

הגן הנדיב

פעילויות בגינה המאפשרות

גינון טיפולי ברמת הנדיב

עורכות: נעמי אפל ואורית כשר



הגן הנדיב

פעילויות בגינה המאפשרת – גינון טיפולי ברמת הנדיב

עריכה: נעמי אפל, אורית כשר
כתיבה: ענת לביארי, טל גולדשטיין-הרדוף, אורית כשר, נעמי אפל, מעין סתת, זהבה אבן-פז, נבות ענבר
כתיבת הפעילויות והכנתן: אורית כשר, איתן פרבר
עריכת לשון: רוגית רוזנטל
צילום: יניב אלון, טל גליק, שגיא שגיב, איתן פרבר, שי כץ, אורית כשר, תמי ציגלר, מעין סתת
עיצוב גרפי: תרזה בן-פורת
קדם-דפוס והדפסה: אופסט א.ב. בע"מ, תל-אביב
מוציא לאור: רמת הנדיב

תודות:

לתמי ציגלר ואילאיל גרינבוים שקראו, העירו וסייעו רבות להשלמת הספר; להנהלות המוסדות "בית אקשטיין" ו"אילנית" ולצוותיהם על השותפות לדרך לאורך השנים; למתנדבים בתכנית הגינון הטיפולי ברמת הנדיב, המלווים בשמחה ובמסירות את הפעילות ואת המשתתפים לאורך השנים; למאיר, רוני, מרים, אלכס וליאון, הנוסכים בנו השראה מתמדת.

העתקה ושימוש בפרסום זה לצורכי חינוך ולא למסחר מותרת בלא בקשה מפורשת, למעט איורים ותצלומים ובתנאי שהמקור מצוין. העתקה ושימוש לצורכי מסחר אסורה בלא אישור מראש ובכתב.

© 2013, רמת הנדיב

הספר הודפס על נייר ממוחזר

מסת"ב 978-965-7631-01-0

רמת הנדיב
רמת הנדיב Ramat Hanadiv



תוכן העניינים

107	הגינה של רוני	11	פתח דבר
111	ערוגת ישיבה	14	על הספר
117	ערוגת הגאופיטים		
118	שביל אבני מדרך		
124	שילוב צמחייה עם אבני מדרך		
127	ספסל בגינה - הזמנה להתבוננות		
128	הגינה של אלכס		
133	באר		
137	מובייל פעמון		
142	שבשבת		
147	הגינה של ליאון		
151	תיבת קינון מדלעת נוי		
157	גידול דלעת נוי		
159	גדר		
161	בית לחיות בר קטנות		
	פרק שלישי : הקבוצה בגינה		
165	הטיפולית		
166	הקבוצה בגינה		
173	שדה חיטה		
179	עציצים מדלעות נוי		
184	הקמת גינה קבוצתית		
191	מבוך סלילי של תירס		
194	דמויות מחומרי טבע		
201	מכל תצפית לזנב הסנונית		
208	תהליכים בטבע: סדנה פעילה		
215	אינדקס כותבים וצלמים		
		47	פרק שני : פעילות בגינה האישית
		48	מהי הגינה האישית?
		50	פעילויות בגינה האישית
		53	הגינה של מאיר
		55	עציצים מחומרים טבעיים
		61	גידול צמחים בסלים תלויים
		63	ערוגה מוגבהת
		65	מתקן להפקת צליל
		68	במבוק (חזרן)
		71	מכל לצמחיית מים
		77	הגינה של מרים
		81	ערוגה מתוחמת
		87	עקרונות לגידול ירקות בערוגה
		91	שלט-שם לגינה האישית
		93	תיבת גינה
		98	קקטוסים וסוקולנטים
		101	מעמד נוי לתליית שרשראות



פתח דבר

בעשור האחרון צמח הגינן הטיפולי (Horticultural Therapy) בישראל, ומתחום טיפול עלום ובלתי מוכר יחסית, נעשה למרכיב כמעט הכרחי בכל הקשור לתכניות טיפול, שיקום וחינוך אוכלוסיות בעלות צרכים מיוחדים. משנה לשנה אנו נוכחים בצמיחה של תכניות ומיזמים של גינן טיפולי, המשולבים במגוון מסגרות ופונים למגוון אוכלוסיות. בורזמן, חלה העמקה של התכניות להכשרה מקצועית, בוגריהן משתלבים בעבודה ואגב כך נוצר גרעין הולך ומתגבש של התחום המקצועי החדש. ואולם למרות שינויים אלו עדיין לא זכה הגינן הטיפולי למעמד של מקצוע רשמי ולהכרה בו מצד הממסד בתור תחום טיפול לכל דבר.

צמיחת הגינן הטיפולי בישראל הייתה ועודנה תהליך הדרגתי, הנוגע הן להעמקת ההכשרה וההתמקצעות של המטפלים בגינן הן להעלאת מודעות הציבור לאפשרויות המיטיבות הגלומות בו. על כך אנו חבים תודה לבעלי החזון, ויותר מכך – לאנשי העשייה, שעסקו בגינן הטיפולי זמן רב לפני שידעו להגדירו בשם זה.

למרות התמורות החיוביות וכיווני ההתפתחות בתחום הגינן הטיפולי בישראל, המחקר בתחום זה לוקה בחסר, והספרות המקצועית מצומצמת עד מאוד. ספר זה נולד מן הרצון למלא במידת-ימה חסרים אלו ולעודד את השימוש בגינן בתהליכי שיקום, חינוך, טיפול וריפוי.

ייחודו של הספר בהיותו נטוע בזירה של עשייה ממשית, הלוא היא "תכנית הגינן הטיפולי ברמת הנדיב". תכנית זו, מחלוצות תחום הגינן הטיפולי בארץ, פורשת עשייה ולמידה בנות למעלה מעשור.

לידתה של התכנית ברעיון של מנכ"ל רמת הנדיב, הוגו יאן טראגו, שביקש לקרב בין אנשים ובין קהילות, דרך הגנים. ברוח זו נוצר הקשר עם הנהלת המעונות "סביון" ו"כרמל" הסמוכים לרמת הנדיב ונבנתה מסגרת פעילות הממוקדת בטיפול באמצעות גינן. התכנית עוצבה במטרה לאפשר לאנשים בעלי עיכוב התפתחותי להשתלב בתעסוקה גנית בסביבה נורמטיבית ובמרחב ציבורי, תוך הכרה בצרכיהם וטיפוח יכולותיהם. עם השנים הורחבה הפעילות לאוכלוסיות נוספות של בני נוער ומבוגרים עם צרכים מיוחדים. בספר זה, ביקשנו לחלוק עם עמיתים וציבור המתעניינים ממעגלים מקצועיים משיקים את הגסיון וההבנות שצברנו לאורך השנים.



בספר מוצגים רעיונות לפעילויות שאפשר ליישם עם אוכלוסיות מגוונות. כמו כן, ביקשנו לשתף את הקוראים בשיקולי הדעת שמאחורי הפעילויות, המכוונים בראש ובראשונה ליכולותיהם ולצורכיהם של המשתתפים בתכנית על פי מטרות טיפול ברורות. הקהל המקצועי יוכל להיעזר ברציונל של הפעילות, במשמעויות הטיפול הגלומות בפעילות ובשיקולי התאמתה לקהל היעד ולמטופל מסוים. עם זאת, הספר פונה גם לקורא חובב הגינון, המבקש לתור אחר פעילות גרידא, המשלבת גינון, חקלאות או יצירה בחומרי טבע.

תקוותנו שהספר יסייע לקהילה המקצועית והחובבת בארץ ויתרום להתפתחות המתמדת של הגינון הטיפולי בישראל.

נעמי אפל ואורית כשר



לרוב, תכנית גינון טיפולי ממוקדת באוכלוסייה מוגדרת ופועלת כשהיא מעוגנת במרחב הפיזי, אגב שימוש מושכל בכלים ובחומרים. כל זאת כדי לתת מענה למטרת טיפול שהוגדרה מראש. מטרה זו פונה להיבטים שונים של המטופל:¹ פיזיים, רגשיים, התנהגותיים וקוגניטיביים.

תכנית הגינון הטיפולי ברמת הנדיב מאפשרת שילוב של מטופלים בעלי צרכים מיוחדים ולאורך השנים השתתפו בתכנית מטופלים מאוכלוסיות שונות. ואולם, למן היווסדה, בלב התכנית נמצאת קבוצה של מבוגרים הסובלים ממוגבלות שכלית התפתחותית (developmental delay) או בלשון הדיבור – בעלי פיגור שכלי. הפעילויות בספר יעסקו בעיקר בעבודה עם אוכלוסייה זו, אף כי הן ניתנות לביצוע גם עם אוכלוסיות אחרות.

מבנה הספר

בספר שלושה פרקים:

- **הפרק הראשון – הגינה המאפשרת: מרחב, חומרים, יצירה – עוסק במגוון רובדי העשייה בגינון הטיפולי: מרחב הגינה הטיפולי, המכיל את העשייה; החומרים – תכונותיהם ושימושיהם ומסגרת הפעילות.**
- **הפרק השני – הגינה האישית – עוסק בפעילות עם מטופל אחד. בפרק זה הקורא נחשף להיכרות עם חמישה משתתפים בקבוצת הגינון הטיפולי של רמת הנדיב, שכל אחד מהם מטפח גינה אישית משלו בשטח הגינה הטיפולי הכללית. לאחר היכרות קצרה עם כל משתתף, מתוארות הפעילויות שנעשו אתו בגינה. לפיכך, הפעילויות מובאות לא רק בתור הצעה או רעיון כללי, אלא בהקשר של התאמתן לאדם שעבדנו אתו.**
- **הפרק השלישי – פעילות קבוצתית בגינה – שם דגש בפעילות בהרכב הקבוצתי, אגב בחינת התהליכים הקבוצתיים שפעילויות אלו מזמנות.**

¹ כדי להימנע מן המינוח השאוב מאנגלית "לקוח" (ובתרגום: client), שלטעמנו, אינו מבטא נכונה את מהות התפקידים ביחסים שבין מטפל למטופל, בחרנו להיעזר במונח "מטופל". הכוונה היא לאדם שאנו, המטפלים, פועלים אתו במסגרת הפעילות.

הכותבים

לספר זה שותפים רבים, כולם מטפלים בגינון שסיימו הכשרה במסגרות מוכרות, וקולותיהם הייחודיים מעשירים את הספר ואת נקודות המבט שהוא מציג. האתגנטיות והרלוונטיות של התכנים המובאים בספר נתמכות בעובדה שכל הכותבים מכירים היטב את תכנית הגינון הטיפולי ברמת הנדיב, היות שלקחו בה חלק פעיל, בין בצוות הטיפול בין בהתמחות מקצועית בין בהתנדבות לאורך תקופה ארוכה. כיום, רוב הכותבים עובדים עם עוד אוכלוסיות, ולפיכך התאפשרו פרספקטיבה רחבה יותר והעשרת התכנים המוצגים בספר.

מרחבים בגינה הטיפולית

תכנית הגינות הטיפולי ברמת הנדיב החלה בתור מיזם תעסוקה המשלב אנשים בוגרים עם מוגבלות שיכלית התפתחותית בעבודת גינות. התכנית באה להחליף את יציאתם בכל בוקר לעבודה במפעל התעסוקתי (מע"ש) הצמוד למעון שחסו בו. לפיכך, מוקדה העשייה של משתתפי התכנית במגוון עבודות גינות בתחומי גני הזיכרון המטופחים ברמת הנדיב, במרחב ציבורי שעשרות ואף מאות אנשים מטיילים בו מדי יום ביומו.

לאחר כשנתיים, התגבשה קבוצת משתתפים קבועה בתכנית, וניהולה עבר לידי של מטפל בגינות בעל הכשרה מקצועית בזיקה טיפולית. בשלב זה, ניעור הצורך במרחב נוסף, שיאפשר לקבוצה עשייה שאינה רק בגדר "תעסוקה", הנבחנת על פי מדדי הספק ורמת ביצוע, ויספק תחושת בית: מרחב להתרגעות, ליצירה, למשחק ולגיבוש קבוצתי; מרחב שיאפשר לכל אחד מחברי הקבוצה לקבל לאחריותו גינה אישית משלו, שבה יוכל להתנסות בפעילות גינות עצמאית ולגדל בה ככל העולה על רוחו, על פי רצונו ונטיית לבו, וכמובן – מרחב שיאפשר לקיים בו מפגשי טיפול פרטניים, זוגיים או קבוצתיים.

הצורך במרחב הנוסף הוליד את הגינה הטיפולית. בתחילה, הכיל המרחב כמה גינות אישיות, ואחר כך הורחב, כדי לענות הן על הצרכים האישיים הן על צורכי הקבוצה.

תכנון מרחב הגינה הטיפולית

כל תכנון מתחיל בחשיבה על המרחבים שחשוב ורצוי לכלול בגינה. כל מרחב עומד בפני עצמו ומאפשר פעילות עצמאית, אך קשור למרחבים אחרים ומאפשר מעבר אליהם. הגינה הטיפולית האידאלית היא גינה שמותאמת לאוכלוסייה הפועלת בה, לאופי הפעילות ולגודל הקבוצה, ומאפשרת עשייה מגוונת. לשם כך יש לכלול בגינה מרחבים ציבוריים לצד פינות אינטימיות, מקומות המזמנים גירויים לעשייה לצד מתחמי רגיעה ומקומות לעבודה מסיבית לצד מקומות לפעילות עדינה ומוקפדת.

המרחב הציבורי

העבודה של קבוצת הגינות הטיפולי במרחבים הציבוריים היא הזדמנות לשילוב ברמות שונות, המעצים את תחושת השייכות והאחריות. ברמת הנדיב נעשה שילוב של משתתפי קבוצת הגינות הטיפולי בצוות הגננים של גני הזיכרון. הגנים פתוחים לקהל הרחב בכל ימות השבוע, והשטח הירוק הציבורי מאפשר שילוב בצוות העובדים אגב רכישת מיומנויות גינות וסיוע באחזקה, ובה בעת מאפשר נראות מקצועית לעיני קהל המבקרים. גם במסגרת טיפול אחרות ישנה האפשרות לשקול לקחת אחריות לגינות במרחבים ציבוריים, כגון: גינת בית הספר, אדניות פרחים בכניסה למבנה וכדומה.



פעילות בגינון הטיפולי

בתור תחום ממוקד עשייה במהותו, לפעילות (activity) בגינון הטיפולי תפקיד מרכזי במפגש שבין המטופל למטפל.

בתור מטפלים, הבחירה שלנו בפעילות מסוימת היא תוצר של חשיבה מקדימה על צורכי המטופל, רצונותיו, יכולותיו ומגבלותיו, וכמובן הדרך שבה הפעילות משרתת את מטרת הטיפול שאנו שואפים להשיג. חשוב מאוד להבין, שפעילות הגינון, מהנה ככל שתהיה, הופכת לעשייה בעלת ערך טיפולי מרגע שהוגדרה מטרת טיפול ומתקיים תהליך מתמיד של חתירה מושכלת להשגת מטרה זו.

על אלו יש להוסיף את המרחב הפיזי העומד לרשותנו (שכן יש פעילויות שאי אפשר לבצע בכל מקום), את החומרים הזמינים שנשתמש בהם ואת הכלים שבעזרתם נבצע את הפעילות. יש להתחשב בגורמי הסביבה, הנחוצים להצלחת הפעילות או העלולים לשבש אותה, כגון מזג האוויר, רעש, נוכחות אנשים אחרים ושעות האור. כל אלו הם נתונים ושיקולים שעל איש המקצוע להתחשב בהם בבואו לבחור את הפעילות ולהתאימה לאדם או לקבוצה שהוא עובד אֵתה.

ככלל, בכל פעילות אנו מזהים שני שלבים עיקריים:

1. שלב הבנייה - כולל את תכנון הפעילות וביצועה.
2. שלב התצוגה והשימוש - כולל את הצגת התוצר המוגמר ("פרזנטציה"), השימוש הפעיל בו והתחזוקה השוטפת.

דוגמאות:

- בפעילות של הכנת ערוגה מוגבהת: שלב הבנייה כולל את תכנון הערוגה, ארגון החומרים והכלים והקמת הערוגה עצמה; שלב התצוגה והשימוש כולל את העבודה היומיומית של גידול הצמחים בערוגה.
- בפעילות של הכנת עציצי סוקולנטים מדלעות נוי: שלב הבנייה כולל את איסוף הדלעות, הכנתן לשתילה ושתילת הצמחים; שלב התצוגה והשימוש כולל את בחירת המעמד המתאים לתליית העציצים, בחירת המיקום הרצוי והמשך העבודה השגרתית, הכוללת את השקיית הצמחים והחלפתם במידת הצורך.



עציצים מחומרים טבעיים

פעילות זו היא מסוג הפעילויות שהתוצר הסופי בהן אינו מסגיר את קלות הביצוע ואת פשטותו: הפיכת עציץ פשוט לעציץ בעל מראה ייחודי. יתרונה של הפעילות הוא שאפשר להתאימה בקלות ליכולות ברמות מגוונות: אפשר לבצע בעמידה או בישיבה, לבד או בשיתוף פעולה בין שניים, והיא אינה מצריכה הפעלת כוח.

מרבית הדרכים המוכרות לנו לשדרוג מראה של עציצים דרך קישוטם מערבות סוגים מגוונים של מלאכת יד (צביעה, הדבקת נייר, הדבקת חרוזים ואבנים צבעוניות), ופעמים רבות התוצר המתקבל מנותק מחומרי הגינה. בפעילות הנוכחית אנו מחזקים את המראה הטבעי של הצמח דרך שימוש בחומרים טבעיים.

במציאות היום-יומית, רוב שעות היום האדם מוצא עצמו בסביבת חומרים מתועשים כגון פלסטיק או משתמש בכלים שנעשו בייצור המוני והם נעדרי נגיעה אישית, עובדה היוצרת ניכור בינו לבין עולם החומר סביבו. הפעילות מציעה חלופה למציאות השכיחה, המערבת מגע עם חומרים טבעיים בעלי צורה וטקסטורה ייחודיים, שעברו תהליך של גלגול: הם נותקו מן המקור והפכו למשהו אחר חדש, הנושא אופי אישי. לדוגמה, כאשר נתבונן בענף מקרוב נוכל לראות את קליפתו ואת הסדקים והצלקות שהזמן, הרוח, הגשם והחיות הטביעו בו. הסיפור ה"אישי" של הענף מחבר אותנו לרבדים הרבגוניים, האישיים הייחודיים לכל אחד מאתנו.

על התהליך

בתכנון הפעילות יש להביא בחשבון מפגש אחד, שימוש מתון בכוח פיזי (לדוגמה, לשם חיזוק וחיתוך חוט ברזל) ויכולות קואורדינציה ומוטוריקה עדינה (לשזירת צדפים לעיטור). הפעילות יכולה להיעשות בעמידה או בישיבה מול שולחן. מגוון חומרי יצירה יאפשר הרחבה של חופש הבחירה האמנותית. יש להביא בחשבון את הבלאי הטבעי של חומרי הטבע הבאים במגע תמידי עם הלחות שבאדמת העציץ.

פעילות זו מאפשרת למטופל להתנסות בחוויה של הצלחה. בשל פשטות השלבים והביצוע, עזרת המטפל יכולה להצמצם למינימום הדרוש, והמטופל חווה תחושות של עצמאות, העצמה וסיפוק.

הפעילות גם מאפשרת למטופל לחוות תחושה של נתינה. ממדיו של התוצר יכולים להיות קטנים יחסית בלי שהדבר יפגע ברושם שהוא משאיר, וכך מתאפשרת ניידות: אפשר לקחת את העציץ העטוף ולהעניק אותו במתנה גם מחוץ לגבולות הגינה. היבט זה חשוב בייחוד משום שלא לעיתים קרובות נחשפים המטופלים להזדמנויות המאפשרות



1.

עוטפים את העציץ הריק בסיבי עץ דקל ("קוקוס"). אם היקף העציץ גדול יותר מפיסת הסיבים - אפשר להשלים בפיסה נוספת.



2.

מחזקים את העטיפה בחוט ברזל בעזרת צבת וחוטכים את שארית חוט הברזל בעזרת מכשיר חיתוך.



להם להתחבר לחוויית הנתינה. עצם העובדה שגם הנוקק יכול למצוא עצמו בצד הנותן, ולא רק המקבל, יוצרת תחושת מסוגלות.

אם כן, הפעילות מעניקה לאדם הזדמנות להקדיש מחשבה לזולתו, לבטא את רצונו לשמח אחרים ואת אהבתו לקרובים לו.

נושאים לשיחה

- מה משמעותה של החוויה היצירתית בחיי המטופל? עד כמה היא נוכחת? היכן? במה היא מתאפיינת? איזו תועלת היא נושאת עמה בעבורו? היכן היה רוצה ביטוי יצירתי, אם בכלל?
- מה מייצג בעיניו יופי? איזה מודל של יופי מדבר אל לבו? איזו תחושה היופי מעורר בו? עד כמה הוא נתפס יפה בעיני עצמו? האם זכור לו מקרה שבו היה יפה במיוחד? במה התאפיין מקרה זה? האם יש פער בין התפיסה העצמית של יופיו לבין יופיו כפי שהוא משתקף במראה? אם כן, כיצד הוא מפרש את הפער?
- האם אישיותו יפה בעיניו? אילו תכונות באישיותו נתפסות בעיניו יפות במיוחד? באילו תנאים הוא מוצא שתכונות אלו מתבטאות במיטבן? מאילו תכונות הוא מסתייג? עד כמה יש הלימה בין יופיו החיצוני ליופיו הפנימי?

חומרים

עציץ ריק
 אדמת גן
 חומרי טבע לקישוט העציץ, כגון:
 צדפים, אבנים קטנות בעלות חורים,
 ענפים יבשים, סיבים של דקל
 קוקוס או דקל לוויסטוניה סינית
 חוט ברזל
 חוט רפיה / חוט פשתן / חוט דיג
 צמח לשתילה

כלי עבודה

צבת (פלייר)
 מכשיר חיתוך (קאטר)
 מספריים
 מזלף



.6

ממלאים שליש מן העציץ המקושט באדמת גן.

.7

שותלים את הצמח בעציץ ומוסיפים אדמת גן. על הצמח להישתל כסנטימטר אחד מתחת לגובה דופנות העציץ, כדי שבהשקיה יחדרו המים לאדמה. משקים.

עוד רעיונות



עציץ עטוף בתרמילי עץ כסיית האבוב או תרמילי צאלון.



עציץ עטוף בעלי בננה יבשים או בשכבות שאפשר לקלף מגזע הבננה (בתמונה). במטעי בננה יש שפע של גזעים יבשים.



עציץ עטוף בכפות תמרים.



.4

מקפלים פנימה אל תוך החלק העליון של העציץ את שאריות סיבי ה"קוקוס".



.3

גוזרים במספריים את שאריות סיבי ה"קוקוס" בחלקו התחתון של העציץ.



.5

אפשר להסתיר את חוט הברזל בעזרת חוט רפיה או חוט פשתן. אפשר לשזור צדפים או לקשור חומרי טבע שונים לקישוט.



תיבת קינון מדלעת נוי

בניית תיבות קינון לציפורים בגינה הטיפולית היא פעילות אטרקטיבית וייחודית, שיכולה ליצור סביבה אינטראקטיבית מעניינת מאוד. פעילות זו מפגישה את המטפל והמטופל עם שני שותפים חשובים במרחב הסביבה הטבעית: בעלי החיים והצמחים.

מטבעה, תיבת קינון מעוררת חשיבה על נושא הבית. מטרת הפעילות לבנות קן - בית לציפור, ולכן מתעוררות שאלות הנוגעות לתפקידיו: השירותים שהוא מספק, כמו הגנה וביטחון, והדברים שהוא מאפשר לעשותם, כמו קינון והקמת משפחה.

הפעילות מצריכה חשיבה מקדימה והתאמה למטופלים המסוגלים לכך מבחינה קוגניטיבית, שכן יש לעמוד על השאלה: מדוע בכלל ציפורי בר צריכות תיבת קינון? הרי הציפור היא חיה בר, הרגילה לחיות בטבע ולקנן בו. ואולם בשנים האחרונות אנו עדים להתמעטות אוכלוסיות הירגזים וציפורי שיר אחרות מכמה סיבות:

- ציפורים פולשות כמו המיינה והדוכן מתחרות עם ציפורי השיר במאבק על מזון ואזורי מחיה, ולרוב דוחקות אותן מבתי גידולן.
 - עבודות פיתוח ובנייה וכריתת עצים בוגרים מצמצמות את שטחי הגידול והקינון.
 - החתול, אחד האויבים הגדולים של הציפור, מתרבה מאוד בסביבת הטבע העירוני.
- אם כן, יצירת תיבת קינון מזמינה אותנו לסייע בצמצום הנזקים לציפורי הבר ומחברת את הגינה למרחב הטבעי.

בפעילות זו, המטופל מתבקש לאמץ את נקודת מבטה של הציפור ולהבין כיצד יש לבנות מתקן שיוכל לספק את התנאים הדרושים לה. עליו להביא בחשבון את מבנה המתקן, מיקומו ואפילו גודל הפתח. כך שיאפשר לציפור המיועדת להיכנס אליו, אך לא לאויביה הגדולים ממנה. התבוננות זו מאפשרת למטופל להרפות מזווית הראייה השגרית שלו, הממוקדת לרוב בצרכיו וברצונותיו, ולהתמקד ביצור אחר - במקרה זה: ציפור, ובמקרה אחר יכול להיות גם אדם אחר.

על התהליך

הפעילות מזמינה להיכרות עם שני גורמים: הדייר - ציפור השיר, וביתו - דלעת הנוי. ההיכרות עם ציפור שיר מצויה, לדוגמה, ירגזי, יכולה להיעשות דרך תצפית: היכן הירגזי נצפה, מה הוא אוכל, היכן הוא מעדיף לקנן, מהם הרגלי הקינון של זוג ירגזים. שאלות אלו יכולות לעזור ביצירת קרבה, חיבור והיכרות בין המטופל לציפור ולצרכיה. בשלב זה אפשר גם לנסות לצלם את הציפור ולתלות תמונה שלה במקום נגיש.

בניית תיבת קינון לירגזי מאפשרת למטופל לעזור לציפור למצוא בית חדש ובטוח. המעבר ממעמד של מטופל נתמך ונזקק למעמד של מטופל שעוזר ומספק ביטחון לאחרים הוא בעל





1.
מנקים את צדה החיצוני של הדלעת: משייפים בנייר שיוף ושוטפים במים. תהליך הניקוי החיצוני אינו הכרחי, אבל מוסיף לאסתטיקה של התוצר הסופי.



2.
לאחר שהדלעת התייבשה, צובעים את הדלעת בלכה שקופה ומחכים שתתייבש. במקום לצבוע בלכה, אפשר לשמנה בשמן פשתן.

3.
חותכים את הדלעת היבשה בשליש הצר שלה. להתחלת החיתוך, אפשר להשתמש במקדח עדין ליצירת חור ראשון, וממנו להמשיך לחתוך בעזרת מסורית.



משמעות רבה. לקיחת האחיות ותחושת האמפטיה ליצפור יוצרות חיבור מרתק. ייתכן שבזמן הפעילות תעלה ההשוואה בין בית הציפור לביתו של המטופל. המטפל יכול לאפשר שיחה בנושא בתשומת לב וברגישות. בקרב אוכלוסיות אנשים בעלי צרכים מיוחדים, שמקצתם גרים בהוסטלים ובדיור מוגן ולא עם בני משפחתם, נושא הבית יכול להעלות תחושות של כאב, פחד ובלבול.

אחרי ההיכרות עם הירגזי, נכיר את דלעת הנוי, שתשמש להכנת תיבת הקינון - צמח מרתק בפני עצמו.

הדלעת שבחרנו אינה מיועדת למאכל ומשמשת ליצירת כלי אוכל, כלי נגינה וחפצי אמנות בתרבויות רבות. אפשר לזרוע אותה בחודשי האביב הראשונים ליד גדרות או מתקנים שונים להדליה (טיפוס). המתאפשרת בעזרת הקונות. אם אנו מגדלים דלעות בגינה הטיפולית, אפשר לשלב בתהליך בניית תיבת הקינון את בחירת הפרי, הקטיף והייבוש. ככל שהמשתתף יהיה מעורב יותר בתהליך, יעמיק החיבור שלו לפעילות.

בשלב העבודה בפרי המיובש נעשה שימוש נרחב בטכניקות של מוטוריקה עדינה: שיוף, צביעה, קידוח וניסור. תחילה נעבוד צמוד למשתתף, ועל פי צרכיו ויכולתו נרווח את המרחב בינינו כדי לאפשר לו תחושת עצמאות, אחריות ויכולת ליצור בהצלחה. עבודות כמו שיוף וצביעה הן עדינות, רכות ומתאימות להתחלת עבודה הדרגתית. עבודות כמו קידוח וניסור מצריכות פעולות נמרצות המשלבות כוח, והן דורשות את מלוא הריכוז ותשומת הלב.

כשתיבת הקינון מוכנה, אפשר למקם אותה במקום המתאים, ועכשיו לא נותר אלא לחכות לאורחים.

חומרים

דלעת נוי יבשה

חוט ברזל

לכה שקופה

כלי עבודה

מקדחה

מכשיר חיתוך (קאטר)

מסור עדין או מסורית

טוש לסימון

נייר שיוף או ספוגית לרחיצת כלים

מברשת צביעה



8.

יוצרים פתח כניסה עגול בחזית הדלעת. קוטר הכניסה ייקבע לפי סוג הציפור שאנו רוצים להזמין לקינון בתיבה (גודל שיאפשר כניסה של הציפור לתיבה, אך ימנע כניסה של ציפורים אויבות). לדוגמה, לקינון של ירגזי ניצור עיגול בקוטר 30-32 מ"מ. מסמנים את העיגול במקום הרצוי.

9.

חיתוך פתח הכניסה הוא מלאכה עדינה, ולכן מחוררים עיגול קטן במקדחה. לאחר מכן חותכים במסורית או במקדח כוס ומרחיבים את העיגול לגודל הרצוי. תולים את התיבה במיקום המתאים לסוג הציפור. חשוב להתחשב בגובה התיבה, בכיוון השמש, בקרבתה לעץ או לעמוד וכדומה.

עוד רעיונות

- תיבת קינון לעטלפים אוכלי חרקים (אוכלי יתושים).
- מתקני האכלה לציפורים.
- ברכות שכשוך לציפורים.

לקריאה נוספת

אתר האינטרנט של המרכז לציפורי הבר בחצר הבית: www.yardbirds.org.il

4.

מרוקנים את הדלעת, מנקים היטב ושומרים את הזרעים לשונה הבאה.

5.

יוצרים מכסה משני חלקי הדלעת שחתכנו בעזרת חיבורם בחוט ברזל, היוצר ציר פתיחה-היסגירה. לשם כך קודחים חור בגב גוף הדלעת וחור בגב המכסה (במרחק של כשני ס"מ ממישור החיתוך). חוזרים על הפעולה וקודחים שני חורים בחזית הדלעת (גוף ומכסה). על מנת לתלות את הדלעת יש לקדוח שני חורים נוספים בגב גוף הדלעת.



6.

מחברים בין שני חלקי הדלעת - השליש העליון וצדה האחורי של הדלעת - בעזרת חוט או חוט ברזל. מהדקים היטב ובודקים שאפשר לפתוח ולסגור.

7.

חיבור החזית בין גוף הדלעת למכסה ייעשה בעזרת קשירה הניתנת לפתיחה, כדי שבסוף עונת הקינון נוכל לנקות את תיבת הקינון לצורך קינון חוזר.



