

## "דרך מילים" – ביבליותרפיה יישומית כמנוע להתפתחות וצמיחה

### **סדנה בת שמונה מפגשים במסגרת יחידת הסדנאות, במכון מופ"ת**

היקף הסדנה: 8 מפגשים, סה"כ 28 שעות אקדמיות

היקף הסדנה: 8 מפגשים בני 3.15 ש"ע כל אחד, סה"כ 28 שעות אקדמיות

מועדי סדנת אביב תשפ"ה: ימי ראשון בשעות 18:30-21:15. תאריכים: 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 8/6,

15/6

מטרת הסדנה: הטמעת שפת הביבליותרפיה בעבודה התפתחותית ורגשית במרחב החינוכי, תוך התנסות חווייתית בתהליכי כתיבה ועבודה עם טקסטים מסוגים שונים – מעולם הספרות והשירה.

פורמט: הסדנה תיערך במתכונת מקוונת דרך הזום. ניתן להיעדר ממפגש אחד במהלך הסדנה ולקבל הקלטה.

קהל היעד: נשות ואנשי חינוך, יועצות, מנהלי תכניות פדגוגיות, מנהלי עמותות ועוד.

תקציר הסדנה: הסדנה תתמקד באופן בו הביבליותרפיה מאפשרת מגע עם העולם הפנימי, עיבוד וארגון חוויות ואירועי חיים ודיאלוג משמעותי עם עצמנו ועם הסביבה. נלמד כיצד מפגש עם טקסטים מסוגים שונים – סיפורים, שירים ועוד, עוזר לילדות. ים לפתח יכולות מנטליזציה וויסות רגשי טובות יותר וכיצד ניתן ליישם את שפת הביבליותרפיה במרחב החינוכי בעבודה פרטנית וקבוצתית על מנת לעודד תהליכי התפתחות וצמיחה. הסדנה תשלב בין תיאוריה לפרקטיקה, בין אמצעים ספרותיים והשלכתיים לבין כלים של בינה מלאכותית וכן בין התנסות אישית וקבוצתית לשם בנייה של תכנית מבוססת ביבליותרפיה לעבודה עם ילדים ונוער.

## סילבוס:

### מפגש ראשון: כוחם של סיפורים

המפגש יתמקד בעקרונות הבסיסיים של שפת הביבליותרפיה: מה מאפשרים מרחבי היצירה והדמיון, עבודה עם סיפורים ושירים ככלי השלכתי, כוחו של סיפור בארגון ויצירת משמעות. נתנסה בטכניקות שונות של כניסה הדרגתית לעולם הסיפורים והשירים כדרך ליצירת מרחב בטוח ומכיל לעבודה רגשית.

### מפגש שני : מסע הגיבור

המפגש יעסוק בתהליכים של שינוי והתפתחות כפי שהם מתגלמים במבנה הסיפורי הקלאסי. נראה כיצד ניתן להיעזר בו ובמרכיביו השונים כדי לבחון את האירועים והחוויות השונים של חיינו כמנוע לצמיחה

### מפגש שלישי: פניו השונים של האני

המפגש יעסוק במושג "עצמיים מרובים" והאופן בו אנו יכולים ללמוד ולהכיר צדדים שונים בתוכנו דרך עבודה עם סמלים, מטאפורות וארכיטיפים מעולם המעשיות, סיפורי העם והמיתוסים השונים.

### מפגש רביעי: החומרים המרכיבים סיפור.

במפגש נדבר על מסרים סמויים וגלויים בטקסט הספרותי, נתנסה בזיהוי וחילוץ תמות רגשיות ובאופנים השונים בהם ניתן לעשות בהם שימוש כדי לעודד עבודה השלכתית ויצירתית לשם גילוי וביטוי עצמי.

### מפגש חמישי: מנטליזציה, וויסות רגשי ועולם הסיפורים.

המפגש יעסוק בדרכים השונות בהן העבודה הביבליותרפיוטית מאפשרת לפתח ולהעמיק את היכולות הרפלקטיביות ואת הוויסות הרגשי. נראה כיצד, דרך כניסה לנעליהן של דמויות שונות, ניתן לפתח אמפתיה והיכרות מעמיקה יותר עם עולמנו הפנימי.

### מפגש ששי: להקשיב לקול הפנימי: הכתיבה הרפלקטיבית

במפגש נכיר את תהליכי הכתיבה הרפלקטיבית, האופן בו ניתן להנחיל ולפתח אותה לשם יצירת מרחב להתבוננות, הקשבה פנימית, וויסות של רגשות ועיבוד של אירועי חיים לשם צמיחה, התפתחות וגיבוש זהות.

### מפגש שביעי: המרחב שביני לבינך

במפגש נבחן כיצד טקסטים, תרגילי כתיבה וכלים השלכתיים יכולים ללוות ולהעמיק תהליכים קבוצתיים, לפתח את היכולת לראות את האחר ולמצוא נקודות של חיבור ושייכות ביחד עם שמירה על נבדלות וייחודיות של הפרט בתוך הקבוצה.

### מפגש שמיני: כשהסיפור מסתיים

במפגש נערוך סיכום של התהליך שעברנו בסדנה ונתמקד בנושא של מעברים, סיכומים ופרידות. נבחן את האופן בו עבודה עם טקסטים ותרגילי כתיבה יכולה לעזור לנו לעבור תהליך משמעותי ומיטיב של יציקת משמעות וסגירה של פרק שמגיע אל סיומו.



### אודות המנחה:

אפרת חבושה-פלדמן הנה מטפלת מוסמכת וותיקה בביבליותרפיה (M.A.A.T). מתמחה בעבודה טיפולית פרטנית וקבוצתית עם ילדים ונוער בחינוך הרגיל והמיוחד והוריהם ומעבירה הרצאות, סדנאות וקורסים לקהלים שונים בתחום הביבליותרפיה. אפרת מטפלת בקליניקה פרטית בראשון-לציון.

