

מעריך סדנא

על גבולות וקבלה

*** לסדנא זו יש חוברת מלווה שיש לחלק למשתתפים.

יעדים

1. מטרות:

- הנחות יסוד שיש לבסס אצל המהנכים בעקבות המפגש:
 - עפ"י תפיסת "דרך כפר", גבולות וקבלה הינם שני מושגי מפתח במעגל "תיקון הלב". על אף העובדה שיש לכאורה התנגשות בין המושגים, הרי שיש לפעול להגשמתם במקביל (לא "או/או", אלא "גם וגם").
 - במושג "קבלה" אנו מתייחסים למהות של האדם (החניך) העומד מולנו, ואילו במושג "גבולות" אנו מתייחסים להתנהגויותיו.
 - מושג ה"קבלה" הינו מושג מורכב הדורש התכוונות ואינו מתרחש מאליו (לא מספיק לחבק את הילדים וכדו').
 - במושג "גבולות" אנו מדברים על כך שהמטרה היא לבסס אצל החניך גבולות מופנמים, אשר ייצרו אצלו מעין "מרחב מוגן", מרחב המאפשר צמיחה וגדילה.
 - דיאלוג המבוסס על גבולות וקבלה מהווה את הבסיס לבנייה של קשר מחנך-חניך משמעותי.
- המהנכים יזהו באיזו מהדרכים (קבלה או גבולות) הם עושים יותר שימוש בקשר שלהם מול החניכים ביומיום, על מנת לחזק ולשפר את כישוריהם כמהנכים.
- הצוות יתנסה בחשיבה יישומית בנושא (גם דרך העלאת דוגמאות שלנו).
- המפגש יהווה מקום להצפת קשיים והתלבטויות בנושא, על מנת שיהוו מצע לחשיבה יישומית.

2. סוגיות מרכזיות:

- עד כמה יש באמת מתח בין המושגים? כיצד ניתן לגשר עליו?
- למה אנו מתכוונים כשאנו אומרים "קבלה"?
- האם אנו יודעים להציב גבולות באופן אפקטיבי?

3. דגשים למנחה:

- יש להתרכז בתפקיד המנחה עצמו בהקשר לסוגיה, ולא ל"היגרר" לתפקיד ההנהלה.
- יש להרחיב את החשיבה היישומית הן למקום האקטיבי ("עשה") והן למקום הסביל ("אל תעשה").

4. מרכיבי תפיסת 'דרך כפר':

- תיקון הלב- איכות הקשר מחנך-חניך.
- דיאלוג- סגנון, תוכן ואיכות הדיאלוג.
- קהילה- הגבולות נועדו גם כדי להגן ולעגן את מושג ה"קהילה".

מתווה [הצעה]

- שלב א' - לימוד
 - שלב ב' - סבב פתוח
 - שלב ג' - דיון קונקרטי
 - שלב ד' - חשיבה יישומית
 - סיכום
-

שלב א': לימוד

בחלק זה, נלמד 2 סיפורים על הלל ושמאי, שבהן כל אחד מהן מייצג אסכולות שונות. נברר את עמדות המשתתפים ונטייתם הטבעית לצד "המקבל" או לצד "מציב הגבולות" ונייצר דיון ראשוני לנושא. (ראו דף למנחה בית מדרש בין הלל לשמאי)

שלב ב': סבב פותח + דיון

סבב ראשוני - שמטרתו חיבור אישי-רגשי לנושא.

שאלות פתיחה (אופציונאליות):

- ציין/ני מקרה מעברך שבהם הרגשת תחושת "קבלה", ו/או גבול שהוצב בפניך שזכור לך במיוחד (בירור רגשות).
 - הגדר/י במשפט או שניים מהו "גבול" בעיניך ו/או מהי "קבלה" (בירור עמדות).
 - ציין/ני נוהל או נוהג בקבוצתך המבטא "קבלה" ו/או "הצבת גבולות" (בירור התנהגויות).
- לחילופין, במידה והפעילות מועברת לצוות הטרונגי וכו':
- אפשר להתמקד בשאלות הנוגעות לגבולות וקבלה בקהילת החינוך באופן כללי:
 - אילו נושאים בקהילה מעוגנים בגבולות ברורים?
 - באילו נושאים הגבולות אינם ברורים והיית רוצה לחדד אותם?
 - אילו אלמנטים קיימים באקלים הקהילתי אשר מבטאים קבלה של החניכים?
 - אילו אלמנטים מביעים חוסר קבלה? האם את/ה חושב/ שיש לשנות זאת?

שלב ג: דיון קונקרטי

מטרת הדיון הראשוני – להמשיג ולהרחיב באמצעות המשתתפים את כל אחד מהמושגים: קבלה והצבת גבולות. כמו כן, לקיים דיון בסיסי לגבי היכולת לשלב את השניים יחד.

דיון על המושגים עצמם: (יש לכתוב את הדברים שנאמרים על הלוח!)

- ציינו מושגים המהווים מרכיב משמעותי / מבטאים באופן הטוב ביותר "הצבת גבולות"
- ציינו מושגים שמבטאים את ההפך מ"הצבת גבולות"
- ציינו מושגים המהווים מרכיב משמעותי / מבטאים באופן הטוב ביותר "קבלה"
- ציינו מושגים שמבטאים את ההפך מ"קבלה"
- במידה ורוצים לאתגר את הדיון – נבקש מהצוות לגבש את שלושת המושגים (בכל תחום) שיהוו מבחינתם את הבסיס ההכרחי להצבת גבולות וקבלה בקבוצתם. (אפשר גם על דרך השלילה – מהו הדבר המרכזי שיש להימנע ממנו כשמייצרים גבולות או כשמסדרים קבלה)

דיון על הקשר בין 2 המושגים:

- מה היחס בין 2 המושגים? (סותרים / הפוכים / נוגדים / משלימים / זהים / תלויים)...
- האם אפשרי להציב גבולות ובה בעת להשאיר את החניך עם חוויה של קבלה? חשבו על תחומים בהם אתם מצליחים להכיל את שני הקצוות הללו יחד.

דגש למנחה:

- חשוב מאד שהדברים יהיו כתובים על הלוח – על מנת שיהיה ניתן להשתמש במושגים אלה, בחלק היישומי של המפגש.
- ניתן להשתמש בכל מתודה של כתיבת מושגים על הלוח. עדיפות לציור של עץ עם פירות / שביל עם אבני דרך וכיו"ב, ולא שימוש ב"שמש"- שמוכר כשמש אסוציאציות כי המשתתפים עלולים לזרוק מילים שלא יקדמו את הדיון.
- הדיון התיאורטי צריך להיות קצר, עמ"נ להגיע לחלק היישומי.

שלב ד: חשיבה יישומית

שתי אופציות:

אופציה א'- מיפוי אישי (בחוברת)

1. מה בהתנהגות שלי כלפי חניכיי מבטא קבלה?
א. חשוב על חניך אחד שקל לך להביע קבלה כלפיו, באיזה אופן אתה עושה זאת?
ב. חשוב על חניך שקשה לך להביע קבלה כלפיו, חשוב על רעיון אחד לאופן בו תוכל לבטא קבלה כלפיו בעתיד.
2. מה בהתנהגות שלי כלפי חניכיי מבטא גבולות?

- א. חשוב על תחום בו קל לך להציב גבול לחניכים שלך, באיזה אופן אתה עושה זאת? מה מאפשר לך את הצבת הגבול ללא קושי מיוחד?
- ב. חשוב על תחום בו אתה מתקשה להציב גבולות לחניכים שלך, מה מקור הקושי? חשוב על רעיון לאופן בו תוכל להציב גבולות בנושא זה בעתיד.
- ג. חשוב על דרך בה תוכל להציב את הגבול בנושא הנ"ל מבלי לפגוע בתחושת הקבלה שלך את החניכים.

במידה ויש זמן – יש לאפשר למשתתפים לשתף בתשובה אחת שכתבו.

אופציה ב' - חקר מקרה

מטרת חלק זה היא לייצר אחדות דעים בתוך צוות השכבה לגבי אופן ההתנהלות וסוג הגבולות שיש לייצר מול תופעות שליליות (תופעה ספציפית), וכן לתרגל חשיבה יישומית על איך מציבים גבולות במקביל ליצירת קבלה מול חניכים שקלקלו.

במהלך ניתוח חקר המקרה, יעלה הצוות מס' הצעות להתמודדות מעשית עם התופעה, וזאת בהקשר של שני התחומים – הצבת גבולות וקבלה. הצוות יעשה שימוש במושגים שעלו בדיון בתחילת המפגש. (לדוגמה: מקרה של סדרת גניבות - כאשר מתגלה מי עומד/ת מאחוריהן – איזה סוג של גבולות אנחנו מציבים (מול החניך/ה, מול הנפגעים, מול הקבוצה, מול הקהילה) ואיך אנחנו מציבים אותם? איך מקיימים תהליך קבלה במקביל?).

- התהליך של חקר המקרה:

- בחירת תופעה ספציפית מתוך רשימת נושאים (כמו: תרבות דיבור, גבולות גוף, אלימות, סדר יום בבוקר/בערב, קוד לבוש, גניבות וכו'). עדיפות לכך שהתופעה תיבחר מראש, בשיתוף צוות הקהילה.
 - תאור תמציתי של התופעה (היקף, תדירות, שותפים, זמן, מקום, אדוות שזה מייצר...)
- [דגש למנחה: עדיפות לבחור מראש את התופעה וכן לבקש שיכינו מראש תיאור מתומצת של מצב התופעה בקהילה וכו'. אין להיכנס לדיון על ההיקף, שכן זה לא המהות!]

במהלך ניתוח חקר המקרה, יעלה הצוות מס' הצעות להתמודדות מעשית עם התופעה, וזאת בהקשר של שני התחומים – הצבת גבולות וקבלה. הצוות יעשה שימוש בשלושת המושגים המרכזיים שגובשו בשלב הקודם.

- איזה גבולות אנחנו רוצים לייצר סביב התופעה הזו? (גבולות שירחיקו את החניכים מיכולת לבצע גניבה...), איך נטמיע אותם?
- כאשר מתגלה מי עומד/ת מאחוריהן – איזה סוג של גבולות אנחנו מציבים (מול החניך/ה? איך מציבים אותם? איך מקיימים תהליך קבלה במקביל?)
- איזה שיחה מקיימים מול הקבוצה של החניך? (השיחה צריכה לקדם קבלה ולקדם גבולות... גם לשדר מצד הקהילה גבולות וקבלה, וגם לגרום לחניכים להיות מקבילים ומציבים גבולות בינם לבין עצמם, במקרה הזה וכן בסיטואציות אחרות בחייהם).

סיכום אפשרי (.. דקות)

* קיים גם כטקסט לחוברת

מעגל "תיקון הלב" מבטא, עפ"י תפיסת "דרך כפר", את התהליך המודע אותו משקיע המחנך על מנת לסייע לחניכיו לפתח חוסן רגשי. אחת הדרכים החשובות, אם לא החשובה שבהן, בחתירה ליעד זה, מתייחסת לסוגיה המורכבת של "גבולות וקבלה" בתוך השיח הקהילתי.

בהקשר לחינוך של מתבגרים, תנאי יסוד הוא קיומו של תהליך דיאלוגי מתמשך של הצבת גבולות ברור ואפקטיבי בין המחנך לחניכיו. גבולות מולם מגדיר ובודק החניך את עצמו, גבולות אשר "נכפים" לכאורה באופן חיצוני, אולם כל כוונתם בניית גבולות פנימיים ומופנמים אצל החניכים.

מאידך גיסא, כאשר מדובר בחינוך מתבגרים אשר חוו חוויות אובדן ו/או נטישה, חשובה לא פחות היא ההתכוונות של המחנך לקבלה ללא תנאי של חניכיו, ללא קשר למעשיהם והתנהגויותיהם. קבלה אשר מבטאת מצידו של המחנך אימוץ תפיסת עולם הרואה בכל אדם יצור שלם, ללא קשר להתנהגויותיו, ללא ביקורת או שיפוטיות, ומצד החניך היא מביאה לידי ביטוי את אותה הרגשה שהוא רצוי ומקובל בכל רגע נתון, על כל מרכיביו וחלקיו, ואיכות ועוצמת הקשר שלו עם המחנך תמשכנה להתקיים ללא תנאי (כמו במערכת יחסים מיטיבה בין הורים לילדם).

בביטוי "לא מוותרים לך ולא מוותרים עליך" מקופלת אם כן ההבנה ש"גבולות" הינו מושג המתייחס למעשיו של החניך בעוד "קבלה" מתייחסת למהותו כאדם, ולא רק שאין סתירה בין המושגים, אלא שהם אף משלימים ומעצימים האחד את משנהו, קרי- אין קבלה אמיתית ללא הצבת גבולות, ואין הצבת גבולות (אפקטיבית במובן של יצירת גבולות פנימיים), ללא קבלה.