

# ראיון עם הילה וקסלר

## על תיקשורים, פרויקטים להגשמת חלומות, על קורסים מקצועיים, כנסים, ומה שביניהם

סיימתי לעבוד כמרכזת הגיל הרך ואחרי כשנה והחלטתי שאני יוצאת ללימודים. מאד נבהלתי, לא למדתי במשך שנים, הפכתי כבר לאם לשלושה ילדים קטנים. ועכשיו ללכת לעשות תואר? הייתי בבהלת מטורפת מעבר לנורמלי, ממש הפכתי לחרדתית. ואז הגיעה לקיבוץ מישהי מהצפון שקראו לה ה"מתקשרת", והיא עשתה לי תרגולים והאמת היא שהרגשתי מעט טוב יותר. תוך כדי הטיפולים שלה **נאמר** לי שכל המסע הזה שאני הולכת לעבור זה בכדי להיות מתקשרת ואני בכלל לא הבנתי במה מדובר ועוד נאמר לי בצורה מאד נחושה שאני צריכה לנהל איזושהי שיחה עם אותה הדרכה ולא דרך המתקשרת מהצפון.

### ומה קרה אז?

אז בעצם התחלתי להרגיש שאני מדברת אומנם ביני לבין עצמי אבל יש שם הוראות. יש שם דרך, יש שאלות שאני כותבת תשובות ויתרה מזאת לעיתים כשכתבתי תשובות הם אפילו תיקנו לי שגיאות. בהתחלה זה היה די מבהיל, גם לא היה עם מי לדבר, לא היה אז אינטרנט לא היו ספרים בנושא, לא היה כלום, הייתי ריקה בתוך העולם הזה. במקביל צריך לזכור שאני אדם מאד רציונלי וארצי, הפוקוס שלי אימיה (זה לא השתנה מאז). ופתאום נכנס דבר כזה לתוך חיי, לא הבנתי לאן זה לוקח אותי. התחלתי ללמוד באוניברסיטה, נסעתי יום יום ברכבת לתל אביב ושם בעצם, בנסיעות, התחיל כל מסע הלימוד, לא באוניברסיטה. בנסיעות קרו לי המון דברים, גם ביני לבין עצמי, גם ביני לבין אחרים והיו גם דברים דרמטיים כמו שקול אומר לי, "עכשיו תרדי מהרכבת, בבית יהושע"

### וירדת?

מה פתאום, אני מאחרת ללימודים, והקול הזה הוא חד משמעני ואני לא יורדת. עוברים את בית יהושע ואני אומרת לעצמי "בבקשה, לא קרה דבר..." ואז הרכבת

הילה ואני יושבות בנחת במרפסת הגדולה והנינוחה במרכז שלה. האמת היא, שפניתי אליה לראיון קצר לכבוד יום האשה, והדברים התגלגלו והגענו עד הלום. מאד נעים לשבת עם הילה, יש בה שקט ונעימות, אבל על כך תקראו בהמשך.



### הילה, כמה שנים עובדת בתקשור?

14 שנה

### איך הגעת לנושא הזה של תיקשור? זה נושא שלומדים אותו?

היום לומדים את זה, אך אני לא למדתי, זה פשוט הגיע אלי. זה סיפור ארוך מאד ומורכב עם התנגדות מאד גדולה למשהו מאד לא שיגרתי. צריך לזכור שלפני 14 שנים זה לא היה בכלל במודעות, אני אפילו לא הכרתי את השם "תיקשור", לא הבנתי מה זה בכלל. תוך כדי איזושהו טיפול שעברתי, זה הגיע אלי ואי אפשר היה להתכחש לזה.

### מה הרגשתי?

היה דיאלוג, פחות או יותר בתוכי, אבל היה שונה מאד מהדיאלוג הרגיל שלי, זה היה דיאלוג עם עובדות ועם תהליכים זה היה ממש מסע של שנה שלמה.

נעצרה.

זה היה תהליך דרמטי, אך היו כל מיני תהליכים מאד נחרצים.

במקביל גם יכולתי לראות במשך שנת הלימודים הזו, שהחיים שלי מבחינת מי שאני משתנים לטובה, הפכתי להיות הרבה יותר רגועה יותר נוכחת. בלימודי הסטיסטיקה ההדרכה לא עזרה, כי הלימודים האלו ממש לא התאימו לי. זה היה "רבע לסיוט" מבחינתי. אבל קיבלתי המון עזרה בתחומים אחרים מההדרכה.

### **אנשים חשו בשינוי שחל בדך?**

בשנה הזו מלבד גל ואני אף אחד לא ידע דבר, ובנינו החלטנו לשמור על זה לעצמינו. אני ממש התביישתי, לא רציתי שאף אחד ידע, פחדתי שיאשפזו אותי. לא היה עם מי לדבר אבל מצד שני זה עשה לי כל כך טוב בחיים, זה היה כל כך משמעותי שלא רציתי לוותר עלך זה. אהבתי את הנסיעות ברכבת, ישבתי שם בשקט והתהליך הזה היה מאד נעים ופקחון בשבילי, שמישהו רואה אותי.

### **כמה זמן נמשך המסע?**

אחרי שנה עזבתי את הלימודים, ידעתי שהם לא בשבילי, למדתי מעט את ה"שפה" במכללה בכרכור, שם הייתי בחברה אנשים שאני יכולה לדבר ולחוות איתם בנושאים אלו, ולא הרגשתי כל כך שונה. לאט לאט אנשים הכירו אותי, ובקשו תקשורים אישיים, וכך התחלתי במפגשים האישיים.

בהמשך, המסר המאד ברור של אותה קבוצת הדרכה היה שתקשור הוא להמונים. תקשור הוא בעצם חוש, אחד מהחושים שלנו שהדחקנו. חוש שאבדנו בדרך והיום הוא מאד נחוץ.

באופן כללי מאד לא פשוט להדרך איתי, אני מתנגדת סידרתית. הועבר לי קורס למרות אי ההתמסרות שלי.

התקשור הוא בשביל להטיב עם החיים ולא כדי לצאת מהחיים. להזכירכם, אני מאד ארצית, אמא ורעיה ונושא התקשור לא מוציא אותי מדעתי.

המדריכים בקשו ממני לצאת 48 שעות לבד עם טייפ להקליט את המסר שלהם. ישבתי בדירת חברים דמומה ושקטה, הקלטתי את עצמי 10 קלטות שלמות

של פעם. הגעתי הביתה, הכנסתי אותן למגרה וסגרתי את זה. והמגרה הזו כל הזמן קוראת ומבקשת ממני שאני אשכתב את הקלטות ואתחיל להעביר קורס. אני בשום אופן לא הסכמתי. זה קרה לאחר שנסעתי עם גל לחופשה באיטליה, נפלתי שם וריסקתי את רגלי. הבנתי שזה "brak a leg" הייתי חודשיים שלושה מגובסת והיה לי גם ברור למה. התחלתי לשכתב, ואיך שהתחלתי ללכת, נפתח קורס.

### **בקיבוץ?**

לא לא, הקורסים בהתחלה לא התקיימו במעגן מיכאל, לא העזתי. מאוחר יותר היה ביקוש גם בקיבוץ ובמקביל בכל מיני מקומות בארץ. לאחר שנגמרו הקורסים הראשונים אנשים לא הסכימו ללכת. נוצר מצב, שלא ידעתי מה ללמד יותר. הבנו שהכלי הזה הוא כל כך רלוונטי כשנמצאים בקורס אבל מאד חמקמק כשלא מתעסקים בו. קשה לאחוז בו. הוא בורח ביום יום. אנשים רוצים להמשיך לאחוז בזה, ויצרנו, אני וההדרכה, קורס המשך שנקרא "פרויקט אישי", בו לוקחים משהו שרוצים להגשים צועדים איתו בדרך אחרת להגשמה.

אלו קורסים מרתקים שאני מאד אוהבת, אני מעבירה כיום שלושה קורסים כאלו במקביל.

### **איזה נושאים למשל אנשים בוחרים?**

אדם יכול לבחור משהו מאד גדול, או דבר קטן, אנשים רבים בוחרים להעמיק את התיקשור, מערכות יחסים, לפתוח תערוכה, לכתוב ספר, לשנות מקום עבודה, המון המון דברים כולל ירידה במשקל, לעשות כושר, רצונות חלומות שלא הצליחו להגשים לבד. אנשים עושים לפעמים כמה קורסי המשך, כי הם רוצים להגשים את זה ועוד משהו.... זו ממש חויה נפלאה של קורס.

### **האם יש קורסים נוספים שאת מעבירה?**

כן יש קורס תקשור מקצועי, ההדרכה בקשה להעביר קורס מקצועי ולי לקח זמן לממש זאת. קורסים של אנשים שלומדים להיות מתקשרים עבור אחרים. לא רק להטיב עם עצמם ועם החיים והכיף שלהם. עכשיו המרכז הוא האחר. אלו קורסים שונים, מאוד אינטנסיביים, יותר ארוכים. המטרה בסופו של דבר זה שהמרכז יגדל, ומתן התקשורים לא יהיה רק בידי,

יהיה צוות שלם של אנשים שיתן מענה רחב יותר לבקשות לתקשורים אישיים ומידיים יותר.

### **כל אחד יכול להיות מתקשר?**

של עצמו – בטח. כל אחד הוא מתקשר. משנת 2012 הכל השתנה הכל נעשה יותר מהר, האנרגיות השתנו. ורואים את זה בקצב שלוקח למשתתפי הקורסים להזכר בתקשור.

### **יש גם גברים שמגיעים לקורסים האלו?**

כן יש גם גברים, יש קבוצות שהם אפילו מחצית מכלל המשתתפים. גברים אוהבים קורסים מרוכזים יותר של שלושה ימים, זה פורמט שמקבל עכשיו תאוצה.

### **מה מביא אנשים לתקשור פרטני.**

אנשים באים לתקשור מכל מיני סיבות, הרוב באים ממציאות שהשתנתה, בדרך כלל מצוקה כמו חולי, אובדן, פרידה, פיטורין, משהו דרמטי שהתרחש בחייהם. גם כשאנשים נמצאים בצומת, ומשהו דורש אותם לזוז קדימה. יש שבאים בכל יומולדת, ולפעמים אנשים מגיעים כי מישהו נתן להם מתנה, זה נקרא קיצור דרך.

### **איך עובד המפגש התקשורי?**

אני בסך הכל צינור. רוב האנשים שמגיעים אני חוץ מאת שמם לא מכירה אותם וגם לא שואלת.

לאחר המפגש אני גם לא זוכרת כלום ממה שנאמר.

אנשים מגיעים עם שאלות ותהיות, ומתקיים דיאלוג דרכי עם ההדרכה, יתרון של הדיאלוג זה הוא באפשרות ההרחבה והבנה של פשר המציאות הנוכחית של אותו אדם. תוך כדי המפגש ניתן להבין את הבחירות שלנו והפשר שלהן במציאות.

עצם ההבנה בדרך כלל מקלה מאוד. הדברים נעשים הרבה הרבה יותר פשוטים, ומבינים את הדרך. לדעתי, מה שמנהל את חיינו הוא ברובו ניסתר, פתאום בן אדם מבין שהתמונה שהוא ראה היא לא בהכרח היתה שגויה ב 180 מעלות אבל היא היתה לא לגמרי ברורה והבהירות הזו נותנת כיוון תקווה, הבנה ודרך.

הנקודה היא שחווית התקשור היא חד פעמית, פעולה בת שעה שמאפשרת שינוי משמעותי החיים. חלק גדול ממה שהמתקשר אומר האדם יודע, אבל כשהוא שומע את זה מההדרכה זה נותן לו משנה תוקף לקיומו.

### **מה אלו הכנסים שאת מקיימת מידי פעם?**

כנס מתקיים בד"כ אחת לשנה, מעולם לא התנדבתי לעשות כנס זה מצריך ממני מאמץ רגשי מאד גדול. במקביל יש ביקוש מאד גדול מההדרכה ומהציבור ואני נכנעת בסופו של דבר.

הכנסים הם המוניים פתוחים לכולם, ומתקיימים באולם הקולנוע מלא, בכנס מתקיים תקשור חי מול כולם שעובר דרכי, נמסרים מסרים, עוברים תדרים, ויש גם תרגולים. כל הכנס מונחה על ידי ההדרכה ואני לא יכולה לצפות אותו מראש זה גם מה שמאוד מלחיץ אותי. הסיפוק שלי מהכנסים מלבד שהם מאוד משמעותיים לאחרים, זה שהם בתשלום סמלי שנמסר לתרומה.

### **אני חייבת לשאול על הסדנא לשחרור הרגלים מה זה?**

חשוב לציין שזה לא תקשור. זה תהליך שמתקיים בדימיון מודרך פשוט, שאומר שהרגל שהבאנו אלינו אפשר גם להפרד ממנו, בקלות תוך שעה וחצי והתוצאות כל פעם מחדש מפתיעות גם אותי.

איפה את רואה את עצמך בעוד 15 שנה?

אם היית שואלת אותי את אותה שאלה לפני 15 שנה זה בטוח לא היה דומה למציאות שמתרחשת עכשיו, כך שהכל אפשרי.

מקווה להמשיך לאהוב ולהתרגש ממה שאני עושה כל יום מחדש.