



עכשיו זה הזמן שלי!

תרבות הפנאי של הנוער מעגלי שיח הורים ומתבגרים



סדנה להורי ולתלמידי חטיבת הביניים

קהל היעד : הורים ותלמידים בחט"ב

הקדמה

גיל ההתבגרות טומן בחובו סיכון לאימוץ התנהגויות סיכון כמו גם סיכוי להתמודדות טובה עם אתגרי הגיל.

כך או כך - להורים תפקיד מרכזי בהתמודדויות שמביא עמו גיל ההתבגרות.

מחקרים מוכיחים כי עמדות ההורים ונוכחותם משפיעות על תהליך גיבוש העמדות בקרב הילדים. עם זאת, לא אחת ניצבים ההורים מול פרדוקס: דווקא כשהפיתויים והסיכונים לבני הנוער גוברים, מתעצמת בתוכם חשיבות הפרטיות כערך וכדרישה.

בפעילותנו היום נזמין את הורים והמתבגרים לקיים שיח פתוח וכן סביב הנושאים: אחריות, גבולות, סמכות הורית, נוכחות והשגחה הורית בקשר לתרבות הפנאי של הילדים ובאשר לשימוש בחומרים פסיכו אקטיביים).

מפגשי השיח והשולחנות העגולים מבקשים להיות מודל לדיאלוג הורים ומתבגרים אותו הם יוכלו להמשיך גם בבית.

מטרות המפגש

- בירור תפיסות ההורים ועמדותיהם לגבי תפקידם כהורים לנוכח התבגרות ילדיהם.
- יצירת שיח מזמן בנושא תרבות הפנאי.
- יצירת שיח פתוח אודות שימוש בחומרים פסיכו אקטיביים.
- חשיפה למגוון הקולות של התלמידים ושל ההורים, ושל משפחות שונות.
- גיבוש אמנה קבוצתית לקידום שיח כן ופתוח גם בנושאים שקשורים להתנהגויות סיכון.

• למנחה

1. נחלק לקבוצות של ארבעה זוגות הורים וילדים. כל קבוצה סביב שולחן עגול.
 2. נפזר את ההיגדים על השולחן (מצ"ב)
 3. נזמין את המשתתפים לבחור – היגד שאני מסכים אתו או היגד שאני מתנגד לו או היגד שמעוניין להתייחס אליו.
 4. אפשר להוסיף היגדים בכרטיסיות הריקות.
 5. נזמין את המשתתפים לשוחח על ההיגדים שנבחרו (ההיגד מהווה פתיח לדיון סביבו).
 6. נסביר למשתתפים שחשוב לתת מקום למגוון הקולות באופן מכבד :
 7. על השולחנות נניח דף עם שאלות הנחייה, לדוגמה:
 - מי מסכים עם הדברים שנאמרו?
 - מי חושב אחרת?
 - האם מה שנאמר נכון בכל מצב?
 - מי יכול לתת דוגמה?
- במהלך השיח נעודד את המשתתפים לשים לב אילו הבדלים הם מזהים בין תגובות ההורים לבין תגובות בני הנוער.
8. נבקש מכל קבוצה לנסח אמנה משותפת להורים וילדים (תובנות, מסקנות, עקרונות, קווי פעולה) כסיכום לפעילות בקבוצה.
 9. הקבוצות יוזמנו להמחיש סיטואציה המשקפת אירוע או קונפליקט שעלה בדיון, ולהציגו בסיום הערב. (רצ"ב דף סיכום קבוצתי).

סיכום במליאה

- נסכם, נודה ונשקף למשתתפים כיצד קיימו שיח פתוח וחם בין ההורים לילדים בנושא לא פשוט. שיח שהתנהל מתוך אכפתיות וקרבה, בהקשבה לצרכים של הילדים, וברגישות להורים ולמורכבות השיחה.
- נזכיר כמה חשוב לבדוק יחד את תרבות הפנאי של הילדים. לדבר בבית, לוודא שהילדים ערים לסכנות שטמונות בשימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים כגון סמים ואלכוהול, להשפעות חברתיות לא רצויות ולמצבי סיכון אחרים. לשתף בהתלבטויות, בלחצים, בחששות, בסקרנות, ברצון לבלות ולשמוח... ולהרחיב את השיחה גם לדיון על אודות שתייה ועישון מזדמן.
- נזכיר להורים ולתלמידים כמה חשוב להקשיב זה לזה. נעודד את ההורים להיות אמפתיים והחלטיים בעת ובעונה אחת – לשדר "קול" ברור באשר לעמדה שלהם. בנושא שתייה ועישון. נעודד את התלמידים להקשיב להוריהם מתוך כבוד אך גם לא להסס לשתף אותם בספקות, ברגשות ובעמדות שלהם.

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי
אגף תכניות סיוע ומניעה

- נדע מה להשיב! ניתן לילדינו את המידע הרצוי כדי שישמרו על עצמם, נקפיד עם הורינו על מידה מספקת של שיתוף, כדי שהם יוכלו לחוש מעורבים אך גם לסמוך עלינו שגם מחוץ לבית וגם כשאנו רחוקים מהם, אנו פועלים באחריות ובבגרות.
- נזמין את ההורים והילדים לחשוב יחד כיצד ניתן להעשיר את חיי הילדים בתוכן חיובי כמו פעילות ספורט, תנועת נוער, התנדבות, חוגים בתחומי המעניינים אותם.
- נעודד את ההורים והילדים לחפש יחד דרכים להרחבת תחושת משמעות, ליצירת שמחה באופן בריא ולהתמודדות יעילה עם המשימות ועם האתגרים הניצבים לפתחם.
- נמליץ להורים לשוחח עם הילדים על מיומנויות התמודדות עם מצבים מסוכנים שיש להם בארגז הכלים האישי שלהם (שלמדו בבית, שלמדו בבית הספר, שפיתחו לעצמם עם השנים בזכות אופיים וכוחותיהם), ולחשוב יחד, איך להרחיב את ארגז הכלים.
- נזכיר לילדים, שבדיוק כמו שהוריהם עזבו היום הכל – את העבודה, את הבית, את האחים הקטנים, את פעילויות הפנאי... כדי לבוא לכאן ולהיות עמם. הרי שבכל רגע נתון הם תמיד זמינים ונגישים לעזרה, לחשיבה, לעידוד ולתמיכה.



דף סיכום קבוצתי

שמות חברי הקבוצה: _____

נסחו אמנה משותפת, להורים ולילדים (תובנות, מסקנות, עקרונות, קווי פעולה) כסיכום לפעילות הקבוצתית.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

**ההורים שלי "חופרים".
הם מתערבים יותר מדי
במה שאני עושה.**

**אני מספיק אחראי כדי
לדעת מתי להפסיק
לשתות.**

**כל הורי הכיתה, צריכים
לגבש החלטה משותפת
לגבי מקומות הבילוי של
ילדיהם, ולגבי שעת
החזרה מבילוי.**

**אני "רק ילד", זה הזמן
שלי לעשות שטויות (כמו
לשתות, לעשן).**

**הורה שלא מתעורר
בלילה כשהילדים
חוזרים מבילוי "נרדס
במשמרת"**

**חשוב מאוד שהורים יהיו
מעורבים, ויצטרפו
ל"סיירת הורים". זו אחת
הדרכים לצמצום
האלימות וצריכת
האלכוהול/עישון**

**לא מתאים לי שהורי
קובעים לי מתי לחזור
מאירוע חברתי ועם מי
להסתובב. אני מספיק
בוגר כדי להחליט בעצמי.**

**לא יקרה כלום, אם הנער
ישתה אלכוהול/יעשן
באירועים מיוחדים עם
חבריו, ללא נוכחות מבוגר.**

**אפשר לסמוך על
ההורים: הם יודעים איך
להקשיב.**

**אני מתקשר להורים,
כשחבר משתכר או מעשן
ולא מרגיש טוב.**

**יש כמה דברים
שההורים שלי לא יודעים
עליי, ואני לא מוכן לספר
להם**

**להורים יש ניסיון, והם
יודעים מה לעשות.**

**תפקיד ההורים לשמור
על ילדיהם ולהציב להם
גבולות**

**ההורים רק שומעים, ולא
משתפים אותנו**

**הורה צריך לסמוך על
ילדו המתבגרים והאמין
שהם יודעים לשמור על
עצמם**

**חשוב שהורים ידעו איך,
איפה ועם מי מבליים
ילדיהם**

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי
אגף תכניות סיוע ומניעה

**הורה צריך להגביל את
שעת החזרה הביתה**

**ההורים שלי מכירים
אותי ויודעים מה טוב
בשבילי**

**הורים שמציבים גבולות
לילדים, מגבירים את
רצונם לשתות אלכוהול.**

**ההורים לא תמיד יודעים
מה קורה לילדיהם, ולכן
לא יכולים לעזור להם**

**אם שתית, והגעת למצב
של שיכרות, ההורים לא
צריכים לדעת זאת.**

**הורים צריכים מדי פעם
לבקר במקומות הבילוי
של ילדיהם.**

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי
אגף תכניות סיוע ומניעה

--	--

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי
אגף תכניות סיוע ומניעה

--	--