



כנס טבע, שטח ואתגר
הכנס החמישי 9.11.2016

כנס טבע, שטח ואתגר ה-5

ח' חשוון תשע"ז, 9/11/2016

ועדת ההיגוי
ליבת שרון-קטלר; שירה ורדי; ליאור שורר; דותן חיים;
שאולי לב; מעיין פוקס ומלי נבו



נותן חסות ראשי
יורם שוורץ
הביטחון המקצועי שלך



התכנסות והרשמה

ברכות - ליבת שרון קטלר, עמותת אתגרים: שאילי לב, איגוד האתגר והלמידה החווייתית בישראל

האם נכיל לשרוד או לצמוח לא ספורטס? פרופ' מולי לרד

הפסקה

07:30 - 08:15
 08:30 - 08:45
 08:45 - 09:30
 09:30 - 10:00

פנאי	פיתוח ומחקר	טיפול	חינוך
<p>תיירות אנרגטית (הרצאה) / דרית חיים</p>	<p>למידה התנסותית בעולם העסקי (הרצאה) / גלעד זנגר</p>	<p>כוחו המרפא של הטבע (הרצאה) / איתן יוגב</p>	<p>החינוך ההתנסותי - קריאת כיוון (הרצאה) / מניין פוקס</p>
<p>רכיבת אופניים - העצמה נשית (סדנא והרצאה) / גילי כץ לורנר</p>	<p>אספים הוכחות - מחקר התערבות (הרצאה) / שרון ורדי ופרופ' אמיר בן יצחק</p>	<p>על החיים על המוות (סדנא והרצאה) / דן בלוזיאן ואיריס פז</p>	<p>טבע וסקסו כשותפים בגייטיות זרות (סדנא) / עניט קרומר</p>
<p>אבא על ארבע (סדנא והרצאה) / עמר צור</p>	<p>למידה חווייתית ברשות הטבע והגנים (סדנא והרצאה) / אדן סטולרן מליחי</p>	<p>לא מה שחשבתם - התערבות בטבע (הרצאה ופאנל) / ליה נאור ועמית שילוח</p>	<p>שתי אותנטי במסע (סדנא והרצאה) / דרור הרזע ואביגיל בן ארית</p>
			<p>למידה מבוססת פרויקטים - PBL (סדנא והרצאה) / גבראלה אקרמן</p>
			<p>הפסקה ואחרות צהריים</p>
			<p>12:45 - 13:45</p>
			<p>הסיפור ככלי עזר לחטפל / אביקה צמח בר</p>
			<p>הסיפוא הגדולה מהבטוח לשינוי / מורית בורנר</p>
			<p>13:45 - 15:00</p>
			<p>על אנשים ושפת העיפורים / אורי ארד</p>
			<p>על הקצה ומעבר לו / גלית מישל</p>
			<p>אנשים בעיניים עצומות לרווחה / דרור וטרטסיין ושמוליק לרד</p>
			<p>הפסקה</p>
			<p>15:00 - 15:30</p>
			<p>מסע משונה חיים (הרצאה) / איתמר פלג</p>
			<p>ארנן יוצר קולנוע (סדנא) / גוסטב לויס ורוביט שישן</p>
			<p>בין הגנש למטפל (סדנא והרצאה) / עמית בן דוד</p>
			<p>כדורגל כלי חינוכי (סדנא והרצאה) / ערן ססי</p>
			<p>15:30 - 17:00</p>
			<p>הקריאה למהים (הרצאה) / בועז לנפורד ואור רחמים</p>
			<p>פליג'בק ביישוע אנרגי (סדנא) / יואלי בשן</p>
			<p>הפלה לשינוי אבות ונשים (סדנא והרצאה) / איל גופמן</p>
			<p>שיטת נפש חיה (סדנא) / אור בגים</p>
			<p>17:00 - 17:15</p>
			<p>הפסקות</p>
			<p>17:15 - 17:30</p>

טקס פרידה וסיום... מעגל שורות / ליאור שורד ומניין פוקס



יורם שוורץ מגיש:

פוליסת שביל בטוח/COACHING הביטחון המקצועי שלך

חדש!
למנחי
קבוצות

יורם שוורץ מציע לך פתרון איכותי וכדאי לתחום אימון והנחיית קבוצות ויחידים, לפעילות Indoor ו-Outdoor.

• ללא דרישה ל"רצף ביטוחי"/"תאריך רטחאקטיבי", שמחייבת אותך להמשיך את הביטוח גם לאחר שהפסקת לפעול בתחום.

• היקף כיסוי לפי בחירתך: 8-1 מיליון ש"ח. • ניתן להעסיק עובדים עם הרחבה לביטוח אחריות שילוחית.

• יש כיסוי לפעילות ODT כולל לינה, ניווט, שימוש במיומנויות שטח ועוד.

יורם שוורץ.

המומחה מס' 1

לביטוח מדריכי טיולים

ומנחי קבוצות

050-5265124

coach4sure.co.il | 08-9718620

כי אם למעוד, אז רק עם פוליסה טובה מאד.

לפעילות בשטח
או במבנים



יורם שוורץ - הביטחון המקצועי שלך

תוכן העניינים

5	פתיחה
7	צוות ההיגוי
9	הרצאת פתיחה
9	האם נוכל לשרוד או לצמוח ללא סיפורים? / מולי להד
מושב חינוך	
13	החינוך ההתנסותי – קריאת כיוון (הרצאת פתיחה) / מעיין פוקס
14	טבע וטקסט כשותפים בבניית זהות (סדנא) / עינט קרמר
15	שיח אותנטי במסע (סדנא והרצאה) / דויד הרועה ואכילגיל בן אריה
17	למידה מבוססת פרויקטים (סדנא והרצאה) / גבריאלה אקרמן
19	כדורגל ככלי חינוכי (סדנא והרצאה) / ערן ססי
20	תקשורת מקיימת (סדנא) / אורנה המר ועיטאף עווד
מושב טיפול	
23	כוחו המרפא של הטבע (הרצאת פתיחה) / איתן יוגב
25	על החיים ועל המוות (סדנא והרצאה) / דן בלוריאן ואיריס פז
27	לא מה שחשבתם – התערבות בטבע (הרצאה ופאנל) / ליה נאור ועמית שילוח
30	בין הגשש למטפל (סדנא והרצאה) / עמית בן דוד
31	הפלגה לשינוי – אבות ובנים (סדנא והרצאה) / אייל גוטמן
33	שיטת נפש חיה (סדנא) / אור כגים

מושב פיתוח ומחקר

37	למידה התנסותית בעולם העסקי (הרצאת פתיחה) / גלעד וגנר
39	אוספים הוכחות – מחקרי התערבות (הרצאה ופאנל) / שירה ורדי ופרופ' אסתי בן יצחק
42	למידה חווייתית ברשות הטבע והגנים (סדנא והרצאה) / אדר סטולרו מליחי
43	ארגון יוצר קולנוע (סדנא) / גוסטבו לויט ורונית ששון
44	פלייבק ביעוץ ארגוני (סדנא) / יוחאי כשן

מושב פנאי

47	תיירות אתגרית (הרצאת פתיחה) / דותן חיים
48	רכיבת אופניים – העצמה נשית (סדנא והרצאה) / גילי כץ לורבר
50	אבא על ארבע (סדנא והרצאה) / עמר צור
51	מסע משנה חיים (הרצאה) / איתמר פלג
52	הקריאה לתהום (הרצאה) / בעז לנגפורד וארז רחמים
53	ויה פראטה (הרצאה) / יואב רותם

הרצאות TED

57	הקפיצה הגדולה מהבטוח לשינוי / נורית בורגר ינאי
57	צועדים בעיניים עצומות לרווחה / דינה וסרשטיין ושמוליק להב
58	הסיפור ככלי עזר למטפל / צביקה צמח בר
59	עד הקצה ומעבר לו / גלית מישל
60	על אנשים ושפת הציפורים / אורי ערד
61	חוג גלישה וקניונינג במגזר הערבי / מוחמד ביאדסי

פתיחה

כנס טבע, שטח ואתגר הוא הכנס המקצועי של תחום הלמידה ההתנסותית חווייתית בישראל.

בכנס נעסוק במגוון הכלים העשיר ללמידה והעצמה של יחידים, קבוצות וארגונים בתחומי החינוך, הטיפול והיעוץ הארגוני באמצעות התערבויות בטבע, בשטח ובאתגר.

מטרת הכנס היא להוות בית לקהילת העוסקים בתחום ולמעוניינים לשלב כלים התנסותיים בעשייתם. הכנס מבקש להיות מרחב ללמידה, להתפתחות, להפריה וליצירת חיבורים ושותפויות.

אני גאה לשתף שהכנס ממשיך לגדול ולהתרחב. השנה מציע הכנס מגוון רחב של 33 הרצאות וסדנאות, בתוכן מודלי עבודה ופיתוח של מרצים מעוררי השראה הפועלים בתחום שנים רבות לצד סיפורי מקרה וגישות התערבות של אנשי מקצוע צעירים, יוצרים ויוזמים.

עם הפנים למגמות העולמיות בתחום, ובהמשך לשנה שעברה, בחרנו לשנות את מושבי הכנס מ"טבע, שטח ואתגר" ל-"חינוך, טיפול, ייעוץ ופנאי". חשנו כי שינוי המבנה, יאפשר ביטוי רב יותר למקצועיות התהליך ההתערבותי תוך שימוש בכלים השונים, הרבגוניים והייחודיים המוצעים על ידינו.

אני תקווה כי השנה, כמו בשנים הקודמות, תמצאו בכנס הרבה למידה, המון חוויה, עניין, אפשרויות לצמיחה, להתבוננות פנימה והחוצה וכמובן, הזדמנות לשיתופי פעולה. אני גאה להיות חלק מהקהילה ההולכת וצומחת שלנו ומייחלת להמשך ההרחבה וההתפתחות של התחום ושל כולנו.

ליבת שרון קטלר, בשם ועדת ההיגוי של הכנס

צוות ההיגוי

ליבת שרון קטלר – MA בניהול חינוכי, אוניברסיטת חיפה. סמנכ"לית משאבי אנוש, הדרכה ופיתוח ארגוני בעמותת "אתגרים". מנהלת פדגוגית ומנחה בתוכנית להכשרת מנחים באמצעות o.d.t בטבע במכללת אורנים. מרצה ומנחת קבוצות בפיתוח מנהיגות ומיומנויות ניהול במכון ללימודי שטח. עבדה בפנימייה הצבאית של ביה"ס הריאלי ובכפר הנוער "נירים". חברה בוועד המנהל של איגוד האתגר והלמידה החווייתית. יוזמת ומנהלת כנס טבע, שטח ואתגר.

ליאור שורר – MA בחינוך. מנהל עמותת מבט - מודעות בחברה רב תרבותית, המפעילה תכניות תהליכיות והתנסויות לסטודנטים. מנחה תחום ההדרכה בעמותת אתגרים. לשעבר מנהל תחום למידה התנסותית וסדנאות שטח במכון ברנקו וייס. מוביל ושותף בתכניות הכשרת מנחים בלמידה אתגרית. בעל כ-20 שנות ניסיון בהדרכת טיולים וסדנאות שטח.

שאוּלִי לֵב – מנהל ובעלים של "המכון ללימודי שטח" החוקר ומפתח תיאוריה ופרקטיקה של מפגשי אדם וסביבה, אוריינות סביבתית ומודלים להתערבות. מוביל מסעות שטח אתגריים בצוות שביל עמותת ענ"ב. מרצה ומנחה בתוכנית הבינתחומית "טיפול וניהול באמצעות שטח" בסמינר הקיבוצים. מחבר שותף של הספר: "הישרדות" - מדריך להישרדות אישית (הוצאת מט"ח 1992). יו"ר הוועד המנהל של איגוד האתגר והלמידה החווייתית.

שירה ורדי – M.Sc בייעוץ ארגוני ומנחת קבוצות, בעבר מנחת הדרכה ומנהלת מחקר, הערכה וניהול ידע בעמותת 'אתגרים', מנחת פרקטיקום בחוג לשירותי אנוש במכללת עמק יזרעאל. בעלת ניסיון בהנחיית קבוצות ODT מגוונות, מתמחה בהנחייה בתחום הפסיכולוגיה החיובית וחיובית באופן כללי.

מלי נבו – M.Sc במדעי הניהול, יועצת ארגונית ומנחת טבע תרפיה בשילוב אומנויות, דוקטורנטית להתנהגות ארגונית באוניברסיטת תל אביב אשר חוקרת התפתחות מערכות מורכבות, ועוסקת בפיתוח והנחיית תוכניות הכשרה לניהול חברתי- מקיים. בעשור האחרון במסע אישי ומקצועי להעמקת החיבורים המיטיבים שבין האדם לטבע.

מעייין פוקס - חובב אדם וטבע, מומחה לשוטטות כדרך חיים, אבל אוהב גם לחזור הביתה. בין היתר MA במדעי החברה, ותעודת הוראה, בעלים של חברת TIME2PLAY שעוסקת כבר שנים רבות בפיתוח, העצמה, וחינוך בלמידה התנסותית עבור מגוון רחב של קהילות ארגונים וקבוצות. בוגר קורס המדריכים של בית הספר האתגרי OUT WARD BOUND SCHOOL בצפון קרוליינה. ריכז את פעילות עמותת אתגרים בחיפה. מרצה בתחום החינוך ההתנסותי במכללת קיי ומסגרות נוספות. מאמין שיחד נצמח גבוה יותר ונכון יותר.

דוּתן חיים - MA מאוני' גריפית אוסטרליה ב-Outdoor Education, מנחה מוסמך של ארגון Outward Bound בצפון קרוליינה, מטפל באמצעות הרפתקה בוגר הכשרת Neo. מנהל אקדמי של התכנית הדו-שנתית "מומחה לפנאי אתגרי" במכללה האקדמית וינגייט, מרכז הקורס ל"מנחי סדנאות שטח" והקורס ל"טיפול באמצעות הרפתקה ומסע בטבע". מנהל מקצועי ומרכז הקורס ל"מדריכי טיולי אתגר והרפתקה" באוני' חיפה Adventure Tourism ממייסדי חברת Flow.

האם נוכל לשרוד או לצמוח ללא סיפורים?

הרצאת פתיחה

פרופ' מולי להד – מייסד ונשיא מרכז משאבים קריית שמונה
mooli.lahad@icspc.org

במודל מילוי הצרכים המפורסם של מאסלו הוא מציין את היצירתיות בפסגת הגשמת הצרכים האנושית ואילו בבסיס הצרכים מוזכרים בין היתר: מזון, נשימה, הפרשות, מין ובטחון. בהרצאה זו אבהיר באמצעות דוגמאות ממחקרים אנתרופולוגיים, תרבות, פסיכולוגיה וחקר המוח כי הצורך בסיפורים הוא צורך בסיסי וממצאים עכשוויים מצביעים שסיפורים מפעילים אזורים במוח המסייעים לנו להיות בקבוצה להבין אנשים להרגיש ולהתרגש וגורמים להפרשת הורמון האוקסיטוצין הידוע גם בשמו "הורמון חלב האם".
ההרצאה תלווה בהדגמת סיפורים מיתוסים וקטעי וידאו קצרים.

מושב חינוך

החינוך ההתנסותי – קריאת כיוון (הרצאה) / מעיין פוקס
טבע וטקסט כשותפים בבניית זהות (סדנא) / עינט קרומר
שיח אותנטי במסע (סדנא והרצאה) / דויד הרועה ואביגיל בן אריה
למידה מבוססת פרויקטים - PBL (סדנא והרצאה) / גבריאלה אקרמן
כדורגל ככלי חינוכי (סדנא והרצאה) / ערן ססי
תקשורת מקיימת (סדנא) / אורה המר ועיטאף עווד



לימודי תעודה והתמחות

הפקולטה ללימודים מתקדמים

התכנית להכשרת מנחים בפעילות O.D.T בטבע - Outdoor Adventure Facilitator

מנחה תהליך הקבוצתי נדרש לשלב בין מיומנויות של הנחיית קבוצות לבין מיומנויות o.d.t. ופעילויות בטבע. שמוששות כאמצעי לקיומו של התהליך הקבוצתי. תכנית ההכשרה מושתתת על הקניית מיומנויות אלו, הלמידה בתוכנית משלבת התנסות והמשגה. תכני התכנית לקוחים מעולמות התוכן של Outdoor Facilitator-1 Adventure Therapy, Adventure Based Practice.

רכזת התכנית: ליבת שרון-קטלר
 סמל התכנית: 31500
 תכנית שותית
 300 שעות לימוד אקדמיות

lbasketier@gmail.com

שכר לימוד:

10.500 ש"ח

חובות:

- נוכחות חובה בכל המסגשים
- הגשת מטלות

גמול השתלמות לעו"ה

על המועמדים להגיש בקשה לגמול במסלול אישי
 עובדי תוראה הנכללים במסגרת "אופק חדש" אינם זכאים לגמול במסגרת מסלול אישי

תעודה

המוסימים את התכנית בהצלחה יהיו זכאים לקבל תעודת "מנחה בפעילות O.D.T בטבע" מטעם מכללת אורנים. בשיאוף עמותת "אתגרים".

ייחודיות התכנית

למאתימים תינתן ההודמנות להשתלב בעבודה באחת העמותות השותפות. למועמדים תינתן אפשרות להשתתף בקורס "מסעיל פארק אתגר" או "מדרחך נלישה" בעלות מופחתת.

תיאוריה

- תאוריות ותהליכים בקבוצה
- נישות ומודלים להתערבות אתגרית בטבע
- נישות לעבודה יצירתית בטבע

התנסות בקבוצה

- ההתנסות בקבוצה נועדה לאפשר לסטודנט לעצב את דמות המנחה שלו באמצעות השתתפות בתהליך אישי וקבוצתי דינאמי
- התכנית מתקיימת באופן קבוע בטבע (הקרוב לאורנים), ומזמנת מוד לינג של תהליך המושתת על שימוש בכלים אתגריים (חבל נמוך וחבל גבוה, אופניים, טיולים, o.d.t. וטבע רך)

פרקטיקום והדרכה על הפרקטיקום (התנסות בשדה)

- הפרקטיקום נועד ללוות את הסטודנט בעשייה בשטח תוך יישום הנלמד
- הסטודנטים יתנסו בהנחייה תהליכית של קבוצה בטבע בארגונים שונים, תוך קבלת הדרכה (supervision) על ההנחיתם

מטרות הלימודים

- פיתוח יכולת הנחיית קבוצות
- הקניית מיומנויות להעברת תהליכים, סדנאות ופעילויות במטוון כלים בטבע
- הקניית פיתוח זהות מקצועית כמנחה קבוצות בטבע

קהל היעד

המעוניינים להגות קבוצות בטבע

תנאי הקבלה

ראיון אישי

מועד הלימודים

ימי א, בין השעות 08:00-15:45
 כשולש מימי הלימוד יארכו ותקיימו בין השעות 08:00-19:00

בנוסף תתקיימה שתי סדנאות שטח ענדימשכנה יומיים כל אחת ועבודה מעשית בת כעשרה מסגשים.

נושאי הלימוד

תכנית הלימודים כוללת שלושה צירים מרכזיים: תיאורית, התנסות בקבוצה ופרקטיקום.

מעייץ פוקס – Time2Play

054-6988895

תהליכי ההתפתחות והשינוי המהירים שאנו חווים במאה ה-21 מאתגרים כבר מספר שנים את מערכת החינוך בארץ ובעולם. בהרצאה זו אסקור את תפיסות הבסיס של זרם החינוך הפרוגרסיבי בהשוואה לתפיסות החינוך המוגדר כמודרני. דגש מרכזי יינתן על תפקיד הלמידה ההתנסותית חווייתית כמרכיב בסיס ברכישת המיומנויות הנדרשות במאה ה-21. בהרצאה נעסוק במגמות ובתהליכי ההמשך לתהליכי ההעצמה שאנו עושים במסגרת סדנאות O.D.T (למידה בחוץ) ויובאו דוגמאות מן השדה. בסיום ההרצאה נותיר זמן לדיון פתוח בנושא.

טבע וטקסט כשותפים בבניית זהות

עינת קרמר – עמותת טבע עברי

einat.kramer@gmail.com ,052-3754506

בשנים האחרונות הולך ומתפתח ז'אנר של טיולים תחת הכותרת של "מסעות זהות". במסגרת המסעות, החניכים מטיילים בטבע של ארץ ישראל, תוך כדי מלמדת טקסטים מכוננים מארון הספרים היהודי והישראלי ושיח פתוח ומאפשר בנושאי תפיסות וערכים.

החוויה הבלתי אמצעית אל מול הטבע, יחד עם המפגש האנושי בחבורה והלמידה המשותפת, מאפשרת לחניכים להיפתח, לזנוח את השיפוטיות ולבחון לעומק את תפיסת עולמם בנושאים שונים.

אז... מה בין גורדון והליכת בדרד? מה בין המערה שבה רשב"י והמערה בה אנו מסתגרים בבואנו ליצור?

בסדנה נתנסה בלמידה בנושא "הדרך", וכן נציג את מודל העבודה של "מדרשטח" - בית מדרש פלורליסטי בטבע, שהחומרים הבונים אותו הם הטקסט והמרחב הטבעי, שביחד במסייעים לחניך בבירור עצמי ובשיח פתוח עם האחר.

דוד הרועה, אביגיל בן אריה – כפר הנוער מנוף

מילות מפתח: מסע, חינוך וטיפול בשטח, נוער בסיכון, שיח אותנטי במסע, רוח המסע

"נפש האדם לא תהיה שלמה אלא דרך יחסים עם אדם אחר" (בובר)

כל מסע בעצם החוויה, יוצר קשר בין המשתתפים, מאפשר שיחה טובה, זה בדרך כלל מה שקורה. לפעמים יותר לפעמים פחות. בהרצאה ובסדנא נעסוק בשאלה כיצד לכוון למסע או לפעילות חינוכית טיפולית, שהאווירה שבו מחזקת את המשתתפים, שהיחסים מכבדים ותומכים, השיחה כנה ואותנטית, באה מהלב.

במסע המתקיים בכפר הנוער מנוף, פנימייה לנוער בסיכון, יוצאים למדבר כ-20-15 משתתפים הנושאים איתם את כל הנדרש לקיומם, משאירים מאחוריהם את הנוחיות והשפע של חיי היום יום. ארבעת ימי המסע הינם בניה של סביבה תומכת בחיפוש אחרי מהות ומשמעות, של תיקון מהרגלים, פחדים, דימוי עצמי פגוע, התמכרות הרסניות ועוד. כאן נוצרת סביבה המאפשרת לכל אדם להרגיש שהוא חלק מחיים יקרי ערך, שמצמצמת את תחושת הנבדלות והנפרדות.

מה במסע במדבר מאפשר יחסים מכבדים ודיאלוג אותנטי? מה מזה ניתן להעתיק לסביבה אחרת? המרחב והריקות, הבלתי נודע, הפליאה, הנוכחות כאן ועכשיו, היכולת להקשיב, האינטימיות ותחושת עצמי חזקה, הכרת הטוב כך ובאחר, הלב הפתוח, השקט... כל אלו הם חלק ממה שקורה במסע. החוויה העוצמתית יוצרת משהו מלא חיים, וחדש במרחב הבין אישי ("חלל הביניים" – בובר), המרחב הפוטנציאלי ("ויניקוט) מציאות משותפת שמאפשרת גם בשתיקה "את הבנתו של הקיים בצורה כה מקורית עד שהיא מולידה את כושר ההקשבה האותנטי והיות עם האחר במלוא שקיפותו" – הידגר רוח המסע, מביאה לאווירה מכבדת התורמת לדיבור והקשבה מהלב, לעזרה הדדית לאמון ופתיחות. לשימוש במושג רוח המסע משמעות כפולה - נוכחות מעולמות אחרים, שעליה אין טעם להרחיב במילים. והמהות, האופי של המסע, זה ניבנה בעיקר מההתנהלות, הכוונות, הערכים והמטרות שלשמן נוצר.

להיות כן ואמתי, לשתף, להקשיב בכבוד, להתפתח, להיות נדיב, להתמודד עם קושי, להתחשב, לשמור על הסביבה, לעזור, להסתפק במועט, אלו ערכים הקשורים לאווירה התומכת ולשיח במסע. בעולם החומרי של תקופתנו היכולת להזדהות עם אידיאלים המכוונים לדרך בעלת משמעות ויעוד, הינה נדירה ומה עוד צריך מתבגר בתקופה כל כך חשוכה ומבלבלת? בסדנא נעבור על התכנים והכלים שפיתחנו במסע: עבודה אישית - כבדד ובעבודה ביומן – ובהם שאלות "ומשפטים לדרך" סביב נושא המסע.

שאלות לזוגות – זה המקום המאפשר דיאלוג אותנטי. להיות עצמך, לפתוח את הלב, להיות במגע קרוב עם מישהו אחר, להקשיב, ולגלות שהסיפור שלך איננו סוף העולם. שיחות בחוליה- השיחות מנוהלות על ידי החניכים עצמם, כשהם נעזרים ב"אבני הדרך" סיפורים ושאלות שנכתבו במיוחד למסעות המאפשרות דיבור והקשבה מהלב לסיפורי חיים, לשיתוף של רגעי עצב ושימחה.

בסדנא נתרגל את השימוש באבני הדרך, בסיפורים, במוסיקה, בשאלות ובטכסים בהם אנחנו משתמשים ליצירת אוריה תומכת במסע.

למידה מבוססת פרויקטים - פדגוגיה מחוברת לחיים

"החינוך איננו בבחינת הכנה לחיים, אלא החיים עצמם." ג'ון דיואי

גבריאלה אקרמן – המכון לחינוך דמוקרטי

gabrielakerman@outlook.com

gabindorama@gmail.com

058-6689422

בחיפוש של מורים ואנשי חינוך אחר פדגוגיה מתאימה למאה ה-21 זוכה שיטת הלמידה מבוססת הפרויקטים (ה-Project Based Learning) לעדנה מחודשת. למידה זו הינה רלוונטית למורה, לתלמיד ולתקופה בכך שמחזיקה מספר מהויות:

- המורה כאחראי לתכנון והבניית תכנית הלימודים שלו בכיתה
- דגש על עבודת צוות
- חיזוק קשר מורה תלמיד וטיוב אקלים הלמידה
- למידת עומק לשם הבנה
- הענקת מיומנויות לטיפול בידע
- למידה מתוך אזורי חוזק

אז מהי למידה מבוססת פרויקטים?

למידה מבוססת פרויקטים היא מודל למידה פרוגרסיבי שבמרכזו למידה המכוונת ומונעת מתוך תוצר. הלמידה נעשית תוך שילוב בין תחומי דעת שונים תוך יצירת קהילת למידה של ממש. למידה כזאת נובעת מתפיסת למידה הממוקדת ברכישת מיומנויות לאיתור, עיבוד ויצירת ידע חדש, אישי ורלוונטי ללומד. בכך היא שונה מהלמידה המסורתית המתמקדת בשינון ידע ולעיתים קרובות היעדר רלוונטיות ללומד ופסיביות של הלומד ברב תהליך הלמידה. הלמידה המשמעותית מדגישה חוויה והתנסות, מחקר והעמקה, עבודת צוות בצד עבודה עצמאית, וליווי התהליך בהערכה מתמדת מצד המנחים, הלומדים ועמיתיהם.

בעוד שמערכת החינוך בכיתה נשארה "תעשייתית" בעיקרה, מציעה פדגוגיה זו שינוי הכרחי על מנת להיות רלוונטית למאה ה-21 תוך שילוב בין ראש, ידיים ולב- ידע, מיומנויות והרגלים.

מה מאפיין למידה מבוססת פרויקטים?

- בלמידה מבוססת פרויקטים הלומדים נמצאים בתוך תהליך חקר שיטתי המתמקד בשאלה או בבעיה מורכבת ואותנטית.
- בלמידה מבוססת פרויקטים הלומדים מקדמים את הפרויקט בהנחיית הנחה, הפרויקט נותן מקום ל"קול" ולבחירה שלהם.

- בלמידה מבוססת פרויקטים למעשה מדגימים הבנה עמוקה בידע אקדמי ובמיומנויות למידה תוך כדי שרוכשים כישורים של המאה ה-21: עבודת צוות, סיעור מוחות, תקשורת, פרזנטציה בפני קהל.
- בלמידה מבוססת פרויקטים הלומדים מכינים תוצרים ברמה גבוהה שמוצגים פומבית בפני קהל

מטרות הסדנה:

היכרות עם פדגוגית ה-PBL כפדגוגיה המבטאת למידה שמפעילה ומערבת התנסות מעשית בתכנון ויישום פרויקט העמקה בדרכי הערכה חלופיות ותהליכי רפלקציה

ידע, מיומנויות והרגלים של הסדנה

במסגרת הסדנה המשתתפים יכירו את העקרונות והפרקטיקות המרכזיים שמובילים את הפדגוגיה של למידה מבוססת פרויקטים. כמו כן, תעשה עבודה שלבית על בסיס התנסות מעשית של המשתתפים בתכנון פרויקט ויישום במטרה לקבל כלים מעשיים בפדגוגיה שרלוונטית למאה ה-21 והמבטאת למידה פעילה ומערבת.



כדורגל ככלי חינוכי

ערן ססי – מפעלות חינוך וחברה

נייד: 052-8390804 \ דוא"ל: ranm@mifalot.co.il

מילות מפתח: כדורגל, חינוך, כישורי חיים, פעילות גופנית, משחק, ספורט

"אתה יכול לגלות טוב יותר את אופיו של אדם במשך שעה אחת של משחק, מאשר במשך שנה שלמה של שיחה". אפלטון

ספורט הינו פעילות הפנאי הפופולארית ביותר בעולם, ומשחק הכדורגל בפרט, הוא המשחק הפופולארי ביותר. השילוב של ההנאה מהפעילות הגופנית, המפגש והשייכות לקבוצה, התחרות, הרצון לנצח ולהתמיד על אף קושי, וחווית ההצלחה, מייצרים אצל המשתתף חוויה רגשית מסעירה. עם זאת, רוב רובו של מי שבוחר לשחק כדורגל, לא יעסוק בזה באופן מקצועי, ומכאן הרעיון של פעילות מפעלות - שימוש בספורט ובכדורגל ככלי וכשפה להקניית מיומנויות, כישורי חיים וערכים, במטרה לייצר בשלב הראשון אדם, פרט, חזק יותר, מודע ומעורב, ודרכו ליצור השפעה קבוצתית, ולאחריה השפעה קהילתית.

במסגרת הסדנא נתבסס על מודל האימון החינוכי של מפעלות, באמצעותו נעשה שימוש במשחק הכדורגל ובמפגש הקבוצתי ככלי להקניית כישורי חיים והעברת מסרים חינוכיים ערכיים. מטרת הפעילות היא לאפשר למשתתפים להתנסות במשחק הכדורגל לא רק על צורתו הספורטיבית מקצועית המוכרת לנו, אלא להבין כיצד המשחק הוא כלי בידי המאמן לתווך לחניכים כל נושא ערכי, חברתי או חינוכי שהוא. החל מהיכרות עם האחר, הצבת מטרות, עמידה בחוקים, מנהיגות והובלה, ועד לנושאים כמו הגנת הסביבה וקיימות, מניעת שימוש בסמים ובאלכוהול, פיתוח מסוגלות תעסוקתית ועוד. כך, במסגרת התרגילים והמשחקונים יחוו המשתתפים תחושת מסוגלות, שייכות ואוטונומיה, אליהם מתווסף כמובן הפן פיזיולוגי, כאשר פעילות פיזית מעלה את רמות הסרטונין והאנדרנלין בגוף ומשרה תחושה נעימה (פסיכולוגיה פיזית "בתנועה"). הסדנא תכלול שימוש במרכיבי האימון החינוכיים- שיחת קבוצה, שיקוף והכללה.

מקורות

הוצלר, י. ברק, ש. 2012. "פעילות גופנית מותאמת וספורט לאנשים עם מוגבלויות".

Lufi, D. Parish-Plass, J. 2010. "Sport-Based Group Therapy Program For Boys With ADHD or With Other Behavioral Problems". Sheldon, K. M., & Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: the self-concordance model. Journal of personality and social psychology, 76(3), 482.



תקשורת מקיימת

עיטאף עווד ואורה המר – מנחות קבוצות וקיימות, בונות שיטת "תקשורת מקיימת"

Itaf.awad@gmail.com aurahammer@gmail.com

0546924044

0507637058

מילות מפתח: חינוך סביבתי, קיימות, תקשורת בין אישית, בניית קהילה, חיבור לטבע

מה הקשר בין היחס שלנו לסביבה - לטבע, לבריאות ולאדמה - לבין הקשר שלנו עם האנשים בחיינו? איך קשור היחס שלי לסביבה ליחס שלי לגוף שלי? האם אני רואה את הסובבים אותי? האם אני מחובר/ת לאינטואיציות שלי? לחלומות שלי? האם אני חי חיים משמעותיים כפי שאני רוצה? בדרך "תקשורת מקיימת" נחקור, נבדוק ונגלה פתח לתשובות לשאלות אלו ועוד. העבודה היא חווייתית, דרך תרגילים בטבע ודרך יצירת סביבה תומכת בקשר אותנטי. החוכמה נמצאת בכל מקום ובכל אדם. נלמד איך לחפש ולזהות את מה שנכון לנו לאסוף לעצמנו, ואיך ליישם הבנות. נלמד מתרבויות שונות לבדוק את הערכים וההתנהגות של התרבות שלנו. נלמד להרחיב את הערכים שלנו ולכלול חלקים נוספים מהעולם. העבודה היא ספיראלית – פוגשים מגוון נושאים מזוויות שונות ורמות שונות של עומק. המטרה לראות במדויק את רשת הקשרים המחברים אותנו לסביבה שלנו, ולדעת איך להישאר מחוברים באופן יעיל ומיטיב לעצמנו, לסביבה ולדורות הבאים. התרגילים הנלמדים פשוטים וקלים ליישום במסגרות מגוונות – מסגרות חינוך פורמלי ולא פורמלי, טיולים, ימי גיבוש, סדנאות ועוד. סדנת 90 דקות תיתן חוויה קצרה ובתוכה כל המרכיבים הנ"ל – תרגילים בטבע וחווית תקשורת בין-אישית, ותאסוף את הנלמד בצורה ברורה ליישום. "תקשורת מקיימת" היא דרך עבודה המתאימה את עצמה לכל קבוצה ולכל סביבה.

מקורות

[The Way of Council](#) by Jack Zimmerman and Virginia Coyle

Joanna Macy: <http://www.joannamacy.net/theworkthatreconnects/newpractices.html>

מושב טיפול

כוחו המרפא של הטבע (הרצאה) / איתן יוגב
על החיים ועל המוות (סדנא והרצאה) / דן בלוריאן ואיריס פז
לא מה שחשבתם – התערבות בטבע (הרצאה ופאנל) / ליה נאור ועמית שילוח
בין הגשש למטפל (סדנא והרצאה) / עמית בן דוד
הפלגה לשינוי אבות ובנים (סדנא והרצאה) / אייל גוטמן
שיטת נפש חיה (סדנא) / אור בגים

כוחו המרפא של הטבע תיאוריה ומעשה בתחום הטבע תרפיה

איתן יוגב – מנהל מרכז "יעלים" לטבע תרפיה עם ילדים ונוער בסיכון ובעלי צרכים מיוחדים
yeelim@einyael.co.il

מילות מפתח: טבע תרפיה, כוחו המרפא של הטבע, אקו פסיכולוגיה

בהרצאה נפתח צוהר לכוחו המרפא של הטבע, באמצעות תשומת לב, מגע בלתי אמצעי עם הטבע, והמשגת מושגים תיאורטיים מתחום הטבע תרפיה. ט.ת. הנו תחום טיפול עתיק יומין המבטא את אופי החיים בקהילות ובשבטים בטרם החלה החברה לסבול מבעיות של ניכור ובדידות קיומית. הגישות השונות העוסקות בטבע תרפיה מאפשרות למטופל חווית חיבור בין הפרט לקבוצה, ובין הקבוצה למעגל הגדול של כל הברואים. תחום הטבע תרפיה עוסק באפשרות לטפל בקשיים רגשיים, התנהגותיים ואחרים באמצעות החיבור מחדש אל הטבע הפשוט ממש כשם שהיו עושים זאת, האינדיאנים, אנשי המזרח ורופאי נפש לאורך כל ההיסטוריה.

ט.ת. הנו תחום טיפול חוויתי העוסק בחיבורים שונים ומגוונים לטבע באמצעות תמיכת גורם מטפל העוסק בתיווך המטופל אל הטבע. התיאוריות החדשות העוסקות באקופסיכולוגיה גורסות כי להיות האדם חלק ממעגל הברואים יש לעבודתו עם הטבע השפעה ישירה ופנימית על יכולתו לחיות חיים בריאים וכי הקשר אדם-טבע הנו צורך חיים קיומי לבריאות נפשית. בגישת הט.ת. אנו רואים את הטבע הסובב אותנו כשותף פעיל במערך הטיפולי, כגורם אלמנטרי סביל ופעיל אליו אנו מתייחסים וממנו אנו מקבלים את הרפואה הטובה. גישות הטיפול העוסקות ביישומים שונים של הט.ת. מתקיימות במרחב הפתוח, מתוך פרספקטיבה המתייחסת אל המימדים השונים של הטבע – מהיותו רקע להתרחשות הבינאישית, דרך היותו ספק דמויות מרכזיות ומשניות למעשה הטיפולי, ועד להיותו גדול מאיתנו, תומך ומורה דרך עבורנו.

המשגת הטבע תרפיה ופיתוחה כשיטת טיפול נוסדה ע"י ד"ר רונן ברגר ונבנתה מתוך אינטגרציה של אלמנטים מהטיפול בהבעה ויצירה, מהפסיכותרפיה, ומהגשטאלט יחד עם תפיסות ומודלים מהטקס המסורתי ומהשאמאניזם. הנחת היסוד של הגישות בתחום הט.ת. מתבססת על התובנה כי בטבע קיימים משאבי ריפוי והחלמה וכי המפגש עמם יכול לקדם תהליכים מקבילים בקרב בני האדם. מבט רחב על הגישות השונות פורש בפנינו קשת של תפיסות חיבור ותיווך מגוונות בין האדם והטבע ובין הטבע שבחוץ לטבע שבפנים - מהעבודה הרוחנית ועבודת המודעות בחיבור עם הגדול מאיתנו המופיע במלוא עוצמתו בטבע, דרך עבודת היצירה וההבעה בחיבור עם כוחו של הטבע כעולם הדימויים האינסופי וכספק חומרי היצירה הטוב ביותר, עבור בעבודת הטבע תרפיה עם מיומנויות החיים של תרבויות האדמה וחיבור אל תחושת הבית בטבע, וכלה בעשייה האתגרית ומסעות ההישרדות הטיפוליים בטבע הפועלים באמצעות ההתמודדות עם איתני הטבע והמגע ההישרדותי אתם. תחום הטבע תרפיה מתפתח בעולם בעשורים האחרונים הן בהיבטים התיאורטיים והן בהיבטים היישומיים. אצלינו בישראל ניתן לראות מגמה הולכת ומתחזקת של התפתחות יישומים שונים בגישת הטבע תרפיה וניכר כי אנשי טיפול רבים, וארגונים העוסקים בתרפיה או בפעילות בטבע משלבים

בפעילותם תכניות ופרויקטים מתחום הטבע תרפיה. ארגונים מקצועיים שונים ומטפלים מתחומי טיפול רבים מגדירים בדרכם מחדש את הגישות המגוונות לטבע תרפיה עם אוכלוסיות מגוונות, באזורי טבע שונים ובאופי תהליכים משתנה.

במהלך ההרצאה נחקר יחד את המושג הרחב והעמוק "כוחו המרפא של הטבע" באמצעות הבהרת כמה מהמושגים העיקריים בתחום:

"לגעת בטבע" – ברגר (2007), בהגדרתו את המונח הבסיסי 'לגעת בטבע' מסביר כי "במגע ובקשר הבלתי אמצעי עם הטבע יכול האדם לגעת גם בטבעו הבסיסי, לחוש אותנטיות ולפתח מרכיבים אישיותיים ודרכי חיים חשובים שהתקשו לקבל ביטוי בתוך אינטנסיביות החיים המודרניים".

"בחירת המרחב הטיפולי" – המרחב הטיפולי אליו נחשפים המטפל והמטופל בשעות בטבע הנו מרחב חי ודינאמי. היחס לטבע כאל שותף מלא בתהליך מחייב את המטפל לבחור היטב את ה setting המיועד לטיפול. הטיפול בטבע דורש את המטפל להכיר באיכויותיו ובמגבלותיו של הסטינג בו הוא בוחר לעבוד או של האפשרויות של ה setting להשתנות תוך כדי התהליך וליצור את ההתאמות הנדרשות לצרכי המטופל וליכולותיו.

"הקשר המשולש" – מקומו של המטפל בטבע תרפיה הנו מקום עדין של נוכחות מיטיבה בו על המטופל לחוש מצד אחד בטוח ומוגן ומצד שני מחובר ישירות אל הטבע באופן בלתי אמצעי. מושג הקשר המשולש מגדיר את מקומם של המטפל והטבע על שלושת קודקודיו של משולש הטבע תרפיה ובכך מאפשר את המודולאריות שלהם ואת סוגי התיווך הנדרשים בין המטופל והטבע – פרונטאלי, ישיר או מונגש.

"האדם הטבעי" – ככלל גישת טיפול, הנושא המרכזי והיחיד הוא תהליך השינוי של המטופל. "האדם הטבעי" הנה אותה נוכחות / איכות הקיימת בכל אדם, רחוק ככל שיהיה מעצמו או מהמרחב הפתוח, ועשויה להתעורר בו אם ישים לבו אל הטבעיות הטמונה בו. החיבור לאיכות זו מאפשר לשיח האנושי או לטיפול בשיחה לקחת חלק אינטגרלי במפגש המרפא עם הטבע.

References

ברגר, ר., ולהד, מ. (2011) *היער המרפא – טבע תרפיה ושילוב אמנויות לטיפול בילדים לאחר משבר*. קריית טבעון: הוצאת אח.

לבחור את המרחב הנכון... הרהורים על בחירת הסטינג למפגש טבע-תרפיה. רונן ברגר – המרכז לטבע-תרפיה

ברגר, ר., ומקלאוד, ג. (2007). טבע תרפיה – מסגרת תיאורטית ויישומית. *מידע* 31-22, 46

Adhemar, A. (2008), *Nature as clinical psychological intervention: evidence, applications and implications*

Buzzell, L., & Chalquist, C. (2010). *Ecotherapy: Healing with nature in mind*. San Francisco, CA: Sierra Club Books.

Grady, B. (2009). *Nature as a transformational space and facilitating environment for psychological growth: A psychodynamic perspective*. (Unpublished Doctoral dissertation, Massachusetts School of Professional Psychology)

על החיים ועל המוות - מסעות משני חיים
הטבע והמוות כמורים לחיים

איריס פז ברקת – מאמנת עסקית, מנחת התמקדות, מובילה מסעות בטבע. בוגרת אימושיין בית הספר להקשבה, וינגייט טיפול בהרפתקה, מוסמכת התמקדות, ללמוד מהטבע ליה נאור,

iris@iris.vision 054-699630

דן בלוריאן – מתנדב בהוספיס תל השומר, מוביל מסעות בטבע. קורס ליווי רוחני למוות הילה אשחר, וינגייט טיפול בהרפתקה, ללמוד מהטבע ליה נאור, 050-5220262 dblorian@gmail.com

מילות מפתח: טבע, מוות, חיים, אבני דרך, שינוי, קבלה

“הדרכים שבהם אנו מחמיצים את חיינו הן החיים” ראנדל ג'ראל

“לא היה לי זמן לקחת זמן” אמר לי יצחק על סף מותו בהוספיס תל השומר, פניו יותר מהמילים, הביעו את גודל ההחמצה של חייו.

ביום יום רבות ממחשבותינו מוקדשות לעיסוק בחיים שלא חיינו (קריירה, הזדמנות עסקית, לימודים, בני זוג). סיכונים שלא נטלנו, רגשות שלא הרגשנו, הזדמנויות שנמנעו מאתנו או שלא הבחנו בהן. כמו גם בחיים שהיו יכולים להיות שלנו.

האחות הסיעודית ברוני וור ליוותה שנים ארוכות חולים סופניים. בספרה מבחינה וור שאנשים בימיהם האחרונים זוכים לבהירות וחדות בהתבוננות הפנימית. היא מדווחת על 5 החרטות הגדולות שהיו משותפות כמעט לכולם והתגלו רק במפגש עם סוף החיים. החרטות על מה שהחמיצו מדברות על נאמנות לעצמי, עבודה קשה, ביטוי רגשות, קשר עם חברים ושימחה. (Ware, 2011)

מחקרים פסיכולוגיים וגישות רוחניות מדברים על חשיבותה ועוצמתה של החוויה שחווים אנשים העומדים בפני מותם ועל האפשרות הגלומה במפגש לשינוי. ויקטור פרנקל, פסיכיאטר יהודי ניצול מחנות ריכוז, מצא משמעות לחייו מתוך המפגש היום יומי עם המוות. כך נולדה תורת הטיפול ה“לוגותרפיה” שבאמצעותה השפיע רבות על אחרים (פראנקל, 1946). פרופסור בלייך מתאר מקרים של צמיחה אישית כתוצאה מאירועי חיים קשים. דרך משבר מוצא האדם דרך להתפתח, לבחון מחדש את חייו, סדרי העדיפות המנחים אותו ויחסיו עם אחרים (בלייך 2014).

בעבר לידה ומוות היו תהליכים טבעיים לאדם. היום הדיבור על מוות הוא טאבו והפחד ממנו גורם לנו להימנע מהחיים. בטבע, הריון, לידה, התבגרות, הזדקנות ומוות הינם תהליכים טבעיים המתרחשים בו בצורה ישירה וגלויה ונתפסים בעיני רוחנו כנורמטיביים ועל כן ניתן לדבר עליהם. שיקוף תהליכי ההשתנות המתמידים בטבע מזמן את העיסוק הלגיטימי בשאלות בסיסיות כהתמודדות עם חוסר-שליטה, לידה ומוות. ההתבוננות במצב קיומי זה פותחת בפני האדם את האפשרות להתחבר למחזוריות הטבעית בצורה שאינה רק תומכת בהפיכת חוויות הזדקנותו לטבעיים ותקינים אלא אף מאפשרת לו לחוש אחדות והשלמה עם עצמו (ברגר 2005).

החיבור העוצמתי שמתאפשר בין הטבע למוות מתגלם ומתגלה במסעות שלנו. ביסוד המסע נמצאת ההכרה שמפגש עם המוות מחדד את מה שחשוב באמת בחיים ואת הכאב וההחמצה על חיים שלא נחו

במלואם. הדיאלוג והשהייה בטבע מאפשרים להסיר הגנות, לנרמל פחדים, כמו גם להעצים ולתמוך בתהליך. מטרת המסע להביא אנשים להתבונן על סיפור חייהם ועל הפחד מלחיות. לאפשר להם לבחור ולהציב אבני דרך אחרות שיביאו אותם לסוף חייהם שלמים יותר ומודים על הדרך שעשו. הסדנה תעסוק במפגש ייחודי בין הטבע למוות ומה מאפשר החיבור ביניהם. נשתף במסעות שהובלנו, נדמיין ונדמה את קצה החיים והמפגש עם הטבע, למען החיים.

ביבליוגרפיה:

"the top five regrets of the dying " : A Life Transformed by the Dearly

Departing, bronnie ware, 2011

מאיה מוסוויוב נורית איתן, עבודה סוציאלית בהוספיס והוספיס בית, 1994

ויקטור פראנקל, האדם מחפש משמעות, 1946

פרופ' אבי בלייך, פוסט טראומה צמחיה מתוך משבר, 2014

ד"ר אליזבט קובלר רוס, המוות חשוב לחיים, כתר הוצאה לאור בע"מ, 2002

סטפן לויין, מי מת? המוות כמורה לחיים 2001

ד"ר לורנס לה-שאן, הסרטן כנקודת מפנה, אלטרנטיבות הוצאה לאור, 1989

מריאן רבינוביץ, גילו של אדם וזמנו האישי, עם עובד, 1985

רם איזנברג, אפיון "חווית הטוב שבטבע", עבודת דוקטורט טכניון, 2016

ד"ר רונן ברגר, לשלב את הטבע בטיפול, הוצאת את, 2014

ד"ר רונן ברגר, להיות בטבע, דורות, 41-3,80, 2005

ד"ר רונן ברגר, לגעת בטבע, נפש, גיליון 19-20-36-41, 2005

ד"ר רונן ברגר, בחזרה לטקס, עבור הכנס art as therapy, אוניברסיטת ת"א 2010

לייזה נאור
עמית שילוח

אחד ההיבטים העוצמתיים בטיפול באמצעות הטבע כרוך בנכונות לצאת מגבולות המוכר, להרחיב, למתוח או לשנות את הגבולות הקיימים. בפאנל הזה נתמקד בהרחבת גבולות הידע במרחב העבודה עם הטבע. נתחיל עם שתי הרצאות המציגות פנים שונות ומרתקות של נגיעה בגבול, של הזזתו, דרך הטבע. הרצאתה של לייזה נאור 'הטוב הרע והמכוער כשחקנים ראשיים ביצירת טרנספורמציה' תתמקד בהרחבת הגבול מהתמקדות בחוויות חיוביות בלבד שהטבע מזמן לשילוב של חוויות שליליות וחיוביות כמחוללות צמיחה. הרצאתו של עמית שילוח 'תפישת הזמן במסע הטיפול' מזמנת לצאת מחוץ לגבולות תפיסת הזמן המוכרת כדי לתפוס את הזמן האחר ואיכויותיו. נסיים את הפאנל במעגל שיח באשר לדרכים שבהן ניתן להרחיב את הגבול, המורכבות, האתגר והכיוונים שאליהם תחום הטיפול בטבע עתיד להתפתח.

הטוב הרע והמכוער כשחקנים ראשיים ביצירת טרנספורמציה

לייזה נאור – אוניברסיטת חיפה, liawaysofknowing@gmail.com

מילות מפתח: פסיכולוגיה חיובית, קונפליקט, דיסוננס, טרנספורמציה

בגישות הטיפול המסורתיות שנבעו מתחום הרפואה, הטיפול התמקד בסימפטום, קושי או הפרעה שיש לצמצם ואף להעלים. עפ"י גישה זו המטפל שאף להקטין את החוויה השלילית ואת הסימפטומים של המטופל, לייצר מרחב נעים מכיל ונוח ולהרגיע אותו במידה שניתן יהיה לחזור למסגרת החיים הקיימת בתפקוד מלא (Baban & Cracium, 2007; Bien, 2001; Fosha, 2006; Higginson & Mansell, 2008). הפסיכולוגיה החיובית חוללה מהפכה בתפיסה המסורתית וביקשה להתמקד בנושאים חיוביים כגון צמיחה, התפתחות, אושר ומימוש ונמנעו לעסוק בנושאים "שליליים". לאחרונה מתפתחות שיטות רבות שמדגישות דווקא את החשיבות במודעות לחלקים ה"שליליים", קבלתם ואף חיפוש משמעותם לחיים כפי שמציע הגל השני של הפסיכולוגיה החיובית (Second Wave Positive Psychology) (Held 2004; King, 2001; Lomas & Ivtzan, 2015; Ryff & Singer, 2003; Wong 2011). ברוח זו אציג את החוויה השלילית, הקונפליקט, הדיסוננס והמשבר כמרכיבים חשובים ואף נחוצים במקרים מסוימים לשם שינוי וצמיחה. גישה טיפולית שלא רק שלא מחפשת להקטין את "החוויה השלילית" אלא מייצרת אותה באופן מכוון הינה חידוש לעולם הטיפול בכלל ודורש זהירות, רגישות ומקצועיות. עיקרי הגישה יוצגו ע"י תיאורי מקרה המקבלים ביטוי קונקרטי דרך מרחבי הטבע. מרחבים אלו מאפשרים לאדם להתרחק מאזור הנוחות ולפגוש סיטואציות מאתגרות הדורשות התמודדות

אקטיבית וכוללת של חלקים שהיו קודם מודחקים או לא מודעים. בדרך זו ההתמודדות עם קושי וחוויה "שלילית" בטבע תורמת לצמיחה אישית וטרנספורמציה חיובית. נושאים כגון אתיקה מקצועית, מצבי סיכון ואוכלוסיות מתאימות ידונו בהרחבה. הצגה זו בנויה חלק תיאורטי וחלק התנסותי דרכו יוכלו משתתפי הסדנא לחוות את ההיפוך של השלישי לחיובי דרך ייחוס משמעות והסתכלות מחודשת.

References

- Held, B. S. (2004). The negative side of positive psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(1), 9-46.
- Ivtzan, I., Lomas, T., Hefferon, K., & Worth, P. (2015). *Second wave positive psychology: Embracing the dark side of life*. New York, NY: Routledge.
- Ryff, C. & Singer, B. (2003). Ironies of the human condition: Well-being and health on the way to mortality. In L. G. Aspinwall, & U. M. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths* (pp. 271–287). Washington, DC: American Psychological Association.
- Wong, P. T. P. (2011). Positive psychology 2.0: Towards a balanced interactive model of the good life. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 52(2), 69-81.

תפישת הזמן במסע הטיפולי -
לצאת מחוץ לגבולות התפיסה



ECO – ENCOUNTER
פילוסופיה בתנאי קיצון
ישראל 2009

עמית שילוח – עמותת ענ"ב; סמינר הקיבוצים, התכנית לטיפול וניהול באמצעות השטח

טלפון: 050-2817239, מייל: amitshiloach@gmail.com

זמן הוא גורם מרכזי בטיפול באמצעות השטח. לזמן משמעות רבה במסע הטיפולי עבור היחיד, עבור הקבוצה ועבור מטפל השטח.

משמעות הזמן עבור היחיד והקבוצה

- על רצף החיים - המסע מהווה קטע על רצף חייהם של המשתתפים. אפשר להתבונן בו וללמוד ממנו ולהסיק ממנו על ההתנהלות במהלך חיים.
- במהלך המסע - התהליך שעוברים היחיד והקבוצה במסע כולל הסתגלות, התבוננות, פנאי לתובנות, לחלימה ולשחרור. כל אלה תלויי זמן ומושפעים ממנו. כמו כן, משך המסע מאפשר השלמת קליפות והסרת הגנות ובכך תורם לחשיפת המשתתפים ל"אפשרות אחרת".
- הרגע - כל רגע במסע מחייב בחירה בין דרך מיטיבה שמובילה לגילוי לתחושת הצלחה ולצמיחה לבין דפוס מוכר ידוע מראש.

משמעות הזמן עבור מטפל השטח

- הרגע - הרגע במסע הוא המרכיב הבסיסי בעבודת השטח - אנחנו מתבוננים עליו ומתמקדים בו, מעבדים אותו ומחברים אותו לרצף של רגעים אחרים לכדי תמונה שלמה.
 - מהלך המסע - משך המסע מאפשר לנו להעמיק התבוננות ביחיד ובקבוצה ובתהליכים שהם עוברים.
 - הזמן הביולוגי - תנועת השמש, היום והלילה, משמשים עבורנו מסגרת למסע ומהווים כח מניע עבור היחיד ועבור הקבוצה.
 - תפישת הזמן - תפישת הזמן במסע מאפשרת לנו להשהות את תגובותינו לאירועים ולאפשר לתהליכים ספונטאניים לקרות.
- כל אלה מאפיינים ייחודיים למסע הטיפולי שנובעים מתפישת "הזמן האחר" במהלכו. ננסה להבין מה הופך את הזמן במסע הטיפולי ל"אחר". נשוחח על מאפייני "הזמן האחר" במסע הטיפולי ובאמצעות ניתוח תיאור מקרה נבחן את השפעותיו השונות על היחיד, הקבוצה ומטפל השטח.

יישום בפרקטיקה

תפישת "הזמן האחר" במסע הטיפולי היא כלי מרכזי בעבודת טיפול השטח של צוות שביל בעמותת ענ"ב במסגרת העבודה הטיפולית עם קבוצות שירותי מבחן לנוער ומבוגרים ברחבי הארץ, עם מעונות לנוער מקצה הרצף בשירות חסות הנוער ועם מוסדות חינוך המשתמשים בתכנית שטח ככלי חינוכי טיפולי. כמו כן, משמשת תפישת "הזמן האחר" כלי בתכניות לפיתוח סגל באותם מוסדות.

מקורות

צוות שביל, עמותת ענ"ב – נהלים ותיקי מסע, שירות מבחן לנוער, שירות מבחן למבוגרים
צוות שביל, עמותת ענ"ב – נהלים ותיקי מסע, הוסטלים, מעונות בשירות חסות הנוער
מיכאלי דוד, זמן המדבר – פילוסופיה, סביבה והישרדות. מדף, 2000

בין הגשש למטפל

עמית בן-דוד

טלפון: 050-7817824, מייל: bendavid.amit@gmail.com

בתרבות הצייד והלקט הגשש היה אחד התפקידים החשובים ביותר. בסופו של דבר הוא הוביל את צוות הסיירים אל הטרף. כולנו מבינים כי ללא מזון לא נוכל להמשיך להתקיים. כיום, לאחר אלפי שנים, כאשר איום הרעב הוסר מאתנו תפקיד הגשש מקבל משמעות אחרת. האומנם? כשאני מביט באנשי הטיפול ומשווה אותם לגששים של היום אני רואה המון מן המשותף, עליהם לשים לב לעקבות, צורתן, גודלן, להקשיב להן ולדמיין אותן כדי להגיע לנפש האדם. לבשר, לארוחה. לאלמנט שאין אנו יכולים לחיות בלעדיו. על מנת לעשות כך עלינו לראות, לחוש ולהרגיש את הטבע בצורה שונה. כזו שתפתח את עינינו לדברים חדשים ומורכבים שמספרים את סיפור האלמנטים הנסתרים. בתור גששים אנו מחויבים לשים לב לפרטים הקטנים ביותר ובו בעת להתרגש ממצאתם כי הם מספרים סיפור גדול שעומד מאחוריהם. במהלך הסדנה ניכנס לראש הגשש ודרך חוויה בטבע ננסה ללמוד על החיבורים שיש בין שתי דמויות מרכזיות ומרתקות אלו.

ביבליוגרפיה

בראון, ט. ווטקינס ו. ג. (2003) *דרכו של הגשש: סיפורו האמיתי של טום בראון כפי שסופר לויליאם ג'ון ווטקינס/ אנגלית: גילת ארד*. [תל אביב: תל אביב: פראג].

מיצ'ל, ס. א. בלק מ. (2006). *פרויד ומעבר לו: תולדות החשיבה הפסיכואנליטית המודרנית / סטיבן א' מיטשל ומרגרט ג' בלאק; תרגום מאנגלית: עמית פכלר; הקדמה ועריכה מדעית: מאיר כרגל*. [תל-אביב]: תל-אביב: תולעת ספרים.

אייל גוטמן – מועצה אזורית עמק יזרעאל אגף קהילה ורווחה, המרכז לטיפול קבוצתי בהורים וילדים.
טלפון 052-8594747 כתובת מייל eyal.1113@gmail.com אתר www.tipul-betnua.co.il

מילות מפתח: טיפול בהרפתקה, יאכטה, מתבגרים, בני נוער, אבות ובנים, טיפול קבוצתי.

טיפול בהרפתקה על יאכטה משתמש בתכונות הייחודיות של הים והרוח להגברת מודעותו העצמית של כל משתתף והעשרת מחסן הכלים שלו להתמודדות עם בעיות חייו. התמקדתי בקבוצה זו, במורכבות התקשורת בין אב לבנו המתבגר. החוויה ימית על יאכטה מאפשרת לבן ולאב לבנות מערך חדש של תקשורת.

מטרת הקבוצה הייתה לשפר את דרכי תקשורת תוך חוויה אתגרית, מהנה ומעצימה, ע"י התמודדות עם גבולות, עבודה עם כללים, יכולת עבודה בצוות ועזרה הדדית, התנסויות משותפות המלוות במשוב מידי של הים. בפן הטיפולי ישנה התבוננות על פערים בתפיסה בין אב לבנו וערנות לקיומם. יורם חזן היטיב לתאר פער זה באמירות הבאות:

1. המשימה ההתפתחותית בקשר של בן עם אביו: "יש בי משהו שאינו שלי, אבל הוא אני". הבן צריך לעבור משהו עם עצמו על מנת שיוכל לקבל את זה שיש בו משהו שאינו שלו, והוא הוא.
2. המשימה ההתפתחותית בקשר של אב עם בנו: "יש בכך משהו שהוא שלי, אבל הוא אתה". האב צריך לעבור משהו עם עצמו על מנת שיוכל לקבל את זה שיש בבנו משהו שהוא שלו, אך אינו הוא.

מודל העבודה

הקבוצה היא כמעין העתק של החיים והחוויות החברתיות והרגשיות של המשתתפים ומאפשרת, בהיותה סביבה בטוחה, העלאת קשיים, חששות, פחדים והתלבטויות תוך התנסות בתהליכים חברתיים המאפשרים למידה והשתנות. הפלגה על יאכטה מאפשרת יציאה מאזור הנוחות ומתוך כך מאפשרת להכיר, להתבונן ולשפר את מערך התקשורת בין אב ובנו.

תיאור הסדנא ומטרותיה

שלב א. פתיחת הסדנא – בסדנא נדבר על מבניות הרגשית בקשר בין אב למתבגר עם דגש על הבנת גיל ההתבגרות, הבנת עמדת האב אל בנו המתבגר, הקשיים הכרוכים בכך והבנת העמדות הרגשיות של שני הצדדים. להמחשה אציג סרטוני הפלגות מתוך קבוצת אבות ובנים.

בהמשך נעבור לסדנא - להתנסויות חווייתיות אשר ידמו לנו את החוויות שיעלו בהפלגה.

מטרת הסדנא היא: הבנת עמדת האב אל בנו המתבגר, הקשיים הכרוכים בכך והבנת העמדות ואת האופן בו טיפול בהרפתקה מאפשר התפתחות וגדילה רגשיים בתקשורת מורכבת זו של אב ובנו המתבגר.

שלב ב. נפגוש התנסויות המתייחסות לתקשורת בין אב לבנו ה"מציפות" את מנחי הרגש הכרוכים בקשר זה:

התנסות שתעסוק בהבנת הפערים בין נקודות המבט של אב ובנו ומציאת הקשר ביניהם.
הנחייה שתעסוק בהתבוננות פנימה למשאלות לב ושחרורם לעולם.
וחוויה הממחישה את המחויבות והקושי בקשר.
משימה הממחישה את מקומי בתוך הקשר.
בסוף כל משימה נערוך עיבוד המאפשר למידה עצמית מעוררת מחשבה.

רשימת מקורות

- מ. רוזמן - כישורי חיים – פיתוח זהות אישית, הוצאת א. תל אביב
(חזן, י. (2003). היהדות "הלא פתורה" של קוהוט. שיחות. כרך י"ז(3) עמ' 265-262).
עומר, ח. (2000). שיקום הסמכות ההורית. תל אביב: מודן.
דויטש, ח. (2004). אבות ומתבגרים. לקט הרצאות. ירושלים. מכון סאמיט.
ברנשטיין, ש. (1999). דדלוס ואיקרוס - על כשלון ביחסי אב ובנו המתבגר. ירושלים. מכון סאמיט.



**שיטת נפש חיה –
בעלי חיים כהשתקפות הכוח האישי**

אור בגים – מייסדת שיטת נפש חיה, חוקרת שפת גוף, מטפלת רגשית ומנחה רוחנית, הבעלים של המרכז הישראלי לשיטת נפש חיה.
www.orbagim.co.il orbagim@gmail.com 054 | 8317150

מילות מפתח: סדנה חוויתית רב - חושית, תנועה, נשימה, קול, דמיון, מדיטציה, קלפי מודעות. אימון, טיפול, התפתחות אישית.

תיאור הסדנה ומטרותיה

המשתתפים בסדנה יתוודעו לעקרונותיה התיאורטיים של שיטת נפש חיה ויתנסו בחמשת הרבדים שבבסיס השיטה: איתותי גוף, שפת החיים, תנועה, תודעה ומטאפורות מעולם החי. חמשת הרבדים הללו שזורים יחדיו ומנגישים תהליכי התמרה וריפוי. הפתיחה כוללת הסבר על נתיב השלמות הפנימית ומודל הקוטביות ככלי לפיתוח מודעות עצמית, תרגול רב - חושי בשילוב נשימה, תנועה, קול ודמיון פעיל בו בעלי החיים משמשים כמדריכים רוחניים ומסייעים לנו להתחבר להווייתנו הנרחבת. לאחר מכן נחוזה ריפוי בקול להרפיה ועומק רגשי בהפעלת המשתתפים. נלמד על דרכי התכוננות שונות בקלפי נפש חיה ודרכי פרשנות מגוונות תוך כדי התנסות אישית. נסיים בהדהוד ושיקוף התחושות, התובנות והלימוד שחווינו המשתתפים בסדנה.

הרקע התיאורטי

שיטת "נפש חיה" הנה כלי להתכוננות פנימית, להרחבת המודעות העצמית ולחקירת הכוח האישי של כל אדם באמצעות התחברות לעולמם של בעלי חיים. השיטה מקנה כלים חדשניים, עוצמתיים ופורצי דרך בתחום הריפוי, האימון והחינוך לשלמות הפנימית, אוטונומיה וחופש ביטוי. השיטה פותחה במשך 26 השנים האחרונות בהולנד ובישראל על ידי אור בגים, חוקרת שפת גוף, מורה, מרצה ומנחה רוחנית תוך כדי עבודה עם אלפי אנשים בסדנאות ובאופן פרטני.

"נפש חיה" ממזגת ומחברת בין אומנויות ריפוי עתיקות, גישות גוף-נפש בנות זמננו, פסיכולוגיה ורוחניות. המיוחד בשיטה הוא השימוש בשפת גוף, בתנועה ומטאפורות מעולם הטבע ועולם החי, לצד עקרונות פילוסופיים ותיאורטיים. נפש חיה מעוגנת בטבע. בעלי חיים וסביבת המחיה הטבעית שלהם הם מקורות של מידע עצמי, כוח, השראה וחוכמה. כל בעל חיים מפגיש אותנו עם ממד פנימי שונה של עוצמה, ומעמיק את הקשר שלנו עם מקורות העוצמה והחוכמה שבגופנו. לכל אחד מבעלי החיים המיוצגים ב שיטת נפש חיה יש איכות מיוחדת, המהווה עבורנו שער אל מקור הכוח הפוטנציאלי שבתוכנו — הכוח האישי. כוחות אלו הנם כוחותיה הקמאיים של הנפש הפראית המתגלה כשאנו מרפים מאחיזתנו המנטאלית ונפתחים לריפוי פנימי.

שפת גוף

לכל אחד מאיתנו שפת גוף ייחודית. שפת הגוף של כל אדם הנה בבואת נפשו ותודעתו, היא משקפת את הרבדים הפיזיים, הרגשיים, המנטאליים והרוחניים שלו. בכוחה של שפת הגוף להשפיע על התודעה, לשחרר, לרפא, לשנות דפוסים ודימויים פנימיים ולהטמיע בגוף דפוסים ודימויים חדשים המאזנים, מחזקים ומיטיבים עמו. חקירת הדקדוק הפנימי של שפת הגוף באמצעות שיטת "נפש חיה" הוא לימוד עצמי מעמיק בו אנו נעים, חושפים ומבטאים את מהותנו הפנימית על מורכבותה, עומקה ועצמתה ומחזקים את החיבור שלנו למארג החיים ואל כוחות הבריאה. חקירה זו נעשית באופן חויתי וישיר באמצעות נשימה, תנועה, קול, דמיון, קלפי שיקוף והתכווננות לתבונת הטבע ככלל ולעולם החי בפרט. תהליך זה מגשר בין המודע ללא מודע, חושף עושר פנימי ותעצומות נפש לא ידועות ומפתח תקשורת פנימית, מחדד את יכולת ההקשבה לתבונת הגוף ולהכוונה פנימית.

Framing the Moment

52 קלפים ייחודיים המזמינים לדיאלוג עם הדברים הקטנים של הטבע

הדברים הקטנים לצד הדרך מראים לנו את עצמם; ואנחנו בתמורה מתבוננים בהם. הרגע בו צולמו ... הוא הרגע בו ראיתי אותם לראשונה וההתבוננות הפכה לדיאלוג איתם... הקלפים מאפשרים להמשיך את הדיאלוג הזה... להרחיב אותו... אכן, בעיני רובנו, היא אכן ואולי אפילו אכן שאין לה הופכין, אין לה שימוש... כשמתבוננים בה היטב אפשר לראות לה את הלב. עץ הוא עץ - כשנתבונן בו היטב ניתן לראות בו נשמה. כך גם בני האדם שסביבנו ... גם לבני מצבים וסיטואציות - אפשר וכדאי להוסיף עוד נקודות מבט ואז אפשר לראות כיצד ... "מאחורי כל הדברים הנראים לעין, יש דבר מה גדול יותר; כל דבר הינו נתיב, שער או חלון הנפתח אל משהו אחר ..."

(הנסיך הקטן)

52 קלפים של צילומים ייחודיים של הדברים הקטנים לצד הדרך. צילומים המעוררים מחשבה... מזמינים לדיאלוג... ומאפשרים מיתוח נקודות מבט שונות על מה שנראה.

לשימוש בתהליכים חינוכיים, בטיפול, באימון ובהנחיית קבוצות

לפרטים והזמנה:

סיגל קרומר | מצלמת רנעים

sigal.krumer@gmail.com

0 5 4 - 4 7 9 7 8 4 3

www.sigalkrumer.com



AK Designs

מושב

פיתוח ארגוני ומחקר

למידה התנסותית בעולם העסקי (הרצאה) / גלעד וגנר

אוספים הוכחות – מחקרי התערבות (הרצאה) / שירה ורדי ופרופ' אסתי בן יצחק

למידה חווייתית ברשות הטבע והגנים (סדנא והרצאה) / אדר סטולרו מליחי

ארגון יוצר קולנוע (סדנא) / גוסטבו לויט ורונית ששון

פלייבק בייעוץ ארגוני (סדנא) / יוחאי בשן

למידה התנסותית בעולם העסקי - להתנסות או להביא ערך עסקי? ! הייתכן?

גלעד וגנר – מייסד ומנכ"ל אבן דרך
gilad@evd.co.il, 02-5343559, 054-7917223
www.evd.co.il

ההרצאה תעסוק במפגש בין העולם עסקי – לפיתוח ארגוני – ועולם הלמידה ההתנסותית.

איך אפשר להוביל למידה התנסותית עמוקה, משמעותית, נוגעת, ושתביא מספיק ערך כדי שהעולם העסקי ה"מדיד והקר" ישלם עליה?? איך עוברים את מסך ה-FUN נטו ליצירת משמעות?

בהרצאה נתמצת איפה העולם העסקי עושה שימוש בלמידה התנסותית, איזה סוג של למידה התנסותית מתרחשת בו, ואיך מחברים תהליכי עומק וחוויה לעולם עסקי, מהיר, תוצאתי, מטריאליסטי.

מתוך ניסיון של 13 שנה בעולם העסקי ועבודה עם למעלה מ-1000 לקוחות וארגונים, ואלפי מנהלים וצוותים שעברו תהליכי עומק, נציג את המקומות בהם העולם העסקי עושה שימוש בלמידה התנסותית ונפגיש אתכם עם סיפורים מסדנאות בארץ ובעולם, סדנאות סטנדרטיות וסדנאות ייחודיות.

הרבה אנשים רוצים לעבוד עם העולם העסקי, אבל לא באמת מבינים את המשמעות – נציג את המשמעות על אופי ההתערבות, על השפה המקצועית, על מתיחת הגבולות, השמירה על אינטגרטי, ההכנות, השעות, והמחירים אותם יש לשלם כדי לעבוד בעולם זה. העולם העסקי נמדד לפחות בשורה תחתונה אחת ברורה והיא דוח הרווח והפסד של הארגון ואו היחידה, לכן כל השקעה שלו חייבת להיות "משתלמת". קשה מאוד למדוד הדרכה באופן כללי, ופעילויות כשלנו באופן ספציפי. המשמעות המרכזית היא שאנחנו צריכים להכיר טוב את העולם העסקי, את השפה שלו, (צריכים לדבר ב-3 אותיות באנגלית כל הזמן...) ואת הערכים שלו, ע"מ לבנות התנסות שתהיה רלוונטית ותייצר השפעה, ולא "סתם לעבור מצד לצד בעיניים עצומות". העיבוד חייב להיות מחובר לשפת הלקוח, ולעזור לו להבין איך מתוך "משחק טיפשי" אפשר באמת ללמוד משהו רלוונטי ליצירת שינוי בעולם העסקי...

השימוש בלמידה התנסותית מתבצע בדרך כלל בשני מקרים:

א. התערבויות הנובעות מתוך רוטינות ארגוניות סטנדרטיות.

ב. התערבויות הנובעות מתוך שינוי ארגוני.

בנוסף יש להפריד בין עבודה בהתפתחות אישית – קורסי ניהול ומנהיגות, קורסי טאלנטים, לבין עבודה צוותית – פיתוחי צוותים, בנית צוותים, פיתוחי הנהלות, לבין עבודה ארגונית – עם דרג מנהלים שלם, או עם יחידה שלמה.

ההתערבויות הנובעות מרוטינות ארגוניות הן לדוגמא: קורסי ניהול – ואז השימוש יהיה או בהתחלה לבניית קבוצת למידת העמיתים, או באמצע לצורך עבודה על נושא מסוים, או בסוף הקורס לצורך סיכום ותכלול של המודלים והנושאים שדנו בהם. רוטינה נוספת בה עושים שימוש גדול בלמידה התנסותית היא כנסי סוף שנה/ תחילת שנה, בהם יש מצד אחד לסכם את השנה החלופת, ומצד שני לייצר פוקוס והרבה אנרגיה לעבר היעדים לשנה הבאה.

התערבויות הנובעות משינוי ארגוני הן בדרך כלל בעקבות שינויים פרסונאליים הדורשים פיתוחי צוותים/ הנהלות, או בעקבות שינוי ארגוני כזה או אחר שדורש הטמעה של המשמעות העמוקה בשל השינוי מעבר לחלקים הפרקטיים שלו.

כשאנו מתבקשים לבנות התערבות/ קורס בעולם פיתוח המנהיגות אנו תמיד נתבונן דרך 5 הממדים בפיתוח מנהיגות. לצערנו, לא תמיד הלקוח באמת מודע למה הוא צריך, או לחילופין, מה הדברים החשובים ע"מ לייצר שינוי. בדיקה אתו איזה ממדים יש להם מענה ואיפה ההתערבות שלנו יכולה וצריכה לתת ערך, בדרך כלל מייצרת הרבה פוקוס ותאום ציפיות איכותי.

חמשת הממדים בפיתוח מנהיגות הם:

1. **ידע** – איזה ידע רלוונטי לתפקיד? בהרבה מקרים ניתנת לנו תיאוריה ספציפית ואנו בונים על בסיסה התנסות ייחודית (disruptive leadership, 5 לקויות בצוות, פיקוד בעידן רשתי ועוד)
2. **מודעות** – מרכיב מהותי בהתפתחות הוא הרחבת המודעות של האדם ואו הקבוצה.
3. **תפיסת תפקיד** – לעיתים רבות עיקר העבודה מתבצע על שינוי ויצירת תפיסת תפקיד קוהרנטית המתאימה לסיטואציה ולאדם (חיבור בין הידע למודעות ולצרכי הסביבה).
4. **מיומנויות וכלים** – במקרים רבים אנו נדרשים לבנות התנסויות אשר יאפשרו למשתתפים לפתח מיומנות בכלי ספציפי אשר נרכש. קל "לרכוש" כלי בעולם הרך, אבל יש פער גדול בין toolsetn לבין skillsetn- היכולת להשתמש בכלי. פיתוח המיומנות הוא קריטי מאוד ואנו שוקדים עליו רבות (השפעה ללא סמכות, השפעה ברשת, ועוד)
5. **תחושת מסוגלות** – אחד הערכים הגדול ביותר של למידה התנסותית משמעותית היא היכולת לתת ולפתח תחושת מסוגלות. קל להצליח בתרגיל ODT כזה או אחר, אבל יש לבנות אותו כמו שצריך ע"מ שלמשתתף או לקבוצה תהיה חווית הצלחה שתורגש כרלוונטית להעברת תחושת המסוגלות ליומיום.

שירה ורדי
פרופ' אסתי בן יצחק
[מנחה: שירה ורדי]

כל התערבות ארגונית, חינוכית ו/או טיפולית במתודה התנסותית כלשהי, מעוררת שאלה מסקרנת בנוגע ליעילותה ולמידה שבה היא מצליחה להשיג תוצאות רצויות ומהימנות. בהרצאה משולבת 'אוספים הוכחות' שירה ורדי תדון באתגרים ובסוגיות העומדים בפנינו בבואנו לערוך מחקר או מדידה של התערבויות חווייתיות, ותעסוק במטרות, במתודולוגיות ובמדדים. ד"ר אסתי בן יצחק בהרצאתה 'פעילות אתגרית בקרב ילדים על רצף האוטיזם' תציג תיאור מקרה של מחקר על השפעתה של פעילות אתגרית במערך הטיפולי של ילדים צעירים עם אבחנה על רצף האוטיזם. בסוף ההרצאה המשולבת יינתן זמן למענה לפניות ולסוגיות העולות מהמשתתפים.

"איך אנחנו?" - על מחקרי התערבות

שירה ורדי

בעולם שבו מדברים פרקטיקה מבוססת ראיות (evidence based practice), לראיות כלומר - להישגים המוכחים והמדידים - יש מקום של כבוד, בכל תהליך, בכל ארגון, בכל התערבות. הראיות הן הבסיס וההצדקה לקיום ההתערבות, לפיתוחה ולהמשך ביצועה. מחקרים במדעי החברה מסווגים, בדרך כלל, למחקרים תיאורטיים, המכוונים למציאת תשובות לשאלות מתוך עניין תיאורטי או סקרנות אינטלקטואלית, ולמחקרים יישומיים, המכוונים לפתרון בעיות מעשיות כדי לשפר איכות, לגלות אם מאפייני תופעה או התערבות נותנים מענה לצורך או לחסר מסוים (Bloom & Fischer, 2006).

תהליך הערכת תוכניות או פרויקטים הוא תהליך שעיקרו בפרקטיקה. בבדיקת קיים קונקרטי, לצורך מתן משוב לבעלי עניין מסוגים שונים. תהליך ההערכה יוצא משדה נתון וחוזר אליו, תוך התאמת שאלותיו וכלי החקר לטיב הפרויקט המסוים, אוכלוסיותיו ומאפיינים רלוונטיים אחרים שלו

מחקר הערכה משרת שתי מטרות

- א. הממצאים הנאספים בבדיקה האמפירית תורמים לביסוס ולהזנת התיאוריה של המקצוע (למשל: עבודה סוציאלית, שיקום וכן הלאה).
- ב. הערכה שיטתית ומתוכננת של תוצאות ההתערבות משמשת כלי בקרה מקצועי למדריך/למטפל/ליועץ. בקרה זו מעלה את הסיכוי ליצור תהליך משמעותי ולהשיג יעדים מוגדרים ומתוכננים (ברזון וגירון, 1993).

מערכי מחקר ניסויי שימושיים במיוחד לביצוע מחקרי הערכה, כי הם מאפשרים את מדידת היעילות וההשפעה של תכניות המבטיחים כי ממצאי המחקר הם תוצאה של התכנית או החידוש הנמדדים ולא תוצאה של אירועים או משתנים חיצוניים (Gribbons & Herman, 1997). אולם יש לזכור גם את מגבלותיהם – יכולת בדיקה של מספר מצומצם של נושאי הערכה, קשיים לוגיסטיים בהפעלתם, וקשיים במיון הנבדקים לקבוצת ניסוי וביקורת אקראית. בנוסף, מאחר שמחקר הערכה מתרחש בסיטואציות של החיים, חוקרי הערכה עלולים להיתקל בקשיים בתהליך ההערכה: תלות ברצונם הטוב של המוערכים, מעורבות במאבקים פוליטיים, הכרח לשפוט איכות נושאים על פי מידע לא מספק, התמודדות עם חרדה בקרב מי שעלול להיפגע מהממצאים ועם התנגדות פסיכולוגית של מי שאמור לפעול לפי הממצאים, ביקורת ציבורית שלילית הנובעת מחשש בפגיעה בצנעת הפרט (Bloom & Fischer, 2006).

מקורות

ברזון, מ. וגירון, י. (1993). הוראת הערכת תוצאות התערבות: הלכה ומעשה. *חברה ורווחה*, 17(1), 45-54.

Bloom, M., Fischer, J., & Orme, J. G. (2006). *Evaluating practice: Guidelines for the accountable professional*. Boston: Allyn and Bacon.

Gribbons, B., & Herman, J. (1997). *Practical assessment: Research & evaluation*. Accessed online at <http://ericae.net/paregetvn.asp>, 5, 14

פעילות אתגרית בקרב ילדים על רצף האוטיזם

פרופ' אסתי בן יצחק – ראש המחלקה להפרעות בתקשורת, אוניברסיטת אריאל

מטרת המחקר היתה לבדוק את ההשפעה של פעילות אתגרית בקרב ילדי גן על רצף האוטיזם על חומרת התסמינים וההתנהגות המסתגלת. בעבודות קודמות נמצא השפעה מיטיבה על אנשים עם קשיים מנטליים או מוטוריים שהשתתפו בתכנית של פעילות אתגרית. פעילות אתגרית בקרב אנשים על רצף האוטיזם לא נבדקה עד כה.

שיטה: במחקר הנוכחי השתתפו 51 ילדים בטווח גילאים של 3:4 – 7:4 שנים (ממוצע=4:5, ס"ט=0.9) שלמדו בגנים תקשורתיים בתל אביב. קבוצה אחת (n=31) שנבחרה באופן אקראי (קבוצת המחקר) השתתפה בתכנית של פעילות אתגרית שהועברה על ידי אנשי מקצוע מעמותת "אתגרים". הקבוצה השנייה (n=20) לא השתתפה בתכנית דומה (קבוצת הביקורת). הקבוצות לא נבדלו בגיל ומין. הפעילות האתגרית כללה טיפוס וירידה מסולם, עליה במעלית חבלים שדרשה שיתוף פעולה קבוצתי של משיכת ילד הקשור ברתמה, הליכה על חבלים הקשורים לעצים שדרשה פניה למדריך לעזרה והתנדדות על ערסל. המדדים כללו: חומרת האוטיזם שנמדדה באמצעות שאלון ה- (Social) Responsiveness

Vineland Adaptive Behavior) Scales- (Scale-SRS
VABS) ותפיסת הגננת את פוטנציאל הילד באמצעות שאלון שחובר על ידי החוקרים.

תוצאות: בתום תקופת ההתערבות הקבוצה שהשתתפה בתכנית הראתה מגמה של הפחתה בחומרת האוטיזם הכללית ובתחומים הספציפיים של תקשורת חברתית, קוגניציה חברתית, מוטיבציה והתנהגויות חזרתיות. בקבוצת הביקורת חלה בתקופה זו החמרה קלה במדדים אלו. בשתי הקבוצות חל שיפור בהתנהגות המסתגלת בתחום התקשורת ומיומנויות היומיום.

מסקנות: פעילות אתגרית בילדים עם אוטיזם מפחיתה מחומרת התסמינים ומונעת החמרה של המיומנויות החברתית- תקשורתיות והתנועות הסטראוטיפיות. ילדים עם חומרת אוטיזם נמוכה יחסית מרוויחים יותר מהתכנית ומשפרים את מיומנויות היומיום שלהם. תכנית של פעילות אתגרית מומלצת בקרב ילדים על רצף האוטיזם.



למידה חווייתית ברשות הטבע והגנים

אדר סטולרו מליחי – מנהלת יחידת התוכן מחוז מרכז רשות הטבע והגנים

מילות מפתח: קהלי יעד מגוונים, תוכן, חוויה, למידה התנסותית, העברת מסר, מתודות מגוונות

רשות הטבע והגנים הוקמה על פי חוק שאושר בכנסת בשנת 1963, לשם מימוש המטרות של החוקים שמכוננים אותה: חוק גנים לאומיים, שמורות טבע ואתרי הנצחה; וחוק הגנת חיית הבר. הוראת החוק מציבה בפני הרשות שלוש מטרות עיקריות: שמירה על המגוון הביולוגי, שמירה וטיפוח אתרי טבע ומורשת למען קהל המבקרים והסברה וחינוך לשמירה על ערכי טבע, נוף ומורשת, לצורך הגברת מודעות הציבור לנושאים אלו. לא פעם נוצר מתח בין חשיבות השמירה מחד, לפיתוח וטיפוח אתרים לרווחת הציבור מאידך.

הארגון משקיע רבות בהפיכת תכנים אלו באתריו, לנגישים לציבור מגוון ומפתח פעולות יזומות לעידוד הביקור והחשיפה לנושאי הליבה בהם הוא עוסק. לדוגמה: פעילויות לקהל הרחב, מתן הדרכה מקומית, הצבת שילוט ואמצעי המחשה, הפקת חוברות פעילות, בניית מערכי הדרכה חווייתיים ועוד. פעילות זו מזמנת לאנשי הרשות אתגר רב הן בפן החינוכי- חווייתי והן בצורך להתעדכן, לרענן, לגוון ולחדש את המתודות הקיימות.

הרצאה זו תעסוק בהצגת מגוון דרכים בהן פועלת הרשות בדרך של למידה התנסותית תוך התמקדות במקרה בוחן אתר לאומי "הקסטל" שבבסיס הרעיון של חידוש פני האתר, הושתתה מתודה מתחום הלמידה ההתנסותית שהביאה לשינוי מהותי באתר ובחווית הביקור בו. בסיום ההרצאה, יתנסו המשתתפים בתכנון מתודה מתחום הלמידה ההתנסותית, המחברת סיפור ומסר(תוכן)- אתר(מקום) דרך (מתודה).



הנעה לפעולה מזוית חדשה

ארגון יוצר קולנוע

גוסטבו לויט - תסריטאי, מפיק במאי קולנוע ומנחה סדנאות עם ניסיון רב בארגונים

ובפעילויות מול קהלים מגוונים

רונית ששון - יועצת ארגונית בכירה, מלווה תהליכי שינוי בארגונים מובילים. מומחית לתקשורת עסקית

בתחומי ניהול, שירות ופרזנטציה

מילות מפתח: פיתוח ארגוני, חינוך, הטמעה, שיפור, עבודת צוות, משחק, למידה חווייתית.

פעילות אנרגטית ככלי למידה וגיבוש צוותים, באמצעות מצלמת קולנוע והפקת סרט ע"י המשתתפים.

הסדנא מתבססת על עקרונות הלמידה החווייתית של קולב (Kolb, 1984): תהליכי הפקת הסרט, המשחק והצפייה מאפשרים למידה והתנסות מזוויות שונות.

מודל העבודה: בוחרים נושא לסרט מחיי היומיום או נושא לשיפור בתחום שירות, מנהיגות, עבודת צוות ועוד.

תיאור הפעילות

חלק א': תרגילי חימום בשיתוף הקהל – איך יוצרים סרט.

חלק ב': המשתתפים כותבים תסריט, מלהקים, מתאפרים, מתחפשים, מביימים ומצטלמים.

חלק ג': צפייה בסרט.

סיכום: ניתוח הפעילות, תובנות וכלים ליישום.

• הסרט מאפשר צפייה חוזרת.

• המשתתפים הופכים לכוכבים והבמאים של עצמם.

מקורות:

Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs, N.j

יוחאי בשן

מוזיקאי ומנחה קבוצות בשיטת אקו לתיאטרון פלייבק

תיאטרון פלייבק הוא סוג מקורי של תיאטרון אימפרוביזציה, ההופך את הקהל לשותף פעיל בהתנסות, כשדרך כלל המופע נוצר תוך שיתוף פעולה בין הקהל לשחקנים – כאשר מתנדב מהקהל מספר סיפור או רגע מחייו, בוחר בשחקנים שיגלמו את התפקידים השונים וצופה בסיפור המוצג על הבמה מיד לאחר מכן ולעיתים אף הופך לרגע לשחקן בעצמו.

להקת הפלייבק המקורית נוסדה ב-1975 בעמק נהר הדסון שבמדינת ניו יורק, על ידי ג'ונתן פוקס ואשתו ג'ו סאלס. פוקס למד תיאטרון אימפרוביזציה, סיפור סיפורים ופסיכודרמה, והלהקה הייתה חלק מזרם של תיאטרון ניסיוני שקרא תגר על הקונבנציות של התיאטרון הרפרטוארי וחיפש דרך לקרב את התיאטרון למציאות היומיומית והחוויה הספונטאנית.

פוקס, הושפע בראשית דרכו מהפסיכודרמה, אומנות הסיפור ותיאטרון אימפרוביזציה ואחרי שביקר באוסטרליה גרמניה ויפן, הופך סוג זה של תיאטרון ברחבי העולם.

לצד העקרונות הבסיסיים של התיאטרליות, תיאטרון פלייבק מפנה אוזן קשבת לאינטראקציות חברתיות ומאפשר חוויה חיובית של התנסות קבוצתית שיש לה פוטנציאל לטרנספורמציה וריפוי. תבנית תיאטרלית זו מציעה דרך יצירתית לתקשורת והבנה בין אנשים וכפי שפוקס עצמו מעיד על עבודתו:

“מעשה היצירה של תיאטרון מייד, הופך בפועל לאמצעי המאפשר התמודדות מחזקת עם תכנים קשים ועומס רגשי ומקנה פתח לרגשות של חמלה ופיוס. תיאטרון פלייבק הוא כלי עתיק – מודרני, המציע אפשרות של דיאלוג בעל כוח של טרנספורמציה אמיתית. בהופעות בהן ניתן ביטוי נאות ואמיץ לסיפורים משמעותיים של חיינו וזאת בטרם נעסוק בחיפוש אחר פתרונות, אנו עשויים לחוות את הידע הטמון בסיפורים עצמם ולגעת אחד בשני באופן עמוק ומעורר השראה.”

גמישותו של תיאטרון הפלייבק מאפשרת עבודה, תוך רגישות לצרכים של קבוצות ספציפיות, כגון טיפול בנפגעי פעולות איבה, שיקום אסירים או העצמה לקבוצות מיעוט. במגזר העסקי-ארגוני נעשית עבודה בשיתוף עם תיאטרונים פלייבק לטיפול מנהלים ותוכניות הדרכה לעובדים, הובלת תהליכי שינוי, גיבוש חברתי וטיפול חזון.

בארץ קיימות כיום כ-100 קבוצות פלייבק שונות, כאשר תחום הפלייבק חוצה מגזרים ומגדרים ומאפשר יצירת שותפות לתהליך תקשורת בינאישית פתוחה כנה ואפקטיבית, המכבדת את כל השותפים והסובבים ויוצרת ביניהם אמון והקשבה הדדית.

במהלך הסדנא, תחוה הקבוצה על עצמה מגוון של כלים וטכניקות מעולם תיאטרון הפלייבק, כזרז ליצירת תהליכים קבוצתיים, אינטראקציה חברתית ויציאה מאזור הנוחות של הפרטים בתוך הקבוצה. הסדנא היא הזדמנות להכיר בפוטנציאל הגלום בכלי זה, בעבודה עם קבוצות וארגונים.

מושב פנאי

תיירות אתגרית (הרצאה) / דותן חיים
רכיבת אופניים – העצמה נשית (סדנא והרצאה) / גילי כץ לורבר
אבא על ארבע (סדנא והרצאה) / עמר צור
מסע משנה חיים (הרצאה) / איתמר פלג
הקריאה לתהום (הרצאה) / בועז לנגפורד וארז רחמים
ויה פראטה (הרצאה) / יואב רותם

תיירות אתגרית – Adventure Tourism

דותן חיים – מרכז הקורס למנחי טיולי אתגר והרפתקה באוניברסיטת חיפה, מרכז אקדמי בבית הספר לתיירות אתגרית במכללה האקדמית בוינגייט

תחום התיירות בעולם הרחב הינו מגוון ומשתנה ללא הרף בשנים האחרונות ענף "התיירות אתגרית" הוא תחום התיירות "נישה" הצומח ביותר בעולם הרחב! ישראל בשנים האחרונות מצטרפת לטרנד העולמי וניתן לראות יותר ויותר חברות עסקיות ומיזמים בינלאומיים אשר מציעים תיירות אתגר לקהל הרחב. בהרצאה נבחן ונמפה את עולם תיירות האתגר, מה הוא כולל, האם תיירות אתגרית היא רק במימד הפיזי או שתיירות אתגר יכולה להיות במימדים רוחניים, מנטליים, רגשיים...? מה ההגדרות המקצועיות של תיירות אתגר? מה מבדיל טיול אתגר עם תוכן לטיול רגיל? נבחן מקרי דוגמא מהארץ והעולם לתיירות תוכן אתגרית.

הגדרה של תיירות אתגר: פעילות פנאי שמתרחשת בדרך כלל בחוץ, במקומות לא רגילים, ייחודיים, אפילו נידחים, ושם מתרחשים תהליכים טרנספורמטיביים בשילוב של ריגוש מסוים.

תיירות תוכן אתגרית מבוססת על קבוצות קטנות. קבוצות קטנות מזמנות אין ספור רגעים והזדמנויות ללמידה, חיקוי, שיתוף, הכלה וחמלה; אלמנטים שבתהליך נכון ומקצועי אפשר לייצר בכל סדנה, טיול, מפגש שעדיין מוגדר תיירותי. בעולם הרחב וגם בישראל מנחים ומדריכים בתחום תיירות האתגר עוברים הכשרות מקצועיות להוביל ולהנחות טיולי אתגר "אחרים" טיולים שנצרכים בזיכרון לטווח ארוך, טיולים שלא נשכח לעולם!

בהרצאה נדבר על העקרונות של טיולים כאלה, טיולים שמפתחים אותנו ברמה האישית וברמה הקבוצתית, טיולים שנצרכים ברמת הסינפסות לעולמים.

מקורות

Adler, R. & Rodman G. (1990) Understanding Human Communication 3rd

Edition. NY: Holt, Rinehart & Winston.

Csikszentmihalyi, M. (2002) Flow- The Classic work On How To Achieve Happiness: U S

A, Harper & Row

Dick, R. (1986). Learning to Communicate: Activities, Skills, Techniques and Models.

Brisbane: Interchange.

Edginton, C., Hanson, C.J. & Edginton, S.R. (1992). Leisure Programming Concepts: Trends

and Professional Practice. Dubuque: WM Brown Communications.

Ford, P. (1974) Informal Recreation Activities: A Leaders Guide. Indiana: American

Camping Association.



רכיבת אופניים – העצמה נשית

גילי כץ לורבר – מורה לחינוך גופני, מדריכה ומובילה קבוצות באופני הרים

רחוב יצחק רבין 9 צורן 054-6887071 gili@sporteva.co.il

רכיבת אופניים הוא סוג של פעילות אתגרית ההולכת ומתרחבת בשנים האחרונות. מעבר לאתגר הפיזי, מצליחה הרכיבה לגשר בין אנשים ולהעצים אותם אישית וחברתית.

הרוכב עובר חיזוק של הגוף, פיתוח קואורדינציה וחיידוד החושים, ברמה המנטאלית - התמודדות עם פחדים והתגברות על מכשולים. כל שביל וכל אבן זה אתגר חדש. החוויות הללו מעצימות את הרוכב, מעלות את ההערכה העצמית וצורת החשיבה, באנלוגיה לחיים.

ב- 15 שנים האחרונות אני מובילה קבוצות נשים ברכיבת אופני הרים בארץ ובחו"ל - "נשים ורכבות בטבע". האני מאמין שלי - "כל אחת יכולה..". גם נשים שלא רכבו מעולם, עם הכלים וההדרכה הנכונה מתחברות לרכיבה ולהנאה.

המטרה לשלב פעילות גופנית בטבע, הגברת המודעות, קידום נשים בספורט והעצמה אישית נשית.

היום אני מובילה 2 קבוצות נשים ברמות שונות וקבוצת ילדות/נערות. קבוצות הנשים נפגשות כל סוף שבוע לרכיבות על פי תוכנית מותאמת לכל קבוצה. התוכנית מגוונת ומשלבת נופים ותנאי שטח שונים. כחלק מהתוכנית הקבוצות יוצאות פעם בשנה לטיול מתגלגל במדבר הכולל רכיבה מאתגרת ולינות שטח, סופי שבוע בצפון וכן שבוע רכיבה בחו"ל.

הטיולים בחו"ל הם פעילות השיא בסוף כל שנה. טיולים אלו, מאפשרים חוויה שונה ואחרת, מצד אחד נופים מרהיבים ומצד שני, העצמה אישית וחיבור עמוק בין הבנות.

מודל העבודה העקרי שמנחה אותי הוא מודל הפסיכולוגיה החיובית המדגיש את השימוש בחוזקותיו של האדם, ולא בשיפור חולשותיו. בחיי היום יום ובהתמודדות עם אתגרי החיים עדיף כנראה להתמקד בחוזקות האישיות ולהשתמש בהן כדי להגיע למימוש עצמי ואושר. הקבוצה גם הינה קבוצת תמיכה שמספקת זו לזו סוגים שונים של עזרה, עבור מאפייני מסוים שמשותף להם, לרוב מאפייני שמטריד אותן.

תיאור הסדנא ומטרותיה

הסדנא כוללת תרגיל המיועד לקבוצות של 25 משתתפים. המטרה: שיתוף פעולה, עבודת צוות ודינאמיקה קבוצתית. העבודה מחייבת מנהיגות ושיתוף פעולה. הגדרת המשימה: להוביל את האופניים מנקודה אחת לנקודה אחרת בעזרת חבלים, ע"י משיכת החבלים הקשורים לאופניים. אין להיכנס לגבולות המגרש המסומן. לרשות המשתתפים: זוג אופניים, קסדה, חבלים.

בית הספר לת"רות ופנאי אתגרי להפוך את האהבה לקריירה

התכנית להכשרת מוסחים לפנאי אתגרי

- ◀ לימודי פנאי אתגרי תכנית דו שנתית
- ◀ מנחי סדנאות שטח O.D.T
- ◀ טיפול באמצעות הרפתקה ומסע בטבע
- ◀ מסעות חניכה אתגריים
- ◀ מדריכי הישרדות
- ◀ מפעילי מתחמי חבלים אתגריים

מדריכים לפעילויות שטח ואתגר

- ◀ מדריכים לגלישה מסצוקים
- ◀ מדריכים לרכבי שטח 4X4
- ◀ מדריכי אופנים

הכשרת מדריכי טיולים בארץ ובעולם

- ◀ מורי דרך באישור משרד התיירות
- ◀ מדריכי טיולים במערכת החינוך
- ◀ מדריכי טיולים לחו"ל
- ◀ מדריכי מסעות לפולין

לימודי מלונאות ותיירות

- ◀ סנהל עסקי בכיר במלונאות ותיירות
- ◀ יזמני תיירות - סוכני נסיעות
- ◀ תיירות קוליטרית בישראל

להרשמה: 09-8639254 או 09-8639263

דוא"ל: orly_l@wincol.ac.il

אתר בית הספר: www.wincol.ac.il/xcool



המכללה
האקדמית
בוינפילד
מסלול מנהיגות / מנהיגות
מאז 1944

X-COOL
יחד עם מדינת ישראל

אבא על ארבע- סיפור משנה חיים

עמר צור – חברת פאראטרק

omerzur@gmail.com, 052-3750767

מילות מפתח: טיול אתגרי, כיסא גלגלים, העצמה, טיפוס על הרים, תורכיה

במלחמת יום כיפור אבא שלי נפצע אנושות מטיל שפגע ישירות בנגמש שלו. מאז הוא משותק ומרותק לכיסא גלגלים. אל תוך העולם הזה אני נולדתי- אבא שלי יושב. אני לא מכיר אחרת. גדלתי במשפחה רגילה, עושים הכל, ואולי אף יותר. לומדים, עובדים, מטפלים בגינה ובעיקר מטיילים. אין דבר כזה "לא יכול" אצל אבא שלי. זה פשוט לא מתקבל. בכל הטיולים המשפחתיים הוא היה מביא אותנו לנקודה ומגיע לאסוף בסוף המסלול. ב"טיול אחרי צבא" שלי פתאום הבנתי שאבא שלי מעולם לא זכה ל"טיול אחרי צבא". החלטנו שיוצאים יחד לטרק בתורכיה. חודש בהרים, אוהלים, שקי שינה ובישול עצמי. בתהליך התכנון של המסע בדקנו אילו סוגים של כסאות גלגלים קיימים שיכולים לסייע לנו לצלוח דרך של 509 ק"מ. פסלנו את כולם והחלטנו לעצב אחד משלנו. כך נולד ה"טרקר" הראשון- כיסא גלגלים ייעודי לתנאי שטח מאתגרים. אל המסע יצאנו טרקר אחד, אבא אחד, ו35 גברים שסייעו בצליחת הדרך הארוכה. כבר ביום הראשון היה נראה שהכל עומד להתפרק- חילוקי דעות, מכשולים פיזיים ומחסומים רגשיים. מנקודת שפל זו הצלחנו לגדול ולצאת מחוזקים. כל מהמורה כזו שנתקלנו בה בדרך רק העצימה את כוחו של המסע. בשובנו, כבר היה לי ברור- זה מה שאני הולך לעשות בהמשך חיי. כך הקמתי יחד עם שותף את חברת פאראטרק- טיולים וחוויות בטבע לאנשים עם מוגבלות בתנועה. הדגש הגדול ביותר שלנו הוא הגשמת חלומות לאנשים שעד כה לא דמיינו שיוכלו לצאת אל הטבע- זכות בסיסית שמגיעה לכל אחד ואחת מאיתנו. אנו בונים קבוצות מעורבות של אנשים עם וכלי מוגבלויות, ויחד מטיילים בטבע כשווים בין שווים. כי זה בדיוק מה שאנחנו.



מסע משנה חיים

איחמר פלג – הבעלים של חברת "יומן מסע"

050-7590154, itamar@travelog.co.il

טיפול דרך מסע, הוא מונח המתייחס לשיטות שונות שנועדו לטיפול נפשי ולשינוי אישי, המתקיימות בסביבה חיצונית בה המטופלים והמטופלים נחשפים לתנאי שטח מאתגרים. תהליך ה"מסע" הינו אלמנט קדמוני שמושרש גנטית בכל אחד מאתנו ומחקרים מצביעים על כך כי גירוי ו"הפעלה" מחדש של אותו תהליך בסיסי, יביא באופן טבעי לשיפור ו"התעוררות" אלמנטים פסיכולוגיים הישרדותיים רדומים נוספים כמו דבקות במטרה, תחושת המסוגלות והערכה העצמית, יכולת התמודדות עם קשיים ואתגרים ובאופן כללי יגביר את תחושת החיות והחיוניות אצל המשתתפים. המסע, אפוא, הינו כלי בעל כוח אדיר לשבור חסמים שהחיים יצרו, לתת נקודת מבט חדשה, משמעות שמתהווה וכלים לעבור תהליך אמיתי ובשביל לעבור אותו צריך לצאת מאזור הנוחות אל מקום אחר, אל תרבות אחרת ולהתמודד עם אתגרים פיזיים ומנטליים שהשגרה לא מאפשרת להתמודד איתם. משנה תוקף לדברים ניתן כאשר מדובר במשתתפים שנסיעות חיים לא פשוטות יצרו אצלם צורך מיוחד לחזק את האלמנטים שהזכרו לעיל. אלו הם עמודי התווך המתודיים המקצועיים, על בסיסם נבנים הפרויקטים שלנו ב"יומן מסע" כאשר גורמי מקצוע מתחום הפסיכולוגיה משולבים, הן בשלב התכנון והן בשלב הוצאת המסע אל הפועל וליווי הקבוצה. בפרויקט "אח שלי גיבור" - מסע של צעירים עם תסמונת דאון מלווים באחיהם להודו ובפרויקט "טיול שחרור" - מסע ללוחמים אשר נפצעו בשירותם הצבאי ולא זכו לצאת "לטיול הגדול של אחרי הצבא", הובלנו קבוצה של אנשים הנאלצים להתמודד יום יום עם בעיות פיזיות ומנטליות, מתוך נקודת מוצא שהם אינם זקוקים לרחמים, להיפך. באמצעות המסע נתנו להם הזדמנות אמיתית לגלות את תעצומות הנפש שלהם מחדש, להרגיש שהם כמו בני גילם, לא צריכים לוותר על החוויות ולא על השאיפות ומכאן להמשיך קדימה במסע הגדול של החיים, לאן שרק יבחרו.

הקריאה לתהום

בועז לנגפורד – המרכז לחקר מערות

ארז רחמים – חברת ארזים בטבע

boazlangford@gmail.com , arazim50@gmail.com

מילות מפתח: מערות, פעילות אתגרית

מערות - פיסת הטבע האחרונה בעולמנו בה נותרו חלקים אדירים שרגל אדם טרם דרכה בהם

בשטחי מדינת ישראל נתגלו עד היום כמה אלפי מערות המציגות גיוון עצום במבנה ונופי תת הקרקע. בעזרת אותם הרפתקנים ומקצוענים נחשפו מערות נטיפים בעלי אולמות אדירים, אגמים תת קרקעיים, גלריות מרשימות וכן אוצרות ארכיאולוגיים. האחרונים נשמרו במערה בהיותה למעשה "קפסולת זמן" שמורה. כך נשמרה גם מערכת אקולוגית שלמה במערת איילון הסמוכה לרמלה במשך מליוני שנים. במערה נתגלו מספר מיני בעלי חיים חדשים למדע אשר עברו הסתגלות מלאה לסביבתם הייחודית. עולם ייחודי זה שמור לרוב לאותם מעטים המוכנים להיכנס ולחקור את המעמקים, כשמערות מעטות בלבד פתוחות לציבור ולקהל הרחב. אפשרות ביניים היא כניסה למערה עם מדריך אשר מאפשר ליחידים או קבוצות לבקר בתת הקרקע גם ללא נסיון וידע מוקדם. פורמט זה מאפשר גם לשמור על המערה עצמה שכללי האתיקה הנהוגים לרוב אינם מוכרים או ברורים מאליו למבקר הפשוט. בהרצאתנו נציג את מאפייניהם של מערות ארצנו, הפעילות האינטנסיבית המתרחשת בתחום זה, וכן מעט מהנסיון העולמי העשיר שנצבר בחקר המעמקים.



ויה פראטה – אתגר חדש בישראל

יואב רותם – יזם, מנהל תחום האקסטרים בצוק מנרה, מתכנן ומדריך טיולי ויה פראטה באירופה

מה זה ויה פראטה?

בתרגום מאיטלקית "דרך הברזל" – מסלולי טיפוס על מצוקי סלע שמאובטחים ע"י התחברות לכבל ברזל בעזרת רתמה ואמצעים מיוחדים. יש דרגות קושי שונות ואופי שונה לטיול בין מקומות שונים.

בישראל?

בשנה האחרונה אני פועל בכמה מישורים כדי לרתום את קק"ל ואת רט"ג לבנייה של מסלולי ויה פראטה באתרים שונים בישראל.

אך הסנונית הראשונה מתבצעת בפרויקט חברתי מדהים שאותו מובילים אנוכי ואלון מלאכי. אנו בונים מסלול ראשון בישראל באחד ממצוקי הטיפוס בצפון. אורכו של מסלול הטיול הוא כ-1.5 ק"מ ומתוכו 150 מ' במסלול ויה פראטה מאובטח. המסלול מעפיל כ-80 מ' אל ראש המצוק. למסלול 2 חלקים. הראשון פשוט יותר ודירוגו קל כך שיתאים לילדים החל מגיל 6 אך מהנה לכולם. חלקו השני קצר יותר אך הוא דורש יכולת טיפוס פיזית יותר ודירוגו הוא בינוני. בדרך יש מספר גשרונים להעצמת החוויה וכן נק' עצירה לתצפית וצילום. אנו בונים את המסלול עפ"י המדריך המתורגם של המועדון האלפיני הגרמני ובסטנדרטים הגבוהים ביותר.

אפשרויות העתיד:

- תיירות לבודדים וקבוצות- חווית ההעפלה לפסגת הצוק היא חוויה שנחרטת בזכרון ומסלול הויה פראטה מאפשר גם למטיילים בעלי כושר רגיל לחוות זאת.
- קבוצות טיול של משרד החינוך יוכלו לטייל במסלול לאחר שעברו הכשרה לשימוש בציוד יעודי זה בפארקי החבלים. למעשה המסלול הוא גולת הכותרת של פעילויות פארקי החבלים השונות מכיוון שהוא מציע את הדבר האמיתי בטבע.
- הליכה במסלול מאפשרת פיתוח של התחום הטיפולי. בין אם בהליכה קבוצתית ובין אם בהשגת מטרה אישית של התמודדות עם גובה, פחד ואתגר. דירוגו הקל יחסית של המסלול ורמת הבטיחות הגבוהה שנשמרה לאורכו מאפשרים גם לאוכלוסיות עם צרכים מיוחדים להנות מהרפתקאה זו. לסיום נשמח לתמיכה של כל מי שחושב שתחום פעילויות האתגר בטבע יכול להרוויח מקידום הנושא בארץ.

TED TALKS

הקפיצה הגדולה מהבטוח לשינוי / נורית בורגר ינאי

צועדים בעיניים עצומות לרווחה / דינה וסרשטיין ושמוליק להב

הסיפור ככלי עזר למטפל / צביקה צמח בר

עד הקצה ומעבר לו / גלית מישל

על אנשים ושפת הציפורים / אורי ערד

חוג גלישה וקניונינג במגזר הערבי / מוחמד ביאדסי



הקפיצה הגדולה – מהאיזור הבטוח אל איזור השינוי

נורית בורגר ינאי – נוריות אימון אישי וסדנאות
054-4511812 nuriyot@013net.net

מילות מפתח: העצמה אישית, הרפתקה ואתגר, טבע תראפיה

לפני כחצי שנה עמדתי על קורה בגובה 20 מ' והתלבטתי האם לקפוץ למטה או לא. לפני כשלוש שנים, קיבלתי הזמנה לטפס על הקילימנג'רו ואמרתי לעצמי שלא אוכל לעשות את זה. לפני כ-24 שנים התבשרתי שאני ובן זוגי נשאים של תסמונת נדירה וכנראה שנצטרך לוותר על הבאת ילדים לעולם, עמדנו בפני החלטה ששינתה את חיינו המשותפים לחלוטין. בשלושת המקרים הללו, הקפיצה הגדולה הינה בחירה אישית שלי. יכולתי גם לבחור אחרת. יכולתי וגם נשברתי בדרך. מה הביא אותי לקפוץ? מה דחף אותי לצאת למסע טיפוס? מה הביא אותי להיות אמא לחמישה ילדים למרות הכל? בהרצאה הקצרה שלי, אנסה לגעת בשאלות הללו ואנסה לברר מה עומד מאחורי ההנחייה הפשוטה לכאורה "תעשי שינוי". כמו כן, אציג את הקשר בין פעילות טבע אתגרית ליצירת הנעה לשינוי ולהגשמת מטרות בחיים.



צועדים בעיניים עצומות לרווחה – פעילות שמבוססת על אתגר של הגשמת חלומות

דינה וסרשטיין ושמוליק להב – מובילי ומייסדי קבוצת "צועדים בעיניים עצומות לרווחה"

מילות מפתח: לקויי ראייה, מתנדבים, ניצחון הרוח, הגשמת חלומות, פעילות אתגרית

פרוייקט "צועדים בעיניים עצומות לרווחה" הינו פרוייקט שנולד מאהבה במסע עם עיוורים שהובלנו, באוקטובר 2014, בהרי ההימלאיה. במסע ליווינו בהצלחה ובהרבה גאווה עיוורים לטרק ה-ABC שבהרי האנפורנה, טיפסנו לגובה של מעל 4200 מטר, עליות וירידות. במסע הזה אפשר היה לראות את ניצוץ האושר והשמחה בעיני כולם העיוורים ומלווים כאחד. ושוב נכחנו לדעת, ללא כל ספק שבעזרת הרוח אפשר לנצח כל מגבלה. במסע

הגשמנו יחד חלומות הנגשנו לעיוורים את הדרך. החלום והאמונה. באמצעות האתגר והניצחון החזרנו להם את הביטחון העצמי והאמון ביכולתם לבצע אתגרים כחד האדם. במסע טיפחנו את החוזקות הכוחות והמסוגלות שבכל אחד מהם שהתחזק דרך התהליך הקבוצתי. "הביחד" כקבוצה תרם לשינוי בפן במוטורי הרגשי החברתי והקוגנטיבי.

כשחזרנו מהמסע היה ברור לנו שאנחנו הולכים להושיט יד לעוד עיוורים רבים, כדי להגשים איתם חלומות, הבנו כי הם מסוגלים להגיע להישגים רבים כמו כולם ולעיתים אף טוב יותר, אנחנו מאמינים שהפעילות המשותפת בין עיוורים לאנשים רואים יש בה כוח טבעי שביכולתו להוות דרך יעילה לחיבור אנושי ומתגמל לשני הצדדים, ביכולתו להקנות אורח חיים מאתגר ובריא, לשפר את הכושר הגופני תוך פעילות בענפי הספורט השונים כגון ריצה, שחיה, אופניים ועוד. לראות את ארץ ישראל היפה דרך הרגליים, לחוש את הטבע, לרכוש חברים נוספים, לשנות אורח משגרת היום יום ולעסוק בפעילות המרוממת גם את הנפש והרוח. להשתלב בתחרויות ספורט ולפרוץ את הגבולות. אנו מאמינים ורוצים לשפר את איכות חייהם של לקויי הראיה בנתניה בפרט ובישראל בכלל, לשלבם כשוים בחברה הישראלית ולאפשר לכל אחד ואחת מהם, למקסם את היכולות שלו ולמצות את הפוטנציאל הגלום בו מבחינה פיזית רגשית וחברתית כאחד. פרויקט "צועדים בעיניים עצומות לרווחה" מעניק לכולנו הזדמנות להשתייך לחברה מוסרית יותר, ערכית יותר, בה יחס שווה של נתינה וקבלה. הנתינה מאפשרת לנו לבטא את האהבה לאחר. והיכולת לקבל נוסכת בנו אהבה וביטחון.

לסיכום: קבוצת "צועדים בעיניים עצומות לרווחה" הוקמה מתוך אמונה כי פעילות משותפת בין עיוורים לרואים יש בה כוח טבעי לעיוורים להגשים להם חלומות, ולסייע להם לחיות חיים רגילים ונורמליים ככל הניתן, והתגברות על קשיים פיזיים ומנטליים שאנשים רואים אינם מכירים כלל.

הסיפור ככלי עזר למטפל

צביקה צמח בר – מדריך שטח ומסעות בכפר הנוער נירים, מדריך שטח במשך שנים רבות, בתחומי החינוך המיוחד ודרך פעילות אתגרית בטבע, מזה שנים רבות מעביר סדנאות לסיפור סיפורים בהדרכה ופיתחתי מודל לשילוב סיפורים בפעילויות shv500@gmail.com 052-5239746

העברת מסרים דרך סיפור הייתה דרך החינוך העיקרית בחברות קדומות ובשבטים בעבר, הן על ידי יצירת מיתוסים כדי שהכל ילכו לאורם, והן כדרך להעברת מסרים לחינוך הצעירים. עם התפתחות הכתב והפצת ידיעת הכתיבה והקריאה והתפתחות החינוך בבתי ספר מאוחר יותר השתנו המגמות ששלטו בעולם אלפי שנים. אך עדיין אנחנו אוהבים לקרא ולשמע סיפורים וחלקנו אוהבים מאד גם לספר.

הסיפור לא עומד כדבר בפני עצמו אלא כמסגרת תומכת לפעילות עצמה והיא מהווה לחניך המאזין דרך עידוד לבטא את המתרחש בתוכו, לעשות השלכה בינו לבין גיבורי הסיפור, וכן דרך להבין תהליכים אותם עבר בפעילות אך הוא מתקשה לבטאם בדיבור סדור.

מזה שנים אני משלב סיפורים במערך הכללי של ההדרכה שלי ובעבודה עם בעלי צרכים מיוחדים ונוער במצב קיצון. בהרצאתי אביא את הדרך בה משלבים סיפור בטיפול בשטח, סיפורי מקרה ואיך שילוב הסיפור עוזר לחניך המיוחד לגלות את פנימיותו, להתמודד עם קשיים וחרדות ולפתח שיח עליהם.

מקורות

צביקה צמח בר - מערך הדרכה לסדנא - סיפור סיפורים ואגדות בהדרכת טיול זוהי ארצך - סיפורים אגדות ושירים - חוגי הסיירות ע"ש אורי מיימון צפון.
מדריך למספר המתחיל - (מתוך "the art of storytelling")
אן פילובסקי - אמנות הסיפור שבעל פה
צביקה צמח בר - סיכום פעילות דרך סיפור - עמותת אתגרים - פנימי

"עד הקצה ומעבר לו"

גלית מישל - מטפלת באומנות ומנחת קבוצות בטבע

052-8365484 galitmichel@walla.co.il

חגגתי יום הולדת 50.

החיים חייכו אלי והייתי מאושרת בחלקי:

בעל אוהב, ארבעה ילדים מקסימים, עבודה מרתקת, חברים טובים, טיולים בטבע...

יום בהיר אחד השמים נפלו. בעלי האהוב נפטר מסרטן.

התחלתי לצעוד בדרך מפותלת ומלאה במהמורות. חוויתי הצפה של תחושות ורגשות ברמה שלא הכרתי. חיפשתי דרכים שונות להתמודד ולטבע היה בהם תפקיד מרכזי: נוכח, מכיל ומאפשר. שלש שנים צעדתי בדרך המפותלת ועדין עננה של עצב, פחד וגעגוע המשיכה לרחף מעלי ומילאה את כל ישוטי. בזכות בתי הצעירה, הגעתי ללמודי טיפול באתגר והרפתקאה בוינגייט. קורס שהיה עבורי תחילתו של מסע אישי משמעותי - מגדל ומחזק.

בהרצאה זו, בחרתי להאיר את המסע שלי. ליתר דיוק, רגע מכונן בו שהתרחש במדבר.

הגעתי למדבר עם תרמיל מלא בהתרגשות, חששות ופחדים. ואכן...בצהרי היום השני חשתי שכוחותי אוזלים. החום גבר, התרמיל היה כבד, כל הגוף כאב לי והעייפות השתלטה עלי. הרגשתי מותשת. התיישבתי.... הנחתי את התרמיל הכבד על האדמה ופרצתי בבכי..... לא היה לי כוח להמשיך ללכת

אפילו צעד אחד נוסף. הרגשתי שהגעתי לקצה גבול היכולת שלי...
בהרצאה אספר איך עברתי את הקצה וגיליתי מרחבים חדשים.

על אנשים ושפת הציפורים – הגשר לסודות של עולם הטבע

אורי ערד – שפת הציפורים, שומרי הגן sfataa@gmail.com

מילות מפתח: (חיבור לטבע, ציפורים, הקשבה)

ציפורים ובעלי חיים מתקשרים באמצעות שפה משותפת. התקשורת וקריאות האזהרה עוזרות להן להימנע מסכנות, לאתר מקורות מזון ועוד. למעשה, גם אנחנו בני האדם "מתוכנתים" להבין את השפה הזו. במשך מאות אלפי שנים היו אבות אבותינו תלויים במיומנות זו כדי לשרוד מכיוון שגם הם, כמו הציפורים, היו צריכים להיות מודעים לטורפים שלהם ולמצוא מקורות מזון.

שגרת החיים בעידן המודרני והשהות הממושכת במבנים סגורים מעצימים את הניתוק מהטבע, מהעצמי ומהאחר. שפת הציפורים מעניקה חיבור עמוק, ישיר ומלא לסביבה החיצונית ולסביבה הפנימית. תרגול של הקשבה לציפורים מעצימה אמפתיה, חמלה ורגישות לעצמי ולאחר, ומשכללת את יכולת ההקשבה והמודעות. שפת הציפורים היא כלי עוצמתי לחיבור בין האדם לסביבתו. היא מאפשרת הבנת "המסר", או "הגלים" שאנו שולחים באופן מתמיד לסביבה בהתנהגות ובשפת הגוף שלנו, הציפורים תמיד תספרנה מה אנחנו משדרים לסביבתנו.

מתוך רצון להביא אל העם את החיבור פשוט, כנה ועמוק אל הסביבה פרויקט שפת הציפורים פועל תחת ארגון שומרי הגן העוסק בחינוך של מבוגרים וילדים דרך מיומנויות של ציידים לקטים, וגם תחת הארגון העולמי BLL ([Bird Language Leaders](#)) אשר שם לו למטרה להפיץ ברחבי אמריקה, אירופה ואוסטרליה ועכשיו גם ישראל את הידע העתיק של שפת הציפורים.

אנחנו מציעים קורסים וסדנאות ברחבי הארץ, תוכנית הכשרה למדריכים, יום עיון ובקרום גם ספר. פרטים ומידע נוסף באתר שפת הציפורים www.sfataa.com בסדנה נחוה הצצה קטנה את עולם הצלילים והמסרים העדינים שחולפים סביבנו כל הזמן. נקשיב לציוצי הציפורים ששמענו כל חיינו ונבין שיש שם תוכן.

מוחמד ביאדסי

מזה עשרים שנה שאני מקיים חוגי ילדים ונוער, מגילאי 11 ומעלה, לטיולי גלישה וקניונינג. החוגים כוללים מפגשי לימוד וטכניקה בכפר, ובעיקר טיולי הליכה ארוכים וטיולי גלישה וקניונינג – בארץ, ביהודה ושומרון, בירדן, בטורקיה ובארצות נוספות בחו"ל. החוגים הללו יחודיים במינם במגזר הערבי, והם מזמנים תהליכים מעצימים של למידה, גיבוש קבוצתי, והתגברות משותפת על אתגרים אישיים וקבוצתיים. נשתף ככל האפשר, במילים ובתמונות.

פוליסת שביל בטוח/COACHING
הביטחון המקצועי שלך

יורם שוורץ - סוכן ביטוח ומשפטן | טלפון : 08-9718620 \ 050-5265124 | yoram@tour4sure.co.il

