**כנס תעצומות- 13.3.18**

**שחרור מתוויות חברתיות כאמצעי להתפתחות וגילוי העצמ**י

 **ד"ר רעיה יואלי**

לכל אחד מאיתנו יש פסיפס שלם של סיפורים, מחשבות, תפיסות על עצמינו ועל העולם. חלק מהסיפורים המסופרים עלינו נושאים בתוכם תוויות, תוויות שהודבקו לנו עי משפחה או החברה, ואנו פועלים על פיה. כיצד ניתן ליצור שינוי ולהשתחרר מהתוויות שאנו נושאים אותה?

במהלך ההרצאה נזהה מהם התוויות השכיחות, מהם ההבניות החברתיות היוצרות את התוויות, נשאל מתי הודבקה התוויות ועל ידי מי, ואייך ניתן ליצור חיץ בין הסיפור שדמויות ההתקשרות יצרו עבורנו כמו הורים, חברים מורים לבין הסיפור שהאדם מבקש ליצור לעצמו. כל אלו הם תנאים הכרחים להשתחרר מהתוויות ומהסבל הרב שהיא יוצרת, על מנת לברוא תחושת מסוגלות וביטוי עצמי.

ההרצאה מבוססת על הגישה הנרטיבית המניחה שהאדם יכול לחולל שינוי משמעותי בחייו, דרך יצירת שינוי בסיפור שהוא מספר אודותם. הסיפור שהאדם מספר על חייו משפיע באופן משמעותי על הדרך שבה הוא חי אותם. האדם מוזמן לחשוב על עצמו בדרך חדשה, לבחור משמעות למאורעות חייו, לבסס יצירה או החייאה של "סיפור מועדף" שעל פיו הוא רוצה לחיות את חייו. (וויט ואפסטון,1999) ובכך להשתחרר מהתוויות החברתית.

**על המרצה:** רעיה יואלי, ד"ר לעבודה סוציאלית מהאוניברסיטה העברית. מחברת הספר "לשם שינוי- על שינוי בקריירה ומציאת ייעוד ומשמעות". מתמחה בגישה הנרטיבית ככלי לפיתוח זהות מקצועית והובלת שינוי. ד"ר יואלי הרצתה באוניברסיטה העברית בתחומים של חזון ארגוני ופיתוח מנהיגות, חברת צוות בבית ספר מנדל למנהיגות חינוכית, יועצת ומלווה בתוכנית ההכשרה - צוערים לשירות המדינה, בעלת קליניקה "לשם שינוי" לייעוץ והדרכה ליחידים ולארגונים.

**ביבליוגרפיה**

וויט,מ. ואפסטון, ד. (1999). *אמצעים סיפוריים למטרות טיפוליות,* תל אביב: הוצאת צ' ריקובר.

יואלי, ר. ( 2017). *לשם שינוי- על שינוי בקריירה ומציאת ייעוד ומשמעות*. תל אביב: מטר.

Bruner, j. (1987). Life as narrative. *Social Research,* 54(1), 11-32.

White, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York: W.W. Norton & Company.