

תוכנית להעצמת חוסן נפשי לבני נוער יוצאי אתיופיה

עציונה ישראלי ונאוה קלמנטס

המפגשים הראשונים

קבוצה מהי ?

קבוצה היא מספר אנשים [+3] שאופי ההתייחסות ביניהם מבחין אותם מכל האחרים. זו ישות שיכולה להיווצר באופן ספונטני או מתוכנן, כאשר נוצר אצלם מרחב תפיסתי משותף, ייצוג פנימי הדדי, אליהם נלווית תלות הדדית, קשרים רגשיים ופעולות גומלין.

מאפייני קבוצות :

1 תלות הדדית ואינטראקציות

2 גודל

3 לכידות

4 מטרות שוץ [58] קבוי מסייעות לחבריהן לספק 3 צרכים פסיכולוגיים בסיסיים :
א. השתייכות- יש קונפליקט בין המשאלה להיטמע לבין הצורך להיות נפרד.

ב. שליטה- צורך להשפיע ולשלוט

ג. הצורך בקבלה ובאינטימיות- צורך לקבלה ללא תנאי.

5 זהות חברתית

עקרון א. הזהות מקיימת אחידות של העצמי ורציפות שלו מעבר לזמן. תחושת הרציפות מאפשרת לקיים אמונה כי האדם אותו אדם באשר יפנה. עקרון ב. חייבת להתקיים הלימה [חלקית לפחות] בין הגדרת הפרט את עצמו לבין הגדרת האחרים אותו. חלק ניכר מהמידע שאדם רוכש על עצמו נובע מתגובותיו של הזולת אליו ומהתייחסויותיו. זה משמש כמראה מורכבת ועובר השוואה לתפיסתו את עצמו. כשאין הלימה בין הגדרות אלו יאבק הפרט על הגדרתו, עשוי לחפש אחרים משמעותיים שכן מכירים בהגדרתו או לשכנע את אלה שלא מסכימים. תהליך גיבוש

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

הזהות החברתית מתקיים בד בבד עם תהליך מתמיד של השוואה חברתית. משמעות ההשוואה הינה שבני אדם מגדירים עצמם באמצעות השוואתם לזולת[חלקית לפחות] זה קורה הרבה כשאנשים אינם בטוחים באשר ליכוליותיהם, לעמדותיהם[מצבים של התחלה, של מעברים....] וגם באשר לתחושותיהם- הם בוחנים עצמם דרך תגובות זולתם. תהליכי ההשוואה החברתית מסייעים לפרט למקם עצמו ויוצרים תחושה של ייחודיות מחד ושל שותפות מאידך.

6. **מבנה הקבוצה** = תפקידים, סמכות, משיכה, רשתות תקשורת, נורמות, שינוי,
7. **תופעות בקבוצה** למשל: עירור חברתי, בטלנות חברתית, חשיבה קבוצתית ועוד.

למה קבוצה? [דורותי ויטאקר ואחרים]

1. קבוצות מפתחות מצבי רוח ואווירה ייחודיים.
2. בקב' יכולות להיבנות תמות משותפות
3. קב' מפתחות נורמות ומערכות אמונה.
4. קב' שונות זו מזו במידת לכידותן וחדירות גבולותיהן.
5. קב' מתפתחות ואופין משתנה עם הזמן.
6. פרטים תופסים עמדות שונות בקב' בכל הנוגע לכוח, למרכזיות ולהיותם אהודים או בלתי אהודים.
7. פרטים בקב' מוצאים לעיתים אדם או שניים החשובים להם במיוחד, משום שהם דומים במובנים מסוימים לאנשים משמעותיים בחייהם או לאספקטים משמעותיים בעצמם[טרנספרנס רחב].
8. בקבוצה מתרחשת השוואה חברתית
9. קבוצה היא סביבה בה יכולים אנשים לצפות במה שעושים ואומרים אנשים אחרים וגם לצפות בתגובות לכך[מקרוקוסמוס חברתי].

עמוד 2 מתוך 5	רח' השלושה 2 תל-אביב 61090, טלפון : 03-6898711, פקס : 03-6898747 כתובת אתר המשרד : http://www.kfar-olami.org.il	 www.gov.il
---------------	--	---

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

יאלום מדגיש את ההבדלים בין תפיסת המטפל לזו של המטופל לגבי הגורמים הטיפוליים בקבוצה..מחקרים מראים שיש הבדלים בתפיסות. בטיפול התנהגותי המטפלים מדגישים את עיצוב ההתנהגות ואילו החברים את האחריות האישית, את ההבנה העצמית והאוניברסלית והלמידה האישית. גם בטיפול פסיכואנלי יש הבדלים: המטופלים מתייחסים יותר לקשר וליחסים בין המטפל למטופל, למעורבות לאיכפתיות ולנוכחות המיטיבה ואילו המטפלים להעלאת תכנים לא מודעים, לטכניקות לכישורים ועוד.

גורמים מרפאים בקבוצה : אוניברסליות של התופעות הקניית מידע הפחת תקווה זולתניות[אלטרואיזם] שחזור מתקן של קב' ראשוניות פיתוח טכניקות חיברות חיקוי. הקבוצה כמיקרוקוסמוס חברתי למידה אישית הלכידות הקבוצתית.

קסן פיתחה מודל של זיהוי הקב' לפי-מטרה מול צורך- מודל למיקוד צרכים. הקבוצה תהייה תולדה של המפגש בין צרכי הפרטים מטרות המנחה ומטרות הסוכנות בה פועלת הקבוצה.[סומפקינס וגלן]
מטרות המנחה נובעות מתפיסה מקצועית ומהמנדט שקיבל מהסוכנות המעסיקה
מטרות הסוכנות נובעות ממדיניותה ומהמנדט שקבלה מהחברה
מטרות הפרט נובעות מצרכיו האישיים ומהערכתו שהקב' תענה לו על כך.
נורסרן מחבר את צרכי הפרט בקבוצה לסולם הצרכים של מסלאו: פיזי---בטחון---שייכות ואהבה---הערכה---הגשמה-

2 הנחיות לבדיקת יעילות הקבוצה :1.הלימה בין מטרות הקבוצה ובין צרכי חבריה
2.מטרות הקבוצה וצרכי הפרטים עשויים להשתנות במהלך הקבוצה.

טרום הקמת הקבוצה

הקבוצה לרב נולדת בראשו של המנחה[הרינון הקבוצה"] יש לו פנטזיות וציפיות

עמוד 3 מתוך 5	רח' השלושה 2 תל-אביב 61090, טלפון : 03-6898711, פקס : 03-6898747 כתובת אתר המשרד : http://www.kfar-olami.org.il	 www.gov.il
---------------	--	---

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

חשוב לערוך בדיקת צרכים אצל אוכלי היעד לפני שיוצאת התוכנית לדרך. יש לתאם ציפיות עם הסוכנות בה מתקיימת הקב' היא זו שבד"כ גם מממנת את התוכנית. **יש להבחין בין מטרות הקבוצה לבין הסטינג למרות שהם משתלבים זה בזה**

מטרות: קב' לעיבוד אבל ופרידה, קב' הסתגלות לפנימיה, קב' העצמה וחיזוק חוסן נפשי

סטינג : כל אותם גורמים מבניים שהמנחה מחליט עליהם טרם היות הקבוצה הם נובעים משיקול דעת מקצועי[שכמובן לוקחים בחשבון גם אילוצים מציאותיים ומגבלות הסוכנות] הסטינג כולל: מקום ההתכנסות, משך הקבוצה, תכיפות המפגשים, קב' סגורה או פתוחה, מס' המשתתפים, מגדר, יחידת ההנחייה-מנחה או מנחים, מיון משתתפים, כיבוד ועוד ועוד...

הסטינג מייצג את המנחה, זו מעין הרחבה שלו והתייחסויות החברים אליו משקפות כבר את תחילת עבודת הקב' ומאפשרות למידה משמעותית עבור המנחה. לסטינג יש מספר פונקציות:

1. כמסגרת קבועה להתייחסות. שינויים בסטינג משקפים התרחשויות לחקירה
 2. פונקציה של הגנה הן על המנחה והן על הקבוצה[למשל, תשלום גם אם לא מגיעים]
 3. הסטינג כמייצג ומאפשר תנאים אופטימליים להצלחת הקב', להשגת מטרותיה ולמניעת ניצול לרעה של המבנה. לכן גם הוא נקבע מראש.
- כל החלטה בסטינג בעלת מחיר** לכן חשוב שיהייה לנו רציונל מקצועי להחלטה.

תרשים זרימה לתכנון הקבוצה[עיבוד התאמה וקיצור התרשים עפ"י ויטאקר]

בחירת אוכלוסיית היעד---מה המטרה שלי---באיזו דרך תושג המטרה[כן או לא קבוצה]---האם לעבוד לבד או עם מנחה---איזו סוג קבוצה תתאים כאן---**האם הקב' תהייה חיונית למשתתפים?**---אלו מחירים ותועלת יפיקו אנשים וארגונים מחוץ לקבוצה---**האם הקב' תהייה חיונית לארגון?**---איזה תכנון

עמוד 4 מתוך 5	רח' השלושה 2 תל-אביב 61090, טלפון : 03-6898711, פקס : 03-6898747 כתובת אתר המשרד : http://www.kfar-olami.org.il	 www.gov.il
---------------	--	---

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

נוסף נדרש לפני שנתחיל? בניית הסטינג ---איך אבקר ואעריך את הקבוצה? ---
תמיכה ויעוץ עבורי-הדרכה---**האם אוכל להתחייב ולעבוד עם הקבוצה?** ---מיון
ובחירת המשתתפים--- כיצד אפתח את הקבוצה---בהצלחה!!!

עמוד 5 מתוך 5

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

