

## מראות – גליל תחתון

מתמודדים עם פוסט טראומה, עוברים יחד עם מלגאי תהליך משותף של יצירה, הכולל ליווי והנחיה מקצועית. מטרת התהליך היא לעבד ולשתף תכנים שיקדמו החלמה, שיקום והתפתחות.

### תקציר התוכנית:



מראות הוא מיזם חברתי-קהילתי שנולד במרכז הצעירים של המועצה האזורית הגליל התחתון, במטרה לחבר בין סטודנטים לבין נפגעי פוסט טראומה משירותם בצה"ל. התכנית פותחה ע"י הדס אלעד, שהכירה הלומי קרב במבצע צוק איתן, כאשר הייתה סטודנטית במרכזי השיקום של משרד הביטחון בטבריה והיא הבטיחה לעצמה שבעתיד תעסוק תעסוק בנושא. בנוסף התכנית פותחה בשיתוף עם שני הזר.

פרויקט 'מראות' מאפשר חיבור של גיבורים לא מוכרים אלה, שפגיעתם כואבת תמידית, אל החברה הישראלית כולה, ששנים ארוכות לא הכירה בהם. במסגרת התוכנית לכל נפגע פוסט טראומה מצוות מלגאי, יחד הם עוברים תהליך עבודה משותף, הכולל ליווי והנחיה מקצועית בתחום אחד מבין חמישה תחומי יצירה אומנותיים: יצירה באמנות פלסטית, הפקה מוזיקלית, יצירת פודקאסט, בניית הרצאת בסגנון TED, או סדנת כתיבה. מטרת הפרויקט הוא לעבד ולשתף תכנים, שיקדמו החלמה, שיקום והתפתחות.

המשתתפים לוקחים חלק בתהליך חווייתי, מחבק ומאפשר, הן במסגרת המפגשים הסדנאיים, והן בעבודה המתמשכת ברצף הזמן שבין מועדי המפגשים המשותפים.

עצם העבודה בזוגות, גורמת למחויבות גבוהה יותר של הפוסט טראומתיים להגיע למפגשים, עצם הידיעה שהסטודנטים/ות מחכים ולא יכולים להתחיל את המפגש בלעדיהם, מניעה אותם לבוא, בכל פעם מחדש, גם כשחסרים להם כוחות נפשיים לכך. הסטודנטים עצמם, נחשפים לעולם שלא הכירו ולא שמעו עליו, וממשיכים את הקשר המשמעותי שנוצר גם לאחר סיום הפעילות.

לא נעשה הליך טיפולי תוך כדי העבודה. העיבודים נערכים בקבוצות, בצורה ספונטנית, בהנחיית המנחים המקצועיים. מטרת הפגישות הקבוצתיות היא ללמידה וליצירה האומנותית ולא לטיפול ועיבוד של הפוסט טראומה.

### מטרות התוכנית:



- חיבור בין אוכלוסייה שקופה (הלומי הקרב) לסטודנטים במיינסטרים ויצירת שיח שוויוני ביניהם
- העלאת מודעות לנושא של הלם קרב ופוסט טראומה, שהקהילה לא נחשפת אליו

### קהל היעד:



עיקרי: הלומי קרב  
משני: המלגאים



מפעל הפיס

## מספר מלגאים מעורבים:



4 מלגאים – ניתן להגדיל את הצוות בהתאם לצורך.

## רקע וידע ייחודיים של המלגאים המעורבים:



סטודנטים בעלי אינטליגנציה רגשית גבוהה

## שותפים עיקריים ליישום התוכנית:



- מפעל הפיס
- אגף השיקום מחלקת טבריה
- אגף קהילה אזורי
- מנחים מקצועיים (אמנות פלסטית, מוסיקה, פודקאסט וסיפורי TED)
- המשרד לשוויון חברתי
- המשרד לפיתוח הנגב והגליל

## תקציב שנתי נדרש:



50,000 ש"ח

מרכיבי התקציב העיקריים:

- 42,000 – שכר מנחים מקצועיים
- 5,000 – קטלוג, כיבוד, חומרים לאומנות הפלסטית, ערב סיכום
- 3,000 – תקורה (מבנים, חשמל ריכוז וכו')

## צעדים/שלבים עיקריים ליישום התוכנית:



- פניה לאגף שיקום של משרד הביטחון ורתימתו לפרויקט
- גיוס תקציב ממשרדים שונים
- גיוס מנחי תוכן
- גיוס זכאי שיקום (משרד הביטחון דיבר עם 400 הלומי קרב, הציע את התכנית ל-40, 27 התחילו את התכנית ו-23 סיימו אותה, אגף השיקום מציין שלרוב אחוזי הנשירה בפרויקטים עם הלומי קרב הם 50%)
- גיוס ומיון סטודנטים
- ציוות זוגות (בעיקר על פי אינטואיציה – שלב קריטי מאחר וחיבור טוב בין הזוגות השאיר אותם בפרויקט)
- 10 מפגשים קבוצתיים (פעם בשבוע או שבועיים)
- הפקת חוברת
- תערוכה, הצגת תוצרים, ערב סיכום



## תהליכי ניהול והפעלת המלגאים:



- המלגאים התנדבו כ-50 שעות בפרויקט.
- מיון – איתור הסטודנטים בעלי החוסן הגבוה ביותר מבין מלגאי הרשות שהם בעלי מודעות חברתית גבוהה. הסטודנטים הגיעו מכל קשת המקצועות. חשוב מאוד שמנהלת התכנית תנכח בכל שלבי המיון ותכיר את המתנדבים היטב.
- הכשרה – הכשרת זום על פוסט טראומה והכנה לתהליך. ניתן בהחלט להזמין משתתפים ב"מראות" להעביר את ההכשרה למלגאים ברשויות אחרות – ניתן ליצור קשר עם הדס בנושא.
- ליווי – במפגשים הראשונים מנהלות התכנית ליוו את הפגישות.
- קשר אישי – מנהלת התכנית ורכזת מעורבות חברתית במרכז הצעירים נמצאות בקשר אישי רציף עם המלגאים.
- סיום התכנית – נערך ערב השקה חגיגי של התערוכה בו הוצג קטלוג העבודות.

## מפתחות להצלחה ביישום התוכנית:



- למנהלת התכנית צריכה להיות נגיעה או זיקה לנושא של פוסט טראומה
- זהו פרויקט אקסטרים "למיטבי לכת", מאוד רגשי.
- הסטודנטים היו מתקשרים לתזכר ולעודד את המוטבים להגיע למפגשים כל שבוע.

## חסמים/אתגרים ביישום המודל:



- פניות ראשוניות לארגונים שעוסקים בפוסט טראומה נתקלו בהתנגדות מאחר והסטודנטים הם לא בהכרח מתחומים טיפוליים.
- למרות שהעבודה עם משרד הבטחון הייתה טובה ומועילה, היו בה גם קשיים: שינוי חשיבתי ממענה של "טיפול" למענה של "קהילה" ואי השתתפות במימון התוכנית.
- בכל מפגש עלו סוגיות שהיה צריך לפתור מתוך העבודה עם אוכלוסייה מורכבת.

## פרטי איש קשר להעמקה ולמידה נוספת:



הדס אלעד, מנהלת מרכז צעירים גליל תחתון

[hadasel@glt.org.il](mailto:hadasel@glt.org.il) | 054-6634330

[כתבה מצולמת אודות התכנית באתר Ynet](#)

[סרט אודות המיזם](#)

[פודקאסט מראות- חלק א'](#)

[פודקאסט מראות- חלק ב'](#)

[פודקאסט מראות- חלק ג'](#)

[חוברת סיכום מראות](#)