

# יחצ"ו

בדרך להורות מטפחת ועצמאית

משרד הרווחה והשירותים החברתיים  
- השרות לרווחת הפרט והמשפחה  
מטב- עמותה לשרותי טיפול ורווחה בבית, במוסדות ובקהילה  
רשויות מקומיות- מחלקות לשירותים חברתיים



# של התוכנית

"יחדיו" היא תוכנית התערבות קבוצתית עבור משפחות עם ילדים קטנים. מטרתה לקדם את יכולת ההורות על-מנת לאפשר לילדים התפתחות תקינה. התכנית שהחלה לפעול ב- 1985 מיושמת על-ידי עובדים סוציאליים במחלקות לשירותים חברתיים.

התוכנית מיועדת למשפחות עם ילדים קטנים המוכרות המחלקות לשירותים חברתיים. משפחות בהם ההורים מתמודדים עם קשיי היום-יום ונוסף לכך מושפעים מחוויות העבר המקשים על תפקודם ומשפיעים עליהם ועל ילדיהם.

"פעולותיה של "יחדיו" מבוססות על האמונה שכל הורה רוצה בטוב ביותר למען ילדיו: "אינני רוצה שילדי יעברו את מה שאני עברתי". "יחדיו" מתחילה בנקודה זו ומחפשת דרכים להגשים משאלה זו, בסבלנות, סובלנות, כבוד הדדי ואמון.

מטרתה של "יחדיו" היא להביא לכך שההורים (אמהות ואבות – כל אחד באופן אישי) ישתתפו בתהליך שיעזור להם לפתח את משאביהם הפנימיים יסייע להם בהערכה עצמית, בפיתוח עצמאות וכישורי ההורות ויתן להם את הכוח והיכולת לתפקד לשביעות רצונם.

# עקרונות התוכנית

## טיפוח (Nurturing).

לרוב המשתתפים בתכנית - אמהות ואבות - לא תמיד היה בעבר וגם אין כיום מישהו שיטפל בהם, יקשיב ויתמוך בהם. ועם זאת הם עדיין חייבים לטפל, להאזין ולתמוך באחרים. "יחדיו" מציעה אכפתיות וטיפוח למשתתפיה.

מאז תחילת התכנית, מושם דגש על יצירת אווירה חמה, תומכת ומזינה. למשל : בפגישות שנערכות בשעות הבוקר מוגשת ארוחת בוקר. דגש רב מושם על מזון, מגע פיזי, וחגיגות ימי הולדת. כל פגישה מתחילה עם התקבצות בלתי פורמלית על כוס קפה, כשהאווירה הרגועה מספקת הזדמנות להשתחרר ולהיפתח.

## העצמה (Empowerment).

המנחים מחפשים דרכים לאפשר למשתתפים להכיר ולהשתמש במעלותיהם. חברי הקבוצה משתתפים, לדוגמא, בתהליך מתמשך של הגדרת תכניות הקבוצה שלהם. בהרצאות באוניברסיטה בפני סטודנטים, בהצגת התוכנית.

## ביטוי עצמי באמצעים חווייתיים

כל פגישה בנויה על יצירת חוויה משותפת המאפשרת למשתתפים ללמוד ולהתחלק במשהו מעצמם. האמצעים הננקטים כוללים משחקים, ציור, סיפורים, הקלטות ועוד. ה"חימום" מאפשר להם לדבר על נושאים אישיים בלי לחוש חרדה או איום. מכאן נסללת הדרך להשתמש בניסיון החיים שלהם ולהתחיל להרהר ביחד על עצמם ועל חייהם.

## חיזור (Reaching out).

מרבית האמהות והאבות איבדו את אמונם באחרים בגלל אירועים בעברם. לכן יש צורך ברצון אמיתי של העובד להושיט יד וליצור קשר עמם. יצירת קשר ובניית מערכת יחסים אמיתית דורשים מהעובד להראות עניין אמיתי לאורך כל הדרך. החיזור והיציאה אל המשתתפים נמשכים לאורך כל הדרך: כשאחד המשתתפים חולה, מבקרים אותו. כשתכיפות הגעתו של מישהו הולכת ויורדת, מבקרים אותו בביתו או מטלפנים אליו כשהמסר הוא: "את חסרה לנו!"

באתר הקרוב

לא היעזר את האהוב לפי שישו בדרך זמן מה  
כאשר המנהל היעזר אליה הזיגה לביקור היא  
פגחה אג הזלג ואמרה:  
"חיכיגי לכן..."

# מבנה התוכנית

יחדיו" משלבת בין עבודה עם אמהות ואבות (בנפרד, כאמור) בקבוצות תמיכה קטנות לבין עבודה פרטנית עם כל משפחה – על פי צרכיה.

הקבוצות נפגשות פעם בשבוע לשעה וחצי מחוץ למשרד הלשכה – במתנ"סים, בתחנות לבריאות המשפחה וכו'.

מנחי הקבוצות הם עובדים סוציאליים מהמחלקות לשירותים חברתיים. בכל קבוצה יש שני מנחים וכשמונה עד שתים-עשר משתתפים.

מבנה כל הפגישות דומה: מפגש בלתי פורמלי על ארוחה קלה, התנסות חווייתית בנושא שנבחר בפגישה האחרונה, התחלקות בחוויות ועיבודן, סיכום.

התכנית מתבססת על שלושה שלבים:



## שלב א' - היבוש וניכוח

שלב זה כולל איתור, חיזור אחר המשתתפים וגיבוש הקבוצה. כשעם הזמן נוצרת קבוצה קבועה המשמשת קבוצת תמיכה חברתית ורגשית. פעילויות הקבוצה במהלך השנה הראשונה מכוונות לשפר את הדימוי העצמי ולהקל על הבידוד. הפעילויות בשלב זה מתמקדות בסוגיות הבאות:

מי אני ? מי אני כאשה/גבר וכבן אדם ? מהם צרכיי ומהן מעלותיי ? האם מותר לי לחשוב על עצמי ולא רק על אחרים ?

## שלב ב' - הורות

נשמרת המסגרת הארגונית. הפגישות נבנות על פי קווים דומים לאלה של השנה הקודמת, בשלב הראשון מתמקדות במשפחות המוצא, בסיפורי החיים של כל אחת ואחת. לאחר מכן בשאלות: איזה מין אס/אב אני ? מה משמעותה של ההורות בשבילי ? כיצד אוכל לטפל טוב יותר בילדיי ? וברכישת מיומנויות הוריות נוספות.

## שלב ג' - יציאה לעצמאות

הקבוצה מכינה עצמה לעצמאות ועוסקת בסוגיות של:

מי אנחנו וכיצד אנחנו יכולים (כפרט וכקבוצה) לטפל טוב יותר בעצמנו ובאלה הקרובים לנו? כיצד נלמד להשתמש ביתרונותיו ובכוחם של אחרים מסביבנו?

חשיבה, תכנון והתפתחות בתחום הכשרה מקצועית, עבודה, לימודים. ונבנית תכנית אישית לכל אחת ואחד מהמשתתפים.

## הדרכה

כל קבוצה מונחית ע"י עובדי סוציאליים מהמחלקה לשירותים חברתיים המקבלים ליווי והדרכה מקצועית (פעם בשבועיים) ע"י מרכזות התכנית. הליווי ניתן כבר בשלב טרום הקבוצה ולעד לסיומה. נוסף לכך המנחים משתתפים בימי עיון במשך השנה.

## קורס הכשרה

קורס למנחי התוכית מתקיים בבית הספר המרכזי לעובדים סוציאליים אחת לשנה. הקורס כולל 20 מפגשים, שילוב של היכרות עם תוכנית "יחדיו" ומיומנויות הנחיית קבוצות.

## תקציב

תכנית "יחדיו" מתוקצבת ע"י משרד הרווחה והשירותים החברתיים. תקציב המיועד להפעלת התוכנית להוצאות השוטפות של ארוחת בוקר, ציוד להפעלה. התכנית נמצאת בהוראות התע"ס: הוראה 3.35 לפרק 3.