוצת מנחי קבוצות מכורים שתיקרא GPA - פסיכותרפיסטים קבוצתיים אנונימיים, עד שהבינו שהם בעצם מתכננים הקמת קבוצה נוספת... אומדן מהיר מעלה את ההערכה שב-90% מהזמן 50% מהמשתתפים בקבוצה דינאמית שוקלים ברצינות לפרוש; גיוס המועמדים קשה ממש; יש תמיד ניסיונות של המשתתפים לא לציית לחווה של הקבוצה; בתחילת הדרך כל משתתף נותן לעצמו הסברים למה הקבוצה לא מתאימה לו; לעיתים נדמה שאנו מנסים להפשיר את אגס הכאב הקפוא באמצעות מפזר חום... ובכלל, אתם מכירים מקצוע שבו אחד הקריטריונים להתקדמות הוא יכולת המשתתפים להפנות כלפיך את זעמם?

ועם זאת כמה מתגמלים הם רגעי ההתמודדות עם הקשיים הללו, רגעי התפתחות, נדיבות ושגשוג, כאשר בין משתתפי הקבוצה נרקם מעגל מערסל של אנרגיה טובה, שנוסכת רוגע מיוחד במינו, רגעים שבהם הקבוצה מחזקת ומעוררת תקווה, נקודת מגע של משוב מאפשר ובונה, זמנים של הפתעה ותחושה של קפיצת מדרגה התפתחותית.

באופן אישי, אלה הם זמנים בהם אני בטוח שבחרתי במקצוע המרתק והעצמתי ביותר שקיים. וזה שווה את כל המאמץ. גם אם התמכרתם להנחיית קבוצות,

המשך בעמ' 2

הכשרת מטפלים קבוצתיים בארץ ובעולם

ד"ר חיים וינברג

היא אינה מוצעת באופן קבוע בכל שנה.

כל תכנית הכשרה רצינית בטיפול קבוצתי נשענת על שלוש רגליים: התנסות בקבוצה, תיאוריה, והדרכה. התכנית של המכון לאנליזה קבוצתית (גישתו של פוקס) היא הרצינית והממושכת ביותר. ראשית מתקיים קורס מבוא של שנה (חצי יום בשבוע) המאפשר להביא את כל התלמידים לנקודת זינוק אחת (והכרחי במיוחד למי שחסרים לו קורסים קליניים כמו פסיכותרפיה וכדו'). הקורס לאנליזה קבוצתית עצמו נמשך שלוש שנים (מי שמופתע כדאי שיבין שההכשרה אמורה להקביל להכשרה של פסיכואנליטיקאי בטיפול אינדיבידואלי), וכולל 160 שעות תיאוריה, 240 שעות התנסות באנליזה קבוצתית בקבוצה טיפולית, 80 שעות התנסות בקבוצה גדולה, ו-120 שעות הדרכה על קבוצה בה התלמיד מטפל בגישת האנליזה הקבוצתית במשך שנתיים.

התכנית בבית הספר לפסיכותרפיה בת"א הינה של שנתיים פעם בשבוע (שלוש שעות) וכוללת התנסות בקבוצה במשך שנתיים, וכמה קורסים תיאורטיים ויישומיים.

אילו תכניות דומות ניתן למצוא בחו"ל? באירופה, ובמיוחד בבריטניה (משם יצאה תורתו של פוקס), ניתן למצוא תכניות לאנליזה קבוצתית הדומות לאלו של המכון הישראלי (זאת מכיוון שהמכון חבר בארגון האירופאי EGATIN המאגד את כל המכונים לאנליזה קבוצתית תחת דרישות דומות).

בארה"ב קיימת תעודה מוסמכת של מטפל קבוצתי Certified Group Psychotherapist, הנתמכת ומאושרת על ידי האגודה האמריקאית לטיפול קבוצתי AGPA. מעניין להשוות את הדרישות של AGPA ואת תכניות ההכשרה שלנו. קשה להאמין, אך הדרישה הינה להשלים 12 (!) שעות תיאוריה בלבד (כבר אמרתי שהאמריקאים נוטים להיות פרקטיים!). בנוסף, נדרשות 300 שעות של הנחיית קבוצה טיפולית (לבד או בקו) ו-75 שעות של הדרכה. אף מילה על התנסות כמשתתף בקבוצה טיפולית... האגודות המקומיות (בד"כ של המדינות השונות) לטיפול קבוצתי

כ-46 שעות). באוניברסיטת קליפורניה בסקרמנטו אני מלמד במגמה לייפוף ושם המצב יותר טוב כיון שיש בנוסף לקורס ההתנסותי והתיאורטי גם הדרכה על ייעוץ קבוצתי.

בכל מקרה, ברור שמי שמסיים תואר שני בישראל (או שלישי בארה"ב) במקצוע טיפולי לא מקבל הכשרה מספקת לטיפול בקבוצה. על כך באות לענות תכניות ההכשרה לאחר התואר.

אגב, בכוונתי לתקן מצב עניינים זה, ולכן יזמתי פרויקט משותף עם אחת האוניברסיטאות בקליפורניה כדי להציע תואר שלישי בטיפול קבוצתי. הלימודים לתואר זה כוללים את הקורסים המקובלים בכל לימודי תואר שלישי בפסיכולוגיה בארה"ב, אך בכל קורס יש דגש מיוחד על הנושא הקבוצתי (למשל, בקורס על פסיכופתולוגיה הדגש יהיה על מיון והתאמת הפרעות שונות לקבוצות טיפוליות). בנוסף, הדוקטורט הזה כולל חלקים התנסותיים ומעשיים רבים, כמו בכל תכנית הכשרה בישראל. התואר הזה מוכר על ידי מדינת קליפורניה ויש בו מרכיב משמעותי של למידה מרחוק, כך שהוא בעצם מתאים לסטודנטים מכל העולם וגם מישראל. לכל תלמיד מוצמד מדרך אישי המסייע לתפור עברו תכנית אישית בקצב ולפי המטרות שלו. מידע על התכנית ניתן למצוא באתר שלי www.group-psychotherapy.com ואם יש למישהו שאלות אשמח לענות דרך haimw@group-psychotherapy.com

נחזור לשאלת תכניות ההכשרה למטפלים קבוצתיים לאחר התואר הקליני. מה המצב בארץ? למיטב ידיעתי קיימות רק שתי תכניות המכשירות מטפלים קבוצתיים. האחת הינה התכנית של המכון הישראלי לאנליזה קבוצתית (שמרים ברגר וסוזי שושני עומדות בראשו, וכותבות כאן טור קבוע על היכל המראות), המעניק תעודה של אנליטיקאי קבוצתי בסיום ההכשרה, והשנייה התכנית של חני בירן בבית הספר לפסיכותרפיה באוניברסיטת ת"א. קיים גם מסלול לטיפול קבוצתי שמציעה התכנית לפסיכותרפיה אינטגרטיבית, באוניברסיטה העברית, שבראשה עומד סטנלי שניידר, אך

בגיליון הקודם סקרתי את מצב תכניות ההכשרה של מנחי קבוצות בארץ ובארה"ב. הפעם ברצוני להמשיך ולסקור את התכניות העוסקות בטיפול קבוצתי (בשונה מהנחיה). כפי שאמרתי, בארץ קיים בלבול מסוים בין הנחיה וטיפול קבוצתי והגבולות מאד גמישים.

לימודי תואר ראשון בפסיכולוגיה אינם כוללים שיעור חובה כלשהו על עבודה קבוצתית. לרוב, בוגר מגמה קלינית במסגרת לימודים אקדמיים בישראל עלול לסיים את לימודיו מבלי שלקח אפילו קורס אחד בטיפול קבוצתי. כשלמדתי לתואר שני בפסיכולוגיה קלינית באוניברסיטת חיפה היה לנו קורס אחד בלבד בטיפול קבוצתי, שרובו היה התנסות בקבוצה. למיטב ידיעתי זה המצב בשאר האוניברסיטאות. בלימודי עבודה סוציאלית המצב טוב יותר אך גם אז מדובר בדרך כלל בשני שיעורים על עבודה קבוצתית. אין פלא, אם כן, שאיש מקצוע טיפולי בישראל הרוצה לעסוק בטיפול קבוצתי חייב לעבור הכשרה נוספת לאחר לימודי התואר הקליני. כפי שכבר אמרתי, טיפול קבוצתי אינו נתפס כמקצוע העומד בפני עצמו, אלא כאחת משיטות הטיפול השונות (או יותר גרוע, אחת הטכניקות), ולכן אין בארץ תואר אקדמי של "מטפל קבוצתי" (לסלי קולג' מעניק תואר שני אמריקאי בהנחיית קבוצות בשילוב אמנויות. בית ברל, בשיתוף האוניברסיטה הפתוחה מעניק תואר שני בלימודי דמוקרטיה במסלול הנחיית קבוצות בחברה רב-תרבותית).

המצב בארה"ב אינו שונה במיוחד. ניתן לסיים לימודי דוקטורט מבלי ללמוד קורס אחד בטיפול קבוצתי. במכון רייט אשר בברקלי, קליפורניה (מכון יוקרתי ומכובד ללימודי פסיכולוגיה קלינית) לימדתי קורס סמסטריאלי לתואר שלישי על טיפול קבוצתי, בו היה עלי לדחוס תיאוריה, פרקטיקה והתנסות בתוך 14 שיעורים של 3 שעות. זה הקורס היחיד שתלמידי הדוקטורט קיבלו על קבוצות. בלימודי המא. שבאותו מכון אני מלמד קורס על יעוץ קבוצתי בשני סופי שבוע מרוכזים (סה"כ



דעו שלפחות זו התמכרות טובה, ראווה ותורמת... אל כותבי הטורים מצטרפת החודש הפסיכולוגית טל אלון, יו"ר עמותת בסוד שיח. עברנו זו נקודה משמעותית מאוד, כי לא ניתן לדבר על מגוון גג של קהילת מנחי הקבוצות בארץ מבלי להדגיש את מרכזיותן של קבוצות הדיאלוג בחברה הישראלית החבולה והמתמודדת. עליזה רוזן ממשיכה את הכתיבה על האי הנעלם של סארמאגו, יהודית עזרא מביאה כאן את דברי הפתיחה וסיכום כנס קבוצות שהתקיים לאחרונה בחיפה ועפרה ערמוני פיינמן משתפת בעשייה קבוצתית מיוחדת במינה (כדי להבין במה מדובר תצטרכו לקרוא עד הכתבה האחרונה...). כותבי הטורים הקבועים שלנו ממשיכים לשותף אותנו במעין הנובע של הניסיון והידע שהם מביאים בתחומם. הימים הם ימי אנאפוליס. בלב מתעוררות, זו לצד זו, תקוות וחרדות לגבי העתיד. התמונה הקבוצתית של 40 נציגי מדינות שחברו יחדיו כדי לדבר ביניהם מעוררת בתוכי תקווה כנה שבסופו של דבר הדיאלוג ניצח.

ונקנח בהומור. מי שטרם צפה במערכון של צוות התכנית "קצרים" על קבוצת המתמודדים עם חרדות, פשוט מוכרח לצפות: www.youtube.com/watch?v=Mvuh3Un2-g

תיהנו מהקריאה!
חג חנוכה שמח,
איתן

מנהל צוות או ארגון טיפולי:
מעוניין לחסוך בתקציב 2008?
פנה לקהילת קבוצות והתעניין בתכנית הפרוגרסיבית להכשרת מנחים. התכנית מציעה מעבר מודרך מעבודה פרטנית לעבודה קבוצתית כלל ארגונית.
לפרטים נוספים 03-6990552

מציעות קורסים מרוכזים להשלמת הדרישות הללו. למשל האגודה לטיפול קבוצתי של צפון קליפורניה NCGPS, בה אני חבר מועצה, מציעה קורס של סוף שבוע בו מתמלאות הדרישות ל-12 שעות תיאוריה. איפה זה ואיפה כמות התיאוריה שאנו לומדים בארץ בכל תכנית הכשרה העוסקת בקבוצות...

עם זאת, יש מקומות בהם המצב טוב יותר מבחינת התיאוריה (אך עדיין לא מתקרב לכמות ועומק הלימוד בארץ בתחום הקבוצות). כדוגמה בחרתי להביא את התכנית לטיפול קבוצתי של האגודה של החוף המזרחי EGPS (כלומר, ניו יורק, בוסטון וכדו'). זוהי תכנית שנתית המחולקת ל-3 טרימסטרים של 10 שבועות ובכל טרימסטר נמצא תיאוריה, התנסות והדרכה. כל חלק כזה נמשך שעה וחצי. חישוב מהיר מראה שמדובר ב-45 שעות תיאוריה, 45 שעות התנסות בקבוצה, ו-45 שעות הדרכה.

השוואה נוספת ניתן לעשות לתכנית זו שנתית המתקיימת במכון של לו אורמונט בניו יורק. אני יודע שחלק מכם לא שמעו כלל על אורמונט ועל ה"אנליזה הקבוצתית המודרנית" שלו. גישה זו כובשת לה יותר ויותר חסידים (על כל המשתמע מכך) בארה"ב. באחד המאמרים הבאים אנסה לסכם את הגישות השונות לטיפול קבוצתי בארה"ב ואקדיש מקום גם לאורמונט. בכל אופן, במרכז שלו קיים קורס של שנתיים הכולל את המרכיבים שהזכרתי. התלמידים מתנסים בקבוצה של 60 שעות, לומדים 3 שעות בשבוע תיאוריה במשך 12 שבועות כל סמסטר, מתרגלים הנחיית קבוצה 3 שעות בשבוע (הנחיית עמיתים) ומודרכים על קבוצה שעה וחצי בשבוע. זו כבר תכנית המתקרבת יותר בהיקפה לתכניות שאנחנו מכירים אצלנו.

המסקנה הברורה שעולה מההשוואה הנ"ל הינה (כרגיל) שאין לנו מה להתבייש בתחום ההכשרה בתחום הקבוצתי. הן תכניות ההכשרה בהנחיית קבוצות שסקרתי בגיליון הקודם, והן התכניות לטיפול קבוצתי המתקיימות בארץ, עומדות בסטנדרטים בינלאומיים ואף עולות על התכניות המוצעות בארה"ב.

חיים וינברג

haimw@group-psychotherapy.com

האלימות הסמלית ופירוקה בטיפול הקבוצתי

יהושע לביא



בתחילת קבוצה ביקשה אחת המשתתפות לדבר: "קרה לי משהו מאוד מפתיע עם חבר שלי שמיד

אספר עליו... אתם מכירים אותו הרבה זמן, ואתם מכירים את התקופה שלא האמנתי שאני שווה, שפחדתי להיכנס לתחרות עם בנות אחרות על לימודים ועל בנים... אתם מכירים גם את הצד ההפוך שבי, שאני מרגישה ממש שווה ואת הבלבול בין השניים... לא מזמן איימתי לעזוב את הקבוצה... עכשיו אני מרגישה שטוב לי בקבוצה... אני חושבת שאיימתי כדי לשריין לי אופציה לעזוב אבל בעצם חיפשתי מקום להישאר... גם על החבר שלי אני מאיימת בעזיבה... אולי כדי לשמור שלא יעזוב אותי קודם... בקיצור, תמיד הרגשתי מאוימת, לא חכמה מספיק, לא יפה מספיק... תמיד אחרות היו חכמות יותר ממני ויפות יותר ממני... איך אמרנו באחת מהפגישות: תמיד "מראת השלגיה" שלטה בי..."

משתתפת זו, שנמצאת בקבוצה 3 שנים, עשתה כבר דרך ארוכה, תוך כדי התגברות על ערך עצמי מעורער, דימוי גוף שלילי וגלישה להפרעת אכילה בגיל הנעורים. הפעם היא הפתיעה אותנו והמשיכה: "...אני והחבר שלי דיברנו סוף-סוף. הוא שאל אותי איך זה שדווקא אני - כמי שסבלה מדימוי עצמי נמוך והרגישה כל כך לא נשית וחלשה - לא מאפשרת לו להיות חלש? הוא המשיך ואמר שגם הוא בעצם סובל מאותן ההגדרות שהחברה הפטריארכלית מגדירה מה זה "גבר שווה" ומה זו "אישה שווה"... הוא טען נגדי שאני שופטת אותו לפי מודל מאציואיסטי של איך גברים צריכים להיות; ובגלל שהוא לא מצליח-תקתקן, בגלל שהוא מגלה בקלות את אהבתו אלי ומראה לי חולשות, הוא נמצא תמיד בתקן של על תנאי... "את ואני סובלים בעצם מאותו הדבר. אני לא מתאים לדגם של הגבר המצליחן נטול חולשות אנוש, ואת לא מתאימה לדגם של האישה הכוסית נטולת חולשות אנוש... (ובאירוניה הוסיף) אנחנו לא הדגם של הזוג המושלם...". ואני חושבת שהוא צודק. עד כמה שמצד אחד אני נלחמת את מלחמתי

בדגמים הנשיים האלה, אני מקבלת מצד שני את הדגם של הגבר המאציו המצליחן בכל מה שקשור אליו... שנינו נשלטים על ידי הדגמים האלה..."

דוגמא זו מראה בבירור, כיצד נשלטים שני צעירים אלה על ידי דימויים שהחברה יצרה, ואיך הם כפופים לשיח התרבותי השולט. למעשה פועלים עליהם כוחות אלימים, אלא שאין זאת אלימות ישירה ולא אלימות פיזית גלויה. זו אלימות סמלית (מושג שטבע פייר בורדייה מגדולי הסוציולוגים החיים כיום) שפועלת באופן מוסווה אך יעיל על התודעה והגוף. אני חוזר ומדגיש, זו אלימות סמלית שפועלת על הגוף לא באופן גלוי כשמישהו מרביץ למישהו, או כשמישהו מרביצה למישהו; כאן הנשלטים, הכפופים, (האישה או הגבר הכפופים לאלימות הסמלית) הפנימו את ההרבה ו"מריצים" לעצמם.

יעילותה של האלימות הסמלית טמונה בדיוק בכך שהיא מוטמעת בגופים, בהביטוס. מושג ההביטוס כולל את סכמות הפעולה, החשיבה והשיפוט המעצבות את ראיית העולם, ואת ההתנהגות באופן פעיל. דבקותו של הנשלט בסדר הקיים היא פרי הפנמה של המיונים, העוברים כטבעיים, ושישיותו החברתית של הנשלט היא תוצרה. אין זה אקט רצוני וחופשי של ההכרה בלגיטימיות השולטים (כפי שמתואר אצל ובר), ואף לא פרי יעילותם של המנגנונים האידילוגיים השולטים (כפי שמסביר מרקס), אלא זוהי דבקות המותנית בחינוך ובהפנמה של השליטה - עמוק בתוך הגוף.

בורדייה הוא הוגה פוסטמודרני שלא מסתפק בדקונסטרוקציה (פירוק) אינטלקטואלית של קטגוריות כמגדר (גברי/נשי) גזע או אומה כדי לחסל את השליטה. הוא טוען שהרגלי השליטה מוטמעים בגוף ופועל כנגד הזנחת מקומו של הגוף בשעתוק הסדר החברתי הקיים. בורדייה מדגיש שאין בקטגוריות אלה שום דבר טבעי אלא מקורן הוא חברתי והן קשורות קשר הדוק למבנה החברתי. קטגוריות אלה עברו תהליך של נטורליזציה (טבעות), תהליך היסטורי הכרוך בשכחה קולקטיבית של המקורות החברתיים שלהן, של

השרירותיות העומדת בבסיסן ומאפשרת להן להיראות ברורות מאליהן, טבעיות. התפיסה של בורדייה מזכירה לנו את "הלא-מודע החברתי" של פוקס; בכך, שמה שמרגיש לנו כטבעי - כמו מה זה נשי ומה זה גברי - עובר בתהליך היסטורי לא מודע מדור לדור, באמצעות "הלא-מודע החברתי" שלנו.

ההכרה בלגיטימיות היא תוצר של תהליך היסטורי זה, שבו קטגוריות החשיבה וסכמות המיון עברו טבעות (נטורליזציה), והוחדרו דרך החינוך כעקרונות, כאופן ראיית העולם וכאמונות. כדי להדגים את העניין אפשר להעלות שתי דוגמאות: הקטגוריות גברי/נשי, המזוהות עם סדרה של ניגודים כגון בינה/אינטואיציה, אינטליגנציה/רגש, תרבות/טבע וכן הלאה, והאידילוגיה של ה"כישורן", המכחישה, למשל, את התנאים החברתיים הניצבים מאחורי הצלחה בלימודים ומייחסת אותם לכשירות מולדות של הפרט.

נחזור אפוא על מה שלמדנו על האלימות הסמלית. מושג האלימות מציין שאין הנשלטות פרי ברירה חופשית. התואר "סמלית" שבו השתמש בורדייה מבטא הן את אופייה הלא-חומרי של אלימות מסוג זה והן את הממד השרירותי שלה. והנה ציטוט משפתו הקולעת של בורדייה: "האלימות הסמלית היא אותה כוח שאינו מיוסד אלא דרך דבקותו של הנשלט בשולט (ועל כן בשליטה), דבקות שהיא הכרחית, כל עוד יש לנשלט, כדי לחשוב ואת עצמו, או יותר מזה, כדי ידיעה את היחס ביניהם, רק כלי ידיעה משותפים אתו, שבהיותם צורתו המופנמת בגוף של מבנה יחס השליטה, מציגים את היחס הזה כטבעי" (בורדייה 2000).

והנה לסיכום עוד ציטוט: "אין דבר המגלה יותר בבירור את התהליך הזה של הפנמת יחס השליטה מאשר הסימנים הגופניים החושפים אותה: אי-נוחות, הסמקה, התרגשות וגמגום, המנוגדים לתחושת הביטחון והרווחה שמשדרים השולטים. האינרציה של הגוף המאולף מתנגדת לדקונסטרוקציות המלומדות ביותר של הקטגוריות החברתיות שעברו טבעות. היא מבססת במידה רבה

"יצרים ויצירה"

הכנס מזמין אתכם להתנסות חווייתית המבוססת על מפגש בין שני תחומי טיפול; עבודה קבוצתית ותרפיה בהבעה ויצירה. "רק להיות האדם יצירתי", טוען וויניקוט (2002) "הוא משתמש באישיות כולה ומגלה את העצמי שלו". במרחב הפוטנציאלי של הקבוצה בת שני מנחים, משני תחומי הטיפול והנושא "יצירה ויצירה", נתבונן נגלה ונאפשר ליצרים להיות, וליצירה להיווצר. מנחי קבוצות ומטפלים קבוצתיים, שמעוניינים לחוות ולחקור את המפגש בינם לבין קבוצה דרך התנסות חווייתית, מוזמנים להיות שותפים בכנס ראשון מסוגו במבנהו.

27-28 בדצמבר, 2007 ברמת אפעל
לפרטים נוספים:

www.isragroupttherapy.co.il//Docum/yahatmetukan.doc

פסיכואנליזה בארגונים ובקבוצות כנס שנתי חמישי
יום ד' 2.1.2008, בשעות 8:30-16:30, מלון השרון, הרצליה פיתוח
לפרטים: <http://www.zofnat.co.il/analizaConference.html>

הסיפור על האי הנעלם - סיפורה של קבוצה (המשך)

עליזה רוזן

כמעט כל איד". כשנסיבות החיים חוברות יחד לכדי תחושות ייאוש, עומס וחוסר אונים, עולה החרדה ומציפה, עולים רגשות האומה. כל האחיזה בחיים מתרופפת וכל מטרת חיים רגילה מתערערת. נשאר לנו אז רק "האחרונה בחירות האדם" - "היכולת לבחור את עמדתו במערכת נסיבות נתונות". חירות זו, שהכירו בה חכמי הסטואה הקדמונים וכן האקזיסטנציאליסטים מחזקת את התקווה לשינוי.

נחזור למשתתפות שהזכרתי, למרות שהיו שונות בתכלית ובאור מרקע שונה הן הביאו לקבוצה תחושות ייאוש, עומס וחוסר אונים. הן ביטאו בדרך דומה עבורן ועבור אחרים את מפח הנפש המתלווה לעיתים לחיפוש אחר פשר ומשמעות.

רק כשיצאו מהקבוצה או באנלוגיה מעצמן, הן גילו את משמעות הקבוצה עבורן ויכלו לחזור. הקבוצה חיכת להן.

הן סימנו את משמעות הקבוצה עבור כלולן. יחד החלטנו על עוד שנה של עבודה. עוד שנה של יחד וקירבה. המשך החיפוש למשמעות עצמית ולמידה חייה של יחסים.

גם סאראמאנו מסיים את סיפורו בחיבוק המחבר בין הגבר והאישה "כשזרחה השמש, הלכו הגבר והאישה לשרטט על חרטום הספינה, בצד זה ובצד זה, באותיות לבנות, את השם שהיה חסר: "האי הנעלם". בערך בחצי היום, עם הגאות, יצאה "האי הנעלם" סוף סוף לים, לחפש את עצמה".

עליזה רוזן, פסיכותרפיה ואנליזה קבוצתית, מטפלת בתנועה.

האקזיסטנציאליסטית שלו על "מארג של חוטי חיים דקים הרוסים לכדי מסכת איתנה של פשר ואחריות". ויקטור פרנקל כמו זיגמונד פרויד בונים את התיאוריות שלהם מתוך התבוננות במהות הניאורוזות ובנסיבות לרפאן. פרויד מייחס אותן לחרדה שמקורה בהתנגשות בין מניעים לא מודעים ובמפח בחיי המין. פרנקל, מייחס חלק מהניאורוזות לכישלונם של הסובל מהן למצוא בהוויתו פשר, משמעות ואחריות. אדם מסוגל לשאת רעה, פחד וזעם על עוולות בזכות הדת והאמונה, בזכות חוש הומור ואף בזכות התבוננות ביפי הטבע על פי פרנקל, אך אלו רגעים מועטים של נחמה שיכולים לחזק את רצון החיים רק אם הם משיגים משמעות ופשר לרגעים האחרים, שיש בהם תחושת סבל מתמשך ללא פשר וללא טעם ואובדן תחושת החירות והבחירה.

זהו הנשוא המרכזי באקזיסטנציאליזם: לחיות - פירושו לסבול, להתקיים - פירושו למצוא פשר לסבל. כשאני אומרת משפט כזה בקבוצה, הוא מעורר רגשות חזקים ומנוגדים. יש שמזדהים ונרגעים ויש שכועסים ומזדעקים נגד הגישה השלילית לחיים.

הגישה האקזיסטנציאליסטית שואלת אם יש בכלל תכלית לחיים, ושצריך לחפש את התכלית לסבל ולמוות. זוהי תכלית אישית ופרטית, אי אפשר לומר מהי. כל אחד צריך למצוא אותה עבורו ועליו לקבל את עול האחריות על פי תשובתו. אם יצליח, אומר פרנקל, יוסיף האדם לגדול ולהתפתח חרף כל צרותיו.

ניטשה אומר: "מי שיש לו איזה למה שלמענו יחיה, יוכל לשאת

הספונטאני המתגלגל בקבוצה, מאפשר לפענח את רוב סוגי האלימות הסמלית, לפרק אותן וליצור אלטרנטיבות חדשות. הפתיחות התקשורתית העקרונית, שמעוגנת בשיח החופשי המתגלגל, מאפשרת לכל חברה וחבר בקבוצה הטיפולית, לחקור את הלא-מודע החברתי שמעוגן בגופה ובנפשה, בגופו ובנפשו, ובמטריקס הקבוצתית השלם. מתוך שיח ושיג קבוצתי חופשי, מתוך למידה חדשה מן הניסיון, מתפתחות אופציות חופשיות חדשות, שמחליפות את השליטה הסמויה שמעוגנת באלימות הסימבולית.



"האי הנעלם" שכתב הסופר ז'וזף סאראמאנו.

המשתתפים בקבוצה מעלים תכנים ושאלות אישיות מחייהם. תגובות המשתתפים לתוכן עולות מתוך תפיסת עולם אישית, מתוך פרספקטיבה סובייקטיבית והן נארגות בקבוצה לסיפור קבוצתי, למטריצה קבוצתית. כשהחברים נחשפים קווי הדמיון ולקווי השוני בניהם, ניבנה הקשר בין האינדיבידואלים והם הופכים לקבוצה. הנס כוהן, פסיכותרפיסט אקזיסטנציאליסטי מבחין בשני סוגי היקשרות בין אנשים: אפשר לראותם כישויות נפרדות, אינדיבידואלים שקשר בניהן יכול להיבנות ויכול גם לא להיבנות, או אפשר לראותם כיחידים שלעולם יהיו ביחסים.

יחסים/קשרים - כותב כוהן אפשר שהיו או יחסו, יכולים להיות טובים או רעים. [על פי מילון אבן שושן: יחס - קשר, זיכה, שייכות].

אנשים באים לקבוצה לחפש משמעות עבורם, למצוא חוויות אנושיות דומות כדי להרגיש טוב עם עצמם. בקבוצה הם נחשפים לדומה ולשונה. "לנגד עיניהם מתחולל משחק גומלין רב פנים של חוויות אנושיות" כותב ד"ר ארווין יאלום בשפתו הציורית. מפגש כזה הוא מחולל השינוי.

ויקטור פרנקל כותב בספרו "האדם מחפש משמעות" על המפח בשאיפה לפשר ובונה את האנליזה

את צייתנותם ואת כפיפותם של הנשלטים לסדר הקיים. אין פירוש הדבר שלא ניתן להפוך את יחסי הכוח; כפיפותם של הנשלטים לשולטים יכולה לייצר סבל חברתי, תופעה שתוארה בספר שערך בורדייה אומללות העולם (La Misere du Monde, 1993), אבל גם התמרדות - וזו יכולה להפוך לפעילות חתרנית בתנאים מסוימים" (מתוך ההקדמה של ז'יזל ספירו לספרו החדש של פייר בורדייה השליטה הגברית, בהוצאת רסלינג 2007).

על הסבל ועל הפעילות החתרנית של הנשלטים/ות אני ממליץ בחום לקרוא בגיליון המיוחד החדש של "מקבץ" (כתב העת הישראלי לטיפול קבוצתי), שיצא לאור בימים אלה, ומקדש כולו לטיפול קבוצתי בהפרעות אכילה. בגיליון מיוחד זה, שערכתי יחד עם סיגל נוסבים פלינט, מוצגת הפרעת האכילה על היבטיה האישיים/חברתיים/תרבותיים. הפרעת האכילה ובעיות דימוי הגוף הנלוות אליה, מהווה פרדיגמה בסיסית, בה ניתן לראות את הפעולה של האלימות הסימבולית, את הסבל שנגרם בעטייה, ואת ניסיונות ההתמרדות שהיא מייצגת.

אני מצטט מההקדמה לגיליון המיוחד של מקבץ שעוסק בהפרעות אכילה: "לאור תפיסה זו ביחס לגורמים הפתוגניים החברתיים/תרבותיים שמחוללים את הפרעות האכילה, ניתן להבין את הפרעות האכילה משתי פרספקטיבות שונות אך משלימות. האחת, כאקט של מרד נשי בסדר הסימבולי הישן, כניסיון של נשים לבטא את עצמן ולהכריז על יציאה לעצמאות מהסדר הסימבולי הגברי השולט, שמגדיר את הנשיות והתפקיד הנשי בחברה; השנייה, ככישלון לייצר סדר סימבולי נשי חדש (ברוח הצעותיה של לוס איריגארי למשל), כישלון שמתבטא באימוץ מופרז של מנגנונים של שליטה מהסדר הסימבולי האלים הישן כמו, הרעבה, דיאטה והיטהריות, שאמנם מבטא "הכרזת עצמאות" אולם מאמץ בדרכו קריטריונים כוזבים של מה זה נשי ומה זה יפה, כמו למשל מיתוס הרזון והיופי" (יהושע לביא וסיגל נוסבים פלינט, מקבץ, 2007).

אני סבור, שהקבוצה הטיפולית היא מדיום עיקרי ומועדף לפרק את האלימות הסמלית שמעוגנת בנפשו ובייחוד בגופו של הפרט, ולטפל באימפליקציות של אלימות זו. השיח

פרולוג ואפילוג "אומץ רצון וריצוי"

יהודית עזרא

לבקשת משתתפים בכנס סופשבוע קבוצות של העמותה לטיפול והנחיה קבוצתית ולבקשתו של איתן טמיר, להלן דברי הפתיחה שלי בכנס והמשך מחשבות של סיכום:

"כמה מילים על נושא הכנס 'אומץ רצון וריצוי' מזווית קצת שונה: דרך מושג הזמן.

אם נחשוב על הנפש במונחי זמן - בנוסף למושגים המרחביים שחוננו עליהם - אפשר לומר כי העצמי במונחי זמן הוא מה שהאדם חווה ועושה ברגע מסוים. הגדרה זו מתייחסת לחווית הנוכחית והנגישות שאני יוצרת בין מחשבותיי ורגשותיי, ברגע נתון, ביני לבין עצמי, וביני לבין האחרים המשמעותיים לי, סביב צרכים, משאלות ומטרות שהגדרתי לעצמי.

אם נבחן את נושא הכנס דרך פריזמת הזמן: נוכל לומר כי אומץ רצון וריצוי הינן נקודות מוצא רגשיות המבטאות עמדה ביחסינו לעצמנו ולזולתנו ביחס לזמן כשהריצוי לרוב נשען בכובד משקלו על זיכרון ומחויבויות העבר, הרצון משקף את יכולותינו לחיות כאן ועכשיו את רגע ההווה. ואילו אומץ ותעוזה עוסקים בפוטנציאל האפשרי - רוכבים על גלי התשוקה ונושאים את פניהם אל העתיד.

המעשה האמץ, על פי הסתכלות זו, מבקש לקטוע את זרימתו הסתמית של הזמן, תוך שהוא תובע גבולות חדשים: בין נוכחות להיעדרות, ובין תשוקה וחיות לנסיגה והתכנסות. על הדיאלקטיקה הבסיסית הזאת בחיינו כותב המשורר הספרדי ריימון שכתב את השיר הבא על רקע ימי הדיקטטורה בספרד והקדיש לארנסטו גוארה. בשיר "על השלום" מתמודד ריימון להרגשתי עם חווית הריצוי הרצון והאומץ: ברמה האישית, בינאישית וקבוצתית- חברתית, תוך התכתבות עם המושג "שלום של אמיצים":

לפעמים השלום אינו יותר מפחד פחד עליך פחד עלי פחד עלינו רוצים בלילה. לפעמים השלום אינו יותר מפחד.

לפעמים לשלום יש טעם מוות. של המתים לתמיד, של מי שהם רק דממה. לפעמים לשלום יש טעם מוות.

לפעמים השלום הוא כמו מדבר בלי קולות בלי עצים כמו חלל אדיר שהאנשים מתים בו. לפעמים השלום הוא מדבר.

לפעמים השלום סותם את הפיות וקושר את הידיים, משאיר לך רק את הרגליים כדי לברוח לפעמים השלום.

לפעמים השלום אינו יותר מזאת מילה ריקה כדי לא לומר דבר, לפעמים השלום.

לפעמים השלום מכאיב הרבה יותר: לפעמים השלום מכאיב הרבה יותר. לפעמים השלום.

הצדקה מעניינת לקיום היום הזה - חקירת האומץ רצון וריצוי - דווקא במרחב הקבוצתי - מצאתי בהבחנה מרגשת של הסופר בורחס שסבל מעיוורון מוחלט בעין אחת, וזה מה שהוא אומר:

"דברים רבים עוברים בירושה עיוורון למשל, אבל אומץ איננו אחד מהם". עבר מנחים ומשתתפים, אומץ והעזה מנות, להערכתך, בין ההתמודדויות המרכזיות. יכולות אלה מבנות

ומבנות באופן דיאלקטי ברעיון המטריקס הקבוצתי, כמרחב פוטנציאלי לא רק עבור החקירה של האין והחוסר בחיים ובקבוצה, אלא גם כיכולות המזמנות מפגש חווייתי של הנאה מ"יש מתקיים" ואומץ לחלום על יש אפשרי עתידי.

אפילוג

מחשבות על סיכום אירועי הכנס מעלות בי אסוציאציה לכותרת פרובוקטיבית בספרו של סלבי זיזיק [תהינו מהסימפוטמים 2004 "למה התאבדות היא האקט היחיד שמצליח?"]

האירוע: במפגש השני של הקבוצה הגדולה בכנס התיישבה קבוצת נשים שכללה "קבוצה קטנה" שלמה [להוציא חבר אחד מהקבוצה ממשותפי הכנס - במעגל המרכזי תוך שינוי הסטינג שכלל הוספת כסאות למעגל המרכזי והפיכת המרכז לקבוצה קטנה מול מנחה הקבוצה הגדולה.

כיצד עלינו להבין את אופן הפעולה של רעיון האקט? שואל זיזיק, כלומר את האקט על מימד נחישותו ה"התאבדותית" מתוך רצון ומשאלה להמציא את עצמו מחדש?

המוטיבציה המוצהרת שעמדה בבסיס הבחירה הקבוצתית היה הרצון להיעזר במרחב ובקבוצה לאקט אמיץ שתכליתו להתגבר על פחד הקהל של כל אחת מהמשתתפות באירוע, לשאת

את קולה כאדם אינדיבידואלי בקבוצה הגדולה. אם להשתמש במשפט סלג "להתאבד על זה". אלא שבמקום "התאבדות" סימבולית כפי שמורה משפט הסלג, להבנת, דהיינו לעמוד מול הפחד ולהעז לחיות דרכו למרות היותו, בחרה הקבוצה שלא מדעת ב"פרישה" מהמציאות הסימבולית, דהיינו הפרה וביטול של כללי ה"משחק" והמרחב. הרעיון וביצוע האקט בחסות "כנפי העדר" הקבוצתיים - היה למעשה ביטול פארדוקסלי של המשאלה המקורית - ביטוי העצמי כאינדיבידואל בקבוצה הגדולה, וקריסת המרחב הדיאלקטי בין הפחד והמשאלה, בין מחשבה והגשמה בין הסטטי והמוכר לבין הכמיהה למשהו אמיץ וחדש. מה משמעותה של קריסה זו עבורנו מארגני הכנס? מהו הסטטי והמוכר? וכיצד ניתן לשמור ולהחיות את המרחב הדיאלקטי לקראת החדש המרענן והמספק יותר? אלה שאלות חשובות שחידד הכנס הנוכחי, ומבחינה זו היה זה כנס סוער, מעורר, מפרה ומרתק.

יהודית עזרא - מנהלת הכנס העמותה לטיפול והנחיה קבוצתית, אוניברסיטת בר אילן, המכון לאנליזה קבוצתית

מנהילוג - המרכיב הדיאלוגי במנהיגות פנימה

טל אלון, יו"ר עמותת "בסוד שיח

דברים מבולבלים לבהירים יותר, בהקשר של הקהילה והקבוצה אליה אני משתייך. המפגש עם ה"אחר" הפך משהו מרוחק יותר, ולכאורה לא במערכת הצרכים הראשונה בחשיבותה. יחד עם הבלבול הפנימי, גברה החשדנות והעוינות כלפי האחר, עלו תחושות של חוסר אמון, משבר, הרחקה והקטנה של ה"אחר", הימנעות ושתיקה, ונבקעו בקיעים עמוקים יותר באמונה, כי ניתן למצוא נקודות משותפות, משמעות משותפת.

רציתי להתייחס לדיאלוג הפנימי של מנהיגים, באם מתקיים, כהיבט של מנהיגות רצויה ומבורכת, כמהלך

כנועזות שאינה במקומה, אני לוקחת את הסיכון - חשבתי כי כדאי "לסמן" את הכיוון הזה, להצביע עליו - הכיוון של מנהיגות דיאלוגית הפונה פנימה, אל הציבור שלך, אל הקהילה שלך, וטוענת להיכרות עם ה"אחר", להכרה בו, להקשבה אליו, ואולי אף להתחברות בנקודות משותפות. וכולנו יודעים כמה זה יכול להיות קשה. חלק מהתופעות אותן חווינו בשנתיים האחרונות ב"בסוד שיח", היה, כי נוצר קושי, גדול מאי פעם, להפגיש ציבור השייך לקבוצות קונפליקט שונות. הצורך הינו להסתגר פנימה, "לשבת בבית", להשקיע במעגלים הקרובים לי, להתחזק מבפנים, להפוך

לא לה מבינינו שחושבים שדיאלוג הוא כלי ש"עבר זמנו" - רציתי לקרוא קריאה! רציתי לחבר את



העשייה הדיאלוגית לעשייה המנהיגותית, ולהראותה בפריזמה של התקופה, בהקשרים לאומיים וחברתיים.

להתייחס לכך, הינה משימה, שחלקה מבוסס על השערת השערות ועל זיהוי עדין של מגמות, מאחר ואנו נמצאים בהווה, וחווים את זה כרגע, ועדיין חסרים פרספקטיבה מספקת. גם אם בעיני חלק מהקוראים ייתפס העניין

לוח מודעות

מה חדש בקהילת קבוצות?
צרו קשר ב- 03-6990552

נפתחת בתל אביב קבוצה להתמודדות עם חרדות.

נפתחת בת"א קבוצה לגמילה מעישון - בגישה קוגניטיבית-התנהגותית.

נפתחת במרכז קבוצה בנושא התמודדות עם מחלות כרוניות.

נפתחת קבוצה טיפולית לצעירים המרגישים כי השימוש בחומרי הקנאביס (גראס וחשיש) משפיעים לרעה על תפקודם - בהנחיית רני לוי.

נפתחת קבוצה בנושא סמכות הורית ומתבגרים - בהנחיית חגית אבירם.

נפתחה בת"א קבוצה לטיפול אנליטי בדגש פילוסופי - בהנחיית רועית דהן.

נפתחה קבוצה אנליטית חדשה בירושלים - בהנחיית תמר להמן.

נפתחת בת"א קבוצה טיפולית למטפלים - בהנחיית עליזה רוזן.

קבוצות חיפה, קרית, כפר סבא, ירושלים, ת"א, באר שבע ורחובות קולטות משתתפים חדשים לקראת תחילת שנת העבודה. צרו קשר לראיון ללא התחייבות וללא תשלום.

www.igroups.co.il

שבונה "איים איים", שיתחדרו ליבשת. כמהלך, שגם אם נראה ברגע הראשון כמבדל ואולי מדיר אחדים ומוציאם "אל מחוץ למשחק", הרי שבעיני הוא הכרחי היום, ואף ראשון וקודם לכל דיאלוג עם "האחר". יש בו משום השהייה של הדיאלוג עם ה"אחר", אך לא ביטולו. אם מבינים זאת במונחים של גיבש זהות ברורה יותר, של יצירת עוגנים ברורים יותר נוכח תקופה מבלבלת ולא בהירה, זה תהליך שמייצג סיכוי טוב יותר להתחברות, ואשר בונה תשתית טובה יותר לדיאלוג המשכי ומתקף יותר.

לדיאלוג, של מנהיג הפונה בעיקר אל קבוצת ההשתייכות ואל הציבור ממנו הוא בא, יש ערך עצום בהקשר לתהליכים שיש לקיים בתוך כל מנזר ומקטע. עניין זה הוא בעל חשיבות ראשונה במעלה, ולעתים מורכב הרבה יותר, והוא מפתח, כדי לחזור ולבחון את היכולת להתחבר, להיות עם ה"אחר", ולהיות בסופו של דבר "שלם" ישראלי.

החשיבות הגבוהה כיום, היא דווקא לדיאלוג "בתוך" ולא "בין" (Within) עוד לפני ה- (Between). ובמילים אחרות - לדיאלוג עם ה"חבר", כקודם לדיאלוג עם ה"אחר".

דבר נוסף, שגם הוא ממאפייניו הברורים של הדיאלוג המנהיגותי המתקיים פנימה, הוא, כי הוא לא ידוע ולא מדובר באופן ציבורי ומקיף. מופעי המנהיגות הללו נעשים לפעמים בחדרי חדרים, בקבוצות קטנות ואולי אפילו במפגשים "אחד על אחד". אפשר לנסות להתבונן על הדיאלוג מהסוג הזה גם בהקשר להמשגה שנעשתה ב"בסוד שיח", המתארת שלושה מרחבים, המאפשרים שלושה סוגי דיאלוג שונים -

ה'רחוב/כיסר השוק' (שם נמצא ההמון בדר"כ...), 'השכונה' (הציבור/הקהילה אליהם אתה שייך), ו'המשפחה'. דיאלוג מנהיגותי זה, מתרחש כנראה בעיקר במרחב של 'השכונה', ולעתים מתקיים (וביתר עזות?) גם במרחב של 'המשפחה'. לא מן הנמנע, כי מנהיגות זו היא מנהיגות נחבאת אל הכלים (תרתי משמע - גם נעשית בהיחבא, וגם נעשית בצניעות), וזר לא יכירנה.

דוגמה טובה לתהליכים מעין אלה (לפחות חלקית) התקיימו בתקופת ההתנתקות ("הגירוש"), בקרב אנשי גוש קטיף, של רבנים בקהילותיהם, כלפי ציבור האנשים שלהם. תהליכים לא קלים ושדרשו תשלום מחירים אישיים, ותוך שהתהליך מלווה כאב

גדול ושבר, הנובעים מתוכן הדברים עצמם. תהליכים אלה, לא תוקשרו מעולם, ועד היום לא קיבלו מספיק הכרה ולא נמצאים כלל בתודעה הציבורית, בתרומתם ובחשיבותם העצומה למהלך, בין היתר בגלל אופיים והדרך בה הם מתרחשים.

לאחרונה שמעתי גם את הרב שרלו, שהתראיין באחת התכניות, בהתייחסות לתחושות ותפיסות קיימות של אנשים שונים, שאינן באות לידי ביטוי, כי אנשים חוששים להעלותן באופן גלוי, וודאי שלא בתקשורת. בדבריו התייחס לנושא כאוב אף הוא, לפיו מיעוט קיצוני יותר "צובע" בהתנהגותו ציבור שלם. ובדבריו הוא התייחס, למי שחושבים ומרגישים כך, מתוך אותו ציבור, מתוך אותה קבוצת השתייכות. אין ספק, כי יש גם קולות מנהיגותיים שעושים דיאלוג פנימי בנושאים אלה, גם אם רוב הציבור איננו חשוף לכך. דיאלוג מנהיגותי פנימה - במה זה כרוך?

המנהיג צריך להאמין כי זו דרך מועדפת, וכי היא עדיפה על פני ה"אנחנו ואתם". הוא צריך להיות מכוון לבניית הזהות והמשמעות של הציבור שלו, שלא על בסיס שלילת ה"אחר". וכנראה להיות נכון "לדבוק" בתפיסות שלו ובאמונתו, ולשמור על בוחן מציאות, למרות ההדים החוזרים המסמנים לו כי הוא לא בדרך הנכונה... אומץ לב ציבורי, חוסן פנימי, אלה רק חלק מהשמות שניתן להזכיר בהקשר זה.

עליו להתגבר על החרדות שלו, ועל החשש מכישלון (בייחוד לאור המתרחש עם כשלון המנהיגות על סוגיה השונים, וחוסר האמון הקיים כלפי מוסד המנהיגות באשר הוא). הסיכון שהוא לוקח, בביטוי הקיצוני, הוא אפילו אבדן המנהיגות שלו, התפקיד שלו...

עליו להתגבר על תחושות דחייה, חוסר אמון והוקעה, ואולי אף האשמה בבוגדנות, ע"י חבריו שלו עצמו. סביר כי אחדים יפנו לו עורף, אותם קרובים, אשר הלכו איתו בדרך עד כאן (הלא יחשדו בו כי "מומר" הוא...). הוא צריך להכיל, ולהחזיר באופן מעובד, את מגוון ההשלכות (השליליות בעיקרן) שיופנו אליו, בתהליכים עוצמתיים לעתים, שבסיסם תהליכי פיצול - Split והשלכה.

עליו להרחיב את המעגל בהתמדה - כמתרחש לאחר שנזרקת אבן למים, עליו ליצור אדוות, מעגלי תנועה, עליו

ליצור תהליכי Unfreezing (במונחי קורט לוין), לתפיסות הקיימות (שיכולות להיות נוקשות וסטריאוטיפיות), ולהרחיב את המעגל עם מי שחשים כמוהו, ואולי לא העזו להגיד זאת, ועם מי שמאמץ את התפיסות הללו.

הזמן - עליו להיות מוכן לתהליך ארוך טווח, במהלכו מתרחשים תהליכים, מתחלפים אנשים, נעשות החלטות אישיות וקיימת התרחשות רבה בערוצים לא פורמאליים... הדרך בה הוא הולך, צריכה במובן מסוים, לתת תשתית טובה מספיק לתהפוכות האלה, להמשיך בכיוון, יחד ועם הדברים.

מנהיגות, כמו תמיד, מתחילה בעצמנו. "דע לאן אתה הולך"... ככל שהמנהיג ממוקד יותר, בטוח בדרכו, כך יצליח מן הסתם לכנס אנשים נוספים סביבו. יתכן שבתקופה כל כך מקוטבת ומבלבלת, באותם מקומות בהם יאפשר המנהיג להיות בדיאלוג פנימי, לשאול שאלות, לדון ולאתגר הנחות, לבדוק כיוונים חליפיים, ולהיות, ולו לרגע, "פרקליט השטן", שם תתגבש קהילה של מי שמאמינים בדרך, מסכימים איתה ויכולים להיות לפיה.

דברי נשענים על הניסיון של פעילויות שונות של עמותת "בסוד שיח" בשנתיים האחרונות, כמו גם על הניסיון המצטבר של עמיתים ב"בסוד שיח", אשר חלקו מרכז בספר 'דיאלוג ומנהיגות על קווי השבר בחברה הישראלית'.

* 'דיאלוג ומנהיגות על קווי השבר בחברה הישראלית', בעריכת שלי אוסטרופ, ובהוצאה משותפת של עמותת "בסוד שיח", קרן ריץ', והגיונט-אלכ"א, אוגוסט 2000.

טל אלון, פסיכולוגית, מנחה קבוצות ויועצת ארגונית בכירה.
b_siach@netvision.net.il



המיוחד בעבודה הקבוצתית

ד"ר רובי פרידמן



מה היתרון הייחודי של העבודה הקבוצתית? בעמותה להנחיה וטיפול קבוצתי אנו חושבים שבלעדי התפתחות בקבוצה לא תהיה לאדם צמיחה בין אישית מלאה. אנחנו חושבים שהשתתפות בקבוצה והנחייה כוללים גם פוטנציאל לחוויה מיוחדת וגם אפשרות למידה התורמת תרומה ייחודית להבשלה האישית ביחסים. מה כל כך מיוחד בעבודה הקבוצתית? איך היא שונה מהגישה הפרטנית או הזוגית?

רוב העוסקים בהנחיית קבוצות הם גם עובדים פרטניים: מטפלים, יועצים, מחנכים ועוד. התחושה המובהקת של כל מי שמדווח על החוויה שלו בקבוצה היא שמתרחשים בה תהליכים בעלי אנרגיה וזרימה מיוחדים. ננסה להגדיר את המרכיב המיוחד בקבוצה, שהוא נדיר יותר בעבודה הדיאדית, קרי ייעוץ, חינוך או הטיפול אישי, מעניינת ותורמת ככל שתהיה. המיוחדות הזאת קשה אמנם לניסוח, גם ברגעים הרבים בהם שואלים מנחים או משתתפים אשר חוו זה עתה תהליכים קבוצתיים מרגשים ומצמיחים. המשתתפים בקבוצה, לרבות המנחים, חווים מתחים רבים. דוגמא לכך היא השהייה בנוכחות של יחסים משולשים מורכבים, המורגשים גם אם אינם מודעים או מדוברים. דוגמא אחרת למתח נובע מחוסר השליטה המורגש ברגשות המשתתפים האחרים, הלוחץ להתמודד ולהתפתח. יש תופעות בין אישיות מאד שקופות בקבוצות ואחרות המתבררות לאורך התהליכים - אך תחושות של קירבה, שייכות, פתיחות יחד עם חרדות, קינאה, תחרות ועוד מגוון עצום של רגשות, נצפים בפליאה ומורגשים בתקשורת הקבוצתית. מאחד המאמרים כתובים באחד הז'ורנלים היוקרתיים ביותר לעבודה קבוצתית ניתן לקחת דוגמא. הכותב מתאר חוויה שהשפיעה עליו מאד בזמן שהיה בעצמו מטופל בקבוצה לפני שנים רבות: הוא שאל: מדוע אתה נראה מרוצה? המשיב ענה שהוא נהנה מהעובדה שהוא יושב ליד אישה יפה... בין אם זו אינטר-סובייקטיבית, "שקיפות", החלפת מידע או הזדהות השלכתית, מצב כזה, שהוא שכיח בקבוצה, הוא נדיר ביותר ביומיום ומאפשר למידה מיוחדת. עצם הנוכחות בסיטואציה בין אישית מורכבת משלושה או יותר

אנשים, בייחוד בליווי פתיחות מסוימת, מהווה אחת ההזדמנויות הייחודיות להיות לצמח, כלומר להיות מושפע ולהשפיע, בתחומים החשובים בחיים. להיות עד למה שנקרא באנליזה הקבוצתית "מירורינג" (השתקפות), האפשרות לצפות במישהו אחר מקרוב, שיש איתו קשר משמעותי, ולהיווכח באופן שבו הוא מתמודד עם מצב רגשי מורכב - זהו מהמרכיבים ה"נוגעים" ביותר. הוא מייחד את המרחב הקבוצתי. גם הצפייה במנחה הקבוצה, המתמודד עם מצבים רגשיים מסובכים ומעבד אותם, מלמדת ומגדלת. ייחוד נוסף הוא שהמודלים הקבוצתיים מאתגרים בשונות שלהם מהמודלים המשפחתיים שגדלו בהם; במהרה מגלים, שניתן ללמוד מרבים אחרים.

ולבסוף: במצב הפרטני הנועץ או המודרך יכול להתעלם ממצבי תחרות וחוסר הגנה ב"כאן ועכשיו" הדיאדי. לעומת זאת בעבודה הקבוצתית הנוכחות של אחרים מאלצת את המשתתף בקבוצה, במודע או שלא במודע, להתמודד כל העת עם שאלות רלוונטיות של מקום, זהות, כשלון, הצלחה, קירבה, בידות, שייכות והדרה. השאלה מה מייחד קבוצה, ובאילו מצבים מתאפשרת למידה מיוחדת מעסיקה את מנחי הקבוצות כל הזמן.

ד"ר רובי פרידמן, פסיכולוג קליני מדריך, יו"ר העמותה הישראלית להנחיה וטיפול קבוצתי.

הוקמו 3 קבוצות הדרכה למנחי קבוצות ולמטפלים:

קבוצת תל אביב בהנחיית עליזה רוזן, קבוצת ירושלים בהנחיית ד"ר שרה קלעי וקבוצת חיפה בהנחיית איתן טמיר. הקבוצות תפגשנה אחת לשבועיים, למשך שיעורים מלאות למפגש. עלות ההשתתפות 400 ש"ח לחודש. הקבוצות מתמקדות בהדרכה בנוגע לתפקידיו העיקריים של מנחה הקבוצה: פרסום, גיוס, מיון, הנחיה משותפת, הקבוצה והארגון, התפתחות קבוצתית, בעיות בקבוצות, גבולות הקשר, נשירת משתתפים וסיום. בכל קבוצה ישתתפו 5-8 אנשי מקצוע.

סיפור, פסיכודרמה, סיפור

ד"ר יהודית ריבק



בטור הקודם כתבתי על המפגש האפשרי או הבלתי אפשרי בין שתי משפחות תיאורטיות זו של מורנו (פסיכודרמה) וזו של פוקס (אנליזה קבוצתית). בטור הנוכחי, בציני לבחון את המפגש בין פסיכודרמה וביבליותרפיה, מתוך מקומן המכובד והראוי לכל אחת מהן בנפרד. אלא, שלעיתים אחד ועוד אחד הם יותר משלושה... וכך קרה בקורס שהתנהל תחת הכותרת "מחזות וסיפורים בעין הפסיכודרמה". בעזרת השימוש בטקסט ספרותי בעבודה פסיכודרמטית ניתן לעקוף את מגננוני ההגנה וההתנגדות לגעת בנושא כאוב כמו "פרידה".

תיאור המפגש, המסכם את הקורס ימחיש ללא ספק את תרומתה הייחודית של כל אחת מהשיטות להעצמת הפרט בהתמודדות עם פרידה. המשתתפים קרויים בשמות המופיעים בטקסט הנ"ל.

מכונה לו תיבה ומניחה אותו ביאור. מרים הנביאה, אחותו של משה, מסתתרת וניצבת לראות מה יקרה לאחיה. בת פרעה מגיעה לרחוץ ביאור, חומלת על התינוק ומחליטה לאמצו. מרים מציעה את אמה כאישה מינקת ומשה חוזר לחיק אמו עד שגדל ונשלח לבת פרעה שבארמון.

כל משתתף/ת בוחר דמות מהסיפור או דמות שאינה מופיעה בסיפור וקשורה לאירוע כמו פרעה למשל. הדמויות מתנהגות ומנהלות שיח חופשי סביב האירוע המתואר. שתי משתתפות בחרו להיות יוכבד ופונות אל מרים: "שמרי עליו היטב." "חיינו בידיוך." מרים משיבה: "זו אחריות גדולה מדי, אולי תלכי את? ומה יקרה אם תנין יטרף אותי?" פרעה משוטט ומצוטט, "האם עדיין לא מתו כל הבנים העבריים?" משה צועק: "הלואי ויצילו אותי, אני קטן ועזוב, לא מגנים עלי, אני לא רוצה למות, נועדתי לגדולות" מרים שומעת את זעקותיו, נגשת אליו ולוחשת: "אתה אחי הקטן, אני אוהבת אותך, אני אגן עליך בכל כוחי".

בטכניקה שנקראת "התמונה שלא צולמה" משה מעצב את המשתתפים לצילום תמונה מתנהל דיאלוג ביניהם. משה זועם על אמו הנוטשת. יוכבד האם פונה למשה: "אני כל כך מצטערת, פורצת בבכי והדמעות זולגות על

לחייה, היא ממשיכה, "לא היתה לי ברירה, נאלצתי למסור אותך" כאבה האדיר ניכר היטב. היא ממשיכה "אלוהים יעניק לי את הכח לשרוד את הפרידה ממך. לעולם תישאר חקוק בליבי האוהב. הלואי שתדע את זה. אולי אטמן מכתב ובבוא הימים תמצא אותו." משה מבקש לדבר עם עמרם אביו (שאינו מוזכר במקרא ומיוצג על ידי כסא ריק) ואומר לו: "אני אתגעגע אליך מאוד, האם גם אתה תתגעגע אליי?"

בהמשך כתמונה מתוקנת, משה מביט במבט עצוב באביו באמו ובאחותו מרים. משה לאמו: "רק עכשיו באתי לעולם. אני עוד יונק ואני כבר צריך להיפרד, האם יש לי ברירה?" לאביו: "אני יודע שלכם אין ברירה, ואני גם יודע שבסוף זה לטובה, אני אגדל ואצליח ללכת בכוחות עצמי" למרים: בזכות אהבתך, את נותנת לי כוחות, למדתי שיש להאמין והנה אני רואה את בת פרעה היא בטוח תציל אותי" חיבוק משותף בישר את סיום הסצנה. השיתוף בסיפורים האישיים ב-Sharing העצים את תחושת הכאב שבפרידה גם מהקורס. "משה" סיפר שהוא ילד מאומץ שנמסר בגיל 4 למשפחה אומנת, בגיל 10 אומץ כחוק על ידי משפחה אחרת. לטענתו, המשחק והיותו משה, איפשר לו קטריזיס. הוא הבין את הוריו הביולוגיים ואת מניעיהם על שמסרו

היכל המראות

מרים בגר וסוזי שושני

ולא להביע חולשה כל שהיא, להתנדב, לקפוץ בראש ולהוביל. בעיקר הרגשתי שעלי לוותר על כל המנהגים ה"אירופאיים" של נימוס, של רכות, של חום, של מתן תשומת לב. הפסקתי לשלוח ברכות ליום הולדת וברכות לשנה החדשה, נעשיתי יותר קשוחה, התחלתי להיות יותר "דוגרית", יותר ישירה - לומר הכל בפנים גם אם דבריי עלולים לפגוע בשני. החום והברכות שהוריי וחבריי בארץ מוצאי הרעיפו עלי, נראו לי פחותי ערך. והתרחקתי במידה מסוימת מהם. עם הזמן הצלחתי להחזיר לעצמי חלק מהערכים ומהמנהגים שלי מלפני עליתי ארצה וליצור תשלובת טובה עם העולם החדש שלי - עם מערכת הערכים והמנהגים הנהוגים בארצנו. אך כיום, אני שואלת את עצמי האם תהליך זה הכרחי ושכיח על מנת להשתייך מהר לקבוצה חדשה, לחברה הישראלית?

סוזי - אני יודעת בדיוק על מה את מדברת עי. עוד לפני שידעתי טוב לדבר עברית ידעתי בעל פה את תפילת שחרית היות ולמדתי בבית ספר דתי מיד עם עלייתי ארצה. תוך כמה חודשים ידעתי לקרוא, לכתוב ולדבר די טוב בעברית. תוך פחות משנה התמצאתי לא רע בתנ"ך. קראתי והכרתי די טוב את ההיסטוריה של הקמת מדינת ישראל. אחרי שלושה חודשים בלבד הצטרפתי למקהלת בית הספר והתחלתי להשתתף בצופים דתיים באזור מגוריי. שירי הפרטיזנים, הפלמ"ח, מלחמת השחרור וכל הסיפורים והחוויית של הקמת המדינה ושנותיה הראשונות נבלעו במהירות בתוכי. התוודעתי אל ורכשתי את כל השירים והמנהגים הקשורים לחגים. בשנה ראשונה לעלייתי ארצה גרתי אצל משפחתי הדתייה למרות שהוריי ואני לא היינו דתיים. אימצתי לכאורה לעצמי את הדת וכל הקשור אליה, על מנת להשתייך מהר לסביבתי, אך לקראת סוף השנה ידעתי לומר שהרומן שלי עם הדת הסתיים. עברתי לחינוך הרגיל. יחד עם זאת אני אסירת תודה לכל החוויות שקרו בשנה ראשונה זו בישראל. הרגשתי שלמדתי, רכשתי והפנמתי כל כך הרבה ערכים, מנהגים וידיעות שניתן אולי להשוות זאת רק למה שלומד תינוק בשנתו הראשונה לחיים. עד היום אני שומרת על חלק מהדפוסים ומהמסורות הקשורים בעקר לחגים ואני מרגישה שאני יודעת

בונה את זהותו תוך כדי אינטראקציה עם האחר, משפיע ומושפע כל הזמן מתפיסתו את האחר ואת הקבוצה בכללותה ומהשתקפותו בעיניהם של הסובבים אותו.

מה שאנו מדברות כרגע מזכיר לי במידה מסוימת את דבריה של הלן קלר, שנאמרו לאחר הצלחתה ליצור קשר עם העולם, למרות היותה מלידה מחוסרת חושים לתקשורת בין אישית: "עד שנוצר קשר מסוים עם המורה שלי, לא ידעתי מי אני. חייתי בעולם שהיה לא עולם... לא ידעתי שאני יודעת משהו, או שאני מתפקדת או משתוקקת למשהו. לא היה לי רצון כל שהוא או שכל כלשהו. נגררתי לאובייקטים ופעלתי באמצעות דחף תנועתי טבעי ועיוור בלבד."

"When I learned the meaning of 'I and ME' and found that I was something. I begin to think. The consciousness first existed for me"

במילים שלי הייתי מסכמת שאין קיום אנושי ולא ניתן לבנות זהות ומשמעות ברורה ללא האחר, ללא הקבוצה וללא החברה בכללותה.

ע' - זה עדיין לא מסביר הכל. אמנם זהותנו נקבעת באמצעות תהליכים כמו הפנמה, הזדהות והשתקפות בתוך קבוצה, אך מצד שני, אני תוהה מהו התשלום שמשלם הפרט עבור השתייכותו? האם ישנן קבוצות וחברות שההתחברות אליהן מחייבת את הפרט לעיתים לאבד משהו מעצמו, מזהותו וממהותו לטובת ההשתייכות לכלל, למסה?

למשל האם על מנת להשתייך לקבוצה מסוימת שאותה אני בחרתי (בין אם מרצון ובין אם חוסר ברירה), עלי לוותר על חלק ממנהגי, ממחשבותיי, מזהותי, עלי לשאוף לקונפורמיות? עלי להתנהג לפי המצופה ממני ע"י רוב החברה?

אתן דוגמא: כשעליתי ארצה רציתי להשתייך מיד לחברה הישראלית, לחברה הצברית. הרצון היה חזק להיות כמוהם. לא להיות שונה, לא להיות גלותית. להיות חלק מהחברה ומהר. לאמץ לעצמי התנהגות לפי הסטנדרטים השכיחים, המקובלים והרצויים בחברה, בהתאם להבנתי. האידיאליות של הצבריות באותה תקופה התבטאו בעיניי במסרים של כנות, באמירות ישירות, גם אם הן לעיתים בוטות מידי ועלויות להעליב את האחר, בצורך להיראות קשוחה



ע' - סוזי, מרים, עקבתי אחרי דברייכם במגוון קהילות קבוצות ואסוציאציות רבות עלו והעסיקו אותי.

שאלות ותהיות, שלא לכולן יש לי תשובות, חוזרות ומעסיקות אותי.

סוזי - האם תוכלי לשתף אותנו בחלק ממחשבותיך?

ע' - אנסה: זיכרונותיכן מהילדות חיברו אותי להרגשותיי בארץ מולדתי ובתחילת דרכי בישראל.

אני יודעת מה זה להיות זרה, להיות שונה, להיות מחוץ למעגל. מוכר לי הכאב המתלווה לכמיהה לשייכות, לכמיהה לאהבה, לכמיהה להשתלבות המהירה, לכמיהה להיות ישראלית. זכור לי המאבק הפנימי והחיצוני על מנת להיות כמו כולם, כמו הרוב ובעיקר כמו האידיאל המקובל בארץ ישראל.

היום, אחרי שנים רבות של שייכות לארץ ישראל ועם ניסיון מקצועי רב, אני שואלת את עצמי - "מדוע כל כך קשה להיות שונה, אחרת, לא שייכת?" מה מביא ילדה קטנה, כמוך סוזי, לקפוץ לתוך המים כשאינך יודעת לשחות רק כדי להיות עם כולם וכמו כולם? מה רע, מרים, בילדה עם צמות וסרטים מסודרות לבושה לא לפי צו האופנה הישראלי? מדוע עליה להתבייש? מה נורא שאינה מדברת עברית? מדוע עליה להסמיק ולרצות להתעופף משם? מדוע היא נרגעת רק כאשר מושטת לה יד ומזמינים אותה לתוך מעגל התלמידים? האם הרצון לשייכות והחיפוש אחריו הוא צורך ראשוני, בסיסי באדם והכרחי לקיומו? האם הוא שווה-ערך ליצר החיים? האם ניתן לחיות ולתפקד מחוץ לגן האנושי? מחוץ לקבוצה?

סוזי - אכן שאלות קשות הנוגעות במרכז קיומנו האישי, הקבוצתי והאנושי בכלל.

פוקס, אבי האנליזה הקבוצתית, ותיאורטיקנים אחרים, רואים את האדם חי, מרגיש, מתפתח במסגרת של קבוצה, מתפקד ויוצר בכמה מישורים בו-זמנית ובאינטראקציה מתמדת עם עולמו האישי, הקבוצתי והכלל חברתי. לא ניתן לדבר על פרט ללא התייחסות למסגרת ההשתייכות שלו, למקום ולזמן שבו הוא חי. אדם

← סיפור, פסיכודרמה, סיפור - המשך מעמ' 7

ונטשו אותו. לדבריו זו היתה חוויה מתקנת, לדעתו אם היה ממשיך לחיות במשפחתו הוא לעולם לא היה מצליח להגיע להשכלה גבוהה. הפרידה מהקורס היא כפייה כי הסתיימה השנה, אולם, הוא מרגיש כמו שהוא אמר למרים, בזכות האהבה שחש בקבוצה כמו אחות בכורה, הוא מרגיש שהוא יכול עכשיו ללכת, יש לו כלים להתמודד עם כל קושי. "יוכבד" שיתפה בסיפורה הכואב. כילדה צעירה, נאלצה להתמודד עם נטישת אביה. גם החיים עם אם נטושה וממורמרת היו במובן מסוים כמו נטישה. היא חשה כיתומה הרבה שנים. בעקבות המשחק היא מרגישה יותר קרובה לאמה. היא מתכוונת להתקשר אליה מיד בתום השיעור. היא גם מתארת שכרגע ממש חשה הקלה רבה להיפרד מהקבוצה המכילה ממקום מפויס. זו היתה התנסות מאתגרת ומעצימה. גם מרים כאחות, שיתפה ביחסה הדואג כלפי אחותה הצעירה, בתקופות בהן היתה חסרת אונים מול מחלתו ומוותו של אביה. היא קושרת זאת לחווית הפרידה מהקבוצה, אולם ללא הדאגה ל"אחים". אחרים גם הם מפליגים בסיפורי פרידה כואבים ומעצים. סיפורם האמיתי, קרם עור וגידים ועלה מתהום הנשייה בבהירות רבה, כאשר נוספו לו סממנים פנטסטיים ואזי עובד גם תהליך הפרידה מהקורס.

גברים, נשים, מה שביניהם ומה שבתוכם:

סדנה בת יומיים בה תוכלי/י לבחון עמדות, רגשות, ומחשבות כלפי זהותך כאשה/גבר, וכלפי "האחר" (גבר/אשה).

מבנה הסדנה כולל:

קבוצת גברים מונחית בידי דובי הדרי וחיים וינברג
קבוצת נשים מונחית בידי ליילה נברו ותמי אלעד
קבוצה ביוניטית מעורבת מינית מונחית על ידי הצוות.

תאריכי הסדנה:

17-19 בינואר 2008 (יום חמישי אחה"צ עד שבת בערב).

פרטים נוספים:

מרכז למה רח' דוד המלך 6, תל אביב.
טלפון: 050-7774014, 03-6958857, 052-2597875

תלות גבוהים בו בסדנא, הוא חופשי יותר לבחור עד כמה יספק את אותם צרכי תלות כדי לאפשר למידת מיומנויות, או עד כמה עליו לעבוד עם הקבוצה על עצם עמדת התלות של המנהלים. במקרים בהם הקבוצה תקועה, כמו למשל בסדנת הנעת עובדים, המנחה יכול לעזור לקבוצה להתקדם באמצעות השערת השערות על הקונטקסט הארגוני שבו המנהלים מתפקדים ועל הקושי לתפקד בקונטקסט זה. לעיתים, עצם ההבנה עצמה של התנהגות הקבוצה יכולה לספק למנחה ביטחון מפני החרדות שלו ולאפשר לו להיות יותר קשוב לקבוצה.

באופן פרדוכסלי, דווקא במקרים אלו תמונה אחת הסכנות, בעיניי, לאפקטיביות ההנחה. דווקא הניסיון

והידע של המנחה עשויים לגרום לו לפעול מתוך "תסריט" ידוע מראש ולא מתוך חיבור אותנטי לקבוצה. דווקא הניסיון והידע עשויים לגרום למנחה "להשוות" את הקבוצה לקבוצות אחרות ואף לפתח ציפיות להתנהגות "נורמטיבית" של קבוצה. דווקא הניסיון והידע הללו עשויים לגרום למנחה לשער השערות שהקבוצה לא תתחבר אליהן במקרה הטוב ואולי תתנגד להן ואפילו למנחה במקרים אחרים. זאת ועוד, החרדה של המנחה באותם המצבים בהם הקבוצה "תקועה", עשויה לגרום לו "להתאהב" ב"תסריט" שלו, להיות נוקשה ואף להתבצר בעמדות שלו. יתכן אפילו מצב בו השערות המנחה היו יכולות לעזור לקבוצה, אבל התזמון בו הן נאמרות לא יאפשרו לקבוצה לקבל אותן.

באמירות אלו אני לא מכוון לכך שעל המנחה לזנוח את הידע והניסיון שעומדים לרשותו. דווקא במצבים אלו, שמאופיינים פעמים רבות בתקיעות של הקבוצה, התפקיד של המנחה הוא להפוך את הרובד הסמוי לגלוי ולמדובר ובכך לעזור לקבוצה ולמשתתפים להתמודד עם אותה התקיעות. הדרך המרכזית לעשות זו היא לא באמצעות שימוש בהשערות שמתבססות על תסריטים, אלא דווקא באמצעות זיהוי של התחושות שלו (המנחה) ושל התחושות שקיימות בחדר, תוך גילויי אמפטיה ולגיטימציה לתחושות הללו.

במובנים רבים, על המנחה לבצע את מה שארגיריס מכנה למידת צעד כפול, להבדיל מלמידת צעד אחד. בלמידת צעד אחד המנחה רוכש את אותו הניסיון והידע על קבוצות ועל

אפשרויות התגובות שלהם. למידה זו מאפשרת למנחה פעמים רבות לעזור לקבוצה לפתור את אותן הבעיות הקיימות בקבוצה. לעומת זאת, למידה וזיהוי של דפוסי ההנחה האישיים של המנחה, כמו למשל המקרים בהם החרדה שלו (של המנחה) גורמת לו ל"התאהב" בתסריט שלא דווקא שמחובר למה שקורה בקבוצה, יכולה לאפשר למנחה להימנע מאותן טעויות שתיארת קודם לכן. למידת צעד כפול שכזו, קרי זיהוי הדפוסים הללו בכלל ובזמן התרחשותם בפרט, מעלה את הסיכוי שהמנחה יצא ממעגל הקסמים בו הוא והקבוצה עשויים להיתקע.

ערן אביב, יועץ ארגוני בכיר ב-O.D. חברת O.D. הינה חברה ליעוץ ארגוני הקיימת 19 שנה ומעסיקה 15 יועצים ואנשי מחקר.

מסך הנפש עולה על במת התיאטרון

עפרה ערמוני-פיימן



קראתי במגזין מס' 2 את רשימתה של ד"ר יהודית ריבין "מסך עולה על במת תיאטרון הנפש" ומיד עלה בראשי המשפט העשוי להיות מחד גיסא משלים אך מאידך בעל משמעות שונה, והוא: "מסך הנפש עולה על במת התיאטרון" שהוא סיפור המקרה שאני מציעה לחלוק אתכם.

בכנס הנחיית קבוצות, שהיה בחיפה בשנה שעברה, דברנו בקבוצה הגדולה על המאורעות שעברו על אנשי הצפון בעקבות המלחמה, שנפלה עלינו כך פתאום. עלה גם הקול של הדרום הלא רגוע מזה שנים אחדות, וסובל כמעט באופן קבוע מירי קאסמים על ישובים באזור מערב הנגב. עלה הקול של שותפות הגורל בין צפון ודרום בארץ הקטנה הזאת ולמודת הסבל שלנו. כמשתתפת בקבוצה הגדולה נמצאתי אז, בעצם תהליך החזרות עם אנשי תיאטרון הנגב הנמצא באותו האזור. מסתבר שמאז אותה מלחמה, אי אפשר היה לחזור אל סדר יום רגיל ולעבוד בתיאטרון על עוד מחזה מהקלאסיקה של התיאטרון או אפילו לא על מחזאות ישראלית שאינה רלבנטית. הצעתי אז למנהל התיאטרון, ללבוש כובע שני שלי כמנחת קבוצה ולקחת פסק זמן ופשוט לעבוד עם השחקנים על הכאן ועכשיו של כולנו (בראשי הדמדומים המשפט של יאלום: "כאן ועכשיו, השתמשו בהם, השתמשו

בהם, השתמשו בהם" מתנת התרפיה גם לשם החזרה לשירה שלנו כאנשי תיאטרון, ובעיקר לשם התרפיה לה כללנו היינו זקוקים ולמען ההישרדות השפויה שלנו. קבענו לעצמנו זמן עבודת קבוצה של חדשים ואם נצא בסופה של סדנה עם מחזה, זה מה שיהיה לנו כתיאטרון, לומר לקהל שלנו.

נראה לי שהקבוצה התגברה מהר מאד על כך שהמנחה היא גם חברה בתיאטרון, היו דברים בוערים יותר לעבוד עליהם. אני לא בטוחה שאני עצמי התגברתי על התפקיד שלי כל כך מהר ולא פעם לקחתי לעצמי חופש מתפקיד המנחה ונכנסתי לעבודה כחברה בקבוצה (מילוי אחד התפקידים בתרגילי אימפרוביזציה וכו') הקבוצה התייחסה אלי בסלחנות ובשיחה עלה הצורך להשאיר אותי בתפקיד המנחה.

השתמשנו הרבה בתרגילי אימפרוביזציה, שפה המוכרת לשחקנים אבל החומרים עלו מתיאטרון הנפש ממקומות של פחדים, חרדות, תהיות קיומיות, חששות לקיום חיי משפחה, הקשר לארץ, המובן של המושג מולדת, איבוד התמימות, המחויבות למקום, האמונה וחוסר האמונה, החינוך וחוסר חינוך, הקשיים של הקיום הכלכלי, החששות להביא ילדים למציאות של מלחמות, אבדן חיי אדם וההתמודדות עם הכאב עד לשיגעון, הבריחה אל המיסטי והרוחני. (משפטים כמו: "ממש בשדה הקרב, לא צופה בסרט",

"אין לי אויר לנשימה", "הייתה שם תמימות והיא איננה עוד", "אני הולכת לעצמי לאיבוד", "לא ברורה לי המחויבות שלי", "חושך כאן אני צריך אבא!" ועוד).

תחילתו של כל מפגש בעבודה היה בסגנון של עבודת השחקן על מונולוג, אבל בשלב של השיחה וה-sharing אנשים נפתחו אל תוככי עצמם והרשו לעצמם חשיפה שלא הייתה מוכרת להם קודם בעבודה המשותפת בתיאטרון שלנו. זה מעניין כמה אנשים, כמו שחקנים, שהעבודה שלהם דורשת חשיפה ופתיחות, בדרך כלל מתנתקים מהסיפור האמיתי של חייהם ובורחים אל הדמות שאותה משחקים בתיאטרון. הפעם, חברי הקבוצה נתנו לעצמם הזדמנות לשחק את החיים של עצמם ולהיות מודעים שהם עושים זאת בתוך מסגרת מוכרת, מוגנת, שהיא בית במידה מסוימת. לא לכולם התהליך היה קל באותה המידה, מסורת התיאטרון היא שהשחקנים מקבלים חומר כתוב שמישהו אחר המציא או יצר והאתגר הוא להפוך אותו לשלהם. פה, המשתתפים לקחו חברים שלהם, פירקו אותם לפרוסות, שיתפו בהם את כולנו והסכימו לחבר אותם לקולאז' היצירתי שהלך ונרקם עם הזמן. לי כמנחה לא נותר אלא לשקף מדי פעם, לשאול את השאלות שלא נשאלו, להביא חומרים מחוץ למעגל כדי להתנסות בהם בכאן ועכשיו של הקבוצה. בשלב מסוים לא הייתה התערבות מצידו, נוצתה לכידות

קבוצתית סביב הנושאים שעלו. אחד החברים לקח על עצמו באיזה שלב את תפקיד הרשם. הוא רשם דברים שנאמרו וסיטואציות שעלו. בכל מפגש הדברים נקראו בקול רם והשחקנים הביעו את הרגשתם למשמע דברים שלהם שנאמרו בקול אחר, בלי כל שיפוט, או ביקורתיות. הריחוק הסובייקטיבי הזה פתח דלתות נוספות ויצר תחושה של קירבה ושיתוף וקבוצה עובדת כאנסמבל קאמרי כל יכולה (חלום של כל במאי בתיאטרון!).

אני יכולה לשתף אתכם בעובדה שכל זה נעשה תחת לחץ מסיבי של ירי קאסמים בלתי פוסק על כל האזור. לא היה שחקן אחד בקבוצה שביתו או בית שכניו לא נפגע מהקאסמים במשך עבודתנו, כולל מבנה התיאטרון בעצמו (איש הביטחון אמר לנו שיש לנו 8 שניות מאז "צבע אדום! צבע אדום!" למצוא מחסה. כולנו נפגשנו תחת השולחן שהיה על הבמה). זה היה הכאן ועכשיו המוחשי ביותר שלנו וכמובן שהמציאות הסוריאליסטית הזאת עזרה לנו ליצור מחזה סוריאליסטי שהגיבור שלו הוא אדם יוצר שכל רצונו לגמור את הפואמה שלו והמציאות מסביבו מקשה עליו והופכת אותו לקרבן.

עפרה ערמוני-פיימן במאית בית בתיאטרון הנגב, מנחת קבוצות במסגרות קהילתיות וחינוכיות בנגב, ומורה למשחק.