

# אתגרים בהקמת גינה טיפולית – הקשבה נוכחת לאדם ולאדמה

**מרכז מ.ט.ר.ה.** הוא מרכז טיפולי של עיריית הרצליה. למרכז מגיעים ילדי העיר לטיפולים רגשיים ולהוראה מתקנת. המרכז מציע טיפולים בתחומים מגוונים: יצירה והבעה, ביבליותרפיה, צילום, תנועה, בעלי חיים ועוד. הטיפול הוא פרטני לרוב ונמשך לאורך כל השנה. כחלק ממנו מתקיימות במהלך השנה גם כ- 8 גם שיחות ליווי עם ההורים.

הגענו למרכז מ.ט.ר.ה., שתי סטודנטיות, באביב 2014, לפגישה עם תמר גשרי אלון מנהלת המרכז: עדי סגל ואני חיפשנו מרכז טיפולי שנוכל לתכנן עבורו גינה טיפולית, כחלק ממטלות הלימודים שלנו. מספר חודשים קודם לכן כבר התחלתי את עבודתי במקום, בתוך חדר קטן מאד. העבודה נעשתה במיכלים ועציצים ובכיסוי שתילה, שתליתי בחניון הקטן.

הצגנו "ראיון לקוח" לתמר ותשובותיה לימדו אותנו על הדומה והשונה בינינו. ההכרה של השונות והדמיון היוותה בסיס טוב ובריא לדיאלוג מתמשך: כשכל אחד מהמשתתפים מכיר את עצמו ואת הצרכים שלו, הוא פנוי יותר להכיר את השני ואנו הרגשנו שזהו מקום נכון לצמוח ממנו. תמר פתחה את ליבה ובעיקר נתנה את ההרגשה שהיא סומכת עלינו ושהעיקרון המנחה הוא הקשבה: וכך התוכנית קרמה עור וגידים ובסוף יולי 2014 החלו עבודות ההקמה של הגינה.

במאמר זה נסקור בקצרה חלק משיתופי הפעולה והחיבורים שנעשו ונעשים, על מנת להקים ולקיים את הגינה הטיפולית.

הגינה ממוקמת בשכונת ויצמן בהרצלייה. עם הגינה ובתוך הגינה מתקיימים יחסים רבים הכוללים את השכנים- להם גדר משותפת לגינה ממזרח ומדרום - את הקהילה המגובשת של תושבי השכונה, מבנה סמוך צמוד של יחידה אחרת של העירייה, את מחלקת הגינן שמכירה ורגילה לטפל בשטח ה"ל", את מחלקת התחזוקה, את פנים המבנה בו עובד צוות המטפלות, ואת שטח האדמה בחוץ, חצר הגן: מקום ששימש כגן ילדים ובאדמתו אוצרות, שילדים הטמינו לפני 30 ו-40 שנים – מטבעות, כפות, בובות. יש שפע של חיים בשטח: שיחים ותיקים מאד של היביסקוס ופיטוספורום, עצי רימון ועץ זית שנותן מופע מרתק וייחודי של צמיחה לגובה (החיים בצמידות לצאלון המאסיבי מחייבים אותו להתגמש), משפחה של תוכי דררות, מיינות ועורבים על עץ הברוש הענק שבכניסה, חתולים, שהם בעלי הבית העיקריים ולמעשה קובעים את הטון, תטולות של גמלי שלמה על קיר המבנה. וזה חלק קטן מאד מההתרחשויות. מעגלי הקשרים בגינה מתרחבים ומצטמצמים, מתעגלים ומתקשים. זו תנועה במרחב.

## השאיפה היא ליצור ולאפשר מקום בו יתכנו קשרים דיאלוגיים בין כמה שיותר גורמים.

הגינה - עוד לפני שהפכה ל"גינה טיפולית" - סיפרה לנו ללא מילים, בענווה, סיפור של קשרים קיימים ואיזון. עדי ואני ניסינו לנהוג בשטח בכבוד ובהקשבה, כך שהאלמנטים שנוסיף לשטח יתחברו ויצרו זיקות וקשרים עם האלמנטים הקיימים.

חשבנו שנכון יהיה שהגינה הטיפולית תתגבש לא כקטגוריה מובחנת, אלא בתוך קונטקסט (הקשר). חלק ממהו וביחס למישהו. האתגר: הגינה כמקום פרטי ומרחב טיפולי שמור מחד ומאידך, קיום מקום המתייחס לסביבתו.

העבודה נעשתה בשתי פעימות: שלב א' באותו הקיץ ושלב ב' בקיץ האחרון, באוגוסט 2015. את ביצוע העבודות הובילו אמיר אלרון ויונתן בראומן. יונתן הוא בעצמו מטפל בעזרת גיבון עם אוכלוסיות מגוונות ומקים גינות קהילתיות מעצימות. אמיר הוא מומחה לאגרואקולוגיה עירונית וחינוך לקיימות ומקים גינות ברוח זו. אל הגינה הצטרפה דניאל שטרן, מטפלת באמצעות גיבון, בת המחזור שלנו.

## ההקמה

בשלב א' הוקמו 20 ערוגות פרטיות, חממה, מערכת השקיה, ספירלת תבלינים, פירמידות הוכברג וקירות ירוקים ממשטחי הרמה.

בשלב ב' הוקמו ערוגות מוגבהות מונגשות לגימלאים, בריכה אקולוגית, שביל תחושת, גדר, והתווספו פירמידות ורטיקאליות וכיסי שתילה.

במהלך השנה נוספו גם שער וגדרות, תאורת לילה, אזור מקורה עם מחסן, שידה לחומרים צמחיים וכלי עבודה, ועוד.

ניסינו ביחד לשמר בגינה המוקמת את יכולת ההכלה, שהיא אפשרה מעצם קיומה ואת הרוגע שהיא משרה. כלומר להצליח לגעת בה בלי לקלקל אותה. עבודת ההקמה הייתה תוך תכנון משותף ושיתוף פעולה. המפגש בין המשתתפים משמעו היא להיות מושפע ולהשפיע בו זמנית. וכך על האדמה הוקמו והוצבו אלמנטים, באופן שונה וחדש מזה שכל אחד תכנן מלכתחילה. המפגש בינינו הוליד משהו חדש ומרענן עבור כלנו.

## הוויה וממשות בכפיפה אחת

באופן אישי, התחושה שלי עם כניסתי לגן הייתה של ניתוק מהמציאות. את זה רציתי לשמר, אך לאפשר לצד החוויה של הניתוק גם אפשרות לחזרה. לבחירה. כך, יש מי שיחווה "זמן אחר" בגינה ולעומתו יש מי ש"ייקח רעיונות מהגינה" וישם אותם בגינתו. כמובן, אלו שני ביטויים שיכולים להתקיים אצל אותו אדם בזמנים שונים.

בחשיבה על הצבת האלמנטים, הן בשלב ההקמה והן בשינויים היומיומיים, יש גם התייחסות לדיאלוג ולקשר בין ה doing ל Being. המרחבים בגינה מתקשרים אחד עם השני, אנחנו המטפלות משנות אותם, הילדים מזיזים אותם. שאלנו: עד כמה יש בגינה DOING פונקציונאלי-ממשי, וכמה יש BEING הווייתי, יצירתי? בית עץ בגינה הופך לבית מגורים למשפחה, מערום עצים - לבית מלון לחרקים. ערסל - כמקום לחלימה, הרהור, מנוחה

והתבוננות, מול ערוגות גידול אינטנסיביות. הגינה במהותה מאפשרת את שני הממדים האלה – של העשייה ושל ההוויה. שני ממדים אלו מתקיימים בגינה באופן עדין ושברירי. בשעה אחת, עלי העץ שנושרים יהפכו בגינה לחומר יבש "ויעיל" שמכסה שכבה רטובה בקומפוסטר ובשעה אחרת, יהיו כר מנוחה "דמיוני" שמכין ילד עבור חתולי הגינה. בטיפול חשוב לבדוק את היחסים של ממדים אלו אצל המטופל-משתתף שלנו.



## גדר מגדירה

האם צריך גדר? האם צריך שער? מתי השער פתוח? מי המשתתף שסוגר אותו?

בתחילת הדרך לא היה שער לגינה הטיפולית. השער כקו גבול העסיק אותי רבות: האם הצבתו תיצור "אני" מול "אחר" כקריאה למונולוג? בהמשך ההתפתחות שלי כמטפלת הבנתי את חשיבותם של השער, כמו גם של הגדר, כמגדירים את אופי היחסים בין המשתתפים. ללא שער (ועם חבל שמסמן "סגור"), הורים היו נכנסים לטיפול וילדים



היו מציצים לגינה. השער איפשר הגדרה של אחרות: פה הגינה ושם החוץ, ופה בגינה יכולה להתקיים מערכת יחסים אחרת מהחוץ. את הגדרת השונות הזאת חוויתי באופן אישי, כמאפשרת דיאלוג טוב יותר עם ההורים בשיחות הליווי שאני מקיימת איתם. לא היטמעות ולא סימביוזה עם הסביבה מאפשרת קשר, אלא מרחק ונפרדות. המרחק - כתנאי לכניסה לקשר (מרחק שאולי למטפלת באומנות שעובדת בתוך חדר קל יותר להגדיר אותו).

זהו בהחלט מסע של הגדרה שיש בו אתגרים, אי-הבנות וחישובי מסלול מחדש. מסע שמחייב לשאול כל פעם מחדש – מי בפנים ומי בחוץ?

### דיאלוג בין צוות מטפלות

צוות המטפלות לא הכיר את עולם הגינון הטיפולי. תמר, מנהלת המרכז, הציעה מיד לבדוק חיבורים וקשרים. אלה הפעולות שהתקיימו בגינה: ישיבת צוות בנושא גינון טיפולי עם פרזנטציה למטפלות וסדנה, ישיבות צוות נוספות, פעילויות חווייתיות ועוד.

לקראת הקיץ היה צריך לנקות את הערוגות כהכנה לשנה הבאה. חשבנו שכדאי להפגיש שוב את כל הצוות בגינה, להעצים קשרים ולעבוד ביחד. הזמנו את המטפלות למפגש שקראנו לו "נא לגעת": גייסנו אותן ל"בליץ" על הגינה כזמן לחדש, לעקור ולאסוף תוצרת מהערוגות בתום שנת טיפולים (כמובן לאחר שהטיפולים הסתיימו).

המטפלות הגיעו, כל אחת והזיכרונות הירוקים שלה, הדימוי שלה על עצמה כשייכת או לא שייכת לעולם הצמחי, ההקשרים שלה. נוצרה שיחה ספונטנית, כנה ולא מתוכננת, בה כל אחת שרצתה הביאה את עולמה הפנימי. הנושאים שעלו היו: האם האדמה הזאת מותרת? האם נוח לי לגעת באזור שהיה כל כך פרטי עבור ילד? מהו אקט העקירה עבורי? משחרר? אלים?

---

השיח שנוצר הדגים היטב מערכת יחסים, שבבסיסה הייתה הכרה בשונות ובאחרות של כל אחת מהמטפלות, וביחס שלה לגינה ולפעולה בגינה. זו הייתה חוויה מרחיבת לב לראות את האחרות הזאת, את הנפרדות והגבולות בינינו, כשהם מעצימים את הבסיס הרחב לדיאלוג. כל אחת הגיעה עם עולם שלם ויפה שבא לידי ביטוי בגינה. כל אחת והמוטיבציה שעוררה בה האדמה והמריצה אותה לחשוב על עצמה. ריבוי הדמויות והגיוון שלהן בגינה (אחת צילמה, אחת שרה, אחת עישה, אחת התבוננה..) אפשרו "אחר חדש". אני הרגשתי שזהו דיאלוג פתוח. הפעולה הזאת כפי שהתקיימה – הייתה חדשה וייחודית לכולנו.

## "אני לא לבד"

ילד צעיר שעסק בהנבטת חסות, ראה ערוגה ריקה של ילד אחר. הוא היה מוטרד ושאל אותי: "למה הילד הזה לא מטפל בערוגה שלו? אני יכול לשים לו משהו בערוגה?" הזמנתי אותו להיות אותנטי ולפעול לפי משאלות ליבו (תוך שמירה על הערוגה). הוא כתב "אם אתה רוצה את החסה תשתול אותה", הניח שתילים ליד הערוגה ועזב. הוא פעל מתוך חמלה והזמין את הילד הבוגר יותר, שלא עבד בערוגה, לדיאלוג. הבסיס להזמנה הזו היה דאגה ואכפתיות. כשהילד השני הגיע לגינה וסיפרתי לו שילד אחר הניח משהו בערוגה שלו, התגובה הייתה התלהבות! כמו מישהו שמקבל בדואר מכתב שחיכה לו זמן רב, או מישהו שמקבל חיבוק או קריצה בדיוק ברגע הנכון... התלהבותו סחפה אותי. היא אפשרה לנו לשוחח כמו גם לשהות יחד בחוויה משותפת של פליאה והפתעה מתשומת הלב המיוחדת. ההקשבה שהפגין הילד הצעיר הולידה צמיחה מחודשת בטיפול.

ילד אחר, שאיחל לעצמו לנסות דברים חדשים, אמר "אני אנסה לשתות תה מצמחים, למרות שנראה לי שלא אוהב". הוא באמת לא אהב. ואז ניסה לשתות תה מצמחים שגדלים אצלו בערוגה הפרטית: הכין מיקס מיוחד מחמצץ וגרניום ועשב לימון. זאת הפכה להיות החליטה המיוחדת שלו, והוא ביקש להזמין את ילדי הגינה להכיר את הייחודיות הזאת.

## קשרים עם הקהילה

גינה גדלה ואיתה האדם גדל. התבוננתי בגינה באחד הבקרים וחשתי צער. היה לי חבל שהגינה עומדת שוממה (מאדם) בשעות הבוקר. תמר ואני חשבנו ביחד על רעיונות לפיתוח פעילות טיפולית בגינה בשעות אלו, והתגבשנו לכיוון עולם הקשישים.

יצרנו קשר עם אחראית התחום בעירייה ועם מנהלת התחום המתנ"ס הסמוך. יצא פרסום במקומון וגם פנייה אישית לתושבים. ערכנו פעילות חווייתית והזמנו אליה גמלאים. כיום נפגשות בגינה באופן קבוע שתי קבוצות גמלאים, פעם בשבוע, בגשם ובשמש (גם בעתות גשם ושמש פנימיים, כולם מוזמנים בכל מצב). כל קבוצה מסתייעת בכלי של הגיוון הטיפולי דרך עיסוק נורמטיבי, גירוי חושי, חיבור והעצמת החלקים הבריאים, העלאת תחושת המסוגלות והערך העצמי, וכמובן המפגש החברתי החשוב עד מאד. כל אחד מהמשתתפים עובד בערוגה מוגבהת משלו, בה מתאפשרים לו בחירה עצמאית וביטוי אישי. נפלא ומרומם נפש לראות את החדווה, הסקרנות, היצירתיות והשיתוף שנוצרים בגינה.

הקבוצות מגוונות: גילאים שונים (62-82), רקע שונה, תחומי עניין אחרים. אבל בקבוצה מתקיים - ממש כמו בערוגות של המשתתפים - עיקרון מעניין וחשוב בגינון בר קיימא והוא: גיוון הוא איזון. השונות היא האלמנט המקיים. כך יושבים ניצולי שואה ליד ילדי הארץ, בריאים לצד חולים, נתמכים לצד תומכים, וכמוהם באדמת הערוגות: שעועית נתמכת בתירס, כובע הנזיר מתפרש והאפונה המטפסת, בצל מנקד בירוק את הערוגה לצד עשבי בר שלא נוכשו. "ואם יבוא מזיק?" שאלה אישה אחת. "האחד ישמור על האחר", ענתה לה חברתה לקבוצה.