



תוכנית - "מחברות"

קבוצת אימהות בבית הנערות "לזכרות חלומות"

רקע :

בחרנו להפעיל תוכנית הנחייה לקבוצת אימהות של החניכות שלנו בבית הנערות במנוף. התוכנית כוללת סדרה של 8 מפגשים בני שיעורים:

5 מפגשים לאימהות בלבד, 3 מפגשים לאימהות ובנות, מפגש משפחתי ביום המשפחה.

מאפייני הקבוצה: אימהות רובן חד הוריות או אימהות שבן זוגן הוא לא האב הביולוגי. רוב האימהות עולות חדשות מברית המועצות, אחת מאתיופיה. רוב האימהות במצב סוציו אקונומי בינוני עד נמוך, כלן עובדות קשה.

איפה? רוב המפגשים מתקיימים באזור המרכז, על מנת לאפשר נגישות לרוב האימהות שלא יצטרכו להגיע עד לכפר הנוער בעכו.

מי מנחה את הקבוצה? את התוכנית מעבירות רעות עו"סית ויקירה רכזת הבית ופסיכותרפיסטית. מידי פעם מצטרפות גם רון ואופיר (חלק מהצוות המטפל בנערות).

פירוט התוכנית:

מטרות:

1. **שותפות גורל** – יצירת מפגש שבו האימהות יבינו שהן לא לבד בהתמודדות עם הנערות, יש להן אחיות משותפות לבעיות, לדילמות ולחוויות עם הנערות.
2. **תקשורת-יצירת** שיח אחר בין הבנות לאימהות. שיח שמאפשר להבין גם אם לא להסכים.
3. **אימהות/מהות** – ליצור יותר מעורבות של האימהות בחינוך ובטיפול של הנערות.

מהלך המפגשים:

מפגש ראשון- הכרות:

סבב שמות – מה שמי? ממי קיבלתי את השם? האם יש לי עוד שם בשפה אחרת?
רושם ראשוני, סטראוטיפים ודעות קדומות מה משותף לנו ומה שונה בנו כאימהות בקבוצה הזאת?

תאום ציפיות והצגת התוכנית .

מפגש שני - איזו מין ילדה?

סבב איך היה בחופשה האחרונה עם הבנות בבית?
שיתוף - איזו ילדה הייתי עד גיל 10?
מניחים כרטיסיות על הרצפה- ילדה אימא (ילדה הורית), ילדה תום בוי, מלכת הכיתה, ילדה מטפלת (מרצה, אוזן קשבת לחברות שלה) כל קבוצה מול כרטיסיה רושמת מאפיינים של הילדה, מה השתנה בגיל הנעורים? מה משותף לנו ולבנות שלנו?

מפגש שלישי משותף עם הנערות- מה הקשר?

סבב רגשות שיתוף סביב צמתים חשובים בחיים שלי, צמתים בהן הרגשתי אישה, אימא, בת. כל אחת מקבלת דף נייר ומשרטטת או מציירת. יושבות בזוגות ומספרות אחת לשנייה, משתפות ומחפשות צמתים זהים בחיים. כל אחת מספרת על השותפה שלה אימא על הבת, הבת על האימא. המשותף להן. ועל המפריד ביניהן. כל אחת בודקת מהן הצמתים המשותפים לה ולבת שלה. מהן הצמתים הנשיים המשותפים לנו כנשים.

מפגש רביעי - זוגיות:

סבב: האם יש השפעה לקבוצה שלנו על המפגשים עם הבנות שלנו בחופשות? שיתוף: זוגיות – מהי זוגיות אידיאלית בשבילי? מהם המסרים שאימא שלי העבירה לי על זוגיות? מהם המסרים הסמויים והגלויים שאני מעבירה לבת שלי על זוגיות? מה אני חושבת על הזוגיות של הבת שלי?

מפגש חמישי - הכנה ליום המשפחה:

בחרנו ביום המשפחה כיום שיא לפעילות משותפת. איך הינו רוצות שזה יהיה? איזה חלק הקבוצה רוצה לקחת בהכנות ליום המשפחה? לשתף בסיפור להקריא קטע? איך אנחנו לוקחות אחריות על האימהות, האבות הילדות שלא משתתפות ומכניסות את כולם לתוך האינטימיות של המשפחה שנוצרה?

מפגש יום המשפחה:

מפגש משותף לכל בית הנערות הכולל אבות/בן זוג של האם, אחים ואחיות. במפגש עלתה ההצגה אימא רעה. הנערות עבדו על ההצגה בסדנת התאטרון במשך השנה. חלקים מההצגה עסקו באמא הדואגת, האיכפתית וחלקים אחרים באמא המנדנדת, השיפוטית, המיואשת...

בסיום ההצגה אספנו את האימהות לשיח מעט על ההצגה כלן צחקו ונהנו מהאופן שהבנות תופסות אותן. במקביל האבות, והאחים/אחיות הלכו עם השי"ש והנערות לסיור במשק.

מפגש שישי - חיה מינית:

סבב רגשות- איך הרגשתי במפגש ביום המשפחה? עיסוק בנשים ומיניות: איזה חיה מינית אני? איך אני בשיחות על מין? מה הוא מין בגיל ההתבגרות? עד כמה אנחנו מדברות עם הבנות שלנו ועל מה? מהם המסרים הסמויים והגלויים על המין של הבנות שלנו?

מפגש שביעי - קונפליקטים:

סבב רגשות – מה העזתי לספר לבת שלי על המפגש המיני? מהם הקונפליקטים? מהם הקונפליקטים העיקריים ואיך גורמים לכל צד לנצח ולצאת מרוצה - הנערה מבינה שראו אותה, הקשיבו לה וסומכים עליה, האמא מבינה שהיא יכולה לסמוך עליה אבל היא גם יכולה לישון בשקט.

מפגש שמיני ואחרון אימהות עם הנערות - העברה בין דורית:

סבב רגשות על העברה בין דורית: מה אימא שלי העבירה לי? מה אמרתי שלעולם אני לא אעשה ובכל זאת עשיתי?

שיתוף: מה העברתי לבת שלי? מה אני רוצה להעביר לה? כתיבת מכתב מהאם לבת: דברים שרציתי להעביר לה. כתיבת מכתב מהבת לאמא: דברים שקיבלתי ממך אמא.

סיכום ודברי פרידה :

מה כן יהיה בהמשך? איך כל אחת תיקח תפקיד בשנה הבאה בבית? אפשרות של כל אחת מהאמהות להגיע פעם אחת בשנה ולהעביר משהו מהידע שלה מהכישורים שלה בבית לכל הנערות כמהוות דוגמא.

טיפים מהשטח:

מתי להתחיל את המפגשים? ההמלצה שלי היא להתחיל את הקבוצה לקראת יוני בשנה השנייה של הנערות /בביה"ס/ בפנימייה/ בכפר. הבחירה להתחיל את המפגשים לקראת הקיץ מאפשרת הכנה של האימהות לקראת החופש הגדול ושהייה ארוכה של הבנות בבית. כהקדמה למפגשים ובמהלך השנה יש לבסס את הקשר עם האימהות של הנערות בצורה אישית, לעודד שיחות משותפות אמא בת, או שיחות אישיות עם האמא, להקפיד על שיחות פלאפוניות על מצב הבת בצורה שוטפת בדגש על שיתוף באירועים חיוביים ומשמחים ולא רק בהפרות סדר ומשבר.

לדאוג לכיבוד: תמיד מוסיף וחשוב. אפשר להעזר ביכולות של האמהות אבל בלי להכביד כי הן בנסיעות.

המלצת קריאה והעשרה: כדאי להכיר את הספר "מחוברות של אריאלה פרידמן.

לעבוד על הקשבה: החשוב מכל בשיחה טובה ובמפגש הוא הקשבה וקבלה. לא קל באמת להקשיב לבת ולמצוקתה ולטענותיה, האם לא ניטראלית ומה שעובר על בתה מעורר דאגה, חרדה ואשמה ומקשה על היכולת להקשיב ולגלות אמפתי. האם צריכה לבחון את האפשרות להרחיב את הגבולות שלה בתחומים כמו ערכים, חברה, אסתטיקה, תעסוקה, ולקבל את ביתה כפי שהיא, לקבל את דרך חייה, החברות והחברים שלה וסגנון הלבוש שלה. לאפשר לעצמה להבין ולקבל תוך שמירה על זכותה לא להסכים עם הדרך או הבחירה של הבת. באותה מידה אנו כמנחות חייבות לבא ללא שיפוטיות ולהבין את המקום של האם והבת.

לסיכום:

אנחנו כבר בציפייה לעוד מפגשים. למרות הקושי להתארגן ולנסוע למרכז הארץ אחרי יום עבודה אינטנסיבי ולחזור מאוחר בלילה הביתה, ההרגשה היא שההשקעה בקשר עם האימהות חשובה ואנחנו רואות בה חלק משמעותי ובלתי נפרד מטיפול וחינוך הנערות.

