

## תוכנית להעצמת חוסן נפשי לבני נוער יוצאי אתיופיה

### עציונה ישראל ונאוה קלמנטס

#### החיים בפנימייה והחיים בבית

במפגשים הראשונים עלו הצעות לנושאי שיחה רבים הקשורים למציאות חיי הנערים. עתה הזמן לתחילת עבודת הקבוצה בעיבוד וליבון חומרים אלו.

#### החיים בפנימייה

מצאנו שנכון להתחיל מנושאי היום יום ה'כאן ועכשיו' של הנערים. בד"כ יש השגות, טענות, כעסים כלפי המערכת הפנימייתית אשר מבחינתם גם מייצגת את התפיסה הכלל חברתית הישראלית. תפקיד המנחים במפגשים הנוכחיים לאפשר למשתתפים להעלות ולספר את תחושותיהם רגשותיהם ומחשבותיהם. לצד רגשות שונים עולים בד"כ גם כעסים הקשורים לחוויות שלהם כעולים, כמתבגרים, כקב' מיעוט, כנערים שהוריהם לא זמינים להגן על זכויותיהם ועוד. יש קושי לעובדי הפנימייה ולמנחים הפרנגים לשמוע את הטענות וההאשמות שמופנים כלפי הפנימייה או החברה הישראלית. ברמת ההעברה הנגדית הם חשים אשמים ורוצים להתגונן או לכעוס בחזרה.

מאוד חשוב לאפשר ונטילציה של הרגשות והתחושות ללא חשש ולהימנע מתשובות מצד המנחים או מניסיונות להסביר להם את עמדת או כוונת המערכת.

עמוד 1 מתוך 4	רח' השלושה 2 תל-אביב 61090, טלפון : 03-6898711, פקס : 03-6898747 כתובת אתר המשרד : <a href="http://www.kfar-olami.org.il">http://www.kfar-olami.org.il</a>	 www.gov.il
---------------	--	---

**מדינת ישראל**  
**משרד החינוך**  
מינהל חינוך התיישבותי, פנימייתי ועליית הנוער  
האגף לשרותים פסיכוסוציאליים ורפואיים  
הנהלת האגף

אם לא ניבהל ונאפשר ביטוי חופשי – הם ייווכחו שהמנחים באמת יכולים ורוצים לשמוע אותם, להבין אותם וגם לעזור להם לטפל בבעיות ובקשיים .  
בכל הפגישות, לא משנה מה הכותרת של המפגש, יעלו קרוב לודאי חומרים של אפליה, קיפוח זכויות, גזענות וטענות כלפי החברה הישראלית כחברה פטרונית ומפלה. אלו חומרים מאוד קשים לדיון גם במציאות החיצונית וגם במציאות הפנימית של כל אחד מאיתנו- לכן כל כך חשוב לעסוק בהם במפגשי ההדרכה וגם בתוך הדיבור השוטף של זוג המנחים.

הצעות למפגשים :

אפשר להשתמש בנושאים שעלו במפגשים הראשונים ולכתוב אותם מחדש, אם היה תרגיל של כתיבת או השלמת משפטים בנושאים אלו  
אפשר להזמין הרחבה של הנושאים. למשל אם היו מספר ילדים שכתבו "אף אחד כאן לא מבין אותי" או "המדריכים לא יודעים מה אני עובר בבית" או "המורים חושבים שהאתיופים לא חכמים בגלל זה שמים אותם בכתות נפרדות" וכו' – כדאי להזמין אותם לפתוח את הנושאים לדיון, לאפשר אח"כ הרחבת דעות לגבי הנושאים. למשל: לאפשר משחקי תפקידים ושייוצגו על ידם גם בעלי תפקידים בפנימייה. אפשר לתת רשימה של נושאים שהועלו על ידם ולתת להם להחליט על 'סדר עדיפות' מבחינת הקושי והצורך לעסוק בזה בקבוצה.

לאחר שהנושאים יוצפו גם דרך דוגמאות סיפורים וכו' יש לעודד רכישת דרכי התמודדות עם הקשיים. למשל באחת הקבוצות נפתחו הרבה קשיים בתחום ביי"הס. הנטייה המיידית של המנחים הייתה לייצג את הטענות אצל מנהל ביי"הס. בפועל המנחים עודדו את התלמידים להעלות את הקשיים, עזרו להם ללמוד ולנסח אותם באופן תקשורתי על מנת ששיגו תוצאות ואז הוזמן מנהל ביי"הס למפגש הקבוצתי. הנערים ניהלו איתו דיון על הנושאים הכואבים והגיעו להידברות ישירה. זו דוגמא להעצמת המשתתפים ולהקניית דרכי התמודדות סתגלניים .

עמוד 2 מתוך 4

רח' השלושה 2 תל-אביב 61090,  
טלפון : 03-6898711,  
פקס : 03-6898747  
כתובת אתר המשרד :  
<http://www.kfar-olami.org.il>



**מדינת ישראל**  
**משרד החינוך**  
מינהל חינוך התיישבותי, פנימייתי ועליית הנוער  
האגף לשרותים פסיכוסוציאליים ורפואיים  
הנהלת האגף

ניתן לתת תרגיל של ציור הפנימייה האישית של כל נער/ה ואח"כ לבקש לתאר באיזה מקומות הם אוהבים לשהות ובאיזה פחות או בכלל לא. איפה קשה להם ואיפה לא. כך ננסה לעזור להם לזהות את התחושות המתעוררות בתוכם מול משימות שונות {לימודים, חוגים, שעות ערב, לילה וכו'} ומול דמויות שונות {מדריך, מחנך, חברים, עו"ס וכו'}. אפשר אח"כ גם להזמין אותם לבנות פנימייה משותפת ולזהות חוויות דומות ושונות.

אחת המטרות הקבוצתיות היא הרחבת הרפרטואר הפנימי של כל אחד ושל השיח הקבוצתי.

כל מפגש חשוב לסיים עם תקווה ואמונה שלנו ביכולתם לשנות את מציאות חייהם. אם התקיים מפגש סוער עם אקטינג אווט [לדוגמה: תלמיד יצא בכעס באמצע הפגישה] חשוב לסכם את המפגש במשפט בנוסח: "היום דברנו על נושאים מאוד כואבים וסוערים שלחלקנו היה קשה להישאר איתם כאן אבל אלו נושאים אמיתיים וחשובים וכל הכבוד שהצלחתם לפתוח אותם, אנחנו נמשיך ביחד לשוחח ולמצוא את הדרכים המתאימות לכם להתמודד עם השאלות הללו". יש לסיים כל מפגש עם מסר שהם לא לבד עם הקשיים ושאתם כאן גם להציע דרכים בונות להתמודדות ולטיפול בקשיים.

**החיים בבית מול החיים בפנימייה**

הנושאים השונים עליהם מתקיים השיח הקבוצתי שזורים זה בזה. המעבר לנושא 'החיים בבית מול החיים בפנימייה' הוא טבעי. נושא זה מכיל בתוכו את המעברים השונים אתיופיה – ישראל, בית – פנימייה ילדות-התבגרות ומקומם של ההורים בעבר והיום.

כאן ניתן לעשות את תרגיל "הגשר".

על גיליון גדול נצייר גשר גדול בצד ימין נצייר את דגל אתיופיה ובצד שמאל את דגל ישראל. נכין מראש דמויות אחידות של נערים [רק את הקונטור-הצללית] וניתן להם לצבוע כל אחד את הדמות שלו ואז להציב על הגשר במיקום המתאים לו בין אתיופיה לישראל. יהיה מעניין לקיים דיון על זה. איפה הם היום, מה מחזיקים

עמוד 3 מתוך 4	רח' השלושה 2 תל-אביב 61090, טלפון: 03-6898711, פקס: 03-6898747 כתובת אתר המשרד: <a href="http://www.kfar-olami.org.il">http://www.kfar-olami.org.il</a>	 www.gov.il
---------------	---	---

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
מינהל חינוך התיישבותי, פנימייתי ועליית הנוער  
האגף לשרותים פסיכוסוציאליים ורפואיים  
הנהלת האגף

משם וממה נפרדו מה לקחו מהחיים בישראל ומה לא. איפה הם רואים את עצמם בעוד 5 שנים ?

אחרי כן אפשר להזמין [אולי במפגש הבא] למפות את מקומם של ההורים על הגשר ושוב לקיים דיון על ההבדלים בין הקליטה של ההורים לבין זו שלהם, על חילופי התפקידים שיש, כאשר תמיד בתהליך הגירה הצעירים הופכים למתווכים בין ההורים למוסדות החברה וכו'. רצוי לדבר כאן 2 העולמות שלהם ואיך מסתדרים עם המעברים ביניהם. בד"כ עולה בשיח זה גם הדמיון במצבם של המשתתפים אך גם השונות. יש ואריאציות רבות של משפחות ואין כאן 'נכון או לא נכון'. חשוב מאוד להדגיש כמה השורשים חשובים לאדם. אפשר להשתמש בפתגמים מהמסורת האתיופית והיהודית שמדברים על הקשר בין העבר ההווה והעתיד.