



ערגה יערי

מרחב מוגן רגשי

איך מטפחים רגישות לטראומה במקום העבודה?

עלינו לזכור כי כל אדם שנפגוש נאבק בשדים שאנחנו לא רואים. בואו נהיה רגישים, תמיד.

מאז מתקפת הטרור של ה-7 באוקטובר התחושה היא שנקלענו לסרט אימה. גם מי שלא נפגע ישירות מכיר אישית מישהו שכן. העניין הוא שאין לנו ממש דרך לדעת מי נמצא בצד השני של הקו, עם מה נכנסה העובדת לחדר הישיבות או מה קורה היום לאדם שמעבר למחיצה. כעת, כשרוב הארגונים חוזרים בהדרגה לתפקוד, מתבהר שיש צורך בגישה קצת אחרת - לכולנו נדרשת יותר רגישות. רגישות לטראומה.

מה זה בעצם אומר? איך נכנסים לחדר עם רדאר פתוח לקרוא את הסיטואציה? איך מקשיבים לתוכן הלא מילולי של השיחה? כיצד אפשר לגרום לכל אחד להרגיש יותר בנוח מולנו? איך תומכים באחרים כשאנחנו בעצמנו זקוקים לתמיכה? ואיך מוצאים את הגבול שלנו?

על כל אלה נתבונן הפעם מנקודת המבט המפתיעה של ערגה יערי, מנהלת סצנות אינטימיות מוסמכת בקולנוע ובטלוויזיה, הראשונה והיחידה בישראל. בליווי קטעים מתוך סרטים וסדרות מוכרות, נחשוף יחד כמה מהסודות והכלים הפרקטיים של מקצוע העוסק ברגישות, כלים שיכולים לשמש אותנו בכל מקום עבודה ובמיוחד היום.