

מטוס ממריא דרך דמעה שקופה... של פחד

אתם יושבים, בקושי יכולים לזוז, ומבעד לחלון פלסטיק שקוף לא שקוף, רואים את האדמה מתרחקת, הבתים נהיים קטנים, ואתם מתחילים להזיע, או פשוט משתתקים. 5 שעות יכולות להיראות נצח, שלא לדבר על 17 שעות. ללוס אנג'לס כנראה לא תטוסו בזמן הקרוב. את הוליווד תראו רק בקולנוע.

כרטיס טיסה לחו"ל אינו דבר שרוב האוכלוסייה אינה יכולה להרשות לעצמה, לפחות פעם-פעמיים בחיים, אבל יש ביננו אנשים (מודה באשמה) שמה שעוצר בעדם מלרכוש את אותו כרטיס הוא לא המצב הכלכלי, אלא - הפחד. פחד מלהיות בגובה כזה, ממנו הבתים נראים כמו נמלים, פחד מלהיות סגור בקופסת פח שלא ברור כמה מהמנועים שלה עובדים, ומה גורם לה לזעזוע בכל פעם שיש קצת גשם או ברקים. והכנף - נראה לי שהיא עומדת להתפרק כל רגע. אמאלה!

הנתונים מצביעים על-כך שאחוז ניכר מהאוכלוסייה נתון לפחד טיסה בדרגה זו או אחרת. במדינות המערב כ-25% בממוצע הם אנשים אשר פוחדים לטוס. הם טסים - אך בפחד גדול. מתוכם, כ-2% לא טסו מעולם (רובם כתוצאה מפחד ממקומות סגורים). בישראל המצב די דומה, כך מסביר מיקי כ"ץ, קברניט, מדריך ובוחן בחברת אל-על, אשר מתוך היכרות התחום ומתוך היכרות עם כל השיטות הקיימות בעולם לטיפול בפחד טיסה - החליט לבנות מודל התנהגותי ביהיוריסטי ייחודי המתייחס לבעיה - הסמינר "טיסה ללא פחד". המודל מתבסס על הענקת ידע עשיר בכל הנוגע לגורמי פחד טיסה בתהליך המקנה ביטחון רב ומפחית בצורה דרסטית עד כדי כך שהוא מעלים את החרדה.

הסמינר מתחיל בשיחת מקדימה להיכרות. במהלכו, עד השעה שש בערב, מרצה כ"ץ בצורה פרונטלית (לא, לא מדובר בקבוצת תמיכה בה כל אחד מספר על חוויותיו) ומסביר "כיצד הדברים עובדים". לאחר הסמינר מתקיים ליווי ותמיכה עד הטיסה, לפני או אחרי כל טיסה אחרת בעתיד. הסמינר מתקיים בקבוצות של כ-12 משתתפים או בקבוצות של עד 4 משתתפים. בנוסף, מאפשר כ"ץ גם סמינר פרטי. לדבריו, מחזיק הסמינר באחוזי הצלחה מהגבוהים בעולם.

מלבד ישראל, הועבר הסמינר בניו יורק, לונדון, בריסל, קפריסין ועוד. הסמינר הועבר לכמה מוסדות, חברות היי-טק, לספורטאים לאנשי עסקים ולרבים אחרים, חלקם לא טסו מעולם לפני כן, חלקם לא טסו 30 שנה. מנחה הסמינר הוא כאמור הקברניט מיקי כ"ץ - קברניט מדריך ובוחן בחברת אל-על, סא"ל (מיל") בחיל האוויר, בעל תואר שני במינהל ציבורי ומנהל עסקים ועוסק בתחום חרדת טיסה משנת 1993.

כ"ץ החל את דרכו כטייס קרב בחיל האוויר. בעקבות פציעה במלחמת יום כיפור עבר הסבה למטוסי הרקולס ובשנת 1977 החל לטוס בחברת אל-על, בה טס על מטוסי בואינג 707, 757, 767. כיום משמש כ"ץ בתפקיד קברניט ומדריך בוחן על מטוסי בואינג 777 החדשים.

במקביל, סיים כ"ץ את לימודיו האקדמיים לתואר שני במינהל ציבורי ומינהל עסקים ולאחרונה קיבל הצעות להצטרף לעבודת מחקר לתואר גבוה בפסיכולוגיה. מלבד ניהול המרכז לטיסה ללא פחד אותו הקים והנחיית הסמינרים משמש כיום מיקי יועץ לחברות שונות בתחום חרדת טיסה.

ל-Nfc מספר כ"ץ: "החלטתי להיכנס לעומק הבעיה ולשאול ממה היא נובעת. נכנסתי יותר מדי עמוק... גיליתי עולם ומלואו ואז שאלתי את עצמי: איך אפשר לעזור לאנשים האלה? מצאתי שאני יכול לבנות תוכנית... שמדברת בעד עצמה". "בהיותי קברניט באל-על נחשפתי לעובדה, שנוסעים רבים פוחדים לטוס, וזה בניגוד מוחלט לתחושה שלי ושל אנשים אחרים, שאוהבים לטוס, ומחכים לטיסה. החלטתי להיכנס לעומק הבעיה, ולשאול ממה היא נובעת.

צריך להבין, כך גם מדגיש כ"ץ, כי מי שלא מכיר את הבעיה, ומי שלא חש בה, אינו מבין עד כמה היא חמורה. "אנשים סובלים מזלזול מהסביבה, ולכן הסדנה נותנת להם כלים להתמודד, עם בעיה המוכרת רק להם". קבוצת האנשים אשר פונים לסדנה היא הטרוגנית. פחד מטיסה קיים בקרב אנשים במגוון גילאים - מילדים בני 8 ועד 50 ומעלה, גם בקרב אנשים אשר טסו בעבר ויותר מזה - דיילות, מהנדסים אווירונאוטים, אנשים שטסו פעמים רבות ולפתע - הפכו "נכים", כך יגדירו זאת חלקם. הפחד נובע מסיבות שונות ולעתים מתפתח בשלב מאוחר.