8/2/18

דו"ח מס' 1 – נ"ר

1. בת 37, עו"ס במקצועה, עובדת במחלקת רווחה בעירייה, רווקה.
2. הסיבה לטיפול – חוסר מוטיבציה וקושי בהקמת עסק עצמאי. מעוניינת ליצור סדנאות וחוגי יצירה.
3. שימוש בסגנונות תקשורת לצורך חשיפת מקור המוטיבציה – לקח לי זמן להבין שהסגנון שלה הוא תומך, ושהיא זקוקה להמון תמיכה ודיאלוג סביב הרגשות שלה.
4. כשהבנתי שחסמתי אותה בגלל הסגנון שלי, מהו הסגנון שלה, פתחתי בסדרת שאלות לגבי התחושות והמחשבות שלה. ניסיתי ליצור שיחה תומכת ומאפשרת לפני שהגעתי ליצירת תכנית עבודה מובנית. הורדתי את טון הדיבור שלי, התקרבתי אליה ומידי פעם נגעתי בה. המתח שלה ירד והיא חשפה עוד מרחבים בהם חוסר המוטיבציה שלה מעכב אותה.
5. למדתי, ולא בפעם הראשונה, עד כמה התאמת סגנון התקשורת משפיע על השיחה ועל היכולת של המתאמן לחשוף דברים נוספים, שעל פניו, לא קשורים למטרת האימון.

דו"ח מס' 1 – ש"ר

1. בת 36, אחות במקצועה, עובדת בבית חולים, רווקה.
2. הסיבה לטיפול – אבחון סרטן השד, וקושי להתמודד עם האבחון ודרך הטיפול.
3. שימוש בסגנונות תקשורת לצורך יצירת פתיחות אצל המתאמנת.
4. בשיחות הראשונות היתה נוקשה מאוד בשיחה למרות ניסיונותיי לתת תמיכה רגשית ולהוריד את החרדה. הסתבר שזה לא מה שהיתה צריכה, היות ומקבלת תמיכה בבית מהמשפחה ומבן זוגה. היא היתה זקוקה לתקשורת יותר משימתית - לא רצתה להתקשקש ולהתייחס ברגשות, אלא לקבל הגדרות עשייה ברורות להשגת המטרה שלה, לשלב בין העבודה לטיפולים. כשהפסקתי לנסות לדבר איתה ב"תומך", קיבלתי מענה ברור יותר לאתגרים שלה.
5. למדתי, שגם במקומות בהם זה נראה ברור שצריך סגנון תומך, זה לא מובן מאליו, יש אנשים שצריכים דברים אחרים.

דו"ח מס' 1 - ע"ס

1. בת 54, מנהלת בית ספר, נשואה+3
2. הסיבה לטיפול – רצון להתגרש וקושי ביישום מול בעלה.
3. שימוש בסגנונות תקשורת – לצורך חשיפת הסיבה להתחיל בהליכי גירושים.
4. בהתחלה חשבתי שמנהלת בית ספר רוצה לקבל ליווי בתהליך הגירושים, אך היא דחתה אותי וראיתי שהיא מסתירה ממני משהו. שהחלפתי לסגנון תקשורת תומך ויצרתי אווירה מאפשרת ואוהבת, גיליתי שיש לה מערכת יחסים עם גבר אחר, ושהיא מעוניינת ליצור איתו זוגיות. החשיפה פתחה שיחה אחרת לגמרי בנושא זוגיות .
5. למדתי שלפעמים אנשים באים עם מטרה מסוימת לאימון, ובחירת סגנון התקשורת המתאים חושף מטרות אחרות לחלוטין.

15/2/18

דו"ח מס' 2 – נ"ר

1. בת 37, עו"ס במקצועה, עובדת במחלקת רווחה בעירייה, רווקה.
2. הסיבה לטיפול – חוסר מוטיבציה וקושי בהקמת עסק עצמאי. מעוניינת ליצור סדנאות וחוגי יצירה.
3. שימוש במטא מודל להבנת המטרה שלה לצורך יצירת תכנית עבודה ממוקדת.
4. באמצעות איסוף מידע, שאלת שאלות ומיקוד עם דוגמאות פרקנו את הרעיון שהיה לה לגבי העסק שהיא רוצה. אחרי המפגש היתה לה תחושה טובה מאוד כי היא הבינה בדיוק איזה עסק היא רוצה – התכנים, ימים, שעות, עלויות. זה נתן לה שקט לגביי היכולת שלה להתפרנס מהחלום שלה.
5. זה מדהים איך לאנשים יש חלום או רעיון, ולפעמים הם משתפים אנשים אחרים, אבל לא גרמו להם לחשוב איך זה ייראה בפועל ואיך זה יתנהל.

דו"ח מס' 2- ש"ר

1. בת 36, אחות במקצועה, עובדת בבית חולים, רווקה.
2. הסיבה לטיפול – אבחון סרטן השד, וקושי להתמודד עם האבחון ודרך הטיפול.
3. שימוש במטא מודל לצורך חשיפת אמונות הליבה של המתאמנת.
4. באמצעות שאלת שאלות, חשפנו את האמונה שלה שאומרת שהיא לא מאמינה בטיפול שהסכימה עליו עם אונקולוג שלה. היא לא מאמינה ברופאים וביכולת הטיפול לרפא אותה. מבחינתה נשים שהולכות לטיפול מבלי לבדוק טיפולים אלטרנטיביים בוחרות בדרך הקלה ולכן נתפסות בעיניה כחלשות. ההבנה שאינה מעוניינת במסלול הטיפול הוריד מעט את החרדה.
5. למדתי שגם אנשים ממקצועות הרפואה והסיעוד לא תמיד מאמינים בטיפולים קונבנציונליים. עצם הידיעה על המסלול שצפוי להם יכול לגרום לאנטי. צריך לבדוק עם המתאמן מהם האמונות שלו לגבי בריאות וטיפול.

דו"ח מס' 2 – ע"ס

1. בת 54, מנהלת בית ספר, נשואה+3
2. הסיבה לטיפול – רצון להתגרש וקושי ביישום מול בעלה.
3. השימוש במטא מודל לצורך אבחנה בין שתי מערכות היחסים שלה – עם בעלה ועם הגבר האחר.
4. שימוש בשאלות והשמטת הכללות ונתינת דוגמאות המאומנת הבינה כי היתה מעוניינת להישאר בנישואים שלה, אם בעלה היה מאמץ כמה ממנהגיו של הגבר האחר. המאומנת הבינה כי היא עדיין אוהבת את בעלה, והאכזבה ממנו הובילו אותה ליצור קשר חדש. ההבנה כי הגבר השני אינו כליל השלימות היתה עבורה תגלית גדולה, והיא החליטה לעצור את הליך הגירושים.
5. המודל יודע לעשות אבחנה טובה בטיפול בדילמות. מבחינתי זה הכלי העיקרי להבנת נקודת המוצא של המתאמן.

22/2/18

דו"ח מס' 3 – נ"ר

1. בת 37, עו"ס במקצועה, עובדת במחלקת רווחה בעירייה, רווקה.
2. הסיבה לטיפול – חוסר מוטיבציה וקושי בהקמת עסק עצמאי. מעוניינת ליצור סדנאות וחוגי יצירה.
3. שימוש בשפת מילטון לצורך יצירת הוראות ושתילת מסרים.
4. השימוש בתבנית סיבה ותוצאה, קריאת מחשבות ומילות הנעה, הביא אותנו ליצור תכנית יחסית פשוטה לביצוע אצל המתאמנת. בגלל בעיית המוטיבציה, משפטים במפרידים בין הפעולות הפשוטות שתעשה לעומת התוצאות המובהקות שתקבל, הצלחתי ליצור מוטיבציה בסיסית. מסרים של יצירת הנעה לפעולה יצר דחף אצלה לעשות דברים קטנים שיקדמו אותה.
5. לפעמים מסרים ערטילאיים שיכולים לדבר לכל אדם, יכולים ליצור בייבי סטפס אצל מאומנים רצון לנוע לעבר המטרה שלהם. לא יודעת כמה זה יחזיק.

דו"ח מס' 3- ש"ר

1. בת 36, אחות במקצועה, עובדת בבית חולים, רווקה.
2. הסיבה לטיפול – אבחון סרטן השד, וקושי להתמודד עם האבחון ודרך הטיפול.
3. שימוש בשפת מילטון לצורך הסכמות וחיבור
4. תבניות של פעלים לא מוגדרים וחיסרון הדובר הביאו אותנו בשיחה להעצמה של המאומנת כלפי הדרך שבחרה לעצמה להתמודד עם המחלה. המסר שרק היא יודעת מה טוב בשבילה והיא מכירה את הגוף שלה הכי טוב, נתן לה לגיטימציה להמשיך בדרך שלה.
5. למדתי שהעצמה והוקרה נותנת כוח אמיתי.

דו"ח מס' 3– ע"ס

1. בת 54, מנהלת בית ספר, נשואה+3
2. הסיבה לטיפול – רצון להתגרש וקושי ביישום מול בעלה.
3. שימוש בשפת מילטון לצורך יצירת הוראות ושתילת מסרים.
4. תבניות פעלים לא מוגדרים וסיבה ותוצאה הובילו לשיחה זוגיות ואהבה והערכים אותם היא רוצה להביא בנישואים שלה. מטרת המסרים היתה להבהיר כי זוגיות טובה היא תוצאה של עבודה קשה ותקשורת בין בני הזוג.
5. בסך הכל, הכלי יכול לעזור בעיקר בסיכום מפגש, ובמפגשים קבוצתיים.