

בקול רם

עלון אמב"י - ארגון מגמגמים בישראל (ע"ר)

טיפול "הוליסטי" בגמגום

מאת: חיים סופר *

לוח אירועים

09 אוקטובר 2002

ערב עיון בנושא:

טיפול "הוליסטי" בגמגום

מרצה: מר חיים סופר

הערב יתקיים ביום רביעי,

09 באוקטובר 2002 בשעה 19:30,

בבית לני"י, רח' המלך ג'ורג' 37 ת"א.

23 אוקטובר 2002

ערב חגיגי לכבוד:

היום הבינלאומי למודעות בגמגום

ISAD

המתקיים השנה תחת הכותרת:

האם הגמגום עוצר אותך

הערב יתקיים ביום רביעי,

23 באוקטובר 2002 בשעה 19:30,

בבית לני"י, רח' המלך ג'ורג' 37 ת"א.

יש לדייק ולהביא מצב רוח טוב.

עדכונים ביחס לאירועים של ניתן לקבל

באתר: www.ambi.org.il

הטיפול הפיזיולוגי בגמגום והטיפול
בבעיות הנפשיות של המגמגם,
משלימים זה את זה.
על כל הנאמר לעיל, ארחיב את הדיבור
בהרצאתי.

תיאור השיטה

שיטת הטיפול שלי מקורה בעובדה
הידועה שמגמגם אינו ניתקע ואינו
מגמגם כשהוא שר. הסיבה לכך נובעת
לדעתי, משלושת המאפיינים של
השירה:

א. זרימה חזקה של אויר

ב. תנועת הלחץ - עליות וירידות
בגובה הצליל.

ג. הקצב - הברות מודגשות לעומת
הברות לא מודגשות לסירוגין.

גם המאפיינים (ב) ו-(ג) - הלחץ והקצב,
תורמים לזרימה חזקה של אוויר אשר
מונעת את היתקעותו של הזמר.

כל שלושת המאפיינים הללו קיימים גם
בדיבור תקין - היינו הגייה ברורה, עם
הנגנה וקצב. אך הצעירים נוהגים לרוב,
לדבר בהגייה לא ברורה, עם מינימום
של הנגנה ומינימום של קצב. כתוצאה
מכך נוצר זרם אוויר חלש בלבד, ודבר
זה מגביר את סכנת ההיתקעות.

לסיכום:

דיבור עם הגייה ברורה, עם הנגנה וקצב
יוצר זרם אוויר חזק שעשוי למנוע את
ההיתקעות והגמגום.

להנגנה ולקצב - בנוסף לתרומתם
לייצור זרם אוויר חזק יש גם תפקיד
דקדוקי, סמנטי ורטורי.

כמוכן חייב המטפל להתייחס גם
לבעיות הנפשיות של המגמגם, אשר
נובעות מהגמגום, כגון ביישנות, דימוי
עצמי נמוך, הימנעות מלדבר וכדומה.

התופעות המלוות את הגמגום הן:
חרדה, מתח, היתקעות, ומאבק עם
הגמגום. המטפל חייב לטפל בכל
התופעות הנ"ל.

(א) החרדה.

החרדה באה מגישה רגשית
לגמגום. לכן חייב המגמגם
להתייחס לגמגום לא כקללה אלה
כעובדה שיש לטפל בה. הגישה
הרגשית מקשה על הטיפול. הגישה
העובדתית מקלה על הטיפול.

(ב) המתח.

המתח הינו הגורם המידי של
הגמגום. המגמגם צריך ללמוד
לאתר את מקור המתח בגופו
ולהביאו לידי הרפיה. כשאין מתח
אין גמגום. מגמגמים לפעמים
מספרים שגמגמו למרות שלא היו
מתוחים - האמת היא שהם כן היו
מתוחים אבל לא היו מודעים לכך.

(ג) ההיתקעות.

ההרפיה תמנע את ההיתקעות.

(ד) המאבק עם הגמגום

יש מומחים הרואים במאבק עם
הגמגום סימן היכר של הגמגום,
המבדיל בין גמגום לדיבור קטוע.
כשהמגמגם נתקע, במקום שיאבק
עם הגמגום עליו להרפות את
המתח. וכשהוא רפוי יוכל לדבר
בלי להיתקע.

* חיים סופר החל להתעניין בטיפול בדיבור בתקופת היותו סטודנט בלונדון. באותה תקופה המלך ג'ורג' ה-6 עלה אל כס המלוכה תוך שהוא
מקבל טיפול בגמגום. פרטים נוספים לדמותו של חיים סופר ניתן לקרוא באתר אמב"י <http://www.ambi.org.il> ובעלון האלקטרוני
שישלח למנויים במחצית השנייה של חודש ספטמבר.

אמב"י אומרת תודה לידידיה

אמב"י מודה מקרב רב לידידיה:

- מכון CTI לטיפול בגמגום
- יעל וטוביה צפיר

תרומתכם תאפשר לאמב"י להמשיך ולפעול.

כנס On-Line בנושאי גמגום

כמו בכל שנה גם השנה יארח אתר הגמגום:

www.stutteringhomepage.com

את כנס האון-ליין השנתי. הכנס יערך בין התאריכים 1/10/02 ועד 22/01/02

השנה הכנס כולל בין היתר מאמר בנושא "אירועים חוויתיים לאנשים מגמגמים"
המתקיימים בישראל בחסות אמב"י.

רשמים מהוועידה ה-19 של ארגון הגמגום האמריקאי

מאת: בני רביד

ארגון הגמגום האמריקאי (NSA-National Stuttering Association) הוא למעשה ארגון הגמגום הגדול ביותר בעולם. לפיכך וועידות הארגון הן הוועידות הגדולות ביותר בתחום העזרה העצמית לאנשים מגמגמים, גדולות גם מהוועידה הבינלאומית שמארגן ISA ארגון הגמגום הבינלאומי.

השנה השתתפתי בוועידה ה-19 של ה-NSA שהתקיימה באנהיים (Anaheim) שהוא פרבר של לוס אנג'לס, במלון WestCoast Anaheim Hotel הממוקם במרחק הליכה מהאתר הנודע של הדיסנילנד. הוועידה נערכה בין התאריכים 26-30 ליוני 2002.

עם הגיעי למלון, קיבלה את פני הגב' Annie Bradberry שהיא המנכ"ל של ה-NSA. אני היא אישה מקסימה, יהודיה וגם אדם מגמגם המנהלת את ה-NSA בחן ובקסם נשי. אני דאגה לי לחדר (וזה כבוד שרק אני זכיתי בו, כנראה בגלל היותי ישראלית) וכן החלה להכיר לי את האנשים שהגיעו לוועידה בין היתר הכירה לי אדם עם כיפה על הראש, קלינאי תקשורת מוכר באמריקה ואולי גם בארץ. אדם מקסים, יהודי חם וידיד אמיתי של ישראל. בקיצור איך שהגעתי הרגשתי בבית.

למחרת החלו הדיונים והאירועים הרשמיים של הוועידה. שיטת הוועידה היא שנערכים מספר אירועים במקביל באולמות שונים כאשר כל משתתף בוחר לעצמו את האירוע המתאים לו.

בגלל חוסר מקום אתאר רק מספר קטן של אירועים הראויים לציון מיוחד. הדיון הראשון עבורי היה "תוכנית ראשי הסניפים". NSA מחולק למספר רב של סניפים. סניפי ה-NSA מפוזרים כמעט בכל מקום באמריקה. למעשה סניף NSA הוא קבוצה לעזרה עצמית בדומה לקבוצות שיש ושהיו בארץ.

"תוכנית ראשי הסניפים" החלה כאשר כל ראש סניף הציג את עצמו ואת המקום בו הוא גר, לדוגמא: "שמי Jeff Pulling אני ראש סניף San Fernando, המרוחק 15 מייל מפה ואני גם כומר בכנסיה המקומית. סן פרננדו ידוע בהיסטוריה שלה וכו'." כאשר הגיע תורי להציג את עצמי אמרתי את שמי, שאני ראש אמב"י, אני מישראל המרוחקת 15 אלף מייל מפה וכו' וכאשר רציתי להגיד מילה טובה על ישראל, כל מה שהצלחתי להוציא מפי היה: "ישראל היא המקום הנפלא ביותר עלי אדמות..." הדברים נאמרו בכנות מלאה, חבל שצריכים להגיע לאמריקה הרחוקה על מנת לחלץ דברים שכאלה מהנשמה. מעבר לכך היו דיונים בין ראשי הסניפים על הבעיות בסניפים, איך לנהל מפגשים וכדומה.

אירוע אחר הראוי לציון הוא הסדנא "דיבור חופשי" של מר John Harrison, המוציא לאור של עלון ה-NSA. בסדנא היוצאת מהכלל, ג'ון לימד איך לדבר מול קהל. השורה התחתונה של הסדנא היא: כשאתה מדבר מול קהל, האנשים נותנים לך זמן, לכן אין צורך למהר וכאשר (עקב התרגשות) אתה שוכח לפתע את מה שרצית להגיד אז... תשתוק ותמתין עד שזה יחזור. כאשר לגמגום הקהל נותן לך את הזמן לגמגם אז... תיתן את זה לעצמך.

עוד אירוע הראוי לציון היא סדנא שאני העברתי. הייתה זו התרומה הישראלית לוועידת ה-NSA. הייתה זו סדנא מבוססת על האירועים החווייתיים של אמב"י, בנושא: "גמגום והפגישה הראשונה". המדובר בסדנא המבוססת על עקרון של עזרה עצמית. למתעניינים, תיאור מפורט של האירועים החווייתיים באמב"י יינתן בכנס און-ליין (ראה מסגרת בעמוד הקודם). כמו כן ניתן להשתתף באירוע הבא לפרטים: www.ambi.org.il

בוועידה היו גם שתי "הרצאות מפתח" שהן ההרצאות החשובות ביותר בוועידה. הרצאה הראשונה ניתנה על ידי רב!! הרב מרק גליקמן (Rabbi Mark Glickman), שהוא בין היתר אדם מגמגם. הרב "הרביץ" הרצאה מצוינת, מבריקה ומצוחצחת. הוא דיבר על אנשים גדולים בתולדות היהדות שהיו להם קשיים בדיבור.

הרצאת מפתח אחרת הייתה של מר Dennis Barsemant, אדם מגמגם, איש עסקים מצליח ומנהל חברת ענק. דניס דיבר על "התגמול שאתה מקבל כשאתה עומד מול הפחד ובכל זאת לוקח את הסיכון ועובר את המפתח". הוועידה הייתה מלאה באירועים רבים נוספים, כמו טיולים, מסיבת ועוד.

אגב, מסיבת הגמר כללה מכירה פומבית של מתנות שנתרמו על ידי משתתפי הוועידה. את המכירה ניהל מוכר מקצועי בתחום מכירות פומביות שהנו אדם מגמגם בעצמו. התוצאה הייתה הכנסה של 50 אלף דולר... הלוואי עלינו באמב"י.

מעבר לכך פגשתי אנשים אותם הכרתי רק מאימייל כמו מר Ira Zimmerman, עו"ד דגול שהביא לדין בין היתר אולפני סרטים וחברות תקשורת ענקיות שפגעו באנשים מגמגמים.

מעבר לכך היו בוועידה יהודים רבים, עד כדי כך שפה ושם דיברתי עברית וגם הייתי צריך להסביר את המדיניות של ממשלת ישראל...

לצערי, אין לנו מקום לתאר בפרוט רב יותר על מה שקרה בוועידה ה-19 של ה-NSA. ללא ספק מדובר באירוע גדול, מבריק כיאה לאמריקנים. עבורי הייתה זו חוויה שלא תשכח.

בקול רם - עלון ארגון המגמגמים בישראל (ע"ר) • גיליון 16 • ספטמבר 2002

עריכה:	בני רביד
עוררו בהפקה:	ליאורה כהן
	אור זינגר
	ירון קפלן
	ברק דגן
מען למכתבים:	ארגון אמב"י
	המרכז הישראלי לעזרה עצמית
	בית לנ"י
	רח' המלך ג'ורג' 37
	ת"א 61231
טל:	03-5037558
דואר אלקטרוני:	ambi@newmail.co.il
אתר:	http://www.ambi.org.il

תוכן המאמרים הוא על דעת ובאחריות כותביהם.

אמב"י אינה יכולה להיות אחראית לתוכן המאמרים.