



מודל להדרכה על תאורי מקרים במסגרת קבוצתית

הרצאה מאת חלי ברק,

הרציונל :

במקרים רבים הדרכה מתבצעת בקבוצה .
להדרכה הקבוצתית יתרונות רבים: השיתוף בקבוצת קולגות מקצועית יכול לתת תמיכה רגשית, להרחיב את ההבנה, ואת טווח העזרה הניתן. עם זאת על מנחה ההדרכה הקבוצתית להיות מיומן בעבודה עם תהליכים קבוצתיים כדי להפיק יתרונות אלו. אם לא מקפידים על כללים מסוימים עלולה להיות פגיעה באיכות ההדרכה .

להלן מספר כללי יסוד להדרכה על תאורי מקרים במסגרת קבוצתית :
על המנחה לערוך עם הקבוצה 'חזרה עבודה' .
להבהיר את שיטת העבודה- הבאת תאורי מקרים, והדרכה קבוצתית. להסביר איך להביא מקרה, ואיך ייראו שלבי ההדרכה (מפורט בהמשך). יש אפשרות להעביר למדריך מראש את תאור המקרה, ויש אפשרות שלא .
לפרט את הסטינג- מה משך הזמן שיוקדש להדרכה מלאה (לפחות שלושת רבעי שעה) , האם תהיה אפשרות להיוועצויות מהירות, האם יהיה ליווי בבליוגרפי. מה הדרישות מהמשתתפים (רישום והערכות מראש להדרכה)
לפני שמתחילים בעבודה יש לערוך 'תאום ציפיות', ולאפשר עיבוד של התחושות הרגשיות של המשתתפים לתהליך ההדרכה .

מודל להגשת מקרה להדרכה

-במקרה של טיפול פרטני רצוי להתייחס לנקודות הבאות :
•סימפטומים מרכזיים- הבעיות בגללן הופנה הילד לטיפול
•הסטוריה משפחתית, לימודית, חברתית
•מה מטרת הטיפול – בתחילת הטיפול, שינויים אם היו במהלך הטיפול, והיום
•הסטוריה טיפולית-, מה נעשה עד כה, תימות מרכזיות שהועלו בטיפול עד כה, טכניקות שהופעלו עד כה
•תחושות המטפל כלפי המטופל, כלפי גורמים במערכת הקשורים אל המטופל
•תחושות המטפל כלפי הטיפול- מוצלח, תקוע
•השערות לגבי המצב העכשוי של הטיפול, רעיונות לשינוי/ לשיפור

-במקרה של טיפול קבוצתי רצוי להתייחס לנקודות הבאות :

- מה מטרות הטיפול הקבוצתי
- מה היה תהליך הרכבת הקבוצה: שיקולים, קשיים שהיו
- מאפייני הילדים המשתתפים בקבוצה
- מאפייני 'השלם הקבוצתי'- כוחות, קשיים, חרדות, פתרונות קבוצתיים
- ההסטוריה הקבוצתית- מה נעשה בקבוצה עד היום? תימות שעלו, טכניקות שהופעלו , מה עבד/ מה לא
- מה תחושות המנחה/ מטפל כלפי ילדים ספציפיים וכלפי הקבוצה כשלם
- השערות לגבי המצב העכשוי של הטיפול, רעיונות לשינוי/ לשיפור

-במקרה של התערבות מערכתית רצוי להתייחס לנקודות הבאות :
•תאור התופעה המערכתית
•מטרות ההתערבות המערכתית- כפי שתוכננו, כפי שנתפסות כיום
•המרכיבים הקשים/ המטרידים במצב
•הגורמים המקלים והמקשים על העבודה המערכתית
•דברים שבוצעו עד היום בטיפול בתופעה- מה עבד ומה לא
•השערות לגבי המצב העכשוי של ההתערבות, רעיונות לשינוי/ לשיפור

-בכל סוגי המקרים המובאים להדרכה חובה למקד
*השאלה שאותה רוצים להביא להדרכה
*התועלת שרוצים להפיק מההדרכה

במהלך ההדרכה (בהדרכה קבוצתית כל משתתף הוא מדריך, והמנחה הוא 'מדריך על')

-שלב א': הקשבה, המודרך מביא את תאור המקרה כמו שהכין אותו. מסיים בשאלה שהכין, בתועלת שרוצה להפיק. המדריך בשלב זה רק מקשיב, אפשר לרשום הערות להתייחסות להמשך .

נותנים למודרך להביא את המקרה 'כמו ציור על דף ריק'. בלי שאלות, בלי הכוונה, בלי מיקוד. ההקשבה הנקיה נותנת אפשרות להקשיב למודרך- לקצב שלו, להדגשים לו, להיסוסים שלו, למקומות שהוא מרחיב- מצמצם מחרדה, למקומות התקועים .

מבחינת המודרך חשובה החוויה שיש לו את המרחב המלא להביא את עצמו, לפני שעליו להגיב. מרגיע, ומפנה מרחב פנימי יותר מאוחר לעבודת ההדרכה שהיא מאיימת יותר . מבחינת המדריך חשובה חווית ההקשבה ממקום של חוסר ידע, משאירים מרחב פנימי להרגיש, להיות בחוסר וודאות, בחיפוש של למידה. צניעות ונתינת מקום לזולת .

-שלב ב': אמפטיה, שאלות והבהרות :

המדריך מבקש מהמודרך להרחיב במקומות שנראים לה חשובים. שואלים על עוד מידע שחסר, ורוצים לדעת- האם עבר אבחון, מה אמרה האם? מה עשו? (שאלה פתוחה ולא רטורית של האשמה). המודרך משתף באינפורמציה שיודע, ושלא יודע .

-בשלב זה יכול המדריך להביע תגובות אמפטיות למצבו של המדריך- רגשותיו ומחשבותיו. אמירות כמו 'חשבת שאתה רוצה לסלק אותו ממך'. האמפטיה לא מבטאית הסכמה או אי הסכמה אלא מטרתה בירור של הבנה מדויקת את המטפל, ומתן תמיכה רגשית עבורו .

דגש על כך שבשלב זה לא יופיעו עדיין השערות והצעות לפתרון. רק תוספות מידע . מבחינת המודרך יש כאן חווית למידה. מעצם חיפוש המידע הנוסף יש בעצם הדרכה והכוונה. מביא אותו לתובנות של מה פוספס, ומה רוצה להשלים . מבחינת המדריך יש כאן עמדה צנועה של הקשבה לחיפוש הבנה, אמפטיה של תמיכה

שלב ג' – הגדרת הבעיה, העלאת השערות עבודה רק בשלב זה המדריך מעלה השערות/ פרשנויות על המצב. הפרשנויות יכולות להתייחס למקרה (קישור לידע קודם שלהם, לתאוריות) וגם למטפל (השערות על תקיעויות, הגנות .) זהו השלב בו מנסים להגדיר את הבעיה, שלא תמיד היא הגדרת הבעיה אותה הביא המודרך. לעיתים חיפש פתרון 'מה לעשות', והגדרת הבעיה היא 'איך להחזיק את המצב הקיים בלי להתפרק', או 'איך לא לפעול'. הגדרת הבעיה היא קריטית לחיפוש הפתרון מאוחר יותר .

מבחינת המדריך- הדגש הוא על כך שאלו השערות בלבד, לא ידיעות חד משמעיות. הם מציעים למודרך מעצמם, והוא בוחר. לא מאבק על הצדק והאמת . מבחינת המודרך- הוא מוזמן להביע את דעתו על ההשערות. הוא מוזמן לחשוב- לעכל. לא להגיב בפינג פונג על כל הצעה, אלא לעכל את כולן (לרשום) ולהגיב לסך הכל . המודרך מוזמן לנהל דיאלוג עם מציעי ההשערות- לברר, להתנגד, להעמיק .

שלב ד'- פתרונות, הצעות עבודה, הרחבת דרכי התמודדות שלב שלעיתים משולב עם שלב ההשערות, ומהותו דומה . המדריך מציע פתרונות, והמטפל בודק מה לקחת. הגישה היא של להציע עם דגש על הבדיקה מה מתאים למטפל. דגש על כך שהמטפל יצטרך ליישם. בדיקה מה יקשה / יקל עליו ליישם .

*עוד 'על פתרונות' מהספר שלי 'בגובה העיניים- לדבר עם ילדים': פתרונות יכולים להיות פתרונות פעולה או עצות . עצות- של DOING או של BEING לחשוב, 'להיות עם הבעיה' . איך לא לתת עצות: 'אני יודע' / 'ראה וחקק' / עצות שלא ניתן לעמוד בהן/ עצות טרום זמן/ עצות פסיכולוגיות מתנשאות

איך כן לתת עצות: חשיבה משותפת של העלאת רעיונות- מה דעתך? מה אפשר לעשות?/ בדיקת אפשרות היישום של העצה- מתאים, לא מתאים/ לזהות כוחות ומכשולים ביישום/ מעקב ריאלי תוך עידוד גם במצבי קושי .

מעקב- גם אם לא פגישת הדרכה שלמה, חשוב לשמוע 'בפעם הבאה' איך המודרך מרגיש, מה עבד, מה לא, מה חשב אחרי שעבד דברים. מה הלאה, מה צריך עוד. גישה של 'עזרה בהמשכים, ולא חד פעמי' .

הדרכה אישית/ הדרכה קבוצתית

בהדרכה אישית- המדריך אחראי על התוכן של ההדרכה כפי שפורט. הוא גם אחראי לדינמיקה הנוצרת בינו לבין המודרך. התייחסות ועבודה גם עם המרכיבים הרגשיים של סיטואציה ההדרכה. אווירה של הקשבה, קבלה, הפחתת שיפוטיות . לאפשר דיאלוג על סיטואציה ההדרכה עצמה, ולא רק על התוכן . בהדרכה קבוצתית- המדריך אחראי גם לתהליך הקבוצתי . ידע לשלבי התפתחות- מה מתאים

לכל שלב. עבודה על תהליכי אמון, שמירה על המודרך מביקורת לא ענינית, ניהול מוקפד של התהליך- לא לקפוץ בשלבים. שימוש 'בכאן ועכשיו' של התחושות והאווירה בקבוצה להבנת המקרה (קבוצה עצבנית פתאום, מעיד בתהליך מקביל על מתח וכעס סמוי בטיפול). המדריך מכוון את תהליך ההדרכה- מדובב את חברי הקבוצה, מוציא מדבריהם את המיטב לטובת המודרך. את דבריו הוא שומר לסיום- עושה אינטגרציה של הנאמר, ומוסיף את הדגשיו. חשוב הדגש שיושם על 'חוכמת הקבוצה', שתורמת למדריך עצמו, שמגיע בעזרת הקבוצה לעמדה שלו.

• לשמור גם את האפשרות 'להדרכה על הדרכה'.

לסיום, לא לשכוח שהדרכה היא תהליך של מפגש בינאישי טעון רגשי, הכולל בתוכו איום וסיכוי לכל משתתפיו. יש להתיחס למרכיבים הרגשיים, וגם לנהל נכון את מהלך ההדרכה כך שניתן יהיה להגיע לתועלות מירביות.

חלי ברק שטיין - פסיכולוגית חינוכית מומחית
מחברת הספרים - כשהילדים יוצאים מהבית | תקשיבו לי רגע | בגובה העיניים
052-35525511

helibarak1@gmail.com

www.helibarak.com