

התמודדות עם התנהגויות מאתגרות של חניכים/ות עם מאפיינים מגוונים במחנה הקיץ

שאלה מרכזית: אילו התמודדויות של חניכים/ות משתלבים/ות עשויות לפגוש את הצוותים ואותנו בקיץ? כיצד עלינו להבין אותן ואילו כלים יש לנו להתמודד איתן?

מתודה א' – ייצוג

נתחלק לשלוש קבוצות, בעוד שכל קבוצה תקבל פרופיל של חניכ/ה עם מאפיינים אחרים שלוקח/ת חלק באירועי הקיץ. בנוסף נפזר במרחב פתקים עם שמות של איזורים או זמנים שמתקיימים במחנה הקיץ, ועל כל אחד מהם נבקש ביחס להיכרות עם החניכ/ה לסמן במדבקות (כל חניכ/ה יקבל צבע אחר) את האיזורים או הזמנים שמזהים ככאלה שיכולים להיות מאתגרים עבור החניכ/ה. (למשל – אם מרגישים שהמקלחות עשויות להוות אתגר עבור החניכ/ה, יש לסמן אותן במדבקה).

עזרים ונספחים: פרופילים של חניכים/ות, מדבקות, שמות של איזורים או זמנים במחנה.

מתודה ב' – דיון בשאלה

לאחר מכן נתבונן על הדפים עם פיזור המדבקות שיצרו, ועל כל אחד מהמרחבים שסימנו כמאתגרים, ונשאל:

- מה בהם עשוי להיות מאתגר עבור החניכ/ה שייצגו?

- מה יכול להיות הגורם לקושי?

- במידה ונראה שיש חשיבה קיצונית – או שהכל יהיה מאתגר לכל החניכים/ות, או ששום דבר לא יהיה מאתגר בכלל, אז שווה שנדבר על זה ונבין האם זה באמת ככה? האם יש חלקים שבהכרח יהיו קשים לכל חניכ/ה עם מגבלה? (כמובן שלא, ההתמודדויות של כל חניכ/ה מושפעות מהמאפיינים האישיים שלו ולא כי הוא 'חניך צמי"ד').

- איך נראה את הקושי? מה עשויה להיות ההתנהגות או התגובה שתספר לנו שהחניכ/ה נמצא בקושי?

עזרים ונספחים: אין.

מתודה ג' – הסבר

נאמר שלכל חניכ/ה יכול להיות חלק או זמן אחר שיהיה מאתגר בהתאם למאפיינים שלהם, לניסיון שלהם/ן במפעלים ולהכנה המקדימה שנעשית איתם לפני. עבור חלק מהחניכים/ות הביטוי של הקושי יהיה דרך התנהגות לא מותאמת לסביבה או שלא מתאימה להתנהגות הרגילה שלהם/ן בצורה שקשורה לפעולה או לסיטואציה שקשה להם/ן, אבל עבור אחרים/ות זה גם יכולה להיות התנהגות כללית לא מותאמת שלא תספר לנו ישירות מה הגורם שלה.

עלינו לקחת בחשבון שלכל שינוי בהתנהגות או קושי יש גורם וסיבה, כדי שנוכל להבין באיזה אופן עלינו להתמודד איתה ביחד עם החניכ/ה. בכל דבר שנעשה החניכ/ה במרכז וצריך להיות מחובר ושותף.

נחלק את ההתמודדות לשני חלקים – תהליך מקדים והתמודדות.

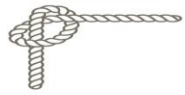
עזרים ונספחים: שקופית של הכנה מקדימה-התמודדות.

מתודה ד' – פירוק וחשיבה משותפת



יחידת צופים לכל | תנועת הצופים העבריים בישראל (ע"ר)
כתובת. לוחמי גליפולי 49, תל-אביב יפו





לאחר מכן נתחלק לשתי קבוצות חדשות, באחת מהן יקבלו המשתתפים/ות עזרים שקשורים לתהליך המקדים (הכנה מקדימה, תהליך אישי, ציר פיתוח אישי לחניכ/ה, תיאום ציפיות מקדים והיכרות עם דרכי ההתמודדות המתאימות לכל חניכ/ה), וקבוצה שתקבל עזרים ושאלות מנחות לחלק של ההתמודדות (מודל אפר"ת, תיאום ציפיות מקדים והיכרות עם דרכי ההתמודדות המתאימות לכל חניכ/ה).

נבקש מכל קבוצה לעבור על הנספחים, ומהם לכתוב נקודות חשובות להתייחסות ומשימות לזמן שנותר עד המחנה כדי שיהיו לצוותים בשטח ולחניכ/ה את כל הכלים והקרקע המתאימה ליציאה למפעל ולהתמודדות עם האתגרים שצפויים לפגוש אותנו. בנוסף כל קבוצה תקבל גם את נספח הנקודות של נוי וברית בהן כתבו מה החוויה שלהן כחניכות במחנה קיץ, מה היה להן קשה ומה היו צריכות שיקרה בדיעבד.

עזרים ונספחים:

מודל אפר"ת

חחה אישי או תוכנית אישית לתהליך מקדים עם חניכ/ה

פורמט ליצירת תוכנית ציר פיתוח אישי לחניכ/ה לקראת מפעל





מקלחות

התארגנות לשינה

לילה במחנה

התארגנות בבוקר

תורנויות חדר אוכל

ארוחות צהריים

מפקד סיום ופרידה משמיניסטים/ות ומסיימים/ות

פעולות במרכזי אירוח של שבטים אחרים

פעולות קבוצתיות

וועדות חניכים/ות

התנסויות

מתחם גדודי

שכב"גיה

גיחה

מפקדים שבטיים

שירותים כימיים

איזור בוגרים/ות

אקונומיה הנהגתית

מרכזי פעילות הנהגתיים

פעולת פרידה מהמדריך/ה עם הקבוצה במחנה

נסיעה באוטובוס למחנה



יחידת צופים לכל | תנועת הצופים העבריים בישראל (ע"ר)
כתובת: לוחמי גליפולי 49, תל-אביב יפו





חניכה ראשונה – אביטל

אביטל היא חניכה בכיתה ט', בת 14 שמשלבת בקבוצה עם חניכים/ות נוספים/ות בלי מגבלה. זו השנה השלישית בה אביטל משתלבת בקבוצה (בעבר הייתה בקבוצת צמי"ד ולאחר תהליך חיבור עם שאר הגדוד היא עברה לקבוצה משתלבת ממש לפני תחילת הקורונה). אביטל חניכה מחוייבת שאוהבת מאוד את הצופים ואת הקבוצה, לפעמים מתקשה בהבנה של סיטואציות חברתיות ושל הבניות חברתיות. בעבר התקשתה להבין גבולות גוף, ואימא שלה מספרת שנעשתה איתה עבודה משמעותית בנושא עם המטפלת שלה ובביה"ס.

בשל הקורונה אביטל לא הייתה בהרבה מפעלים בעבר, ובאלו שהייתה לא ישנה אלא הגיעה ליום אחד וחזרה לביתה. אף פעם לא שאלו אותה אם רוצה להשאר לישון ואמא שלה והמדריכים היו מחליטים יחד לכמה זמן תצא. השנה לקראת המחנה אביטל הביעה רצון לצאת יחד עם הגדוד כמו כולם. אמא שלה חששה מהלינה במחנה קיץ, והוחלט שהיא תצא לכל ימי המחנה של כיתה ח' ובמידה ותצטרך לחזור או יקרה משהו חריג היא תסייע בהחזרה שלה.

אביטל אוהבת מאוד את חברי/ות השכבה והם/ן נחמדים/ות אליה כשמגיעה לפעולות, אך היא מתקשה לייצר איתם/ן קשרים חבריים עמוקים.

חניך שני – תום

תום הוא חניך בכיתה י"א בשבט, משתלב בצוות קהילה במהלך השנה. תום לומד בכיתה קטנה בבית הספר של שאר חניכי/ות השכבה, ואף מצטרף לחלק מהשיעורים בבית הספר בכיתות האחרות בשכבה – שיעור מתמטיקה ואנגלית. בשאר השיעורים תום לומד בכיתה הקטנה ובנפרד משאר החניכים/ות בשכבה. תום בצופים זו השנה השנייה, הצטרף בעקבות חניך משתלב שהיה בשבט והיה חבר טוב של תום מבית הספר, וכעת עזב את השבט ותום נשאר לבד.

לתום יש קשיים חברתיים, הוא מופנם ומתקשה ליזום אינטראקציות חברתיות ולהצטרף לשאר הילדים בבית הספר, וגם בצופים. בנוסף, ידוע שתום אוהב מאוד לצייר, ולנגן בגיטרה. כאשר שאר חברי הקבוצה פונים לתום ומפתחים איתו שיחה, הוא מצליח לשתף איתם פעולה. אבל פעמים רבות מתקשה להיות בסביבה מאוד רועשת, ונראה כי הוא נבהל מאינטראקציות של הבנים בשכבה שעשויות להיות לעיתים רועשות ואף מעט אלימות.

השנה תום החליט שרוצה לצאת למחנה לארבעה ימים בלבד. צפוי להיות עם הצוות שלו ולסייע בתפעול המחנה השבטי. אף פעם לא יצא לטיול כל כך ארוך, הפעם היחידה הייתה בטיול תחילת שנה, בו הייתה לו חוויה טובה יחסית במהלך הימים, אך היה עייף מאוד ולבסוף הלך לישון מוקדם באוהל לבדו.

חניך שלישי – דניאל

דניאל הוא חניך בכיתה ה' בשבט, משתלב בקבוצת צמי"ד שמורכבת מכל החברים שלומדים איתו בקבוצה הקטנה. דניאל אוהב מאוד סדרות טלוויזיה והלו"ז השבועי שלו מושפע מהתוכניות שיש בכל יום בשעות קבועות, על כן לרוב אינו מגיע לפעילויות חד פעמיות שעשויות להתרחש במהלך השבוע כיוון שקשה לו עם השינויים. הוא דומיננטי בקבוצה ואוהב שהדברים מתרחשים לפי הרצון שלו. שאר החניכים מכבדים אותו והולכים אחריו בפעולות, מלבד חניך אחד – בר, שפעמים רבות יש ביניהם אי הסכמות ועימותים שנובעים מהרצון לקבוע ולשלוט בסיטואציה.

במהלך השנה דניאל יצא למספר מפעלים ביניהם הטיול השבטי בפסח, כל עוד אלה הסתדרו עם הלו"ז הקבוע שרגיל אליו. החוויה שלו בטיולים הייתה טובה, מלבד רגעים בהם רצה לעשות משהו – פעילות, משחק או צפייה בסרטונים בטלפון שלא הסתדרה עם הלו"ז של הטיול. המדריכים מספרים שכשדניאל לא מקבל מה שהוא רוצה הוא יכול לשבור את הכלים ולא להסכים לשתף פעולה עם מה שקורה עד שנרגע – מה שיכול לקח גם שעה.



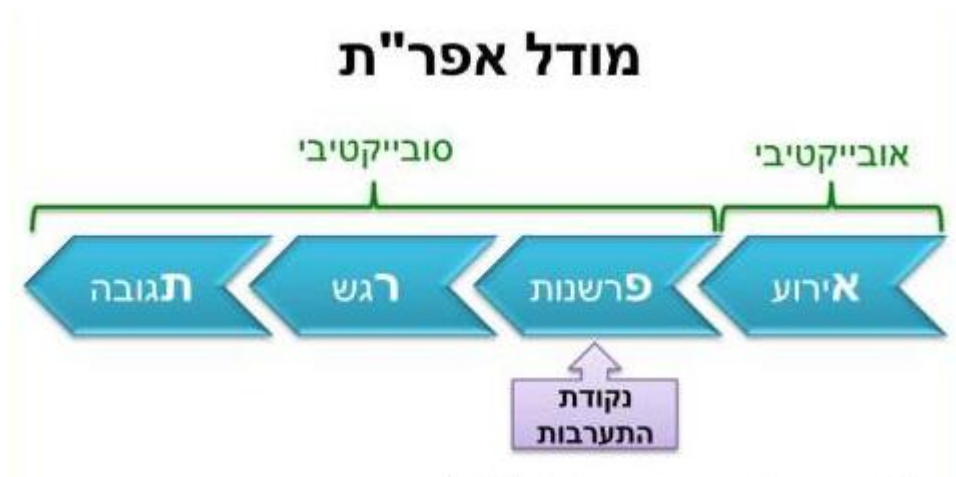


יחידת צופים לכל | תנועת הצופים העבריים בישראל (ע"ר)
כתובת: לוחמי גליפולי 49, תל-אביב יפו



מודל אפר"ת

מה משפיע על תגובותינו למצבים שונים? דרך הבנה של הפרשנות או הסיבות שעומדות מאחורי התגובה או ההתנהגות שאנו רואים, נוכל לייצר מנגנון התמודדות עם האתגר, אבל יותר מכך נוכל ביחד עם החניכ/ה לתרגם את התחושה הקשה או הרגש העוצמתי למילים ולהבין למה הוא זקוק כרגע, מה נוכל לעשות אחרת, כיצד הוא/היא יתמודד בהמשך?



מודל אפרת כאמור מחולק לארבעה חלקים:

אירוע: מה קרה במציאות שאין לנו באמת שליטה עליו

פרשנות: כיצד אני מפרש את האירוע? איך אני מסביר ומספר אותו לעצמי? מהי הפרשנות שאני נותן לאותו אירוע. האם אני שופט אותו כטוב או רע בהתאם לדפוסי המחשבות והאמונות שלי.

רגש: לאחר שפירשתי את האירוע, יתעורר בי רגש כלשהו בעקבות הפרשנות. כיצד אני מרגיש לאחר הפרשנות והאירוע? חשוב גם לייחס מימד של זמן לרגש, כמה זמן הרגשתי כך?

תגובה: בשלב זה סביר להניח כי ארצה להגיב בעקבות הרגש. באיזו פעולה אנו נוקטים כתגובה לפרשנות ולרגש שהתעורר בנו?

(תגובה אגב אינה חייבת להיות תגובה מיידית אמוציונלית מול מה שקרה, גם הימנעות, שתיקה או הסתגרות היא סוג של תגובה, בהתאם לדרך בה אני רגיל להגיב).

לעתים קרובות, דפוסי המחשבה, הרגש ואף התגובות שלנו יהיו כמעט כמו אוטומט – אם אנו רגילים לחשוב דרך דפוס מסוים, הרגש שיעלה יהיה מוכר לנו וכך גם התגובה שלנו. בנוסף, התהליך הזה לרוב אינו מודע והחיבור בין הפרשנות והאמונות לרגשות ולהתנהגות אינו מתרחש גם מצד האדם עצמו. לכן הבנה משותפת של מה היה הגורם שהוביל לרגש ולאחר מכן להתנהגות עשויה להיות משמעותית לשני הצדדים.

נסו לחשוב על אירוע שעשוי להתרחש במחנה הקיץ, וכיצד תוכלו להבין אותו טוב יותר דרך המודל?





"סליחה על השאלה" – נוייה וברית 😊

שאלות:

האם הרגשתן שהמדריכים שלכן נתנו לכן את המקום בקבוצה? יוצרים מקום בטוח ושוויוני? (בתור חניכות)
תשובה של נוייה – הרגשתי שהמדריכים שלי נתנו לי את המקום שצריך בקבוצה והרגשתי בטוחה פעם אחת בכיתה ה' העליבו אותי בפייסבוק של כיתה ה' על התמונות שלי תמונות שהיו בפייסבוק הגדודי והראתי את זה לכל המשפחה שלי ואחרי כמה ימים אמא שלי דיברה עם המדריכות שלי והעבירו את זה למרכזת הבוגרת של השבט ואחרי זה המדריכות של הגדוד כתבו בעקבות זה פוסט בפייסבוק על מה שקרה.

תשובה של ברית - לא תמיד הרגשתי שהמדריכים שלי נותנים לי את המקום בקבוצה ונוצרת לי הרגשה של מקום בטוח, בתור חניכה כי לרוב הרגשתי שיש העדפה כלפי הילדים האחרים או שבכלל לא יודעים שיש לי צרכים מיוחדים. לא היה על זה מספיק דגש רק בשנותיי בבוגרת התחילו לשים לב המדריכות שלי בעיקר והשינשונים והשינשניות שליוו אותי כולל ראשת השבט.

מה החלק שהכי קשה לכן בטיול? בדגש על מחנ"ק
תשובה של נוייה – החלק שהיה לי הכי קשה לפני טיולים ובעיקר במחנ"ק בטיולים בכללי שהיו מתחלקים לאוהלים ולא מצאתי תמיד עם מי לישון בלילה ופעם אחת ישנתי עם עם מישהי שלא הייתה הכי נחמדה אליי ובחנוכה דרום של כיתה יב היינו אמורים לישון באוהל גדול כל השכבה זה היה חוסך את כל הבעיה של חלוקה לאוהלים אבל בסוף זה לא קרה ועד יום לפני הטיול לא מצאתי עם מי להיות והמדריכה שלי שאלה אותי עם מי אני מעדיפה להיות ועם מי לא. הקושי העיקרי בעיקר במחנ"ק נובע מזה שהרבה פעמים לא הייתי מוצאת עם מי ללכת להתקלח בסוף

היום כי הרבה פעמים כל החברים שלי התקלחו לפני ופעם אחת הייתי צריכה ללכת להתקלח לבד זה היה ממש קשה.

תשובה של ברית – החלק שהכי קשה לי במחנה הקיץ הוא העניין של לישון מחוץ לבית, אני לא רגילה לזה תמיד הייתה בעיה עם זה, כי אני רגילה ללכת לישון בשעה מאוד מסוימת ואם אני מאחרת אותה אז אני עצבנית ביום שלמחרת, לא מרוכזת ולעיתים 'קרובות מתבטא בתפקוד שלי במהלך היום. בנוסף
המקלחות היו בעיה עבורי כי לא רציתי להתקלח עם כלל הבנות בשבט, אז היו לוקחים אותי למקלחות הורים שם הייתה לי פרטיות ויותר חשתי ביטחון ונוחיות.

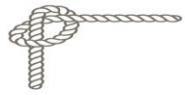
מה חשוב לחניך לדעת לפני יציאה למחנה?
תשובה של נוייה – מה שחשוב לדעת לחניך משתלב לפני יציאה למחנה הקיץ זה מה יש כל יום במחנה הקיץ מסדרים ארוחות מקלחות פעילויות וכו' ומספר הימים במידה והוא בקבוצה רגילה ובמידה והוא אומר שקשה לו חמישה ימים אז לחשוב אם הוא יכול להגיע לפחות יום במחנה וגם להכין לו לח אישי ביחד איתו לדעת איזה אוכל הוא לא אוהב במחנה ולהכין עבורו פעולות נגישות ובמקלחות לשאול אותו איך הוא ירגיש בנוח האם להתקלח לבד עם המדריך או ביחד עם עוד כמה חברים. ובשינה אם יש אזור נוח ונגיש שהוא יכול לישון בו.

תשובה של ברית – לחניך חשוב לדעת שתמיד יש איתו מישהו/מישהי מבוגר, מדריך/ה, שזו חוויה לא פשוטה אך תמיד להיות באווירה חיובית ולהנות כמה שיותר עם החברים, לרקוד או לעשות דברים שאוהבים ביחד.

ספרו על חלק אחד בפרידה מחניכה/מדריכה שהיה משמעותי עבורכן (מה הפך אותו למשמעותי ? תנו לנו טיפ שקשור לפרידה שהייתה טובה ומשמעותית עבורכן)
תשובה של נוייה –

החלק המשמעותי שהיה בפרידה היה לי קשה להיפרד מהמדריכה שלי בכיתה ה' כי היא הייתה שמינסטית והיא מאוד גיבשה את הקבוצה שהייתה לנו אחרי שבכיתה ד המדריכה שלנו עזבה באמצע השנה ונשארו רק עם המדריך שלנו והמדריכה הזאת הזכרתי אותה גם בתשובה לשאלה





הראשונה שלי ברגע שהתנהגו אליי לא יפה בפייסבוק היא ישר פעלה ועזרה . גם מאחת המדריכות של הקורס בכיתה ט היה לי מאוד קשה להיפרד מכיוון שהיא עזרה ותמכה בי בכל שלב שהיה מהרגע שהייתי פרויקטורית בתחילת שנה והיא אמרה לי שתקחי לך הפסקה להירגע לעזור לי בעבודה בבית ספר שקשורה לצופים ושהיא הדריכה אותי בטיול אתגר וגם בקורס מסכם. היה לי קשה גם להיפרד מהמדריכות צמיד שליוו אותי מאמצע כיתה ח עד סוף כיתה ט כי הם ליוו אותי במשלחת של הגדוד שזה היה פעם ראשונה שהייתי בלי אמא ואבא בחול והן היו כמו אמא ואבא שלי למשך שבוע ואחת מהן הייתה איתי גם בטיול אתגר זה מאוד עזר לי וגם שהיה אפשר לדבר איתן שהיה קשה ולשבת איתן בחדר צמיד בשבת.

תשובה של ברית - בכיתה י היה לי מלווה פעילים , שתמיד היה שם בשבילי , לימד אותי הכשרה של כפיתות (ידעתי לפני אך עדיין היה חשוב לעשות רענון). יכולתי לשתף ולדבר איתו על הכל , להתייעץ ולשאול שאלות , ובמחנה קיץ ישבנו לדבר ודי בכיתי מכיוון שידעתי שזה נגמר , ממש הפתיע אותי ואפילו אחרי המחנה עשינו ישיב"צ והוא נתן לי מתנה של תמונות שלי ושלו עם מכתב (אותו דבר גם אני הכנתי לו). חזו הייתה השנה אחת המשמעותיות בחיי שלי בתנועת הצופים. טיפ שקשור לפרידה : להסביר לחניכ/ה שזה לא הסוף אתם עדיין תפגשו גם אם את/ה לא תמשיכו איתם לשנה הבאה , אפשרי להיפגש בשבת או סתם לקבוע במקום שהחניכ/ה אוהבים להיות בו .



יחידת צופים לכל | תנועת הצופים העבריים בישראל (ע"ר)
כתובת: לוחמי גליפולי 49, תל-אביב יפו





יחידת צופים לכל | תנועת הצופים העבריים בישראל (ע"ר)
כתובת: לוחמי גליפולי 49, תל-אביב יפו