



## על הספר "נקודת מפגש" מאמן – מתאמן – קבוצה כרמלה קיט



הספר מזמין את קוראיו אל התפיסה התיאורטית ואל הפרקטיקה שבתהליך האימון - תהליך המבוסס על מערכת יחסים אינטימית, רבת עוצמה, הנבנית בין המאמן למתאמן המבקש לחולל שינוי בחייו. נקודת המפגש בין השניים פותחת מרחב דינמי, עשיר, מצע עליו נבנים תהליכים המסייעים למתאמן לפעול בעולם וליצור לעצמו מציאות חדשה.

הספר בנוי משני שערים ומפרק נספחים. בשער הראשון שזורים זה בזה המרכיב התיאורטי וסיפורי אימון אישי וקבוצתי העוסקים בסוגיות שונות העולות במעגל החיים של בני אדם בעולם המודרני - מימוש עצמי, שינוי קריירה, חיפוש זוגיות ואיזון בחיים. השער השני של הספר מציע למאמנים

למתאמנים ולאנשי מקצוע, כלים שימושיים לאימון אישי וקבוצתי.

**כרמלה קיט**, מהמאמנות הראשונות לאימון קוגניטיבי (Cognitive-Coaching) בישראל, פיתחה מודל וכלים ייחודיים לאימון אישי בקבוצה ויסדה את המרכז לאימון בקבוצה. כרמלה הנה יועצת, מנחת קבוצות ותיקה, משמשת ספרוויזרית למאמנים בארגוני הייטק וארגונים חברתיים, שותפה בצוות הייעוץ של מכון מנדל למנהיגות חינוכית וחברה בלשכת המאמנים.

הספר ניתן לרכישה בחנויות הספרים, ובאמצעות האתר בעלות של 60 ש"ח – נא שלחו מייל

[info@groupcoaching.co.il](mailto:info@groupcoaching.co.il)

### תגובות מומחים, אנשי מקצוע ומאמנים

ד"ר סמדר בן אשר<sup>1</sup>

אימון אישי (Coaching) הוא אחד מתחומי העיסוק החדשים שספגו ביקורת קשה, זלזול ויחס מבטל מצד העוסקים במקצועות הטיפול הקלאסיים. מערכת מיון קפדנית, ידע תיאורטי וקליני רחב היקף והכשרה ארוכה הנדרשת מהפסיכולוגים, כולל ההתנסות בשדה עד לקבלת הרישיון לטיפול, הוו חלק מזהותם של המטפלים. על רקע זה, מובנים התמיהה והכעס שעוררה הדספלינה החדשה המכונה אימון. תחום הטיפול נחשב עד לאחרונה למוגן ברמת החוק ולכן הקלות לכאורה של הצטרפות אלפי מאמנים לקהילת העוסקים בייעוץ אישי וקבוצתי

<sup>1</sup> ד"ר סמדר בן אשר היא פסיכולוגית חינוכית, ראש התוכנית לייעוץ חינוכי במכללת קיי, מרצה מן החוץ באוניברסיטת בן גוריון וחברת סגל מרכז מנדל למנהיגות בנגב



## המרכז לאימון בקבוצה | "כולנו רקמה אנושית אחת חיה..."

עוררה באופן טבעי התנגדות מקצועית לעבודתם. עמימות טיבן של תוכניות ההכשרה, כישוריהם השונים של המלמדים בהן ומשך הזמן הקצר שהן נמשכו, בנוסף להחצנת האימון באמצעות תוכניות טלוויזיה פופולאריות, הגבירו עוד יותר את הספקנות והביטול שיוחסו לתחום האימון והעוסקים בו.

על רקע תמונה קודרת זו בולט ספרה של כרמלה קיט "נקודת מפגש" ושוףך אור אחר על תחום האימון מנקודות מבט מבוססת תיאוריה, פרקטיקה ובחיבור שהיא עושה לתחומי דעת כמו הפסיכולוגיה ההומניסטית החיובית והאקסציציאליסטית. לא מדובר עוד על "פסיכולוגיה אינסטנט" אלא על שפה חדשה המתחילה להתגבש בעולם כולו (בין היתר באוניברסיטת איסט בלונדון באוניברסיטת קולומביה בארה"ב) והיא ראויה למתן הזדמנות נאותה ללמוד אותה, להכירה ולבחון את משמעותה והשפעתה בשיפור תחושת המסוגלות, ההתמודדות והמטביות של הנעזרים בה.

ספרה פותח בביסוס הידע התיאורטי של האימון ובעיגונו בתחומי מחקר נוספים כמו סוציולוגיה, ייעוץ ופסיכולוגיה. לאחר מכן היא מעמיקה בכמה מושגי מפתח מרכזיים כמו מסוגלות עצמית, יצירת משמעות ומימוש עצמי. מכאן היא עוברת להדגמת הרעיונות המרכזיים של האימון באמצעות סיפורי מקרה המובאים בכתיבה שוטפת ומשתפת עד שלעיתים, ברוח הפסיכולוגיה ההתייחסותית והאינטר סובייקטיבית הקורא נע מהמאמן למתאמן, שומע את הקולות של שניהם, ער לרגשותיהם ולתובנות המתהוות אצלם עד שהמוזיקה המשותפת מקבלת קול עשיר ורב גוני.

סיפורי מקרה נבחרים על ידי הכותב והם נוטים בדרך כלל להציג הצלחות. סיפורים אלה המובאים בהכרח בתמצות רב, עלולים להיתפס שוב כ"סיפורי קסם" ולהרחיק את הקורא ממצייאות המפגש שיש בה גם תסכול, עמימות, חיפוש מתמיד והתמודדות עם מציאות חיצונית הפולשת דרך אירועים בלתי צפויים למפגש הבין אישי. כרמלה אינה מדלגת על חלקים אלה והיא משתפת אותנו בהם בכנות רבה ובגישה הפותחת תמיד מקום לארעיות, לייחודיות המפגש, לצורך להיות שם עם המתאמן במקום שיוויגני ופתוח כדברי המשוררת לאה גולדברג: "חכמה הדרך מן ההולך בה".

הספר בנוי באופן שיטתי מן האישי לקבוצתי ומהם לתיאור טכניקות וכלים. אולם זה הוא אינו ספר לימוד במובן הקלאסי משום שבכל פרק משובצים קטעי ספרות יפה כמו זו של בוסקילה, חורחה, לואיס בורחס, קיפלינג ומקורות יהודיים כמו התלמוד הבבלי. התיאורים הללו מוסיפים לממד הקוגניטיבי עושר רגשי העושה את הקריאה בספר לנעימה ונותן הרגשה כי לא מדובר בנקודת מפגש חד פעמית עמו אלא בידיד חדש שילווה את הקורא במקום אליו יפנה, לאורך זמן, בנאמנות ובחוויה של שותפות מעצימה.

### עו"ד אביבה באומל, יו"ר לשכת המאמנים:

בעיניי, יחודו של הספר "נקודת מפגש: מאמן – מתאמן – קבוצה" הוא בכוחו לייצר, באופן טבעי, בהיר וקולח, 'נקודת מפגש' חיונית מאין כמוה בין הטכניקות, המודלים והכלים הגלויים, מצד אחד, המהווים את עולם התוכן של האימון כפי שהוא נתפס היום, לבין יסודותיו ושורשיו הרחבים החבויים, הגלויים רק למתי מעט. קריאת המקרים המתוארים בספר על רקע זה מקנה לקורא הבנה



## המרכז לאימון בקבוצה | "כולנו רקמה אנושית אחת חיה..."

מקצועית רחבה יותר של תהליכי האימון. נקודת מפגש זו הצליחה בעיני ליצוק לתוך האימון מימד חשוב של ממשיות, אמינות, מקצועיות ויותר מכול – של גירוי מסקרן לגלות עוד.

**איתן טמיר, פסיכולוג, מנהל קבוצות קהילת מנחי הקבוצות בישראל:** "בשעה טובה יצא לאור ספר המחבר היטב בין עולם האימון לעולם הנחיית הקבוצות. חובה לכל מנחה קבוצה ולכל מאמן בישראל. הספר מאורגן בצורה המאפשרת שילוב מצוין בין התיאוריה של התחומים לבין הפרקטיקה בשדה, בליווי דוגמאות מאירות עיניים"

**ד"ר אסף רולף בן-שחר, פסיכותרפיסט התייחסותי:** "כרמלה קיט הצליחה להאיר את העמוק, האנושי והמרגש בעולם האימון, באופן בו גם מטפלים ומנחי קבוצות יוכלו ללמוד, ליהנות ולהפיק ממנו אוצרות אישיים ומקצועיים. תוך שהיא מלהטת ביד אמונה ובליריקה מרגשת בין הנרטיבים האמוניים, חוויית המאמנת והנפח התיאורטי שבבסיס העשייה, יצרה כרמלה קיט ספר מקצועי שנקרא כמו רומן: התקשיתי להניח אותו לאחר שהתחלתי לקרוא. למטפלים ומטופלים כמו גם למאמנים ומתאמנים צפויה חוויית קריאה מרגשת, מעמיקה ומתוות אופקים".

**הדס אגוזי פרקש, פסיכולוגית קלינית מומחית ומאמנת מנהלים:** "הספר 'נקודת מפגש' מאפשר לקרוא התבוננות אינטימית במפגש האימוני על הייחודיות שבו ועל הדילמות המאפיינות אותו. כרמלה קיט מציעה למאמן בקבוצה מודל מובנה, יישומי ויצירתי, שמאפשר מימוש משאלות וחלומות לידי מטרות ברורות השגה, תוך כדי שימוש בחיוניות ובעוצמות של הקבוצה. כמנהלת שותפה בתכנית לאימון אישי בגישת מדעי ההתנהגות ביחידה להשתלמויות באוניברסיטת תל אביב, נתרמתי מאוד מהעושר ומהאפקטיביות של הכלים המוצעים ומהאישיות המאירה של כרמלה".

**ד"ר עודד בן מנחם, מאמן, מכשיר מאמנים בבי"ס לאימון ב"מרכז שילוב" מטעם אוניברסיטת חיפה, מכשיר מנהלים ומובילים במערכת החינוך:** "כרמלה קיט בספרה 'נקודת מפגש' מאמן מתאמן קבוצה", משתפת בנדיבות ראויה להערכה התנסויות, הגיגים, רעיונות, תיאורי מקרים וכלים הנוגעים בסוגיה זו. הספר אינו מתיימר להציג משנה סדורה אלא "אסופה למאמן". מצא חן בעיני במיוחד השער השני בו רעיון בנית הליבה החיובית של המתאמן עובר כחוט השני, ונתמך באוסף כלים חשוב של עבודה בקבוצה. כל גישה תיאורטית ראויה להצגה מעולה, וזה מה שכרמלה קיט העניקה לאימון בקבוצה. כמאמן אני מודה לה על הנדיבות, המסירות והכישרון שהשקיעה במשימתה. לעונג הוא לי להמליץ על ספרה".

**ליאור, מאמנת:** "אני חייבת לציין שבתור "קראנית" גדולה – התרגשתי. הספר מקסים! הוא לוקח אותנו למסע מעניין, חשוב ומפרה, בנבכי האימון בקבוצה. ההליכה עמך לאורך מסע החושף קטעים ממשך ומהנגיעות של המתאמנים ושל הקבוצות בחומרים הפרטיים שלך, סיפוריהם המרגשים של



## המרכז לאימון בקבוצה | "כולנו רקמה אנושית אחת חיה..."

המתאמנים וסיפורה של קבוצה ומעל לכל תיאוריית האימון בקבוצה היו מאוד מרתקים. נהייתי לקרוא, נהייתי להתעשר, היה בכך משב רוח רענן בשדה הספרים על האימון."

**עופר, מאמנת:** "הבוקר סיימתי את קריאת הספר שלך, אני מרגישה שקיבלתי מתנה אמיתית! הספר מכיל עבורי תמצית של אני מאמין אימוני שאני מזדהה אתו באופן מלא ושלם זאת, תוך תרגום לעשייה קונקרטית הניתנת ליישום מידי בעבודת קבוצה ויחידים. החומרים ברובם מוכרים לי ואני בהחלט עושה בהם שימוש בעיקר באימונים בקבוצה. השיתוף בספר בחווית הקבוצה הספציפית תוך שילוב המחשבות והחשיפה האישית שלך מקנים לדברים גם אותנטיות וגם חיזוק שיש פה באמת תהליך עוצמתי אישית כיום- ואולי גם זו אחת הסיבות להתחברות המידית שלי לספר אני יותר ויותר מתמקדת באימון בקבוצה, כך שיש לספר עבורי, רלבנטיות מיוחדת ולסיום- שוב הרבה ברכות וציפיה להמשך פורה"

**גילי, מאמנת:** "מאוד אהבתי את התיאורים והדוגמאות בעיקר מהמסגרת של הקבוצה הקטנה, שהיא באמת ייחודיות- כזה עוד לא קראתי! מאוד מעניין ומרגש ברמת החוויות וההצלחות המתוארות, אהבתי גם את החלקים האישיים- רפלקטיביים שהכנסת, בעיקר כי הם כל כך במקום לדעתי, והם יוצאי דופן גם במסגרת הכתיבה האימונית (ממה שנתקלתי עד כה)"

**רבקה, מאמנת:** "לאורך קריאת השער הראשון היתה לי תחושה של "זבוב על הקיר" שלא רק הציץ לחדר האימון, אלא נהנה מחויה משודרגת. קבל הסבר ופרשנות לרקע, לתהליך, לשיקולי מאמן בהתנהלות והובלת התהליך. עבורי הקריאה היתה חוויה מעשירה ומלמדת מאד. החלק השני, כמובן גם הוא ישרת אותי בעבודתי, בשל היות מרוכז ברור ומוצג בבהירות. החלק שמשום מה הרגשתי אתו פחות נוח, היה החלק של החשיפה האישית. אין לי הסבר טוב לכך. תודה על שמצאת לנכון לכתוב ולשתף אחרים בידע הרחב שלך בנסיון העצום שלך כשאת מביעה עצמך נפלא. אין לי ספק שהספר יהיה מקור למידה והשראה לכל קוראיו"

**שרונה, מאמנת:** "התפעלתי מהנדיבות שבה את חולקת את הידע הרב שלך בתחום של האימון האישי בקבוצה, כך שכל מי שרוצה יכול להעזר בזה כחברת הדרכה. אהבתי את מה שכתבת באופן אישי, זורם, כמו שכתבת את החוויות האישיות שלך מהמפגש עם המתאמנות (אלו הם פנינים יפהיים) ואת הדרך בה תארת כל כך יפה את הדמויות המתאמנות דרך הסדנאות שעברתן..."

**שר'ה, יועצת:** "הספר מצויין! כתוב ב"עט קלה" במקצועיות, בחן ובכשרון. את חולקת את נסיוןך ותובנותיך בחכמה ובעדינות. התחושה המתקבלת היא שאת קבירניט המנווט את הספינה בבטחון - לא מתערב כשנושבות הרוחות הנכונות"

**ענת, מאמנת:** "אהבתי את הספר - שמחתי שגם כאן את ממשיכה את סגנון הכתיבה שלך, שמתנגן באוזן. לקרוא ולהרגיש שנמצאים אתך בשיחה. הסיפורים האישיים המובאים חשובים מבחינת העניין שהם יוצרים, החיות, החיבור לחלקים התיאורטיים. ההדהודים מחייך יפהיים בעיני הם מרגשים מצד אחד ומגדילים את מרחב ההסתכלות מצד שני, מה שחסר לי הוא הדרך בה הם סייעו לך בתהליך האימון. שני המאמרים שלך



## המרכז לאימון בקבוצה | "כולנו רקמה אנושית אחת חיה..."

(הצטרפות והובלה והאימון כמוודל למידה למבוגרים) חשובים וממוקמים נכון. המאמר על הצטרפות והובלה הוא לדעתי המייצג הכי חזק בספר לנושא נקודת המפגש בין המאמן למתאמן. השער השני – כלים וטכניקות באימון הוא ביטוי נוסף לנדיבות ולשפע, לנכונות לחלוק באמת את הידע ותוצריו. מאד סימלי שהספר מסתיים (לפני פרק הנספחים) עם סיום ההתמכרות, כשפוקחים את העיניים ואפשר להתחיל את המפגש...."