

המרכז הישראלי לטיפול ממוקד פתרון

בואו נדבר פתרונות

פותרים אפשרויות בשיחה הטיפולית

הכנס הראשון בישראל לטיפול ממוקד פתרון

יום שישי | 15 בינואר 2027 | 08:30-13:00

MY Campus | הלח"י 21, בני ברק



לפרטים ולהרשמה לכנס

isfbt.com/sfbt

תוכנית היום

08:30-09:15	התכנסות
09:15-09:30	דברי פתיחה
09:30-10:00	סימולציה חיה
10:00-10:15	הפסקה ומעבר למושבים

סבב מושבים ראשון

שעה	חדר 1	חדר 2
10:15-10:30	ד"ר ירון יגיל מחמאות בתרפיה ממוקדת פתרון	מיה זילברבוש פיתוח עובדים וצוותים בגישה ממוקדת-פתרון
10:30-10:45	גבריאלה הודס שיחות ממוקדות פתרון בטיפול בגמגום	ד"ר יורם גלי שיחה לאחר אירוע עם צוות הודעת נפגעות
10:45-11:00	שאלות ושיח משותף	שאלות ושיח משותף
11:00-11:15	הפסקה	

סבב מושבים שני

שעה	חדר 1	חדר 2
11:15-11:30	עידן שחר-אלבז הוא ביקש שהכול יחזור להיות כמו קודם. מה שואלים עכשיו?	הדס מניס-סטאמקר עבודה עם הורים במצבי ניכור
11:30-11:45	אביבה ססקין-הולמקוויסט אני פה בגלל שהכריחו אותי	מיה זילברבוש ביחד זה אפשרי - בונים חוסן קהילתי
11:45-12:00	שאלות ושיח משותף	שאלות ושיח משותף
12:00-12:30	הפסקה ומעבר למליאה	
12:30-13:00	סיכום וסיום	

הרצאות ותקצירים

1. אני פה בגלל שהכריחו אותי

אביבה ססקין-הולמקוויסט

2. מחמאות בתרפיה ממוקדת פתרון - מאסטרטגיה ועד "אי-ידיעה"

ד"ר ירון יגיל

3. שיחה לאחר אירוע עם צוות הודעת נפגעות

ד"ר יורם גלי

4. הוא ביקש שהכול יחזור להיות כמו קודם. מה שואלים עכשיו?

עידן שחר-אלבז

5. בין מתבגרים מנוכרים להוריהם

הדס מניס-סטאמקר

6. פיתוח עובדים וצוותים בגישה ממוקדת-פתרון

מיה זילברבוש

7. ביחד זה אפשרי - הורים, ילדים וותיקים בונים חוסן קהילתי בגישת SFBT

מיה זילברבוש

8. איזה הבדל זה יעשה? שיחות ממוקדות פתרון בטיפול בגמגום

גבריאלה הודס

איך יוצרים שיתוף פעולה גם כשהמטופל לא בחר להגיע לטיפול?

אני פה בגלל שהכריחו אותי

אביבה ססקין-הולמקוויסט

כולנו פוגשים אנשים שמגיעים לטיפול כי מישהו אחר שלח אותם: בן או בת זוג, הורים, ילדים, קציני מבחן, עובדות סוציאליות לחוק נוער ועוד.

בגישה הממוקדת פתרון המפגש הראשון תמיד מתחיל בהזמנה לבניית פרויקט משותף סביב השינוי שאליו המטופל מעוניין שהטיפול יוביל. תיאור השינוי המבוקש יהווה בסיס לחיפוש אחר רגעים שבהם השינוי כבר קורה.

השאלה היא כיצד ניתן לעשות זאת כאשר האדם אינו מציג שאיפה כלשהי לשינוי, ולעיתים אף אינו רואה בעצמו בעיה. יתרה מזאת, לפעמים השינוי היחיד שהוא מעוניין בו מוגדר כשינוי אצל מישהו אחר.

בהרצאה זו נבחן כיצד ניתן, כבר בפתיחת הטיפול, ליצור בסיס לשיתוף פעולה ולבנות פרויקט משותף גם במצבים מורכבים אלה.

מחמאות בתרפיה ממוקדת פתרון - מאסטרטגיה ועד "אי-ידיעה"

ד"ר ירון יגיל

מחמאות בגישה ממוקדת הפתרון (SFBT) אינן אקט של נימוס או ניסיון לייצר אווירה נעימה בלבד, אלא כלי התערבות קליני ואסטרטגי. מטרתן המרכזית היא כפולה: מחד, להגביר את יכולת התמרון של איש המקצוע בניווט עוקף-התנגדויות; ומאידך, להעצים את המטופל על ידי "הארת" משאביו ופתרונותיו הפנימיים, תוך החזרת האוטונומיה והאחריות לידיו.

עם זאת, הפרקטיקה טומנת בחובה סיכונים מקצועיים ואתיים. מחמאות דקלרטיביות או לא-מדויקות עלולות לסתור את עקרון "אי-הידיעה" המאפיין את הגישה ממוקדת הפתרון, בכך שהן מציבות את המטפל בעמדת ה"מומחה" השיפוטי. כמו כן, שימוש שגוי במחמאה עלול להיתפס כמניפולציה, להוביל לשאננות, או לפגוע במטופלים בשל חוסר התאמה למבנה הערך העצמי שלהם או להקשר התרבותי שבו מחמאה ישירה עלולה לעורר מבוכה והתנגדות.

אופי המחמאה ותפקידה משתנים לאורך ציר הזמן הטיפולי. בשלב הפתיחה היא משמשת לאשרור חוויית הלקוח ובניית אמון. בשלב האמצע היא מסייעת בשימור מוטיבציה ובהתמודדות עם חוסר שיתוף פעולה, לרוב מתוך אימוץ "עמדה נמוכה" (One-Down Position) המרככת את ה"התנגדות" - מונח שהגישה ממוקדת הפתרון אינה מחבבת. בסיום התהליך היא משמשת כ"מראה" המשקפת את פתרונות המטופל ומקבעת את השינוי, ברוח הגישה שמקדם מכון BRIEF שבלונדון, אנגליה.

כדי להתמודד עם הדילמות האתיות והתרבותיות ולשמור על צניעות טיפולית, הגישה משכללת את השימוש במחמאות באמצעות "מרחיבי שיחה" (Conversation Expanders) ושפה מהוססת (Hedging). כלים אלו מאפשרים לחולל שינוי, לייצר העצמה ולגלות כוחות מתוך דיאלוג בגובה העיניים, סקרנות ושיתוף פעולה.

שיחה לאחר אירוע עם צוות הודעת נפגעות

ד"ר יורם גלי

צוותי הודעת נפגעות נדרשים לבצע משימה מורכבת ורגישה, העלולה לחשוף את חבריהם לטראומטיזציה משנית.

המאמר מציג מודל ל"שיחה לאחר אירוע" עם צוות הודעת נפגעות, הנשען על שלוש תשתיות מרכזיות: הגישה הממוקדת-פתרון, תפיסת הצוות כישות וכגורם המטופל, והכוונה לבניית חוסן אישי וצוותי ולצמיחה מתוך האירוע. בניגוד לגישות המתמקדות בעיקר בעיבוד הקושי ובמזעור הנזק האפשרי, המודל מציע מעבר לפרדיגמה המדגישה כוחות, משאבים, הצלחות, למידה וצמיחה פוסט-טראומטית.

השיחה מתקיימת עם חברי הצוות יחד, לאחר מסירת ההודעה, ומורכבת משלושה סבבים. בסבב הראשון מתארים חברי הצוות את השתלשלות האירוע ובונים תמונה משותפת של ההתרחשות. בסבב השני הם מוזמנים לשתף במחשבותיהם וברגשותיהם, תוך מתן אפשרות לשיחה ישירה ביניהם ולהכרה בחוויה המשותפת. הסבב השלישי מתמקד בהצלחת הצוות בביצוע המשימה, בזיהוי הכוחות, היכולות והמשאבים שסייעו לו, ובהפקת למידה שתוכל לשמש את חבריו במצבים עתידיים.

המודל מדגיש כי טיפול צוותי שונה מטיפול פרטני או קבוצתי, ומחייב הבנה של הצוות כישות בעלת תהליכים, משאבים ויכולת התפתחות משלה. יישומו עשוי לתרום לא רק לצמצום השפעותיה של טראומטיזציה משנית, אלא גם לטיפול תחושת מסוגלות, תמיכה הדדית, חוסן וצמיחה בקרב חברי הצוות. לפיכך, מומלץ לשלב תפיסה זו בהכשרתם של אנשי מקצוע ושל צוותים הפועלים במצבי אובדן, שכול וחירום.

הוא ביקש שהכול יחזור להיות כמו קודם. מה שואלים עכשיו?

עידן שחר-אלבז

עבודה ממוקדת פתרון עם מטופלים המתמודדים עם מציאות שאינה עתידה להשתפר.

אחד הצעדים המרכזיים בטיפול ממוקד פתרון הוא להזמין את המטופל לתאר את "העתיד המועדף" שלו: כיצד הוא היה רוצה שחיי ייראו בעקבות הטיפול, מה יהיה שונה ובאילו סימנים קטנים יוכל להבחין שהדברים נעים בכיוון הרצוי לו. תיאור זה מעניק לטיפול כיוון ומסייע לזהות צעדים אפשריים בדרך אליו.

אך מה קורה כאשר העתיד שהמטופל מייחל לו, למשל החלמה או חזרה לחיים כפי שהיו, אינו צפוי להתממש? כאשר המחלה צפויה להתקדם והמטופל חווה את המציאות כאובדן בלתי הפיך?

במצבים אלה מטפלים רבים חווים מבוכה מקצועית. האם נכון להמשיך לשאול על עתיד מועדף? כיצד ניתן לטפח תקווה מבלי להכחיש את המציאות? והאם טיפול ממוקד פתרון נותר רלוונטי גם כאשר ה"פתרון" אינו אפשרי?

בהרצאה אציג תובנות מתוך עבודתי עם אנשים המתמודדים עם מחלות נוירולוגיות מתקדמות, ובהן ALS. באמצעות תיאורי מקרה קליניים אראה כיצד דווקא המפגש עם מציאות שאינה צפויה להשתנות מזמין לחשוב מחדש על מושג העתיד המועדף, ולהרחיב אותו מעבר לרעיון של ריפוי או היעלמות הבעיה.

ההרצאה תציע מסגרת חשיבה קלינית לעבודה במצבים שבהם העתיד המועדף אינו נראה לעין, ותציג דרכים שבהן ניתן לסייע למטופלים לזהות עתיד מועדף שאינו תלוי בשינוי המציאות, אלא באופן שבו הם מבקשים לחיות בתוכה. בדרך זו אבקש להציע קריאה מחודשת של אחד ממושגי היסוד של הגישה הממוקדת פתרון, ולפתוח דיון על משמעותו במפגש עם מחלה, אובדן ומצבי חיים בלתי הפיכים.

בין מתבגרים מנוכרים להוריהם

הדס מניס-סטאמקר

הורים מנוכרים, הסובלים מניתוק קשר של ילדיהם עמם בעקבות גירושים בקונפליקט גבוה, משתמשים במפגשים במילים שקשורות לשכול, שבי, חוסר אונים ומבוי סתום.

גישת SFBT מציעה להורים שפה שבה ניתן לדבר על משהו אחר מלבד המבוי הסתום. כבר מרגע הדיבור על העתיד המועדף וסימניו - למשל, "הילד יתקשר וירצה להיפגש איתי" - ניכרת תזוזה בפרספקטיבה של ההורה, ממצב "חסר מוצא" אל "מצב זמני", דבר שמפיח בהורה תקווה ואנרגיה.

לאחר מכן אפשר לדבר על עמדות הוריות מועילות, על מה שחשוב להורה ועל סימנים בעצמו ובאחרים סביבו שיראו לו שהוא מתקדם בכיוון הנכון, או על הצלחות קטנות בעבר שניתן להפיק מהן למידה רבה.

סילום עוזר להורה להתמקם ביחס לנס, והשיח סביב הדירוג יכול לנוע בין "איך זה קרה?" - במידה שעדיין יש שרידי קשר עם הילד - לבין "איך אתה מצליח לשרוד את זה?" - במידה שהורה מציין שהוא על 0 או מינוס. הדבר מאפשר להורה להישאר בחיים, להיפגש עם כוחותיו ולהעריך אותם. עבודה מתמדת על כוחות ומשאבים עוזרת להורה לשים לב לאזורים שבהם הוא ממש חי ולא רק "שורד".

בהרצאה אדגים כיצד טיפול ממוקד פתרון מסייע להורים מנוכרים להיות עמידים יותר בפני מצבים סבוכים במשפחה, כולל עוינות ופרובוקציות, להפסיק את מעגל השיח המתנגח, להפוך ל"מנהלי התקשורת במשפחה", ובכך לסייע לילדיהם לחזור לקשר איתם ללא הפעלת כוח ומרצונם החופשי.

איך מזהים את מה שכבר עובד והופכים אותו למנוע של שינוי?

פיתוח עובדים וצוותים בגישה ממוקדת-פתרון

מיה זילברבוש

גישת ה-SFBT - Solution Focused Brief Therapy - נולדה בחדר הטיפולים. עם זאת, ההנחות והעקרונות העומדים בבסיסה רלוונטיים לא פחות גם לעולם הארגוני. ההרצאה תתמקד באופן שבו שימוש בגישה, גם מחוץ לחדר הטיפולים, יכול ליצור שפה ארגונית פשוטה, אנושית ואפקטיבית לפיתוח עובדים וצוותים; שפה המאפשרת לכל אחת ואחד לראות לא רק את עבודתו, אלא גם את עצמו וגם את הצוות שהוא חלק ממנו.

אחת ההנחות המרכזיות בגישה היא שהשינוי המועדף כבר מתרחש בהווה, ולו גם ברגעים קטנים. כאשר ממלאי התפקידים מזהים את אותם רגעים ואת מה שהם עצמם עושים כאשר הדברים עובדים היטב, מתאפשר להם להמשיך ולבנות עליהם ולנוע בכיוון החשוב להם בתוך הארגון.

בהרצאה אדגים כיצד הנחות אלה מתורגמות לעבודה מעשית בהנחיה ובליוי של בעלי תפקידים בארגון, וכן בעבודה עם צוותים. אתמקד באופן שבו שאלות, שיחות והפניית תשומת הלב למה שכבר עובד יכולות לתרום להתפתחות, לאחריות ולמעורבות, מבלי שהצורך בשינוי יחייב קודם כול להגדיר ולנתח את כל מה שאינו עובד.

ביחד זה אפשרי - הורים, ילדים וותיקים בונים חוסן קהילתי בגישת SFBT

מיה זילברבוש

כיצד מתרגמים את עקרונות הטיפול ממוקד הפתרון לעבודה קבוצתית? כיצד הופכים את הנחות היסוד, השאלות והכלים של גישת ה-SFBT למתודות יצירתיות וישימות, המאפשרות למשתתפים לזהות כוחות, לגלות הצלחות, להרחיב אפשרויות ולחזק את תחושת המסוגלות והחוסן?

המושב עוסק ביישום הגישה ממוקדת הפתרון בסדנאות חוסן קהילתיות עם אוכלוסיות מגוונות - דיאדות הורה-ילד, אזרחים וותיקים, קבוצות נשים ועוד - ומתבסס על ניסיון רב בעבודה ביישובי עוטף עזה.

במהלך המושב יוצגו מתודות קבוצתיות ייחודיות, הנשענות על עקרונות מרכזיים של הגישה: התמקדות במה שעובד, זיהוי חריגים והצלחות, גילוי משאבים וכוחות, הרחבת אפשרויות ובניית תמונת עתיד מועדפת.

לצד המתודות תוצג שפה קבוצתית ייחודית שפיתחתי, המתרגמת את עקרונות הגישה למושגים נגישים, פשוטים ויצירתיים, כגון "כוחות-על". שפה זו מאפשרת להנגיש את החשיבה ממוקדת הפתרון לקהלים שונים ולהפוך אותה לכלי חי בתוך תהליכים קבוצתיים וקהילתיים.

המושב יהיה מעשי ויישומי, בדגש על "הלכה למעשה". המשתתפים יכירו מגוון כלים ומתודות, יתנסו בהם וילמדו כיצד להתאים אותם לאוכלוסיות שונות וכיצד לבנות באמצעותם תהליכים קבוצתיים וקהילתיים - תוך שמירה על הרוח, השפה והעמדה של ה-SFBT.

המטרה היא לצאת מהמושב עם ארגז כלים מעשי, רעיונות חדשים ואפשרויות נוספות ליישום הגישה בעבודה קבוצתית וקהילתית.

איזה הבדל זה יעשה? שיחות ממוקדות פתרון בטיפול בגמגום

גבריאלה הודס

כאשר ילדים שמגמגמים והוריהם פונים לטיפול, פעמים רבות הם חולקים את אותה תקווה ראשונית: שהגמגום ייעלם. אף ששטף הדיבור עשוי להשתפר, לא תמיד ניתן להעלים את הגמגום, והתייחסות לכך כמדד היחיד להצלחת הטיפול עלולה להיות מצמצמת מדי.

לכן, הטיפול עשוי לשאוף גם לסייע לילד להפוך למתקשר מיומן ובטוח בעצמו, להשתתף באופן מלא יותר, לפתח ביטחון וחוסן ולהתמודד עם תגובותיהם של אחרים. מטרות נוספות עשויות לכלול הפחתת השפעת הגמגום הן על הילד והן על הוריו; הקניית ידע ומיומנויות מעשיות להורים; ויצירת סביבה התומכת בילד כמכלול, בגמגום שלו ובתנאים העשויים לקדם שטף. טיפול ממוקד פתרון (SFBT) מציע דרך מכבדת ושיתופית להרחיב את תקוותיה של המשפחה, ולהמשיך ולהכיר בחשיבותם של החששות שהביאו אותה לטיפול.

באמצעות תיאור מקרה קליני, הרצאה זו תמחיש כיצד אני משלבת SFBT בעבודתי עם ילד שמגמגם ועם הוריו. יוצגו בה שאלות על התקוות הטובות ביותר, תיאורים של העתיד המועדף, שאלות סולם ושיחות על התמודדות, יוצאים מן הכלל, כוחות ומשאבים קיימים.

תיאור המקרה ידגים כיצד שיחות ממוקדות פתרון סייעו למשפחה להבחין בהתקדמות שמעבר לשינויים הנצפים בגמגום. שינויים אלה כללו עלייה בביטחון ובהשתתפות, פתיחות רבה יותר סביב הגמגום, תגובות הוריות מועילות יותר ומודעות הולכת וגוברת ליכולותיו של הילד, למשאביו ולחוסן שהוא מפתח.

המשתתפים יצאו מן ההרצאה עם דוגמאות לשאלות ממוקדות פתרון ורעיונות מעשיים שיסייעו לילדים שמגמגמים ולהוריהם לפתח תקוות רחבות יותר ובעלות משמעות אישית ביחס לטיפול.

תודה שבחרתם להיות איתנו

אנחנו מקווים שהיום הזה יציע שאלות חדשות, אפשרויות חדשות וחיבורים מקצועיים שימשיכו גם אחריו.



המרכז הישראלי לטיפול ממוקד פתרון

isfbt.com