

## לחיות בקבוצה חברתית

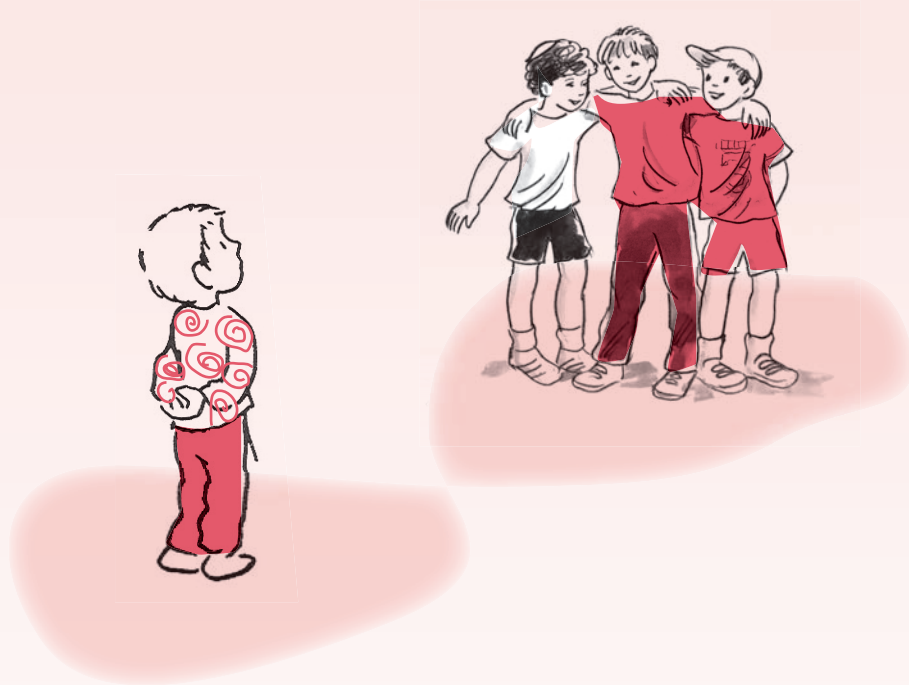
### רציונל

קבוצת השווים שונה ממשפחה בכך שהיא מאפשרת לילדים לפעול ללא השגחתם הישירה של ההורים בעצמאות (חלקית). פעילות במסגרת חברת השווים מאפשרת לילדים ליצור לעצמם זהות עצמית המנותקת מהזהות המשויכת שקיבלו במשפחתם, ומכשירה אותם לבנות מארג של יחסים חברתיים בכוחות עצמם ולהתנסות בהם.

בפרק זה נעסוק בתופעות הקשורות לחיים הקבוצתיים: שיתופיות, מקובלות, מנהיגות, השפעה, לחץ קבוצתי, דחייה וכו'.

### מטרות

1. להכיר בתרומת ההתנסות השיתופית בקבוצת השווים לפיתוח יכולות חברתיות ואישיות.
2. להכיר את התופעות הכרוכות בחיי הקבוצה, ולהבין את הדינמיקה היוצרת אותן.
3. להכיר דרכי התמודדות אפשריות וסגנונות תגובה שונים לתופעות חברתיות בקבוצה.





## מפגש מס' 11 קבוצת השווים - האומנם?

"קבוצת השווים" הוא מונח מקצועי המתייחס לבני אותו גיל, במקרה שלנו מדובר במסגרת רשמית, הכיתה, שבה ישנו מבוגר סמכותי. במפגש זה נתייחס למיקום חברתי, לגורמים המשפיעים על המיקום, למקובלות חברתית ולדחייה חברתית וכד'.

### מהלך:

1. המורה תפתח בהסבר המושג "קבוצת השווים".
2. יתקיים דיון בשאלות המפתח הבאות:
  - האומנם "שווים"? במה שווים, במה שונים? באיזו סידה רוצים להיות שווים?
  - לעיתים קרובות אנו שומעים דיבור על "גיבוש כיתה". למה מתכוונים?
  - מה דעתכם על האפשרות שכיתה של מתבגרים צעירים תהיה מגובשת?
  - מה מתרחש בכיתה שעליה אומרים שהיא מגובשת?
3. בקבוצות של 4-5 תלמידים, תנוסח מעין "מגילת החיים המשותפים בכיתה", שמתאימה לכיתות ז' בכלל ולכיתתם בפרט.
  - אילו סעיפים הכרחיים ויש לחייב בהם את כולם?
  - אילו סעיפים הם רשות?
4. הקבוצות תצגנה את התוצר הקבוצתי.
5. מן התוצרים הקבוצתיים חשוב לנסות להגיע לתוצר כיתתי. רצוי שהתלמידים יציצו את הדרכים הנכונות בעיניהם כדי להגיע לתוצר כיתתי.

### הצעה חלופית:

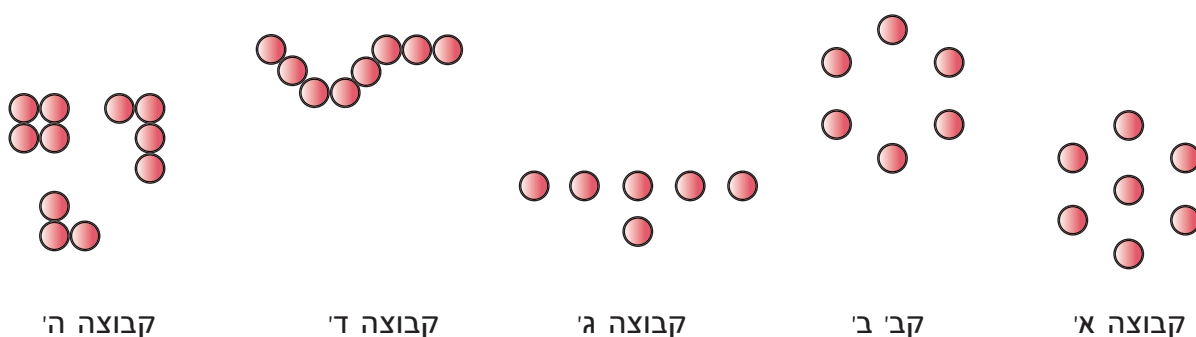
לאחר דיון במושג "קבוצת השווים" בסעיף ו', ניתן למקד את הדיון במפה חברתית שנוצרה בכיתה.

## מהלך:

1. ניתן להציג **תרשימים אחדים המתארים קשרים חברתיים** בקבוצות תלמידים בכיתות ז' שונות, ולבקש הסבר לתרשימים, ואולי אף לשער מי המקובלים מבחינה חברתית וסי פחות? כיצד הושגה "מקובלות" זו?

- באיזו מידה מדובר בקשרים שוויוניים? האם מדובר בקבוצה מעורבת?
- ואם בקבוצה חד-מינית – בניס? בנות?
- מה צפוי שישתנה בעתיד בקבוצות השונות??
- באיזו מידה יש הבדל בקשרים שבין בנים לקשרים שבין בנות בכיתות ז'?

אפשר להמחיש מפגש של הקבוצות.



## 2. שאלות לדין:

- אילו **גורמים משפיעים על** יצירת המפה?

יש להניח שיעלו גורמים כמו: מקובלות, השפעה, לחץ קבוצתי, מנהיגות, פעילות ותרומה לכלל, דחייה, כוח???

- מה עשוי לשנות את המפה המוצעת?

יציאה וכניסה של תלמידים תשפיע על המפה הקיימת...

הצורך בשייכות לקבוצה של חברים בני הגיל מניע את הדינמיקה התוך-אישית והבין-אישית. מפגש זה יתמקד במאמצים אישיים וחברתיים לשם מציאת מקום בחברה, כדי לזכות בתחושת שייכות ומקובלות חברתית. חשוב לתת לגיטימציה למאמצי ההשתייכות החברתית, משום היותה צורך פסיכולוגי ראשוני. כמו-כן, חשוב לסייג מאמצים אלו, ולהביא בחשבון את מקומו של הזולת.

## מהלך:

### פתיחת המנחה:

"כל אדם רוצה להיות שייך, למשפחה, לחברה, לקהילה..."

הכיתה היא כרגע קבוצת ההשתייכות של מרבית המתבגרים. כאן מתרחשת הלמידה החשובה במקצועות השונים, ויותר מכך, למידה חברתית שאנו לומדים על עצמנו דרך האחרים."

1. בסבב ראשוני כדאי לשאול מה מבינים התלמידים במושג "מקום" בקבוצה חברתית.
2. אירועים מן החיים, בזוגות:
  - ספרו זה לזה על אירוע שבו עשיתם משהו **שסייע לכם** להיות שייכים לקבוצה.
  - ספרו זה לזה בזוגות על **מישהו** שעשה דבר (מחווה) שיצר עבורכם מקום בקבוצה.
  - ספרו זה לזה על משהו שעשיתם **כדי שלאחרים** יהיה מקום חברתי בקבוצה.
3. במליאה יש לאפשר לכמה זוגות לדווח על המפגש ביניהם, ולאסוף מן המדווחים מאגר של עשיות **מקדמות שייכות**.
4. מן הסיפורים בשלב הקודם נסו לגזור **קוד מוסכם** על "**עשו ואל תעשו**", כדי למצוא מקום בחברה, בעיקר, משום שה"צפיפות", לכאורה, במרכז המפה החברתית, יוצרת תחרות על המקומות ה"מבוקשים".

הערה:

לעיתים, נוטים המתבגרים לחוש כי מציאת מקום לעצמם מתרחשת על חשבון המקום של הזולת, ולהפך.

על הקוד המוסכם ניתן לעבוד באותם זוגות מן השלב השני, ולאסוף את המסקנות במליאה. תוך כדי הדיון אפשר להחליט מה ייכנס לקוד המוסכם ומה יישאר לחשיבה נוספת.

בדיון חשוב להדגים כל אמירה מוכללת בתיאור ההתנהגות המבוקשת.  
למשל: אין להסתפק ברשימה של "צריך ל..." או "אסור ל...", אלא להסמיך  
הדגמה.

(למורה,

יש לצפות שיתעורר דיון ערכי סביב מושגים כמו: פרטיות-שיתוף, קבלה-דחייה,  
כבוד-זלזול, הלשנה-דיווח, רכילות-שמירת סוד, מראה חיצוני-מראה פנימי,  
בחירה אישית-כוח והשפעה, כנות-העמדת פנים/חנופה וכד').



מוכרת לנו ההשפעה החברתית והנטייה לקונפורמיות בקרב מתבגרים. זוהי הנטייה להידמות לאחרים, לקבל נורמות קבוצתיות, לעיתים, ללא שיקול דעת אוטונומי.

ההליכה אחר הרוב מתבטאת בסגנון לבוש, בשפה, באופני בילוי, בקשרים עם דמויות סמכות, בהתנהגות במקומות ציבוריים, ולעיתים אף בעמדות ובדעות וגם בהתנהגויות מסוכנות למיניהן, שבהן ידובר בפרקים הבאים. נטייה זו להאחדה בקרב קבוצות של מתבגרים מתרחשת במקביל לצורך בגיבוש זהות ייחודית.

על תשתית זו צומחת תופעת **המנהיגות**.

תלמידים נוטים בדרך כלל להתלונן על ההשפעה ועל המנהיגות בקבוצה, לראות במנהיגות ובדרך השגתה - תופעה שלילית. הם מתעלמים לעיתים **ממנהיגות חיובית**, המובילה את חברי הקבוצה לגדילה מתוך שיתוף וכבוד לפרטים שבה.

במפגש זה ננסה לדון בנושא המנהיגות, לחקור ולהבין את התופעה הנורמטיבית הקשורה לכוח חברתי, ולבנות כלים לבחינה ביקורתית של התופעה.

### מהלך:

1. פתיחת המנחה: אנו עומדים לנסות להבין את תופעת ההשפעה והמנהיגות בקרב מתבגרים בגילכם. להלן כמה שאלות להנחיית הדיון:

- לשם מה זקוקה קבוצה לחברים שיישאו בהנהגה של הקבוצה?
- כל אחד ואחת רוצים להשפיע על הקבוצה. מהו הצורך הזה להשפיע? במה הוא מתבטא? התלמידים יתנו דוגמאות לנושאים בתחומים שבהם מתבגרים רוצים להשפיע על חבריהם.
- ספרו על חוויה של הצלחה להשפיע. באיזה עניין? מה היה בכך שאפשר לכם להשפיע? מה היה באחרים שקיבלו את השפעתכם?
- ספרו על מקרים שבהם הצליחו חבריכם להשפיע על הקבוצה וגם עליכם.
- מה מרגישים כאשר מצליחים להשפיע?
- מה מרגישים כאשר אתם מושפעים על-ידי אחרים?
- האם כולם רוצים באותה מידה להנהיג את הקבוצה? מה חושבים חברי הקבוצה בדרך כלל על מי שרוצה להנהיג?

2. הנה דברים שאמרו תלמידים מחטיבות שונות על מנהיגים של קבוצתם/כיתתם.

לגבי כל אמירה -

- נסו לשער איזה מנהיג צמח בכל אחת מהקבוצות, ומה הייתה הדרך להשגתה של מנהיגות זו?
- נסו לשער מה יהיה השלב הבא בהתפתחות הקבוצה.
- המחיצו שיחה של שלושה חברים מאחת הקבוצות, שאינם המנהיגים... לקראת מסיבה קרובה או לקראת טיול, או לקראת מבחן. על מה הם מדברים?

<b>קבוצה ד'</b> תפס גובה, לא מתייחס למה שאומרים לו...	<b>קבוצה א'</b> מה היא חושבת את עצמה שתכתיב לנו...
<b>קבוצה ה'</b> אספו את כולנו ושאלו לאן היינו רוצים לצאת, ערכו הצבעה... ממש הוגנים...	<b>קבוצה ב'</b> יש לו רעיונות מצולים... ומשכנעים... לא חשבנו על הפתרון הזה...
<b>קבוצה ו'</b> הם יעשו הכול כדי להשליט את דעתם על הרוב, וסי שסתנגד - יהיה בחוץ...	<b>קבוצה ג'</b> כל הכבוד שהודיעה לכולנו כשרוני נפצע וארגנה תורנויות ביקור בבית-החולים...

3. אילו שאלות נשאל על מנהיגות ועל השפעה, כדי לבחון אם הן חיוביות ונכונות עבורנו. בחלק זה של המפגש כדאי מאוד להציע לתלמידים לעבוד בקבוצות קטנות, ולקבוע מעין **תו תקן למנהיגות נכונה/חיובית**.

התלמידים ינסחו את התקן, כדי שיהיה בידם כלי לבחינה ביקורתית של תופעות ההשפעה והמנהיגות שאתן הם חיים. אם נראה צורך בכך, נצייד את התלמידים בכמה מושגים שישמשו להם חומר לבניית התקן שלהם למנהיגות חיובית.

### המושגים הם:

• לשון "אנחנו"	• צוותיות	• שיתוף
• לשון "אני"	• התחשבות	• שוויון קבלה
• פחד	• כוחנות, שכנוע	• טובת הכלל
• ביטחון...	• יצירתיות, אינטגרציה	• שתלטנות
• ועוד מושגים שיוסיפו התלמידים...	• דעת הרוב	• שלטון יחיד
	• דעת מיעוט	• יחסי חברות בקבוצה
	• גאוות קבוצה	• האפשרות להחלפה ולניידות של ההנהגה



אחת ההתמודדויות הקריטיות של מתבגרים צעירים היא העמידה בלחץ קבוצתי. כמובן שעמידה זו קשורה לנושאים הקודמים של מציאת מקום בתוך הקבוצה החברתית, הצורך בשייכות, הרצון להשפיע וקבלת מנהיגות והשפעה.

עמידה זו קשורה לתחושת ביטחון ומסוגלות תוך-אישית ובין-אישית, ליכולת לתקשורת אסרטיבית, למודעות ולהבנת תהליכים קבוצתיים. תלמידים מכירים בדרך כלל היטב את המושג לחץ קבוצתי, ויש להם סיפורים רבים להדגיש.

במפגש זה נרחיב את התובנות על המחיר האישי – רגשי ועל אופני העמידה בלחץ זה. ללחץ קבוצתי ישנם מופעים חיוביים, כמו: לחץ קבוצתי לתרומה, להתנדבות, לשיפור הישגים, לפנייה לסיוע וכד'.

### מהלך:

1. בקבוצות קטנות ידגישו התלמידים 3-4 **אירועים** שבהם לחץ קבוצתי. האירועים יתוארו בכתב וייאספו למאגר משותף.

2. כעת יחולקו האירועים לקריאה. כל קבוצה תקבל תיאורי אירועים שנכתבו על-ידי קבוצה אחרת. הקבוצה תקרא את האירועים ו**תדרג** את דרגת הלחץ המופעל על הפרטים שבאירוע בסולם 1 - 10.

3. במליאה ינמקו את הדירוג:

- מה הופך את האירוע לאירוע של הפעלת לחץ קבוצתי?
  - מה רואים, שומעים, מרגישים, שמרמז על כך שמדובר בלחץ קבוצתי?
  - לפעמים הלחץ אינו גלוי, הוא **סמוי** – כיצד?
  - האם גם מי שאינו שייך לקבוצה ידע לזהות את הלחץ?
- מה המניע של מפעילי הלחץ הקבוצתי, או: מה ה**רווח** של מי שמפעילים לחץ קבוצתי?

השגת תחושת כוח? ביסוס מנהיגות? יצירת דמיון בין חברי הקבוצה כתנאי לקבלה לתוכה? מבחן ל"נאמנות" הפרטים לקבוצה? שיתוף הקבוצה כולה בעשייה שלילית לשם מניעת "הלשנה"?



■ באיזו מידה נדרשים הפרטים הנלחצים לשלם מחיר כלשהו? מהו המחיר?

חשוב להדגיש את המחיר התוך-אישי אם יש פגיעה בחירות ההחלטה, בחופש הבחירה האוטונומית.

4. לו היה ניתן **להריץ אחורה** את האירוע כמו בסרט, איך היה יכול סיפור האירוע לקבל **תפנית** ולהפסיק להיות אירוע של לחץ קבוצתי?

- באיזו נקודה בהתפתחות הסיפור אתם בוחרים לעשות את השינוי?
- מה צריך להשתנות בהתנהגות הלוחצים?
- מה צריך להשתנות בהתנהגות הנלחצים?
- לאיזה סיוס אחר אתם בוחרים להגיע?
- על איזה **סוג של תקשורת** אתם ממליצים כדי לעמוד בלחץ הקבוצתי? (אסרטיביות = דעתנות, מוגדרת כתקשורת שבה הפרטים עומדים על זכויותיהם, על דעתם, שומרים על זכותם לסרב ולהתחרט...).

5. בואו "ניכנס לראשם" של מי שעומדים סול לחץ קבוצתי:

"כאשר הבנות/הבנים המקובלים לחצו עלי שלא להזמין את נטעלי/רוני למסיבת יום ההולדת שלי, כי יש להן/להם סכסוך אתה/אתו...".  
חשבתי לעצמי,

- שאני פוגע/ת בחבר/ה טוב/ה שלי...
- אני מאוד רוצה לרצות את המקובלים ולהתקרב אליהם, כי...
- שאני עומד/ת להפסיד את הקשר עם...
- שכולם יחשבו עלי ש...
- שהמקובלים יבינו ש...
- שאני אחשוב על עצמי שאני...
- שזכותי...

כמובן שניתן לשנות את האירוע. למשל, להדגים התנהגות מסוכנת, ולעקוב אחר ההתלבטויות של המתבגרים הנלחצים...

"במסיבה האחרונה הבנתי שתלמידים מהכיתה מעשנים. כמה נוספים הצטרפו אליהם במסיבה...".  
חשבתי לעצמי,

- שבעצם הריח מגעיל אותי...
- שהמעשנים יחשבו אותי ל...
- שכעת יאשימו אותי...
- שבמשפחה שלי...
- שהחברים הכי טובים שלי...
- שזכותי...

6. לעיתים מעלים מתבגרים את הלחץ שבו היו נתונים כדי להסביר התנהגות שלהם שהפתיצה מישהו. המתבגרים הלוחמים על עצמאותם מול הכוונה של הורים ושל מורים, מתקשים לשאת באחריות להחלטות עצמאיות מול קבוצת השווים.

מה דעתכם על אמירות ששומעים, כמו:

- אבל כולם...
- מה אתם רוצים שיחשבו עלי שאני ???
- לא הייתה לי ברירה, לחצו אותי... רמזו ש...
- אני חייבת להתקרב לחברה ה...



**סיכום**

לחץ קבוצתי מאתגר את יכולתנו לזהותו, את יכולתנו להבין את המורכבות והדינמיקה של מצב כזה, את יכולתנו להקשיב לדיבור הפנימי שלנו, ולקבל החלטה עצמאית תוך נשיאה באחריות למעשינו.



## מפגש מס' 15 בריונות והצקות



תלמידים רבים חווים בבית-הספר פגיעות כתוצאה מבריונות, מהצקות ומסחיטה. מוקד העבודה במפגש זה - ההסתרה והקבלה שבשתיקה של ההתנהגויות אלה. התלמידים יעלו תסריטים מתמשכים ומורכבים ויתאמנו במציאת פתרונות לעצור את האלימות מן הסוג הזה.

המורה והתלמידים יביעו בבהירות ובתוקף אי-הסכמה וחוסר סובלנות לאלימות.

## מהלך:

1. הכיתה תתחלק לקבוצות בנות 4-5 תלמידים. כל קבוצה תקבל סיפור אירוע. להלן שתי דוגמאות לסיפורי אירוע<sup>1</sup>.

דני, ילד חדש בחטיבת הביניים, עבר לשכונה חדשה באמצע שנת הלימודים.

כבר מהיום הראשון לכניסתו לכיתה התחילו שלושה מתלמידי הכיתה להציק לו. כינו אותו בשמות גנאי, החביאו לו את התיק, קשקשו לו במחברות, ולכל מקום שהלך - הלכו אחריו ולעגו לו...

דני, תלמיד חדש בחטיבת הביניים. יום אחד ניגשה אליו חבורה של בנים ודרשה ממנו "דמי רשות להסתובב בחצר". דני הרגיש שאין לו ברירה והביא בכל יום שישה שקלים. שני שקלים לכל ילד, ולמרות זאת המשיכה החבורה להתעלל בו...

2. בשלב הראשון תבקש המורה מכל קבוצה להמשיך את האירוע וליצור את התסריט שנראה להם השכיח ביותר.

3. לאחר שהקבוצה תחבר המשך לסיפור, כפי שנראה לה, תבקש המורה מהקבוצות להתחלף בתסריטים.

כל קבוצה תמשיך לפתח את התסריט של הקבוצה השנייה.

4. בשלב הבא יוחזר התסריט לקבוצה המקורית, אולם עכשיו ישתנה תפקיד הקבוצה, היא לא תפתח עוד תסריט צפוי אלא תגבש רעיון או תכנית כיצד עוצרים את התהליך? איך מטפלים בבעיה? מה ניתן לעשות כדי להתמודד עם המצב?

5. במליאה או בתחילה בקבוצות קטנות ובהמשך במליאה, תדון הכיתה בתוצאות של הסלמת האירוע ובדרך לעצור את האלימות.

1. האירועים לקוחים מתוך "התמודדות מערכתית בעקבות אירוע אלימות חסור" שפ"י.

המורה תדגיש היבטים אחדים בדיון:

- מהי ההרגשה בשלב זה?
- כיצד הרגישה כל קבוצה כשקיבלה חזרה את האירוע שלה שהלך והסלים, והייתה צריכה למצוא לו פתרון?
- סוגיית קשר השתיקה.
- מהו התפקיד והאחריות של מי שיודע ושותק?
- מדוע אנחנו נוטים לא לראות ולא לשמוע?
- באיזו נקודה בדרך היה אפשר לשנות את כיוון ההתפתחות ולעצור את האלימות?
- מה נעשה בכיתה כדי למנוע מצבים מסוג זה?
- אם יודעים עכשיו על אירועים כאלה מה עושים?
- מה מצופה מהמבוגרים בבית-הספר?
- מה מצופה מהתלמידים.
- איך נעביר מסרים של אי-הסכמה לאלימות בקרבנו?

כדאי שהכיתה תגיע לשלב של ביצוע ושל יישום תובנות מהדיון.