

## ליווי מדריכות- מיפוי קבוצה מההיבט הפסיכוסוציאלי

מלוות יקרות, כותבות לכן את הליווי הזה על מנת לעצור בנקודת הזמן הזו של כחודש-חודשיים לאחר תחילת שנת הפעילות במטרה לסייע למדריכות ולכן במיפוי הקבוצה, בזיהוי חניכות המצריכות התייחסות נוספת ובהפנייה לגורמי חוץ במידת הצורך. בשלב זה של שנת הפעילות ובהתבסס על היכרות ראשונית עם החניכים. נרצה להשתמש בקשרים והניסיון שנצבר עד כה, על מנת להתייחס אל **אירועים בשלב יחסית ראשוני, לתת מענה בהקדם, ולמנוע החמרה של מצבים מסוימים**. המסמך כולל תרגיל מחשבה ושאלות עזר, אשר נרצה לעבור דרכן כדי להבין כיצד המדריכות. ות חוות את הקבוצה ואת עצמן במצבים אלו, למה כדאי לשים לב, וכיצד ניתן להתמודד במקרים שונים.

### תרגיל

מטרת התרגיל היא לעזור לכן (המלוות) לזהות חניכות או אינטראקציות של מדריכות עם החניכות המצריכות את התייחסות שלכן, להבין האם יש משהו שנראה לכן ש"מפעיל" מאוד את המדריכה, האם משהו באופן שבו היא מדברת על אחת החניכות מעורר אצלכן מחשבה נוספת/ צורך להתייעץ או רק לסמן לעצמכן שזה דבר ששווה לשים לב אליו. **במידה ונראה לכן שיש צורך גם של המדריכה בשיחה עם עו"סית או הפנייה לטיפול (בסוף נכתוב על האופציות), בבקשה כתבו לרכזת הפעילות.**

### תרגיל למדריכות:

כתבי את שמות החניכות בקבוצה על פתקים (כל חניכה על פתק), תכתבי על כל חניכה כמה משפטים, תחושות, מחשבות, רגשות שעולים לך בלי לסנן ובלי לחשוב מה "בסדר או לא בסדר". סדרי את הפתקים על פי איזשהו סדר פנימי שמסביר את התחושות השונות שלך כלפיהן, (תחושת המרחק- קרבה שלך אליהן/ חניכות שאת מרגישה יותר בנוח או פחות בנוח, חניכות שמעוררות אצלך הזדהות/ קושי). לאחר ששתי המדריכות סיימו נתבונן ביחד בקבוצה שיצרו.

### **חשוב שנגדיר יחד מי נחשבת חניכה?**

כמה פעמים היא באה? האם יש מישהי שהגיעה והפסיקה ולכן לא כתבנו אבל גם לא בררנו למה עזבה?  
- האם יש חניכות שפספסנו ככה?

### **התבוננות משותפת:**

- האם משהו בתרגיל הפתיע אותך באופן המחשבה עליהן?
  - איזה מחשבות או תחושות עולות לך כשאת מסתכלת על הקבוצה?
  - האם יש חניכה ספציפית שאת מרגישה שמעסיקה אותך במיוחד? חניכה המעוררת אצלך תחושות קשות במיוחד?
  - נתייחס לחניכות שהמדריכות מיקמו רחוק מהן - למה? כי הן לא מגיעות או כי קשה להתקרב אליהן? (אנחנו רוצות לזהות בנקודה הזו אם גם יש חניכות שגורמות אי נוחות כלשהי למדריכה עצמה).
  - **למלווה**- האם יש פערים משמעותיים בתפיסת החניכה של כל אחת מהמדריכות ואם כן מה בעיניכן הם מסמלים?
- לאחר התרגיל נרצה להעמיק בחניכות ספציפיות שהעלו תחושות מורכבות יותר/ חשש של המדריכות או שלכן לגביהן:

### **שאלות שניתן להיעזר בהן להמשך הברור:**

#### **על הקבוצה-**

- האם היו מתודות או מקרים שהרגשת שהציפון\עוררו תגובות רגשיות גבוהות?
- האם היו מתודות או מקרים שהרגשת קושי לשים בהם גבולות?
- למלווה**- איפה הקושי יושב? האם למדריכה קשה לשים גבול או שיש חניכה שקשה לה לקבל גבולות?

(ננסה לזהות מהתשובות שלהן גם את התפיסה הכללית על החניכות וגם את התפיסה שלהן על אופן החזקת הקבוצה ואיפה אנחנו מזהות צורך בחיזוק או דיוק של אופן העברה שלהן).

### **על חניכים ות-**

#### **האם יש חניכים ות שמביע קשיים בתקשורת?**

**אם כן-** מה ראינו שהרגיש לנו מוזר? באיזה הקשרים הרגשנו שהוא "לא-מותאם"? האם זה פוגע בחניכים/בקבוצה, אם כן, איך?

**למלווה-** לפעמים קשה לנו להגיד שחניכות מסוימות פחות מתאימות לפעילות נבחר שזו לא אשמה של אף אחת, שאנחנו מבינות את המקום שרוצה לתת מקום לכולם והלב תמיד במקום הנכון. יחד עם זאת, אם יש לנו חניכה שאנחנו מבינות שמפרקת את הקבוצה (גם אם היא מאוד לא מתכוונת) אנחנו צריכות

לחשוב יחד איך להתייחס לזה. **בהתייעצות עם הרכזת**

#### **האם יש חניכים ות שהביעו התנהגות\אמירה מדאיגה?**

**אם כן-** איך הגבת? איך הרגשת? (המדריכה)

-האם עלו נורות אדומות?

**אם כן-** מה עוד אנחנו יודעות על החניכה?

### **סיכום:**

במידה ועלו מקרים המצריכים התייחסות נוספת, חניכות או מדריכות שתרכו להתייעץ עליהן, בבקשה דברו עם הרכזת שתדע להעביר למערך במידת הצורך. מעבר לכך ועל מנת שנוכל לזהות צרכים של המדריכות מכלל הקבוצות נשמח שתמלאו ותעבירו למדריכות גם כן למלא את השאלון [המצורף](#).

### **הפנייה לטיפול:**

ניתן לפנות ולהפנות חניכים ות ומדריכות המתמודדים ות עם מצוקות רגשיות\נפשיות וסוציאליות. קיימות אפשרויות שונות אשר עשויות להתאים במקרים שונים.

1. טיפול רגשי בן חצי שנה הנעשה על ידי סטודנטיות לעבודה סוציאלית בהכשרה מעשית (תל אביב וירושלים)
2. טיפול רגשי מסובסד בפריסה ארצית (עד חצי שנה).
3. הפנייה אל מטפלים להט"ב פרנדליים ברחבי הארץ (בתשלום)
4. וסיוע בפנייה אל עו"ס להט"ב/ עמותת המספקות טיפול מסובסד.

**במידה ואתם נ מכירים ות חניכים ות הזקוקים ות לסיוע או מעוניינים ות בטיפול שונה מזה שהם נ מקבלים ות,**

**אנא כתבו בשאלון או פנו אל רכזות האזור.**