תאריך התצפית:  03/16/22

שם המנחים: דורית ומורן

שם התצפיתניות: שרון גרוסברד והדס בן-עמרם

נושא המפגש:  חברות

תיאור/תמצית מהלך המפגש:

בתחילת המפגש המנחות הציגו סרטון ובו אב ובתו הקטנה שרים יחד את השיר You've got a friend in me בסיום הסרטון המתוק דורית שיתפה שנושא המפגש הוא חברות ("ניחשתם שהיום אנחנו מדברים על חברות") דורית חיברה אותנו לנושא דרך האמירה של חסי משבוע שעבר שהחברות של נעמי וסתוית מעוררת קנאה. דורית ביקשה מהמשתתפות לשתף את הקבוצה מחשבות בנוגע למילה חברות. דורית שיתפה ראשונה ואמרה שהיא נמצאת כבר 18 שנים בגולה ואין לה חברה טובה כמו שזכור לה מגיל ההתבגרות.

תמר הגיבה לסרטון ואמרה שהוא גרם לה לרצות לנגן עם הילדים על אף שהיא לא יודעת לנגן. היא שיתפה על מעגל החברות הקרוב שעזבה מהארץ ועל הקושי לשמר כאן חברויות כשאנשים באים והולכים. תמר אמרה שהקשר כאן הוא לא עמוק כמו בארץ, שבחגים יש תחושת ריקנות שגורמת לה לרצות לברוח לארץ למוכר והידוע.

דורית הגיבה לתמר ואמרה- "זה נכון, זו אחת הבעיות שלנו כאן, זה באמת מוכר".

דורית קלטה משפת הגוף של נורית שיש לה מה לומר ופנתה אליה ישירות ושאלה אם תרצה לשתף. נורית העדיפה שלא לשתף אך אמרה "נקודה מאוד כואבת".

דורית הגיבה לאמירה של נורית ואמרה " יש לנו בארץ חברויות שחסרות ואנחנו חסרות" ושיתפה שוב על מעגל חברים שהיה להם לפני שעברו לרוצ'סטר שהיה בו חיבור משפחתי. היא אמרה לקבוצה שהיא מקווה שלכל אחת, איפה שהיא נמצאת יש מעגל של חברה שמספקת לה את מה שצריך.

צביקה ביקש הבהרה- האם אנחנו מדברים על חברות ישראליות או מקומיות.

תמר סיפרה איך בגן המשחקים הקבוע היה בידול מאוד ברור בין התרבויות, שהרבה יותר קל וזורם עם הישראלים בגלל הספונטניות והגמישות.

רויטל שיתפה על מעגל חברות גדול ומשמעותי שעזבה עם המעבר מהארץ לבלגיה. היא היתה בהתחלה מאוד בודדה והתקשתה לצור קשרים חדשים. היא סיפרה שלקחה אחריות בלעדית על הקשר עם החברות מהארץ ועם הזמן הבינה שזו לא היתה גישה בריאה. מאז עברו הרבה שנים והיא נשארה בקשר עם 2-3 חברות מהמעגל המקורי מהארץ ויצרה חברים חדשים בבלגיה שמחליפים את המשפחה, לפעמים אפילו יותר.

דורית שאלה האם כולם ישראלים? ורויטל ענתה שלא, שהיו לה חברות ממגוון תרבויות וזה משהו שהיא מאוד אוהבת. דורית הגיבה ואמרה לרויטל שהיא לקחה איתה תכונות שהיו לה ויישמת אותן במקום החדש.

דורית אמרה שלפעמים קשה מאוד לשבור את זה ולצאת מביישנות.

צביקה ביקש לחזור לרויטל וביקש הבהרה לגבי ההבדל בין התרבות האמריקאית לאירופאית. רויטל שיתפה שהתרבות דווקא דומה, שיש צורך לתאם הרבה זמן מראש לפני מפגש חברתי, שלא דופקים פתאום בדלת והיא דווקא שמחה שזה ככה ולא מסתובבים לה ילדים וחברים בבית בלי הזמנה מראש כמו אצל חברה שלה.

צביקה ביקש לדעת "בין הקצוות, מה אידיאלי מבחינתך?" רויטל ענתה שהיא מרגישה שהיא לא מזמינה מספיק חברים לילדים הביתה, היא מבינה שהיא צריכה לייצר הזדמנויות אך לא רוצה שיגיעו בצורה לא מתוכננת.

תמר הגיבה לרויטל ואמר שהחלום שלה הוא שיגיעו חברים והבית יהיה הומה ומלא בחברים.

צביקה שאל את תמר, "מה את עושה כדי להגשים את החלום?"ותמר ענתה שהיא מנסה להזמין הרבה חברים, להרגיל את הילדים שזה בית מארח.

צביקה אומר שהוא שומע ערגה על חברויות של הארץ ושואל את הקבוצה- מה עונה על הצרכים שלכם בארץ? מה חסר?

שרית ענתה שחברות דורשת מכנה משותף ושיתפה שמאז המעבר היא הנמיחה את הציפיות והסטנדרטים שלה לחברות. מרגישה צורך להתפשר - מספיק גילאים מתאימים והיא מנסה לפתח חברות. שרית העדיפה להמנע מהכללות תרבותיות וסיפרה שהיא פונה לאמהות ומתחילה איתן שיחות חולין דבר שאליו התרגלה מאורח החיים שלה כספורטאית. שרית הדגישה שצריך לעבוד בלעשות חברים, לשווק את עצמנו כאנשים שכיף איתם.

תמר הגיבה לשרית ואמרה שזה אכן דורש הרבה אנרגיות, להביא את עצמה לזום קשרים חדשים.

שרית הוסיפה ואמרה שלפעמים היא ממש צריכה להכין את עצמה למפגשים שהם פשרות, עושה לעצמה דמיון מודרך ומכינה את עצמה לקראת.

דורית הגיבה ואמרה- "הייתי אומרת שזו לא ממש חברות". שרית ענתה שהיא מצאה עכשיו חברה שעונה על הקריטריונים אך היא ממננת את המפגשים כדי לא להמאיס אותה עליה כמו שקרה בעבר.

מורן הגיבה לדברים של שרית ואמרה שבאמת כשעברה לקליפורניה לקהילה מאוד גדולה וחמה של ישראלים זה הלחיץ אותה כי הרגישה שזה נהיה "עלוקתי" שהכל חונק. היא שיתפה דווקא בחברות שנוצרה עם זוג אמריקאי וגילתה שחברה אמריקאית זה לא כל כך נורא.

צביקה שאל מה ההבדל? ומורן אמרה שהאמריקאים מאוד דרמטים, מנומסים וצבועים. היא החליטה לעשות שינוי תרבותי לחברה האמריקאית והגמישה אותה. החברה הופתעה לגלות חברות שונה ממה שהתרגלה בעבר. מורן שיתפה בכאב ש-3 שנים אחרי תחילת החברות זוג החברים נאלץ לעזוב וזה גרם לה לקושי ליצר חברויות חדשות כדי לא לחוות שוב את תחושת הנטישה הקשה והמפחידה.

מורן אמרה שהישראלים הם מאוד חמים אך זו לא התרבות שבה אנחנו חיים היום ובחברות קשה לה חוסר חום ועממיות.

שרית אמרה שהקנדים הם דווקא חמים ומחבקים.

 מורן סיפרה על סיטואציה מפתיעה שקרתה אתמול לבן שלה שהמורה שלו חיבקה אותו בעקבות מעשה שהוא עשה.

שרית אמרה שהקנדים שומרים על מרחק ומאפשרים מרחב אישי ולזה היא דווקא מתחברת, שגם היא מעדיפה לשמור על מרחק עד שמכירים היטב.

צביקה ניסה להחזיר את הקבוצה אל הרגש ושאל את מורן "מה החברות נתנה לך?" מורן ענתה- צחוקים משותפים, ספונטניות, חום, מפגשים מרובים, אוזן קשבת, להיות אחת עבור השנייה, ארוחות משותפות, חגים וארוחות שישי.

דורית שאלה את מורן האם הקושי שחוותה בפרידה נבע גם מפרשנות של שבירת אמון.

מורן ענתה לדורית שהיא צודקת מאוד. היא שיתפה שגם כשהיא עזבה, החברה הטובה שלה מהארץ חוותה את העזיבה שלה כפגיעה באמון על אף שזה לא היה בשליטתה. החברה כתבה לה את זה באופן ברור.

צביקה ביקש להחזיר את הקבוצה לחסי ששיתפה בשבוע שעבר בנוגע לחברות, שחסר לה קשר כזה כמו של נעמי וסתוית. כאשר פנה אליה, התברר שחסי לא נמצאת על הקו. צביקה התנצל ועבר לסתוית.

במקום חסי, סתוית שיתפה בעצות וטיפים לגבי חברות כמו איך להפוך את הבית לפתוח ומזמין, תוך שימוש במאכלים ייחדודיים. בנוסף המליצה להתאים את הציפיות שלנו מהחברות ובמקום "הכל כלול" לדעת לקבל מכל קשר מה שיותר מתאים לשני הצדדים. סתוית המליצה לבנות הקבוצה לא לראות בחברות משהו דביק ומחייב מידי.

דורית אמרה- בחברות עם נעמי יש הרבה רגש. וסתוית אמרה שזה בדיוק כמו זוג- עם השנים נעמי מכירה אותי הכי טוב ויש אהבה שמקבלת אותנו כמו שאנחנו.

צביקה אמר לסתוית שהיא דייקה בכך שאמרה שנעמי היא כמו אחות, בת זוג שלא התחתנת איתה.

צביקה פונה לחסי שחזרה לזום ושאל אותה "מה זה עושה לך?" חסי ענתה שהיא מוקפת במשפחה וחברות, חמולה של 13 אחים שגרים בקרבה ונמצאים המון יחד ולמרות כל המפגשים והאינטנסיביות היא מרגישה חוסר במישהי- בחברת ילדות, קשר עמוק בלי מסכות. מרגישה שקשה לה למצוא חברה שמרגישה איתה בנוח. צביקה ממשיך ושואל את חסי- איפה זה שם אותך מבחינה רגשית? וחסי עונה שזה מחזק את הקשר עם אמא שלה, אבל היא לא חברה.

צביקה מציין שזה מעניין שהזכירה את אמא מכיוון שלאורך המפגש הופתע שאף אחת לא ציינה שאמא שלה או בן הזוג שלה הוא החבר הכי טוב שלה. צביקה מסכם שהחברה שכולנו כמהות אליה היא חברה בלב ובנפש שהיא לא חלק מהמשפחה וזה מעניין.

צביקה מציע גם לדורית לסכם ודורית בוחרת לשתף שוב ומספרת שבגלל התפקיד של בן זוגה כמנהל בית הספר לרפואת שיניים מגביל את היכולת שלהם להכיר חברים ועדיין חסרה לה חברה טובה. דורית ציינה שהקורס חיבר אותה עם עוד בנות שאפשר לקבל מהן הרבה. דורית הציעה למורן לסכם אף היא ומורן אמרה שאין כמו חברה מהמין הנשי.

צביקה שאל אם עוד מישהי רוצה להוסיף משהו והיתה שתיקה עד שרויטל אמרה שהיא רוצה לחזק את דבריה של סתוית לגבי העובדה שחברה לא חייבת להיות זו שמספקת את כל הצרכים.

צביקה סיכם ואמר שמה שהיה לו הכי בולט במפגש הוא הערגה לחברות- למה שכולנו השארנו בארץ. ערך הרעות שכל כך חזק בארץ.

חסי הסכימה ואמרה שהוא קלע לנקודה, שזה משהו שלא יחזור, שאין תחליף לחברת ילדות אך זה דורש המון אנרגיה לשמור על הקשר בטווח הארוך.

תהליכים קבוצתיים:

התהליכים הקבוצתיים שזיהינו במפגש היו: נורמה, שיתוף, חשיפה אישית, תתי קבוצות, שתיקה.

נורמה - במפגש הנוכחי, דורית חיברה את הנושא לאמירה של חסי מהמפגש הקודם על כך שהיא מרגישה קנאה (טובה) בחברות האמיצה והאינטימית של סתוית ונעמי. היא יצרה המשכיות למפגש הקודם. ישנה נורמה ברורה כי יש לעשות חיבור בין המפגשים ולתת הסבר מדוע נבחר נושא המפגש.

חשיפה אישית - דורית המנחה בחרה להתחיל את הדיון בנוגע לחברות משיתוף עצמי בקושי שלה בחיים בנכר ללא חברה טובה. הדבר מיקד את המפגש בנושא של חברויות ברילוקיישן והקושי הנובע מהריחוק מחברות הילדות והחיים בסביבה שונה תרבותית מאיתנו.

שיתוף - תמר ורויטל התחברו לקושי שדורית הציגה ושותפו מנקודת מבטן ומכאן הדיון התמקד בחוסר בחברה טובה, שרוב הבנות מרגישות במדינה שהן חיות בה.

סתוית אשר שיתפה את בנות הקבוצה בחברות העמוקה והאינטימית שלה ושל נעמי שיתפה את בנות הקבוצה כיצד היא הפכה את ביתה למזמין ופתוח וכן, כיצד ניתן להתאים את הציפיות שלנו מחברות, על מנת להפיק את המיטב מכל קשר והייחודיות שלו.

תתי קבוצות - במהלך השיתופים היה ניכר כי צביקה, שהוא בעצם היחיד שחי בישראל התעניין מספר פעמים בפערי התרבות בין חברויות עם ישראלים לעומת עם אמריקאים, בהבדלים בין אירופאים ובין אמריקאים וכו'. לרגעים הורגשו תתי קבוצות בין האמריקאיות, קנדיות לבין האירופאיות ומי שחי בישראל.

שתיקה - במפגש היו מעט שתיקות, אולם ניכר כי מעט בנות השתתפו במרבית מהמפגש ואילו אחרות היו שקטות לכל אורכו.

האקלים הקבוצתי:

האקלים הקבוצתי ממשיך להיות פתוח ומאפשר. בנות רגישות אחת לשניה, מרגישות בנוח לחלוק גם רגשות קשים. על אף שלא נעים להודות בתחושות של בדידות ומחסור בחברות, בנות הרגישו נוח לשתף בחסך ואף הודו בקנאה שהן חשות בחברות הקבוצה שזכו לחברות אמיצה גם בחייהן החדשים מחוץ לישראל. המנחה לא לוקח חלק אקטיבי מידי במהלך המפגש והקבוצה ממשיכה להתנהל עם מינימום התערבויות מצד המנחים.

 פעולות הנחייה שקידמו את התהליך הקבוצתי:

התערבויות מילוליות - המנחה השתמשה במגוון פעולות לדייק ולחדד דברים שנאמרו על ידי משתתפות בקבוצה כמו שיקוף, ו- refraiming וחיזקה בנות ששיתפו בקושי.

התערבויות בלתי מילוליות - דורית הייתה מאוד אמפטית ומכילה למשתתפות בדיון. היא הנהנה, חייכה בהבנה והקשיבה באופן פעיל.

שאלות מכוונות ומדויקות - המנחה גם קידמה את הדיון בשאלות מנחות שדרשו מהמשתתפות לעיתים להגיע עמוק יותר.

פעולות הנחייה שעיכבו את התהליך הקבוצתי:

הסרטון שפתח את המפגש היה מקסים ומעורר רגש, אך נראה היה שלא הוביל ישירות לנושא המפגש באופן אינסטינקטיבי. הדבר הבולט בסרטון היה הקשר בין האב לביתו ויכול להיות כי דווקא זה המקום הרגשי אליו חלק מהבנות נדדו בתחילה עד אשר דורית עשתה את ההקשר בעל פה.

בנוסף, לתחושתנו, ייתכן והמנחה שיתפה מוקדם מידי את זווית הראייה שלה לגבי חברות ובעצם קיבעה את הדיון לקושי והחוסר בחברויות בחיים מחוץ לישראל.

במשך זמן ארוך במפגש, הדיון עסק בנושאים שאינם בתחום הרגש, אלא בהבדלי תרבות וכו', דבר אשר הסיט מן הנושא המרכזי והרחיק את הבנות מלגעת בקושי או ברגשות אחרים שעולים בהקשר.

"דילמות/ שאלות מנחה"

1. בתחילת המפגש כשדורית חשפה את נושא המפגש, נראה היה שהיא קלטה  משפת הגוף שהנושא נגע בנורית. היא פנתה ישירות לנורית ושאלה אם תרצה לשתף. נורית העדיפה שלא לשתף ורק ציינה שזה נושא כאוב. נראה שדורית התלבטה כמה לשים את נורית on the spot, בעיקר לאור הקושי שנורית העלתה באחד המפגשים הקודמים ועל אף האמירה המאוד עוצמתית של נורית ושפת הגוף שלה ששידרה כאב.
2. סתוית, שיתפה עם הבנות פרטים נוספים על הקשר שלה ושל נעמי, כמובן, במטרה לתת הסבר לדבריה הקודמים בנוגע לחברות וצרכים שונים בכל חברות וכן על מורכבות שישנה בחברות. ייתכן והיה נכון לציין בפני הקבוצה שנעמי אינה נוכחת וייתכן וישנו מקום להשאיר פרטים מסוימים להזדמנות אחרת, בה נעמי נוכחת ותוכל לתת את נקודת המבט שלה.
3. בחלק השני של המפגש, הורגש מעבר של צביקה ממנחה שאינו מתערב (מלבד לצורך הבהרות תרבותיות) למנחה אקטיבי שמחזיר את הקבוצה לשפה הרגשית והאינטימית בשאלות ממוקדות רגש וגם בסיכום שמדייק את התחושות שעלו בקרב בנות הקבוצה במפגש. עולה הדילמה כיצד לנהל את האיזון העדין בין רגש לשכל. מה תפקידו של המנחה בנוגע לכך? האם עליו לנווט את הקבוצה? האם לאפשר לקבוצה ללכת לאן שהיא מרגישה שנכון לה?

סיכום התרשמות אישי- שרון:

המפגש עסק בנושא שנוגע מאוד לכולנו וכך גם לי ברמה האישית. ניכר היה כי ישנו מכנה משותף רחב עבור כלל חברות הקבוצה. עלה הרושם כי המנחות בחרו בכובד ראש בנושא שייגע בכולנו והנגישו אותו כך שהמשתתפות הרגישו רצון ונכונות לשתף את זווית הראייה שלהן בעניין וכן בסיפורים אישיים. אישית, הסרטון עורר בי דווקא מחשבה על קשר בין אב לביתו ורק כאשר דורית אמרה כי הנושא הוא חברות, חיברתי בין השניים. אי לכך, הרגשתי כי נדרש לי זמן מה על מנת להתחבר רגשית לנושא,מאחר ורגשית הייתי ברגשותיי בנושא שהסרטון עורר בי. היה מעניין לשמוע כי מרבית החוויות של שאר חברות הקבוצה, זהות לחוויה שלי ישנה בנוגע לחברות. התרשמתי כי המנחות היו נינוחות, קשובות, אמפטיות ומלאות עניין כנה במתרחש. כמו כן, הייתה תחושה של זרימה בהעברת המפגש ואיפשר למשתתפות תחושה שכזו.

סיכום התרשמות אישי- הדס:

נושא המפגש היה מאוד משמעותי לכל המשתתפות. לקבוצה מכנה משותף משמעותי והוא החיים מחוץ לישראל והניתוק מחברי ילדות. להרגשתי הנושא העלה רגשות מאוד עמוקים וכואבים אצל המנחות עצמן מה שבעצם הקשה עליהן לנהל את המפגש בצורה אובייקטיבית יותר וקיבע אותו לנושא של פערי תרבות. המנחות שיתפו בתחושות וחוויות אישיות שמצד אחד חיברו את המשתתפות אליהן ולנושא אך מנגד הסיטו אותן מתפקיד המנחה ואולי אף תפסו מקום של שיתוף מצד יתר המשתתפות. ההנחיה של צביקה איפשרה לקבוצה לחזור למקום הרגשי של הגעגוע לחברות שנותרה מאחור ושלא תחזור.