

ג'ניפר פוני

קליניקה יוצאת מן הכלל

להתפרנס ולממש את השליחות שלך

הי שלום ,

לפני 4 שנים כשהפכתי להיות מאמנת, רציתי לטרוף את עולם האימון (עד היום למעשה) וחיפשתי דרכים ללמוד עוד כלים להתפתחות אישית ובעיקר ללמוד ממאמנים ובעלי עסקים מצליחים. חיפשתי את האנשים שכבר הצליחו להתפרנס כעצמאיים ובעיקר ללמוד מהטעויות וההצלחות שלהם.

גילתי שרוב המאמנים והמטפלים שמצליחים הם אנשים שכלת הזמן מתפתחים באמצעות דרכים מגוונות ויצירתיות ביניהם צפייה בסרטים וקריאת ספרים.

בימים טרופים אלה שבהם אנו נדרשים להישאר רוב הזמן בבית, כדי להתגונן מהעולם או לגונן על העולם מפנינו, אנחנו מחפשים דרכים מגוונות להתמודד. צפייה בסרטים היא דרך מעולה להעביר את הזמן בכיף, ללמוד על סיטואציות אימוניות ולהתמלא בהשראה ומוטיבציה. לכל אחד מאתנו יש טעם שונה ולכן על כל סרט כתבתי הקדמה שכוללת ניתוח של המסרים שחלקם גלויים לעין וחלקם פחות שייתן לכם פרספקטיבה לבחון אם הסרט שווה צפייה עבורכם.

לסיכום, אני רוצה להזכיר לכם להשקיע בדבר החשוב ביותר, שהוא אתם עצמכם! גם אם עכשו זה מסתמן כתקופה מאתגרת אתם חייבים לייצר לעצמכם כל הזמן חלונות של זמן כדי להעשיר את ארגז הכלים בתובנות וכלים חדשים .

בחרתי את 12 הסרטים שהכי מעוררים השראה בעיני שיגרמו לכם להתרגש במיוחד, להתמלא במוטיבציה וגם לקבל כמה תובנות על עולם האימון והטיפול. מרבית מהסרטים ניתן למצוא בנטפליקס או בכבלים של סלקום וDOD.

צפייה מהנה
ג'ניפר

כל הזכויות שמורות לג'ניפר פוני

12 הסרטים הכי שווים לצפייה עם מסר אימוני לחיים ולקליניקה:

1. סרט 1917
מוטיבציה שלילית מול חיובית בדרך למטרה

אף פעם לא אהבתי סרטי מלחמה!!
יותר מדי דם נשפך
יותר מדי מתח, שגורם לי לצאת בתחושה לא טובה
יותר מדי רעש חזק
אך לכל כלל יש יוצא מן הכלל.
וביום שישי לפני חודשיים החלטתי לזרום עם הבן זוג שלי
הרגשתי שהוא ראה איתי לאחרונה הרבה סרטים
שאני דווקא רציתי וזאת הייתה הזדמנות מעולה לפרגן וללכת לסרט בסגנון קצת אחר.
באתי ללא ציפיות, בכל זאת סרט מלחמה מה כבר יכול להיות?

הרבה בומים של תותחים, רובים וכל מה שקשור לזה.
הרבה חיילים שנהרגים הרבה היסטוריה.
אך הפעם זאת הייתה חוויה קולנועית רגישה אנושית וסופר רלוונטית לתחום האימון של
היום.

"1917" סרט שמצולם כמו שוט אחד, צילום מיוחד שנותן תחושה שאתה עצמך בתוך הסרט
מספר את סיפורם של שני חיילים היוצאים למירוץ נגד השעון כדי למסור הודעה גורלית
במהלך מלחמת העולם הראשונה.

הסרט מתחיל כמו בכל סיפור מלחמה עם הגיבור הראשי שפקדו עליו משימה שהוא חייב
לעמוד בה, אותו החייל לוקח על עצמו את המשימה אך נראה שהוא אינו באמת מצליח
להיות מחויב אליה.

העלילה מסתבכת כאשר קורא טויסט בעלילה שגורם לו לקבל החלטה להצליח להגיע ולמסור
את הפקודה כנגד כל הסיכויים.

המסר העיקרי שניתן לראות לאורך כל הסרט הוא ההבדל בין מוטיבציה שלילית לחיובית
במסע של הגיבור.

בתחילת הסרט הגיבור לא היה מחויב למשימה הרגיש "חייב" ולא "בחירה" למלא את
הפקודה זה ניכר באמונה שלו להצליח להגיע למטרה, בקצב שבו הוא נע לעברה, בפוקוס
שלו, בפחדים שצצו בכל פינה שלעתים עצרו אותו.

קליניקה יוצאת מן הכלל

להתפרנס ולממש את השליחות שלך

לעומת זאת בהמשך הסרט (מבטיחה לא לגלות את הפאנץ' ליין) המוטיבציה שלו משתנה , הוא נהייה מחויב , הוא מרגיש משמעותי ומיוחד ומחליט לא להקשיב לאף אחד שאומר לו שזה לא יצליח.

גם בקליניקה לא פעם מגיעים אלי מאמנים ומטופלים שמונעים ממוטיבציה שלילית , " אני רוצה להוכיח לאמא שלי שאני יכולה" או משפט כמו " אני רוצה להרגיש משמעותי" ואז קורה שהם מצליחים למלא את הקליניקה כי המוטיבציה קיימת אך באיזשהו שלב הם נתקעים כי הכאב גדל מכדי לשאת אותו.

כדי להתקדם לעבר קליניקה מצליחה באופן יציב ולאורך זמן חשוב למצוא את המוטבציה החיובית את התשוקה שמחברת לייחודיות שלנו.

האם הוא הצליח להגיע למטרה או לא ? האם הוא הגיע בדקה ה90 וזה כבר היה מאוחר מדי? בשביל זה תצטרכו לצפות בסרט.

2. אדמונד דה ברז'ק-

תשוקה כאמצעי לתנועה בקליניקה

לצאת מסרט ביום שבת בצהריים ולחשוב עליו במשך שבועיים זה לא סרט רגיל אלא מסע לתוך הנשמה. הגענו לקופה בסינמטק, עם כרטיסים שקיבלנו בחינם ובדקנו מה הסרט הכי קרוב שיש . "אדמונד דה ברז'ראק" ענתה לנו הקופאית . "מה אמרת? לא הבנתי ? מה זה הסרט הזה? שאלתי עם חיוך של אין סיכוי שאני רואה סרט עם שם כזה מוזר (לפעמים השיפוטיות משתלטת עלי) .

"יש אולי סרט אחר ?"

"לא, היא ענתה שמעתי שזה סרט חביב"

"חביב. מה זה אומר חביב ?" שאלתי אותה .

"את יודעת בינוני כזה "

באותו הרגע חשבנו לוותר ואז אמרתי לאלון (בן זוגי)

שכבר באותו הרגע רצה להגיד לי בואי נלך ונבוא בפעם אחרת ,

רגע חכה בוא ננסה אנחנו הרי כבר כאן ☺

אנחנו נכנסים לאולם מתיישבים ומחכים שיתחיל הסרט. מולנו מתיישב זוג מבוגר שקט שמבקש מאיתנו להפסיק להתלחש ואני לוחשת לאלון באוזן שיש לי תחושה שנופתע.

נפתח המסך , שחקנים, מחזאי, תפאורה יוצאת מן הכלל וסרט שכולו מובסס על הסיפור האמיתי של ההצלחה של התיאטרון הצרפתי סיראנו דה בראזק.

הדמות הראשית בסרט הוא המחזאי שנגמרה לו בן לילה ההשראה לכתיבה. המוזה שלו.

הוא לא מאמין שיצליח שוב לכתוב ולהמשיך עם החלום שלו להיות מחזאי מוכר בצרפת.

עד שבאחד מן הימים הוא פוגש אותה . אותה האישה שמהווה עבורו השראה כולה פנטזיה אחת גדולה.

כל הזכויות שמורות לג'ניפר פוני

קליניקה יוצאת מן הכלל

להתפרנס ולממש את השליחות שלך

אישה יפה, שמכירה את כל המחזאות שלו בעל פה.

אדמונד מתמוגג מיופיה ויותר מכך מחוכמתה והידע הרב שלה על התיאטרון הצרפתי.

אדמונד נשוי ואין לו שום כוונה לבגוד באישתו אך מנגד גם קשה לו לוותר על המוזה שלו או יותר נכון התשוקה שחזרה לתחייה עם הכתיבה למחזה החדש.

במהלך הסרט הוא כותב את המחזה ובכל פעם מערכה אחת. בכל רגע אין לו שום מושג מה יוביל אותו למערכה השנייה במחזה הדבר היחיד שהוא בטוח בו זו התשוקה שאותה הוא דואג לחיות.

הדבר שהפתיע וריגש אותי זאת שאני פוגשת כמעט בכל יום מאמנים ומטפלים שמאבדים את ההתלהבות, לא מוצאים יותר על מה לכתוב ומחפשים את ההשראה שלהם.

והדבר שאני תמיד אומרת להם בואו נתחיל לכתוב ונראה לאן זה יוביל.

בנוסף מה שמאוד הפתיע אותי בסרט זו הפרשנות שלו לתשוקה, היכולת לפנטז לדמיין ולכתוב על התשוקה שלך מבלי באמת לממש אותה.

כשיצאתי מהסרט בהתחלה אמרתי לבן זוג שלי איזה מן דבר זה, לחלום לרצות משהו מאוד ולא לממש ואז ככל שהתעמקתי הבנתי שעצם העובדה שהוא לא ממש את התשוקה עד הסוף זה מה ששומר עליו חי עם מוזה לכתובה.

3. צ'מפיונס-

שיפוטיות מול אמפתיה בקליניקה

מכירים את זה שאתם מרגישים נורא ששפטתם מישהו רק על סמך מה שהוא אמר?
איך שהוא לבוש?
או איך הוא בחר להתבטא?

בקיץ האחרון באחד הסמינרים שהשתתפתי בהם, המרצה המליץ ללכת לראות את הסרט והוא אמר וציטט: זה סרט שבו תבינו איך מתחולל שינוי רידיקלי לעומת שינוי הדרגתי?"
צ'מפיונס סרט ספרדי שמדגים בצורה מצחיקה, סוחפת ואפילו מותחת את ההשוואה בין אנשים נורמליים שעוברים התפתחות אישית לבין אנשים "מפגרים" שעוברים התפתחות. הסרט מתחיל במאמן כדור סל שחוטף עונש בבי"ש בגלל נהיגה בשכרות ומרצה שעות על תנאי בלאמן כדור סל קבוצת אנשים על הספקטרום.
המאמן בתחילה מסרב בכל תוקף, מזלזל בהם, מחכה רק לרגע שהשעות ייגמרו ובכלל לא מוכן להתמסר לתהליך השינוי שזו הייתה המטרה מלכתחילה.

ככל שהעלילה מתפתחת הוא מבין שהדרך היחידה להעביר את הזמן הוא לנקות את כל השיפוטיות שיש לו כלפי "המפגרים" ולהתחיל להתייחס אליהם כאל קבוצה של ממש.

כל הזכויות שמורות לג'ניפר פוני

קליניקה יוצאת מן הכלל

להתפרנס ולממש את השליחות שלך

עכשו שתבינו האתגר ממש לא פשוט: שחקן אחד מפחד ממים ולכן לא מוכן להתרחץ בתום האימון, שחקן אחר כל הזמן מקלל ומפרש סיטואציות בצורה לא נכונה ובעתם לכל אחד יש בעיה והתפקיד של המאמן להעביר אותם שינויים אישיים וקבוצתיים כדי שיצליחו לשחקן כמו קבוצה אמתית.

במקביל קורה דבר נוסף המאמן שבתחילה היה מלא שיפוטיות וזלזול כלפי אנשים על הספקטרום וגם כלפי אנשים בכלל משהו גם בו החל לקרות.

מה קרה? והאם הוא בסוף הצליח לאמן את הקבוצה

בשביל זה תצטרכו לצפות בסרט (אני ראיתי אותו פעמיים) מצחיק בטירוף.

4. המורה לאנגלית-

אתיקה בחדר האימון, יחסי מאמן מול מתאמן.

מיומנויות האימון זאת למידה ועבודה למרחקים ארוכים, וגם דורש כושר - מחשבותי, נפשי. אבל הדבר היפה הוא: שבכל מקום ניתן ללמוד אימון. לא חייבים להשקיע אלפים של ש"ח כדי לקבל כלים ותובנות חדשות האימון נמצא בתגובות שלנו לכל מיני סיטואציות שונות, במקום העבודה, מול בני המשפחה, השכנים, בספרות וכמובן בסרטים. המלצה נוספת חמה לסרט עמוק, מרתק עם תובנות אימוניות: "המורה לאנגלית".

בסרט מסופר סיפורה של סוכנת מוסד גרמנייה המסרבת להיות עוד בובה על חוט ולפעול על פי החוקים של המוסד.

בסרט מתוארים היחסים המקצועיים והרגשיים שנוצרו בינה לבין המפעיל שמלווה אותה בתהליך הקליטה שלה כמורה לאנגלית באירן. במהלך הסרט (מבטיחה לא לגלות את החלקים העסיסיים) הסוכנת מתחילה לפתח רגשות למי שהיא אמורה להסגיר והיא מרגישה מבולבלת למי להישאר נאמנה.

לפעמים בחדר האימון אנחנו עשויים להיתקל במצבים רגשיים:

- ✓ שמירת פרטיות של המתאמן תוך ידיעה שאולי הוא עובר התעללות רגשית ויותר מזה.
- ✓ לשאול שאלות מכוונות ולא לייעץ למרות שזה עומד על קצה הלשון.
- ✓ לפעמים מרגישים שהמתאמן אינו אוטנטי (אולי משקר) אך מחוייבים להגיע ממקום נקי ולא שיפוטי.

דילמות לא פשוטות עולות לנו מרחב האימוני והטיפול, כמובן שההמלצה האישית שלי תמיד להתיעץ עם סופרווייזר.

5. מסע במאה צעדים-

חשיבות הסביבה הקרובה כתמיכה לשינוי וצמיחה בקליניקה

אחד הדברים האהובים עלי במיוחד הוא לצפות בסרטים, להיכנס לעלילה ולעשות השלכה על מה שעובר עלי באישי ובעסקי.

לפני חודשיים צפיתי בפעם השנייה בסרט ישן שעלה לאקרנים ב-2014 שמביא את סיפורם של משפחת קאדם שעוזבת את הודו ומתיישבת בלומייר, עיירה קטנה באלפים הצרפתיים בצורה מעוררת תאבון עם נופים מרהיבים ומרכיבים משובחים. בסרט יש הרבה מסרים אימוניים ובמרכזו מובא קונפליקט שיש כמעט לכל בעל קליניקה איך ללכת עד הסוף אחרי התשוקה גם אם זה עשוי ליצור התנגדות מצד הסביבה שלנו.

הגיבור הראשי הוא חסן שגדל להיות המחליף של אימו שפית הודית שנהרגה בשריפה באחת מהתפרעויות בהודו.

לחסן יש חלום להיות שף בינלאומי ברמה של 4 כוכבי מישלן אך הוא יודע שזה עשוי ליצור התנגדות מצד המשפחה ואביו שסומכים עליו לנהל את המסעדה המשפחתית. מה קרה ומה הוא החליט בשביל זה תצטרכו לצפות בסרט:

6. הקול בראש (Inside Out)

כשאנחנו חוסמים את העצב אנחנו חוסמים גם את השמחה

זהו סרט דיסני משנת 2015 אחד הסרטים שבכיתי בהם ללא הפסקה פעם מעצב ופעם משמחה לראשונה הצלחתי להתחבר לכל הרגשות שהיו מודחקים בי מגיל 8 כילדה שעזבה את השכונה והגיעה לכיתה חדשה.

בתחילת הסרט מראים את הגיבורה הראשית רילי מנסה לעמוד בציפיות הוריה ולהיות ילדה שמחה ואף לשמוח בהחלטה לעבור לעיר החדשה, למרות שהיא ממש לא רצתה. עצב וגעגועים הציפו אותה דבר שעימת אותה עם הילדה הטובה שציפו הוריה שתהיה. כל הזמן ציפו מרילי "שתמשיך לחייח" למרות כל העצב שבה, באופן מובהק הבנתי ברגע הזה מה קורה כשהרגשות שלנו לא באים לידי ביטוי במלואם וכשמצופה מאיתנו להיות משהו שאנחנו לא רוצים להיות.

עולם עשיר של מילים, מחשבות ורגשות בנוסף ממליצה לצפות בו עם הילדים כדי לתת להם ליגיטמציה לכל רגש שהם חווים.

קליניקה יוצאת מן הכלל

להתפרנס ולממש את השליחות שלך

7. קליק בכיכובו של אדם סנדלר- מפה לשם ומשמעות הזמן

כשהייתי קטנה רציתי להיות גדולה וכשהייתי גדולה רציתי לחזור להיות קטנה מכירים את המחשבות האלו?

אדם סנדלר מגלם ארכיטקט פשוט, נשוי ואב ל-2 ילדים קטנים. מייקל מגיע מדי יום הביתה לאחר עבודה מתישה במיוחד, ועובד בעיקר ע"מ לקבל קידום בעבודה, אבל זה לא כל-כך הולך לו.

לאחר שמייקל מגיע מהעבודה, הוא מתיישב בסלון ורוצה לצפות בטלוויזיה, בכל פעם מייקל מנסה למצוא את השלט של הטלוויזיה, אך זה לא מצליח לו במיוחד. מייקל מחליט שנמאס לו כל פעם לחפש את השלט, ונוסע לקנות שלט אוניברסלי (שלט ששולט בכל מכשירי החשמל בבית) למעשה הוא מגלה שהשלט הזה מאפשר לו לשלוט על כל מה שרק דמיין: על הווליום של הקול של אשתו, על הקידום שיקבל בעבודה שלו, על לראות את העתיד ולחזור לעבר.

תוך כדי הסרט הגיבור הראשי מבין שהדבר שהכי רצה זה לא באמת קידום בעבודה או לגלות מה צופה לו העתיד זה משהו שהוא לגמרי לא צפה.

הסרט משאיר אותך במתח לאורכו וגורם לך לערער על מה באמת חושב לך בחיים הסרט סוחף וחובה לצפות בו עד הדקה האחרונה. גם מרגש, מצחיק וגם מלמד.

8. -Free Solo הנוסחה לצמיחה אישית

"ג'ניפר, זה הסרט הכי טוב שראיתי בחיי, יומיים לא מפסיק לדבר עליו עם כולם" זה מה שאבא שלי אמר עם חיוך והתרגשות ברקע

כששאלתי אותו איך היה הסרט שהלכנו אליו יחד באחד מימי השישי.

להוציא את אבא שלי בליל שישי לסרט זה כמו להגיד שהשמש תזרח בלילה –ממש בלתי אפשרי! אז מה גרם לו לבוא ומה גרם לו לדבר על זה במשך יומיים מופיע כאן בהמשך.

בסרט הבנתי לראשונה שכדי לצמוח באמת אני צריכה לשלב שלושה דברים חשובים והדבר המפתיע שכל זה קרה מצפייה בסרט של 90 דק' באדם שמטפס על הרים וצוקים מטורפים בנופים ירוקים ללא חבל טיפוס בסגנון FREESOLO.

90 דק' שיצרו אצלי הבנה שבלי שלושת הדברים האלו אני לא באמת צומחת וממצה את היכולות האמתיות שלי:

תודעה גבוהה שמבוססת על עשייה ללא עצירה, בסרט הוא הראה איך לא משנה כמה החברים שלו אמרו לו שזה מסוכן ואף אחד לא הצליח לפניו לטפס על הצוק שרצה הוא בכל זאת ניסה עד שהצליח.

קליניקה יוצאת מן הכלל

להתפרנס ולממש את השליחות שלך

שיטה שמבוססת על שעות מרובות של ניסיון, במשך שנה שלמה כל בוקר קם לפנות בוקר ובנה שיטה לטיפול על הצוק, חקר כל נקודה וחיספוס בצוק כדי למצוא פתרון אפשרי לטיפול, קרא על טעויות של מטפסים אחרים.

ואחרון חביב אימון, לא להפסיק להתאמן גם אם מאה פעם נכשלת, למרות כל הפעמים שלא הצליח לא ויתר על החלום המשיך עד הסוף ממליצה לכל מי שרוצה לראות את הבלתי אפשרי.

9. כוחה של פגיעות ד"ר ברנה בראון האומץ להיות בלתי מושלמים, לספר מי אנחנו באמת.

היכולת להיחשף ולהעמיד את עצמך חסר הגנה מול כל מה שהחיים מביאים עמם, כך גילתה ד"ר בראון, היא המפתח לשלוות נפש, לאושר, לשמחה וליתר הרגשות החיוביים שאנו כל-כך שואפים אליהם. בתהליך של מעל ל-6 שנים היא הצליחה לבודד את מה שמבדיל בין אנשים בעלי הערכה עצמית יציבה ובין אנשים שנאבקים עבור ההערכה העצמית שלהם:

אחרי שנים שבהם חקרה קשרים אנושיים, הגיעה הסוציולוגית ד"ר ברנה בראון לטיפול כשהיא סובלת, להגדרתה, מ"התמוטטות". אלא שהמטפלת שלה בחרה לקרוא לזה דווקא התעוררות רוחנית. מה שהוביל את ד"ר בראון לפרץ של רגשות לא פתורים אשר הפך להתמוטטות, היה גילוי מפתיע אליו הגיע במהלך מחקרה, של הרכיב הסודי הקיים בקרב אנשים בעלי הערכה עצמית גבוהה - תחושת הפגיעות. היא מתארת את עצמה כאדם בעל צורך כמעט כפייתי בשליטה, וההבנה כי אושר נובע דווקא משחרור וויתור על שליטה, גרמה לה לדיסוננס קוגניטיבי. בהרצאה אינטליגנטית ומצחיקה, היא מפרטת את התהליך שהוביל אותה לנסיגה ולזכייה בחייה בחזרה.

10. שרוכים להעריך את הרגע ולפעול עבור המחר

מה כבר אפשר לצפות מסרט ישראלי?!
עלילה קלילה ולפעמים דרמטית על המציאות הישראלית
בארצנו הקטנטונת והמרתקת
קצת הומור פה ושם ובדיחות על הצבעוניות שבנו.
שחקנים טובים ומנוסים שאת חלקם הכרנו עוד בילדות בערוץ
החינוכית כשהיו סדרות איכותיות לצפות בהם.
והופ שעה וחצי עוברת עם סיום וטעם טוב עד לפעם הבאה.
אך הפעם מאוד הופתעתי לגלות
איכות וסוף אחר ומפתיע.

לפני כמה חודשים כששמעתי שזה יום הקולנוע הישראלי מצאנו את עצמנו

כל הזכויות שמורות לג'ניפר פוני

קליניקה יוצאת מן הכלל

להתפרנס ולממש את השליחות שלך

עומדים בתור וקונים כרטיסים לסרט שממזמן תכננו ללכת- "שוכים"
כשראיתי לפני יומיים את הביקורות על הסרט ידעתי
שהוא שונה משאר הסרטים דיברו שם בעיקר
על "ללמוד לקבל את האחר" –הסרט עוסק בחייו של אדם מבוגר
עם צרכים מיוחדים וביחסים עם אביו הבוגר.

היה לי ברור שהפוקוס הוא על הילד עם צרכים מיוחדים, אך על פניו
עשה רושם שזה המסר המשני בסרט .
המסר המרכזי הוא היכולת שלנו
לשנות הרגלים גרועים שכבר לא משרתים אותנו.

מפתיע כמה שילד עם "צרכים מיוחדים" הצליח לתפקד ולשים גבולות
לעצמו ולסביבה הרבה
יותר ממה שאבא שלו בן ה-50 הצליח.
ידע לצאת תמיד בזמן לארוחת הצהריים, גם אם יש לקוח שמחכה או אבא
שכועס וצועק.

יצר לעצמו אוירה של כיף בעבודה ולא נתן לאף אחד להתערב לו בדרכו המיוחדת לנקות
מכוניות
ידע שזה מה שהוא טוב בו, היה מאוד בטוח בעצמו.

במשך הסרט הילד כל הזמן ניסה בדרכו המיוחדת לשקף לאבא שלו ,
שהיה מנותק 30 שנה מהבן שלו בגלל בושה בילדו "המיוחד"
כמה שהחיים יקרים וכל רגע חשוב בהם.
הוא ניסה בדרכים יפות ומרגשות (חצי סרט בכיתי בלי הפסקה)
שר וכתב לו שירים, חי באמונה שיום יבוא ויהיה זמר ומלחין הסב את צומת ליבו לטוב לב
של האנשים ולאפשריות שהחיים מציעים
צחק בלי סוף מכל רגע ומכל מעשה גם כשהיה לו ממש קשה
להתגבר על מות אמו שהיה כל כך קשור אליה.

אך אביו לא הצליח לראות היה שקוע בתבניות הישנות שלו
וכשנזכר כבר היה מאוחר מדי ,
כבר לא ניתן היה להשיב
את הזמן אחורה.

את הסוף לא אגלה לכם, אך מבטיחה לכם שהוא לא מאכזב כי
גם בו יש מסר לכל אחד מאתנו על מעגלי החיים וכמה שהם מפתיעים.
תאהבו את הרגע ותפעלו בטוב עבור המחר, כדי שלא יהיה מאוחר.

11. פרזיטים

אלוהים צוחק על מי שמתכנן תכניות

לאחרונה יוצא לי לא מעט להשקיע זמן במחשבות על משמעות התכנון. הנה תכננתי את כל הרבעונים של השנה ובבום אחד נטרפו כל הקלפים עם מגפת הקורונה. הרבה שאלות עולות לי לאחרונה על האפשרות שלנו כבעלי עסקים לתכנן, למזער סיכונים ולרכוש את המיומנות של הסתגלות מהירה כשמגיע אירוע דרמטי לחיים. בסרט מראים איך הגיבור הראשי יוזם תכניות איך להתעשר ולחיות על חשבון אחרים התוכנית שלו נראית על פניו מושלמת ומתוכננת לפרטי פרטים עד שבערב אחד כל הקלפים נטרפו והתוכניות הלכו לפח. הסרט פרזיטים עשה את כל זה בצורה מופרעת ומשכנעת באופן גאוני ואבסורדי. סרט שגורם לצופה לצחוק, לצעוק ולבכות כמעט באותו הזמן, והסוף שלו מרסק.

12. ד"ר דוליטל

כשאנחנו עוזרים לאחרים אנחנו עוזרים לעצמנו

בסרט הזה צפיתי בחנוכה 2020 עם הבן שלי. הסרט מתרחש באנגליה הגיבור הראשי הוא רופא חיות שיודע לדבר בשפה שלהם. מדהים לראות את הצורות השונות שבהם הוא מתקשר אתם ואת האהבה והאכפתיות שיש לחיות כלפיו.

יום אחד בעקבות משבר אישי עצוב של ד"ר דוליטל הוא החליט לסגור את האחוזה שבה הוא טיפל בחיות ולהפסיק לטפל בכלל נכנס לדיכאון עמוק.

במהלך הסרט קורה אירוע מפתיע שיוצר תפנית של 180 מעלות בעלילה שבה ד"ר דוליטל מחליט מחדש להיפתח לבני אדם ולעולם הטיפול דבר שפותח מחדש את האמונה שלו בעצמו ובערך נתינה.

התובנה העמוקה שמתוארת לאורך כל הסרט היא כוח הריפוי הגדול שיש בלעזור לאנשים אחרים, במקרה שלו זה היה גם בעלי חיים. רק כשהוא חזר לטפל הוא התחיל להתרפא בעצמו ולצאת מהדיכאון העמוק שהיה בו.

קליניקה יוצאת מן הכלל

להתפרנס ולממש את השליחות שלך

אחת הדילמות העמוקות שאני שומעת ממאמנים ומטפלים זה: "איך אוכל לטפל באחרים כשאני בעצמי צריך טיפול?"

זו שאלה שתמיד עניינה אותי התשובה עליה ובאמצעות העלילה בסרט קיבלתי את התשובה.

החיים הם מסע של ריפוי שכולל בתוכו למידה על עצמנו ולפעמים למידה דרך עזרה לאחרים.

אם זה כן בסדר או לא בסדר לטפל כשאתה בעצמך מטופל, אין באמת כלל ברור בנושא מה שבטוח כשאנחנו בעשייה, אנחנו מתרחבים ועוזרים גם לעצמנו.

מוזמנים להמשיך לעקוב ולהכיר את מהאחורי הקלעים עם הפרטים העסיסיים [באינסטגרם שלי](#)

צפייה מהנה ג'ניפר

שנמשיך לממש ולהתפרנס מהשליחות שלנו בכיף