

# סיכום בעקבות סדנת ההתנסות בכנס ה- 18 של עמותת "אדם צומח" שהתקיים ב - 7 במאי 2015

## לאחות את השברים - בהנחיית ניצה דהן ונועה סניפליסקי

על השולחנות הונחו שברי עציצים רבים ושונים.

ניכר היה כי המראה לא היה נוח. הנטייה הטבעית הייתה מיד לנסות לתקן. הרי זה שם הסדנה.

\* אך החברים התבקשו לבחור צופה/מתעד לקבוצה ותחילה להיות עם השברים, להתבונן ולשוחח על התחושות ולנסות להתחקות אחר התרחשות השבר.

\* דף המשימה והמקור מ"בא במייל" - **מדריך להכנת גינות ננסיות מעציצים שבורים** יצורף לסיכום.

אחר ניסו להרכיב מהשברים גינה זעירה: בחרו שברים מתאימים, בחנו את אופן החיבור, נקודת החיבור וחוזקו. מלאו באדמה ובחרו צמחים בשרניים (סוקולנטיים) לשתילה.

ולבסוף להוסיף אלמנטים המייצגים את המסר שלהם עם חווית השבר והאיחוי.

כל התוצרים רוכזו יחד בשולחן אחד שוב תחילה התבוננו בתוצרים המגוונים, כל אחד מייצג דרך שונה להתמודד עם השבר ועם האיחוי.

כל קבוצה העלתה את התהליך שהתרחש בקבוצה: המחשבות כיווני הרעיונות, הרגשות, התהליכים ומה צף ועלה. בראייה של מטופלים ומטפלים. עם כל דיווח, חשו כמה סדנה זו מתאימה לטפול בנושא זה.

הפרשנויות והנקודות שעלו היו מגוונות ומקוריות שהפתיעו גם את המנחות. לאחות את השברים

לא קל היה למצוא את החלקים השבורים אשר ירכיבו שלם אחד.

היו שבחרו בשבר אחד גדול ובו שתלו ויצרו ממנו שלם. כאן האמירה הייתה – לצמוח מתוך השבר.

נשאלה השאלה – האם שלם הוא משהו קבוע ומוחלט?

היו ששתלו בצפיפות רבה בתוך העציץ החדש – עלתה שאלת העומס. לעתים כאשר חווים משבר יש צורך בעומס של פעילויות בכדי לשכוח, להתגבר.

היו שבחרו בצמח אחד או שניים מתוך רצון להתאושש בסביבה פחות עמוסה.



ניצה דהן רכזת הוועדה להעשרה מקצועית 0522292504 [dnitza@bezeqint.net](mailto:dnitza@bezeqint.net)

אדם צומח - עמותה לקידום מקצוע הגינון הטיפולי בישראל (ע"ר) [www.g-t.org.il](http://www.g-t.org.il)



אדם צומח

1. תחילה נמצאים עם השברים מתבוננים, מדברים על, מעלים תחושות –



2. אחר, בוחרים שברים ומנסים לחפש דרכים לאיחוי וחיבור ליצירת שלם כל שהוא, אך זה לא פשוט.



ניצה דהן רכזת הוועדה להעשרה מקצועית 0522292504 [dnitza@bezeqint.net](mailto:dnitza@bezeqint.net)

אדם צומח - עמותה לקידום מקצוע הגינון הטיפולי בישראל (ע"ר) [www.g-t.org.il](http://www.g-t.org.il)



אדם צומח



3, עתה ממלאים אדמה, מוסיפים צמחייה, מתבוננים וחושבים מה כדאי להוסיף לחיזוק האיחוי ולייצוג מסר משמעותי. בתהליר הטיפולי



ניצה דהן רכזת הוועדה להעשרה מקצועית 0522292504 [dnitza@bezeqint.net](mailto:dnitza@bezeqint.net)

אדם צומח - עמותה לקידום מקצוע הגינון הטיפולי בישראל (ע"ר) [www.g-t.org.il](http://www.g-t.org.il)



4. מסדרים תצוגת תוצרים ומתרכזים להתבוננות ושיח משתף של התחושות והחויות ובריית מטפל  
אחר ניתן להתייחס גם להיבטים של גינון ושתלנות.



ניצה דהן רכזת הוועדה להעשרה מקצועית 0522292504 [dnitza@bezeqint.net](mailto:dnitza@bezeqint.net)

אדם צומח - עמותה לקידום מקצוע הגינון הטיפולי בישראל (ע"ר) [www.g-t.org.il](http://www.g-t.org.il)



אדם צומח

## ומה עלה בשיח הסיכום?

- לפעמים נדמה כי בקלות ניתן לחבר לאורך השבר והכל יחזור למקומו כבעבר. ניסינו אך גם בשבר "דומם" לא צלח בידינו. – אכן תמיד יישאר זכר לשבר שהתאחה.
- לעיתים השבר חד ברור וחלק – כאילו האסון קרה בפתאומיות ולעיתים יש רמזי התפוררות – משמע שהיה תהליך של התפוררות ניתן היה להתכונן או לנסות למנוע את השבר.
- הכלה של השברים זה בזה ומילוי באדמה – מרמז על תהליך התחזקות, מציאת הדבק עם שאר השותפים ושאיפה ליציבות להתייחסות למציאות.
- חלק מהיצירות נעשו עם חיבור לאדמה- העציץ השבור הוא המשך של הקרקע – נשאר על הקרקע שואב מים מהסביבה ומצמיח חיים חדשים
- גינת העציצים נשארה על בסיס עגול לא יציב אך מצליחה להצמיח למרות הכל.
- בחירה במעטפת של הרבה "קליפות שברים" הסוגרת ומגנה על הגינה – משולה לצורך בהגנות רבות בעקבות השבר.
- השימוש בסרט גומי או חבל לקשירת השברים רק לזמן ההקמה או לאורך זמן משולה לצורך בתמיכה ארוכת זמן ואולי לתמיד? הרצון להשאיר את הסרט גלוי או ניסתר גם לו יש משמעות רבה לדרך ההתמודדות.
- העיצוב במפלסים, מדרגות ושבילים – מעיד גם הוא על הדרך העקלקלה העולה ומתפתלת.
- הוספת גדר, שער, בית, דמויות ובעלי חיים אף הם נותנים משמעות של הצורך בהגנה, או הזמנה לשתף ולחלוק.
- בחירת הצמחים גם היא יכולה לשוות משמעות: צמחים גדולים ורחבים או קטנים וצרים, צמחים צפופים או מיעוט צמחים, וכן שימוש בטקסטורות וצבעים שונים.
- הוספת ענפים יבשים, פרחים שלא ישרדו אלא יקשטו רק ליום – יומיים, הוספת קישוטים מלאכותיים
- התהליך היה עוצמתי, הצריך זמן בהתחלה לא ידענו מה לעשות אך תוך כדי העשייה והשיח בקבוצה התבהרו הדברים ועלו שאלות ובעיות מעשיות עמוקות יותר. היה עיסוק קונקרטי בשבר וההיקשים עלו עם התפתחות העשייה.
- החלק של להיות עם השבר להתבונן ולא לעשות דבר היה קשה אך חשוב
- גם החלק של בחירת נציג שיתעד תוך כדי העשייה את מה שעלה בקבוצה היה מוצלח.
- התוצרים יפים ושונים זה מזה, בהחלט מתאים להכין תצוגה.
- חבל שבמצב הנתון אי אפשר לקחת את התוצרים.
- יש ללמוד כיצד לטפל בגינה כזו. להשקות מבלי לגרום לאדמה להיסחף. יש לזה משמעות גם בגינון אך גם בטיפול.
- ולסיכום עלו גם הרהורים ליישום בעבודה הטיפולית. לא בטוח שכדאי לבצע פעילות כזאת בקבוצה. לעיתים אפשר לשקול לקיים פעילות של השותפים לשבר (משפחתית?)

ניצה דהן רכזת הוועדה להעשרה מקצועית 0522292504 [dnitza@bezeqint.net](mailto:dnitza@bezeqint.net)

אדם צומח - עמותה לקידום מקצוע הגינון הטיפולי בישראל (ע"ר) [www.g-t.org.il](http://www.g-t.org.il)



אדם צומח