



דווח של איתן בירנבאום על עבודה קבוצתית בצפון יחד עם יאיר עמנואל - 27.7.2006

להלן סיכום נתונים מתוך דפי הציור והכתיבה של המשתתפים בשתי קבוצות EMDR באחת הערים בצפון. כל קבוצה התחילה עם שיחה על הבעיות שחווים המשתתפים ודרכי ההתמודדות שלהם עם בעיות אלו, אח"כ לימדנו את המשתתפים על EMDR ותהליכי העיבוד של טראומה, ואת חיבוק הפרפר וטיפול בשיטות לגירוי דו-צדדי. נערכו 4 ציורים (המהירים ציירו יותר), ובין ציור לציור בוצע גירוי בילטרלי. **ציור ראשון:** מקום בטוח. **ציור שני:** האירוע הכי קשה + רמת ההפרעה כעת (SUD). **ציור שלישי:** מה מרגישים או מה עולה עכשיו. **ציור אחרון:** העתיד בלי הבעיות + SUD. לסיום עוד גירוי בילטרלי + רכבת טפיחות שבם + סיפור תרפויטי.

קבוצה 1 התקיימה במקלט של בלוק דירות שנפגע כמה שעות קודם לכן מפגיעת רקטה:

גיל/מין	מקום בטוח	אירוע	SUD#1	מה עולה	עתיד SUD#2
12 ז	בשבילי הכי בטוח זה מקלט	קטיושה-בום	9.5	קצת בטוח	"יש!"
9 נ	לונה פארק	קטיושה-דם	10	"אני מרגישה נעים" (אין ציורים)	
70 נ	עם המשפחה בדרום	אני לבד עם ילדה חולה	10	(ציור בלגן) שיהיה ככה-ככה טוב	
18 ז	הבית	קטיושה-נפגעים	6	מצוין	בטוח 0 שמח "הרגשה 10"
49 נ	סירה שטה	ציור בלגן	10	ציור ?	נוף, חיוך
15 ז	ציור ?	קטיושות על בתים	10	ציור ?	ציור ? 5
11 ז	שדה וים, מקלט	קטיושה	10.5	ציורים מקושקשים	
40 נ	פרחים	קטיושה	5	ציור ?	פרחים
6 נ	(ציירה והשתתפה כל העת, אין דפים שלה)				
כ-50 ז	(צייר והשתתף כל העת, אין דפים שלו)				
50 נ	עץ, כלב	טיל	5	אנשים נותנים ידיים	יהיה מצויין

קבוצה 2 – מקלט ציבורי יותר מסודר, נפילת טיל ונזק לא רחוק כמה שעות קודם, בומים תוך כדי הקבוצה

גיל/ מין	מקום בטוח	אירוע	SUD#1	מה עולה	עתידי SUD#2
49 נ	נ קוראת תהילים ביטחון בה'	קטיושה על בית של ---	10	פרחים שנשראללה יחטוף קטיושה בגוף, אמן	0
41 נ	שמש, לב	טיל, רעש	10	אדם ליד שולחן, חיוך פרח	6
25 נ	בית	?	3	בסדר, חתול, בית של אימא	3
35 נ	שמש, ים...	מעוף טילים	7	נרות	1
46 נ	הרים, יער	קטיושות, נסראללה	10	מלחמת עולם 3 ילדה, פרח הכחדה האנושות	5
? ?	סירה שטה	קטיושות על בית ?		סירה שטה, עציץ פורח	
21 נ	ציור בית, עץ, רחוב	אין יותר בדף,		אבל השתתפה עד קרוב לסוף	
27 נ	עיר באירופה נסיעה לחו"ל	קטיושה על בית	10	אין יותר בדף, אבל השתתפה עד קרוב לסוף	
4 נ	ציור אחד ?				
15 ז	נוף עיר	לא בית, מקלט	7	נסראללה מקבל סבין בראש Happy...	
52 נ	?	מפחיד מאוד... בית הרוס אצלנו	10?	יותר ביטחון בבית עם המשפ', ס? שיהיה שלום ושקט	
53 ז	TV-משחק מבבי	קטיושה על בית	10?	ספינה שטה להיות אחרי כל זה, ס? שיהיה רגוע...	
50 נ	בית ברחוב מסודר	טילים על בית	10	ציורי כלים (סולידיים, מכילים) ?	
? ?	בית	מטח קטיושות בית הרוס	8	הפסקת מלחמה בהקדם, בריאות ושלום ?	

מסקנות:

סה"כ תגובות חיוביות אצל הרוב הגדול, בזמן קצר

קשה לאסוף נתונים מכולם, אם רוצים לחקור צריך להקפיד יותר ע"י פיקוח אישי (חברי צוות ניגשים לכל משתתף ורואים אם ענו בהתאם לשאלות בכל צעד, ועוזרים לפי הצורך). יש סינון עצמי של משתתפים, כאלה שלא מצטרפים, שצופים מן הצד (אולי מקבלים משהו), צריך למנוע הפרעות (אבל קשה לשלוט בטלפונים בעקבות נפילת טילים באזור). קשיים עם הבנת סולם ה-SUD, לשקול שימוש בסולם יותר טבעי עבורם:
 $0 =$ הרגשה רעה, $10 =$ טובה
להכין פוסטר (פלקט) של סולם ה-SUD ולהסביר לפני שמתחילים.
להביא תופים אם רוצים לנצל עד הסוף את החיבור לכוחות שנותן הטיפוף.
ציפיות מציאותיות, לקבל תגובות אקולוגיות.