

# "Stomim Only" – Online Emotional Group Discourse

**Dr. Orly Orion Liver**

The coronavirus pandemic, which broke out in 2020, powerfully embodies characteristics of [\[2\]](#) VUCA world. Following this outbreak, we find ourselves in a world full of uncertainty and often even out of control. Many are experiencing difficulties enforced upon them by decisions made by those who are managing the crisis and the responding systems. People all around the world were forced into isolation, by personal and social distancing, surrounded by a variety of guidelines and alternating instructions, as a means of protection on the one hand, but with real potential for causing distress, crisis and fear of being in physical and public space, on the other.

Since 2015, I have been a member of a WhatsApp group Called " **Stomim Only** ", which is a support group and consultation, intended for stoma patients and consists nearly of 100 people .During the days of the first lockdown in Israel in March, an idea arose, to meet face to face over "zoom"[\[3\]](#) an application that, offers online remote video conferencing.

Using my experience in during my doctorate studies, in which video conferencing was a key-mean for studying and communicating ,and my experience in online group meetings, including instructing groups of professional development at the college, I invited my friends to meet over Zoom. The first meeting was very successful.

In light of the first meeting and the ongoing crisis I initiated further voluntarily online Short-term space for discourse ,to be used as an environment for support, sharing and processing thoughts and emotions of having a stoma .A group of 8 women and 2 men, all of whom stoma patients with background diseases such as cancer or inflammatory bowel disease ,over the age of 40 ,was formed for four weekly sessions.

During the first meeting, the members of the group shared their experiences of dealing with physical and mental pain, which were very present during the first session. Sharing their emotions helped them find their place within the group.

In the second session, the discourse deepened, focusing on the different obstacles that the members felt due to them being stoma patients, ranging from participating in sports activities to the strains of dealing with underlying diseases. Those personal obstacles that arose, were intensified due to the Coronavirus crisis .At the same time, it was also possible to identify positive points that occurred during this crisis. From practical discourse revolving the types of equipment and a variety of tips for day to day dealing with the stoma, the discourse had become, deeper, authentic, emotional and touching .

In the third session the discourse deepened around the issue of coping and the discussion became more intimate. Group members chose to elaborate about their coping experiences in their families, coping with spouses, children and close family .Some participants said that they never stopped to think or engage in it, others raised issues of role reversal between parents (contestants) and children, who cares for whom and how?

Interpersonal or group discourse intensifies and echoes the mood in the public space during Coronavirus crisis, especially among older people, vaccine-suppressed participants, who are included among the at-risk population.

Participants reported intimacy, which increased throughout the sessions and the possibility of personal, honest and sensitive sharing, created in a platform, which was experienced as safe and professional followed by attentive guidance .

There is a clear advantage in being able to meet in such way, without the need of special preparations and travel, especially when the health condition does not always allow you to meet .It seems that the positive online experience made the participants wanting to continue with the sessions and to recommend it to others and even institutionalize it by nominal fee, donation or sponsorship.

The Coronavirus crisis challenges us to choose a way of vitality. In the words of Charles Darwin:" It is not the strongest, or most intelligent ,who survives, but the one who responds best to change . [\[4\]](#)" .The initiative to establish an online discussion space for stoma patients, aims to help promote the internal healing of each one of

the group members and the facilitator, as a "wounded therapist , [\[5\]](#) "to assist in building individual and group resilience .

During the group-process one can help the other cope -not only with the stoma and illness, but also promote better human relations, based on cooperation, respect and dialogue. Such process that recognizes diversity and uniqueness among people is an opportunity for growth, and expanding the communication boundaries, both personal and social .

---

[\[1\] https://en.wikipedia.org/wiki/Stoma\\_\(medicine\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Stoma_(medicine))

[\[2\]https://doalogue.co.il/wiki/VUCA](https://doalogue.co.il/wiki/VUCA)

[\[3\]https://zoom.us/](https://zoom.us/)

[\[4\]http://www.pitgam.net/quote/76/1/](http://www.pitgam.net/quote/76/1/)

[\[5\]https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=244](https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=244)

**ד"ר אורלי אוריון ליור (PsyD):** דוקטור בפסיכולוגיה הנחיה וטיפול קבוצתי, בית הספר המקצועי לפסיכולוגיה, קליפורניה, ארה"ב. מנחה קבוצות חינוכיות וקבוצות תמיכה ברוח האנליזה הקבוצתית, מרצה עמיתה במכללה האקדמית בית ברל, בעלת סטומה<sup>1</sup> משנת 2003.

מגפת הקורונה, שפרצה לחיינו, מגלמת בעוצמה את מאפייני VUCA world<sup>2</sup>. בהתאם לכך אנו מוצאים עצמינו מתנהלים בחוסר וודאות ושליטה, חווים את מורכבות ההחלטות של גורמים, המנהלים את המשבר ושל המערכות המגיבות. בנוסף לכך נכפו עלינו בידוד, ריחוק אישי וחברתי בין שלל הנחיות והוראות מתחלפות, כאמצעי הגנה מחד, אך בעלי פוטנציאל ממשי לגרימת מצוקה, משבר וחשש לשהות במרחב פיזי וציבורי מאידך.

משנת 2015 אני חברה בקבוצת WhatsApp הנקראת "סתם סטומים", שהינה קבוצת תמיכה והיוועצות, המבוססת על אפליקציית מסרים מיועדת לבעלי סטומה ומונה קרוב ל 100 אנשים. במהלך ימי הסגר עלה רעיון, להיפגש פנים אל פנים, ב "Zoom" - יישום<sup>3</sup>, המאפשר ועידת וידאו מרחוק אונליין.

גייסתי את ניסיוני מלימודי הדוקטורט, שהתקיימו באמצעות יישום זה, ואת יכולותיי בהנחיה מרחוק במסגרת הנחיית קבוצות פיתוח מקצועי במכללה, והזמנתי את חבריי למפגש התנסות חברתי, שנחווה כמוצלח מאוד בזום. לאור שגרת חירום מתמשכת, יזמתי בהמשך ובאופן וולונטרי מרחב שיח קצר מועד אונליין, שישמש מרחב תמיכה, שיתוף ועיבוד מחשבות ורגשות של בעלי סטומה בזום. התגבשה קבוצה שמנתה 8 נשים ו 2 גברים כולם בעלי סטומה עם מחלות רקע כסרטן או מחלות דלקתיות במעיים, מעל גיל 40, לארבעה מפגשים שבועיים.

בקבוצה באונליין שיתפו החברים בכאב גופני ונפשי, שנכחו בעוצמה במפגש הראשון וסייעו להתמקמותם במרחב. במפגש שני העמיק השיח, והתמקד במגבלות בעטייה של סטומה, החל מפעילויות ספורט ועד למחירים המשולמים בשל התמודדות גם עם מחלות בסיס. עלו מגבלות אישיות, שהתחברו עם שלל מגבלות חדשות ברוח הקורונה. יחד עם זאת ניתן היה גם לזהות רווחים משניים אישיים ומשותפים לאור המצב הבריאותי והכללי. משיח קונקרטי על סוגי ציוד ושלל עצות וטיפים, השיח הפך, ליותר עמוק, אותנטי, רגשי ונוגע. במפגש השלישי השיח העמיק בסוגיית ההתמודדות, הדיון הפך אינטימי ועבר לעסוק בהתמודדות עם בני זוג, ילדים ומשפחה קרובה. היו משתתפים שסיפרו כי מעולם לא עצרו לחשוב או לעסוק בכך, אחרים העלו סוגיות של היפוך

<sup>1</sup> פתח מלאכותי – סטומה (stoma, נעשה בדופן הבטן, במקרה שבו חלק מהמעיים נכרת או הושבת באמצעות פיום).

<sup>2</sup> <https://doalogue.co.il/wiki/VUCA>

<sup>3</sup> <https://zoom.us/>

תפקידים בין הורים (מתמודדים) לילדים, מי דואג למי וכיצד? כשהשיח מתעצם ומהדהד את הלך הרוח במרחב הציבורי בזמן קורונה, בעיקר שמדובר במשתתפים ותיקים, מדוכאי חיסון, הנכללים בקרב אוכלוסיית סיכון.

המשתתפים דיווחו על אינטימיות, שהתגברה לאורך המפגשים ועל אפשרות לשיתוף אישי, כן ורגיש, שנוצר לאור סטינג, שנחווה כבטוח והנחייה מקצועית וקשובה. עלה יתרון ברור באפשרות להיפגש כך, ללא הכנה ונסיעה מיוחדת, ובעיקר כאשר המצב הבריאותי לא תמיד מאפשר להיפגש. נראה כי ההתנסות במרחב השיח אונליין התבטאה ברצון גדול להמשיך, להמליץ לאחרים ולמסד את היוזמה גם באמצעות תשלום סמלי, תרומה או חסות.

משבר הקורונה מאתגר אותנו לבחור בדרך של חיוניות, כמאמר המשפט של צ'ארלס דארווין: "לא החזק ביותר, או האינטליגנטי ביותר הוא ששורד, אלא זה המגיב בדרך הטובה ביותר לשינוי"<sup>4</sup>. היוזמה להקמת מרחב שיח לסטומאים אונליין בזום, מטרתה לסייע בקידום ריפוי פנימי של כל אחד מחברי הקבוצה והמנחה, כ"מטפלת פצועה"<sup>5</sup>, בכדי לסייע בבניית חוסן אישי וקבוצתי. במסגרת התהליך הקבוצתי ניתן לעזור זה לזה להתמודד באופן מוכח - לא רק עם סטומה ומחלה גופנית אלא גם לקדם יחסים אנושיים טובים יותר, המבוססים על שיתוף וכבוד ושיח, המכיר בשונות והייחודיות, כהזדמנות לצמיחה, ומתוך הרחבת גבולות התקשורת האישיים הקבוצתיים והחברתיים.

---

**Dr. Orly Orion Liver** - Doctor of Psychology, PSP, California, USA. Facilitator of educational groups and support groups using Group Analysis principals, fellow lecturer at Beit Berl Academic College. A stoma [\[1\]](#) patient Since 2003.

---

<sup>4</sup> <http://www.pitgam.net/quote/76/1/>  
<sup>5</sup> <https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=2446>