



המוסד לביטוח לאומי
מנהל המחקר והתכנון

האגף לפיתוח שירותים

אמהות למען אמהות

תקופה שנייה

מאת:

ד"ר אברהם כרמלי

איריס רביד-ימין, גלי אורון

פילת (ישראל) בע"מ

טבת התשס"ה, ינואר 2005

פתח דבר

הקרן למפעלים מיוחדים במוסד לביטוח לאומי שמחה להגיש דו"ח מחקרי מסכם, שלב ב', בתוכנית הניסיונית "אמהות למען אמהות", שפעלה בבני ברק בשנים 2001-2003.

התוכנית, ביוזמת אגף הרווחה בעיריית בני ברק ובהפעלתו, נועדה להתמודד עם קשיי תפקוד כרוניים של אמהות תשושות במשפחות ברוכות ילדים באמצעות הדרכת אמהות עמיתות ששימשו להון מודל לחיקוי. התוכנית כללה התערבות אישית, קבוצתית וקהילתית, ובתהליך שולבו בני הזוג של האמהות.

אנו מודים לד"ר כרמלי ממכון פילת ישראל ולצוותו על עבודתם המקצועית בביצוע המחקר ובכתיבת הדו"ח. צוות המחקר היה קשוב לנעשה בשטח וסייע בהבניית התוכנית ובזיהוי הגורמים שסייעו להשגת יעדי התוכנית או שעיקבו אותם.

תודה לחברי ועדת ההיגוי בראשותה של גב' ארלט מויאל, מנהלת אגף הרווחה בעיריית בני ברק; לגב' הדסה צוקר מרכזת התוכנית, שהוציאה במסירות ובמקצועיות מהכוח לפועל את עקרונות התוכנית הניסיונית; ולגב' דבורה חיה יוסף, שליוותה את התוכנית מטעם הקרן למפעלים מיוחדים.

תודה מיוחדת לאמהות ולבני זוגן שהשתתפו בתוכנית וששיתפו את החוקרים ואת חברי הוועדה בתהליך שאותו עברו.

אנו תקווה שממצאי המחקר יסייעו להטמעת המודל בבני ברק ובמקומות נוספים שבהם אמהות במצבים דומים.

שרית ביץ'-מוראי
מנהלת תחום מפעלים מיוחדים

תמצית

כללי

עיריית בני ברק יזמה את הפרויקט "אמהות למען אמהות" על מנת להביא לשיפור במצבן של אמהות תשושות. מטרת המפעל, כפי שנוסחו על ידי מתכנניו, התייחסו לשינויים תפקודיים, רגשיים וקוגניטיביים בקרב האמהות ובקרב בני זוגן. להשגת מטרת הפרויקט תוכננו בין השאר פעילויות אלה: מתן הדרכה אישית לאמהות במשך כל תקופת הפרויקט, השתתפות אמהות בנופש קבוצתי, שילוב אמהות בקבוצות הדרכה, מתן הנחיה קבוצתית לאבות. ההדרכה האישית ניתנה על ידי מדריכות שהיו דומות לאמהות.

המפעל "אמהות למען אמהות" החל בעיר בני ברק לקראת סוף שנת 1998. חלקו הראשון של המפעל הסתיים לקראת פסח בשנת 2000. בחלק זה השתתפו 27 אמהות שהודרכו על ידי 17 מדריכות. דו"ח הערכה לחלק זה של המפעל פורסם בשנת 2001 (כרמלי ואחרים), אמהות למען אמהות, המוסד לביטוח לאומי, מפעל מיוחד מס' 77). חלקו השני של המפעל החל בחודש נובמבר 2001 והסתיים בחודש דצמבר 2003. בחלק זה השתתפו 49 אמהות שהודרכו על ידי 22 מדריכות, חלק מהאמהות והמדריכות השתתפו גם בחלקו הראשון של המפעל.

מטרת המחקר להערכת חלקו השני של המפעל הייתה לתאר ולאפיין את מרכיבי התכנית ולהבין לעומק את תהליכי השינוי המתרחשים בקרב האמהות. הבנת תהליכי השינוי נועדה לאפשר זיהוי של גורמים שמסייעים ומעכבים את השגת יעדי המפעל. מחקר זה התבסס כולו על נתונים איכותניים שנאספו באמצעות ראיונות אישיים וראיונות קבוצתיים.

ממצאים עיקריים

גורמים המגדירים את תפקוד האם והמשפיעים עליו – נמצא שרמת תפקוד האם מושפעת לחיוב ולשלילה משורה ארוכה של גורמים הקשורים לאם עצמה (כמו יכולות קוגניטיביות, מצב בריאותי, מאפיינים רגשיים ואישיותיים, רמת דתיות, יחסים עם הבעל, יחס לפרויקט ויחסים עם המדריכה) ומגורמים מחוץ לאם (כמו מצב סוציו-אקונומי, מצב בריאותי של בני המשפחה, רמת תפקוד הילדים, רמת הסיוע של גורמי רווחה בקהילה, סביבה חברתית ומשפחתית, מאפייני הבעל ורמת תפקודו, המדריכה ומאפייניה).

ההתערבות – זוהו שישה סוגי התערבות – כלומר, שישה דפוסים שונים של הדרכה וסיוע שהמדריכות נתנו לאמהות: 1. עזרה ביתית והקניית מיומנויות של עקרת בית, 2. חיזוק כישורים קוגניטיביים שיסייעו לניהול הבית (כמו יכולת ארגון, תכנון, תיעדוף, קבלת החלטות), 3. טיפול בילדים והקניית מיומנויות הוריות, 4. תמיכה חברתית, 5. חיזוק הערכה עצמית ומיצוי עצמי, 6. יצירה וחיזוק הקשר עם גורמי רווחה בקהילה.

דפוסי התפתחות – דפוסי השינוי בתפקוד האמהות והאבות נותחו ותוארו על פי עקרונות הלמידה במונחים התפתחותיים. ניתוח זה נעשה בנפרד עבור חמישה תחומי תפקוד מרכזיים: 1. מיומנויות של עקרת הבית, 2. דפוסי פעילות של האם, 3. מיומנויות הוריות, 4. הקשר בין האם למדריכה, 5. יחס הבעל לפרויקט.

משמעויות המחקר בתחום ההדרכה

דפוסי הלמידה של האמהות במהלך התכנית נותחו במחקר זה בראיה התפתחותית ועל פי העקרון של הירארכיה בלמידה. מראיה התפתחותית זו, ניתן להפיק לקחים מעניינים שיכולים לסייע בתהליך הכשרת המדריכות ובהדרכת האמהות. לקחים אלה מאפשרים ראייה מחודשת ומתוחכמת יותר של היבטים שונים של הדרכה, כגון: תכנון הדרכה, התמקדות בתכנים אופייניים לשלב למידה, הימנעות מעיסוק בתכנים לא אופייניים לשלב למידה, תיאום ציפיות, "מבחני סיום שלב", "מבחני חזרה", וניהול טעויות.

לקראת תכנית התערבות חדשה

מוצגת קונספציה חדשה ומורכבת יותר לבניית מפעל "מסוג אמהות למען אמהות". התכנית המוצעת נועדה לסייע למכלול רחב של משפחות, מן הסוג שנטלו חלק במפעל זה, תוך השקעה אופטימלית של משאבים.

התכנית החדשה המוצעת מתבססת על שלושה עקרונות:

1. אבחון בעיות האם ומשפחתה ובחירת אמהות שיכולות להפיק תועלת מירבית מן התכנית.
2. הגדרת חבילות סיוע דיפרנציאליות.
3. התאמת חבילת הסיוע לצרכי כל אם.

תוכן העניינים

עמוד	
1	רקע תיאורטי
6	מתכונת המפעל
9	מערך המחקר ומטרותיו
11	מבנה הדו"ח
13	ממצאים
13	תפקוד האם : הגדרת מושג ומיפוי הגורמים המשפיעים
24	ההתערבות
26	מיומנויות של עקרת בית
28	דפוסי פעילות של האם
32	מיומנויות הוריות
34	הקשר בין האם לבין המדריכה
39	יחס הבעל לפרויקט
44	משמעויות המחקר בתחום ההדרכה
46	לקראת תכנית התערבות חדשה
53	סיכום
57	מקורות
60	תקציר באנגלית

רקע תיאורטי

לתכנית "אמהות למען אמהות" היבטים תיאורטיים שונים, חלקם נסקרו בסקירת הספרות שנכללה בדו"ח למחקר ההערכה לתקופה הראשונה של התכנית (אמהות למען אמהות – כרמלי ואחרים 2001, דו"ח מס' 77 מינהל המחקר והתכנון – המוסד לביטוח לאומי), ואילו היבטים תיאורטיים אחרים נסקרים בפרק זה. סקירת הספרות במחקר הקודם התייחסה לשלושה היבטים: מצבן של האמהות, תופעת התשישות, מאפייניה והקשר שלה עם הדימוי העצמי; הכלים שבאמצעותם ניתן להתמודד עם מצבן של אמהות תשושות; סוגי עזרה. בסקירת הספרות שלהלן נתמקד בהיבט תיאורטי נוסף שהינו רלוונטי לממצאים המוצגים בדו"ח זה: תהליכי למידה, אופן מדידתם והערכתם. סקירת הספרות שלהלן עוסקת במודל קוגניטיבי המתאר תהליכי למידה בשלושה מישורים: המישור הקוגניטיבי של למידה, לימוד מיומנויות והיבטים רגשיים (אפקטיביים) של למידה. מודל זה יסייע בהבנת תהליכי למידה שאמורים להתרחש אצל האימהות.

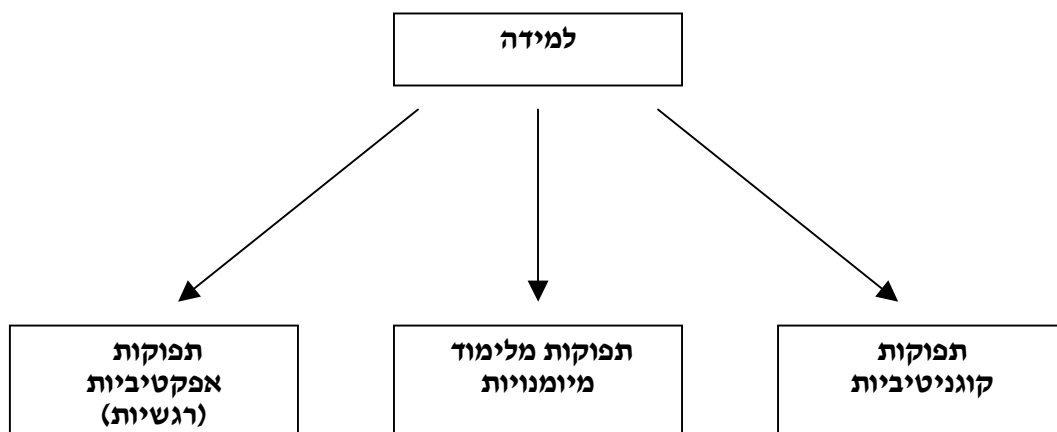
בשנות ה-90 של המאה העשרים פורסמו מספר עבודות חשובות בתחום הערכת הדרכה, שהמשותף ביניהן הוא השימוש במודלים קוגניטיביים של למידה כאמצעי למדידת השפעות ההדרכה.

(ראה: Kariger, Ford & Salas 1993; Ford & Kraiger, 1995;

1994; Scheper & Fabel. 1994; Daniels, Markoczy & Chernatory, 1994, וכן ראה סיכום המודלים אצל כרמלי, 1998).

Kariger, Ford & Salas (1993) מציגים מודל המבחין בין שלושה סוגי תפוקות של למידה, כמוצג בתרשים.

תרשים 1: מיון סוגי תפוקות הלמידה



להלן נגדיר כל אחד משלושת תחומי התפוקה הללו תוך מתן דוגמאות למדדי אפקטיביות שניתן לגזור בכל תחום.

תפוקות קוגניטיביות

תפוקות קוגניטיביות מתייחסות למשתנים הקשורים לכמות ולסוג הידע שנרכש וכן לקשרים ביניהם. על פי גישה זו, הלמידה הקוגניטיבית אינה מתייחסת רק למצב סטטי של ידע שנרכש בהדרכה, אלא עוסקת גם בתהליכים דינמיים של רכישת ידע, ארגון הידע ויישומו. לכן מדידה של כמות הידע שנרכש בהדרכה כפי שנעשה במודלים הקודמים של הערכת הדרכה, מתייחסת רק לחלק קטן ממושג למידה קוגניטיבית. מדידת כמות הידע שנרכש בהכשרה אינו מבטא בהכרח את איכות הידיעה של הלומד. החוקרים מציעים שלוש קטגוריות של מדדי ידע קוגניטיבי: ידע מילולי, ארגון הידע ואסטרטגיות קוגניטיביות ללמידה. גישה זו מניחה שקיים סדר היררכי בין שלוש הקטגוריות הללו, כלומר, החניך רוכש בהתחלה ידע מילולי, לאחר מכן הוא מסגל לעצמו כלים לארגון הידע בזכרון ורק לאחר מכן הוא מפתח אסטרטגיות קוגניטיביות יעילות לרכישת ידע חדש. בלוח הבא מוצגת רשימה של מדדים שניתן להעזר בהם למדידת ההיבטים השונים של התפוקות הקוגניטיביות של למידה.

לוח מס' 1: מדדי אפקטיביות למידה: תפוקות קוגניטיביות

מרכיבי הלמידה	מדדים
1. ידע מילולי	- "כמות" הידע
- ידע על "מה"	- "דיוק" שיחזור הידע
- ידע על "איך"	שני סוגי מדדים אלה ניתנים להפקה בשני מצבי מבחן:
- ידע על "איזה, מתי, למה"	- מבחן "מהירות" – כמות פריטים נכונים בזמן נתון. (בודק את מהירות שליפת המידע מזיכרון)
	- מבחן "עצמה" – כמות פריטים נכונים בזמן בלתי מוגבל. (בודק את דיוק איחסון המידע בזכרון)
2. ארגון הידע	- הערכת הדמיון או מידת הקירבה בין מושגים בתחום נתון.
- המושג "מודל מנטלי" מבטא את האופן בו אנשים מארגנים את הידע בזיכרון.	
3. אסטרטגיות קוגניטיביות	- יכולת תכנון והצבת יעדים.
- פיתוח ויישום של אסטרטגיות קוגניטיביות של למידה.	- יכולת לשנות יעדים לאור נתונים חדשים.
- מודעות עצמית לידע קיים ויכולת להשתמש בידע זה.	- הבנת הקשר בין דרישות תפקיד לבין היכולת להתמודד עימן.
	- יכולת לאבחון רמת קושי של בעיה חדשה.
	- יכולת לאמוד את היקף הזמן והמשאבים הדרושים לפתרון בעיה.
	- יכולת להפסיק בזמן אסטרטגיה שגויה לפתרון בעיה.
	- יכולת לאבחן את הרמה העצמית של הבנת הנקרא.
	- יכולת לאבחן טעויות שלו עצמו.
	- יכולת להבין את משמעות הכישלון במשימה והצעדים שיש לנקוט לאחר מכן.

להלן מספר הערות לגבי המדדים שהוצגו בלוח שלעיל.

1. **ידע מילולי:** בלוח מוצגים מספר רב מאוד של מדדים שניתן להפיק מן המכפלה: סוגי ידע מילולי (ידע על "מה", ידע על "איך", ידע על "איזה", "מתי" ו"למה") X מדדי "כמות" ידע ו"דיוק שחזור" X מצבי מבחן ("מהירות" ו"עוצמה"). יש להתאים את השימוש בכל סוג מדד לחומר הנלמד ולמטרות הערכה. חשוב לציין כי מדדי הידע המילולי הם בעלי ערך בעיקר בשלבים הראשוניים של הלמידה – לפני שחלק מן המודרכים מגיעים לרמות שליטה סופיות בחומר. בשלבים הראשוניים אלה ניתן למצוא הבחנות טובות בין המודרכים וכן ניתן להעזר במידע זה על מנת לאתר את התחומים שבהם יש צורך בתרגול נוסף.
2. **ארגון הידע:** מדדי ארגון ידע חשובים למדידת אפקטיביות ההדרכה בשלב שלאחר הלמידה הראשונית של החומר. מחקרים המשווים בין ידע של "מומחים" בתחום מסויים ולבין ידע של "מתלמדים" מגלים שישנם הבדלים בארגון הידע של חברי שתי הקבוצות. הבדלים אלה מתבטאים במדדי קירבה או דמיון בין מושגים שונים באותו תחום. למשל "מומחים" בהשוואה ל"מתלמדים" רואים הרבה יותר קשר ודמיון בין מרכיבי ידע שקשורים ל"הגדרת בעיה" לבין מרכיבי ידע שקשורים ב"פתרון בעיה". מומחים מאחסנים את מרכיבי הידע הקשורים ל"הגדרת הבעיה" ול"פתרון הבעיה" ב"תאי זיכרון" קרובים הקשורים זה לזה. לכן המעבר מהגדרת בעיה לפתרון בעיה הינו מהיר יותר בקרב מומחים. לעומתם מתלמדים אינם בהכרח מקשרים בין מרכיבי הבעיה ופתרונה.
3. **אסטרטגיות קוגניטיביות:** מדדים המבטאים את רמת התייחסות של אסטרטגיות קוגניטיביות של תלמידים, הופקו ברובם במחקרים ניסויים המשווים בין "מומחים" ל"מתלמדים". בניסויים אלה נמצא שרמת ההישגים של מומחים גבוהה מזו של מתלמדים בכל אחד מן המדדים המופיעים בלוח.

תפוקות מלימוד מיומנויות

הקבוצה השניה של תפוקות הלמידה מתייחסת לפיתוח מיומנויות טכניות או מוטוריות כמו נהיגה, הדפסה במעבד תמלילים, עבודות מלצרות, שירה, נגינה וכן עבודות בית שונות כמו בישול, כביסה וטיטוא. גם לגבי לימוד מיומנויות, כמו במקרה של למידה קוגניטיבית, מוצעים שלושה שלבים הירארכיים שונים המבחינים בין רמות שונות של לימוד מיומנויות:

- רכישה של מיומנויות בסיסיות;
- קומפילציה;
- אוטומטיות.

רכישת מיומנויות בסיסיות מתבטאת במעבר "מידע מילולי ותיאורטי" ל"ידע סדרתי-ביצועי". "קומפילציה" מתרחשת לאחר תרגול מתמשך של המיומנות, לאחר שהחניך כבר הגיע לרמה הנדרשת בביצוע מיומנות בסיסית. הביצועים בשלב זה מאופיינים על ידי מהירות רבה יותר, פחות שגיאות וצירוף מספר שלבים בשלב ביצועי אחד. בשלב "האוטומטיות" החניך מסוגל לבצע שתי משימות במקביל. כלומר, אופן ביצוע של מטלה א' אינו מושפע או מושפע פחות מגירוים חיצוניים או מביצוע בו זמני של מטלה נוספת. למשל, נהג מנוסה מסוגל בזמן נהיגה לשוחח ולהגיב לשינויים בכביש מבלי שרמת הנהיגה נפגמת.

בלוח הבא ניתן לראות דוגמאות למדדים המבטאים את איכות לימוד המיומנויות הטכניות והמוטוריות.

לוח מס' 2: מדדי אפקטיביות למידה: מיומנויות טכניות ומוטוריות

מרכיבי הלמידה	מדדים
1. מיומנויות בסיסיות	- מהירות ביצוע - מספר שגיאות
2. קומפליציה	- מהירות ביצוע - מספר שגיאות - עצירת קצב השיפור בביצועים (מהירות ביצוע ומספר שגיאות) לאחר הגעה לרמה מקסימלית. - יכולת לערוך שינויים בסדר ביצוע מטלות-מישנה או השמטת מטלות-מישנה מיותרות. - יכולת להכליל התנהגויות שנלמדו במצב אחד למצבים חדשים תוך ביצוע התאמות נדרשות.
3. אוטומטיות	- יכולת לבצע שתי משימות במקביל מבלי שרמת ביצוע המשימה העיקרית נפגמת. - יכולת לבצע משימות תוך הפרעות חיצוניות מבלי שרמת הביצוע נפגמת.

תפוקות אפקטיביות

המודל של Kariger ואחרים, מתייחס לשינויים אפקטיביים (ריגשיים) החלים בחניך במהלך הלמידה, כקטגוריה שלישית של למידה המתווספת ללמידה קוגניטיבית ולימוד מיומנויות. למידה אפקטיבית מוגדרת כקטגוריה רחבה שכוללת למעשה כל למידה שאינה קוגניטיבית ואינה מכנית או מוטורית. התפוקות האפקטיביות של למידה מתייחסות לשינויים בעמדות, במוטיבציה או בערכים. בחלק מן המקרים שינויים בעמדות או במוטיבציות של החניך יכולים להיות המטרה הסופית של תכנית ההכשרה. למשל, מנהלים המשתתפים בסדנה ניהולית לומדים כיצד יש להציב יעדים ולגבש תכנית אסטרטגית. שליטה במיומנויות אלה (הצבת יעדים וגיבוש תכנית אסטרטגית) נחשבת כמובן, כהצלחה של הסדנה. אך בנוסף לזה מארגני הסדנה ירצו בוודאי שהמנהלים ישתכנעו שהצבת היעדים חשובה להם, ושיפתחו רמה גבוהה של מחויבות לפרוצדורות שנלמדו בסדנה. במקרים אחרים שינויים במימדים אפקטיביים יכולים להיות תוצאות לוואי חיוביות של הכשרה כגון: הגברת מחויבות ארגונית, שיפור יחסים בין אישיים בתוך קבוצת הלימוד, הגברת המודעות להתעדכנות בתחום המקצועי וכד'. בלוח הבא ניתן לראות רשימה של אינדקטורים היכולים לבטא למידה בתחום האפקטיבי כתוצאה מהשתתפות בתכנית ההכשרה.

לוח מס' 3: מדדי אפקטיביות למידה: תפוקות אפקטיביות

מרכיבי הלמידה	מדדים
1. עמדות ואמונות	- מחויבות ארגונית
2. מוטיבציה	- מחויבות ללמידה - הגברת החשק לפעול ולעשות - שיפור במצב רוח
3. ערכים	- נורמות קבוצתיות - יחסים בין אישיים - מודעות לחשיבותם של יעדים ארגוניים - מודעות עצמית - אמונה ביכולת עצמית (חוללות עצמית) - שאיפה להצבת יעדים אישיים גבוהים

המודל שהוצג לעיל מאפשר ניתוח דפוסי למידה של האמהות בפרויקט זה בשלושה מישורים:

- המישור הקוגניטיבי – מה האמהות לומדות במסגרת הדרכה, כיצד מתרחשת הלמידה, אילו דברים נלמדים בשלבים ראשוניים של הדרכה ואילו דברים קשים יותר ללמידה ודורשים זמן רב יותר.

- מיומנויות טכניות ומוטוריות – אילו מיומנויות רוכשות האימהות במסגרת ההדרכה, באיזה אופן ובאיזה קצב.

- למידה אפקטיבית – אילו שינויים חלים באמהות בתחום הרגשי, כיצד משתנה היחס שלהן כלפי המדריכה וההדרכה, האם וכיצד מתחוללים שינויים בתפיסה העצמית.

המיוחד במודל זה הוא שהלמידה בכל שלושת המישורים נתפסת כתהליך התפתחותי-הירארכי. כלומר, בכל תחום תחילה נלמדים מושגים ומיומנויות פשוטים ובסיסיים ועם הזמן מתרחש שינוי איכותי ברמת הלמידה.

מחקר ההערכה המוצג בדו"ח זה נערך בהשראת המודל שהוצג לעיל. במחקר זה נעשה ניסיון להגדיר את "הירארכיית הלמידה" בתחומים שונים בהם המדריכות ניסו לשנות את דפוסי הפעילות של האמהות.

מתכונת המפעל

כללי

בעיר בני ברק מתגוררות משפחות רבות בצביון חרדי שהן ברוכות ילדים. ראש המשפחה לומד לרוב בכולל, או מתפרנס מעבודות לא מקצועיות בעלות הכנסה נמוכה. רוב המשפחות גרות בתנאי צפיפות קשים: 3-4 חדרים למשפחות בעלות 6-10 ילדים או יותר; גם הריהוט והציוד הביתי דל ביותר.

האמהות מאופיינות בלידות תכופות ומהתמודדות עם תנאים פיסיים קשים. בתנאים אלו, במידה וקיים אלמנט של בעייתיות כלשהי אצל אחד מבני המשפחה, או במצבי משבר, האיזון העדין מופר לגמרי, והמשפחה נכנסת למעגל של חוסר תפקוד. במקרים אלה האם סובלת בעיקר מתופעות של תשישות ודימוי עצמי נמוך.

מצב התשישות מתבטא בעייפות כרונית של האם הגורמת לחוסר תפקוד כללי במשק הבית. כתוצאה מכך לא נעשות הפעולות השגרתיות היומיומיות ההכרחיות לניהול משק הבית ולגידול הילדים. בין תחומי תפקוד שעלולים להיפגע ניתן למנות: ניקיון הבית, סידורו וארגונו, הכנה והגשת ארוחות מסודרות ומאוזנות, הכנת הילדים בבוקר ליציאתם למוסדות חינוך בצורה הולמת ובזמן, קבלתם בשעות הצהריים ומעקב אחר הכנת שיעורי הבית, נקיון הילדים בגוף ובלבוש והיענות לצרכיהם הרגשיים של הילדים. דימוי עצמי נמוך מתבטא בהזנחה פיזית, דיכאון, ראייה פסימית של החיים, חוסר מוטיבציה כללית וחוסר אמון ביכולתה לשנות דברים.

מטרות המפעל

עיריית בני ברק יזמה את הפרויקט "אמהות למען אמהות" על מנת להביא לשיפור במצבן של אמהות תשושות. מטרות המפעל, כפי שנוסחו על ידי מתכנניו, התייחסו לשינויים תפקודיים, רגשיים וקוגניטיביים בקרב האמהות ובקרב בני זוגן.

אמהות:

להביא אמהות תשושות ליכולת תפקודית תקינה, העלאת הדימוי העצמי והתארגנות המערכת המשפחתית וטיפול נכון ויעיל בילדים. כמו כן להביאן לשימוש נכון ויעיל בשרותי הקהילה הקיימים כגון בריאות, חינוך, טיפול מיוחד, שיקום וכד'.

אבות:

שיפור הזוגיות, הגברת המעורבות של האב בנעשה בבית, חלוקת תפקידים מוגדרת במשפחה ותמיכה באישה בתהליך היציאה ממעגל התשישות.

להשגת מטרות הפרויקט תוכננו פעילויות בקרב האמהות התשושות ובני זוגן. בין פעילויות אלה: גיוס מדריכות למתן הדרכה אישית לאמהות במשך כל תקופת הפרויקט, השתתפות אמהות בנופש קבוצתי, שילוב אמהות בקבוצות הדרכה, מתן הנחיה קבוצתית לבני הזוג. ההדרכה האישית ניתנה על ידי מדריכות שהיו דומות לאמהות במספר מדדים: מספר ילדים, עיר מגורים, רקע תרבותי ובמידה לא מעטה גם ברקע הסוציו-אקונומי. המדריכות נועדו לשמש בין השאר כ"מודל לחיקוי" לאמהות התשושות.

הדמיון בין האמהות לבין המדריכות מבחינת הרקע התרבותי-תרבותי (כולן מן המגזר החרדי) נועד להקל על יצירת קשר אישי טוב בין הצדדים. יש לציין שבלא מעט מקרים אמהות מן המגזר החרדי מתקשות להפתח בפני עובדות סוציאליות או בפני גורמי קהילה אחרים שאינם מן המגזר החרדי.

במהלך התכנית המדריכות קיבלו הנחיות מעובדת סוציאלית מנוסה מעיריית בני ברק.

בעיריית בני ברק הופעלו בעבר מספר כלים למתן סיוע למשפחות במצוקה, ביניהם: הפניית ילדים לפנימייה, הקצאת חונך לילדים ומתן סיוע על ידי "סומכות". פרויקט ה"סומכות" הוא הקרוב ביותר לפרויקט "אמהות למען אמהות". אך לפרויקט "אמהות למען אמהות" שלושה מאפיינים ייחודיים שלא נכללו בפרויקטים קודמים:

- א. פרויקט זה כלל רכיבים נוספים מלבד סיוע המדריכה: הנחיות קבוצתיות לאמהות, נופש קבוצתי והנחיה לבני זוג. רכיבים אלה נועדו לתת מענה מקיף לבעיות המשפחה.
- ב. המדריכות קיבלו הנחיה והדרכה שוטפות במהלך עבודתן עם האמהות.
- ג. לפרויקט זה נבחרו משפחות שבעבר תיפקדו בצורה סבירה, ובמשך הזמן נקלעו למצוקה עקב הגידול במשפחה ובעיות כלכליות. אי לכך ניתן היה לצפות שיוכלו להיחלץ ממצוקתן על ידי הסיוע שניתן בפרויקט.

בשני הפרויקטים ("אמהות למען אמהות" ו"סומכות") המאפיינים של נותני הסיוע היו דומים (אמהות ברוכות ילדים, תושבות העיר שבאו מרקע תרבותי דומה לאמהות במצוקה).

המפעל "אמהות למען אמהות" החל בעיר בני ברק לקראת סוף שנת 1998. חלקו הראשון של המפעל הסתיים לקראת פסח בשנת 2000. בחלק זה השתתפו 27 אמהות שהודרכו על ידי 17 מדריכות. דו"ח הערכה לחלק זה של המפעל פורסם בשנת 2001 (כרמלי ואחרים, אמהות למען אמהות – המוסד לביטוח לאומי, מפעל מיוחד מס' 77).

חלקו השני של המפעל החל בחודש נובמבר 2001 והסתיים בחודש דצמבר 2003. בחלק זה השתתפו 49 אמהות (מהן 9 אמהות "ותיקות" שהשתתפו גם בחלקו הראשון של המפעל ו-40 אימהות שהצטרפו לחלקו השני של המפעל), שהודרכו על ידי 22 מדריכות, שחלקן הדריכו גם בחלקו הראשון של המפעל. אמות המידה והשיטות לאיתור האמהות והמדריכות היו דומות לאלו שבחלקו הראשון של המפעל כמתואר בדו"ח ההערכה הקודם.

גם תכנית הפעילות בשני חלקי המפעל הייתה דומה במהותה, וכללה הדרכה פרטנית עם האם, קורס הנחיית הורים, ימי נופש וסדנא לבעלים. בחלקו השני של המפעל, היקף ההדרכה לאימהות הותיקות היה מצומצם במקצת מההדרכה שניתנה לאמהות החדשות כמפורט להלן:

אמהות ותיקות:

ההדרכה לאמהות ותיקות כללה:

1. 3 שעות שבועיות של הדרכה פרטנית
2. קורס של הנחיית הורים ביחד עם המדריכות בהיקף של 6 שעות שבועיות הנמשך שנה.
3. ימי נופש

אמהות חדשות:

ההדרכה לאמהות חדשות כללה:

1. הדרכה אישית בהיקף של 6 ש"ש בשנה הראשונה, ו- 3 ש"ש לאחר מכן.
2. הנחיית הורים: הפעילות הקבוצתית יחד עם המדריכות.
3. ימי נופש – ביחד עם קבוצת הותיקות.

הבעלים:

קבוצה בהנחיית רב, בהיקף של 3 שעות שבועיות במשך שנה.

מעריך המחקר ומטרותיו

חלקו השני של המפעל אמהות למען אמהות לווה במחקר הערכה בכל שלביו.

מטרת המחקר

מטרת המחקר הייתה לתאר ולאפיין את מרכיבי התכנית ולהבין לעומק את תהליכי השינוי המתרחשים בקרב האמהות. הבנת תהליכי השינוי נועדה לאפשר זיהוי של גורמים שמסייעים ומעכבים את השגת יעדי המפעלים.

יעדי מחקר אלה משלימים את מטרות המחקר הקודם שנועד לתאר את שלבי התכנית ולמדוד בכלים כמותיים את היקף השינוי שחל בדפוסי ההתנהגות ובעמדות האמהות.

שיטת המחקר

מחקר זה התבסס כולו על נתונים איכותניים שנאספו באמצעות ראיונות אישיים וראיונות קבוצתיים כמפורט להלן.

האמהות

נבחרו באקראי מדגם של 14 אמהות (מתוכן 10 חדשות ו-4 ותיקות) שכל אחת מהן רואינה שלוש פעמים. הראיונות התקיימו בביתן של האמהות על פי תאום מראש, במועדים הבאים: כעבור חודשיים מתחילת המפעל, כעבור 8 חודשים וכעבור 16 חודשים.

במסגרת כל ראיון, שנמשך שעה עד שעתיים, התמקדה המראיינת בשתי סוגיות עיקריות: התשומות והתפוקות.

תשומות: האם התבקשה להתייחס לרכיבים השונים של ההדרכה וההנחיה שהיא קיבלה: הדרכה אישית שבועית, מפגשי הנחיית הורים, סדנאות לבעל וימי נופש. האם תתבקש לתאר כל סוג סיוע, מה היא עשתה במסגרת הפעילות וכיצד היא תופסת אותו.

תפוקות: לאחר תאור והערכת רכיבי התשומה, התבקשה האם להתייחס ל"תפוקות" השונות: שינויים בהרגשה, מיומנויות שנרכשו, שינויים בתודעה ומודעות לנושאים השונים, נסיונות ליישם את הנלמד, ההצלחות והכשלונות וסיבותיהם, השפעת השינויים שחלו באם עצמה על אופן ניהול הבית (השפעות על האווירה בבית, על התנהגות הילדים, על היחסים עם הבעל וכד').

המדריכות

במקביל לראיונות שהתקיימו עם האמהות, התקיימו ראיונות עומק פתוחים עם 5 מדריכות. כל מדריכה רואינה שלוש פעמים במהלך המפעל (חודשיים, 8 חודשים ו-16 חודשים מתחילת הפעילות).

במסגרת כל ראיון נתבקשה המדריכה להתייחס לסוגיית התשומות והתפוקות, כפי שהיא רואה אותן. מדריכות העובדות עם שתי אמהות התבקשו להתייחס בנפרד לכל אם.

ראיונות קבוצתיים לסיכום הפעילות – אמהות ומדריכות

בסיום התוכנית נערכו שני ראיונות קבוצתיים: בקבוצה הראשונה השתתפו 26 אמהות ובקבוצה השנייה השתתפו 14 מדריכות. במסגרת הקבוצות התבקשו האמהות והמדריכות להתייחס לרכיבים השונים של התכנית ולהעריכם.

הבעלים

נערך ראיון קבוצתי אחד עם הבעלים ובו השתתפו 12 איש.

מבנה הדו"ח

מטרת דו"ח זה היא לסייע בהבנה מעמיקה יותר של התהליכים ההתפתחותיים האמורים לחול באם כתוצאה מההדרכה – מעבר ממצב של תשישות נפשית וגופנית למצב של פעילות תקינה.

ממצאי ההערכה מוצגים בתשעה פרקים. שני הפרקים הראשונים של הדו"ח עוסקים בהגדרת מושגי יסוד. (הפרק הראשון מוקדש להגדרת המושג "תפקוד האם" ולזיהוי הגורמים שעשויים להשפיע על תפקוד האם, הפרק השני עוסק בהגדרת סוגי סיוע הניתנים על ידי המדריכה).

חמשת הפרקים האמצעים של הדו"ח מתארים את דפוסי ההתפתחות של תפקוד האם, הבעל והמדריכה בתחומים שונים: מיומנויות של עקרת הבית, דפוסי פעילות, מיומנויות הוריות, הקשר עם המדריכה ויחס הבעל לפרויקט. בפרקים אלה רמת התפקוד בכל תחום מנותחת ומתוארת על פי עקרונות של למידה כפי שנסקרו בסקירת הספרות. בניתוחים אלה התייחסנו ללמידה כאל תהליך התפתחותי. בכל תחום מתוארים שלבי למידה שונים – כלומר מתואר מה הם הדברים שנלמדים בהתחלה ואילו פעילויות נרכשות בשלבים מתקדמים יותר.

שני הפרקים האחרונים הם פרקים מסכמים. הפרק הלפני אחרון עוסק בלקחים של המחקר הרלוונטיים לתהליך הלמידה ובפרק האחרון מוצגים העקרונות לבניית מערכת התערבות חלופית כדי לסייע לאמהות. בנוסף על כך בסוף הדו"ח מופיע פרק סיכום. להלן תיאור מפורט יותר של כל פרק.

1. תפקוד האם: הגדרה וגורמים משפיעים

הפרק הראשון עוסק במושג "תפקוד האם". תפקוד האם מוגדר כיכולתה של האם להביא לידי ביטוי מיומנויות שונות הנדרשות מעקרת בית (כמו בישול, כביסה, סידור ארונות) ומיומנויות הוריות. היכולת לבטא מיומנויות אלה, מושפעת משורה של גורמים כמו אישיותה של האם, הרקע החברתי שלה, מאפייני בעלה ויחסיה עמו, המדריכה והיחסים הנוצרים בין האם למדריכה וכד'. בפרק זה נסקרים המשתנים המגדירים את תפקוד האם ומכלול הגורמים המשפיעים עליו – הן לשלילה והן לחיוב.

2. ההתערבות

הפרק השני של הדו"ח עוסק במושג "התערבות המדריכה" ובוחן כיצד ההתערבות של המדריכה עשויה לשפר את תפקוד האם. פרק זה כולל סקירה תמציתית של סוגי ההתערבויות, או סוגי הסיוע הניתנים על-ידי המדריכות.

3. מיומנויות בסיסיות

הפרק השלישי עוסק במיומנויות בסיסיות של עקרת בית. על סמך ניתוח הראיונות עם האמהות והמדריכות, זוהו המרכיבים בהתנהגות האם בתחום מיומנויות בסיסיות בניהול משק הבית, שהיה קל יותר לשנותם והמרכיבים שהיו קשים יותר לשינוי. הפרק כולל תיאור של דפוסי השינוי במיומנויות אלה על פי מודל התפתחותי-הירארכי.

4. דפוסי הפעילות לאורך ההדרכה

הפרק הרביעי עוסק בדפוסי פעילות שהאם לומדת לאורך ההדרכה. דפוסי הפעילות מוגדרים על פי שלושה ממדים: מידת מורכבות המשימות, מידת גיוון המשימות ויכולת האם ליישם את הנלמד ללא סיוע או נוכחות המדריכה. בפרק זה מוצגים דפוסי הפעילות בסיווגם לשש רמות הירארכיות – ככל שדפוסי הפעילות גבוהים יותר בהירארכיה, כך הם עונים במידה רבה יותר על מטרות הפרויקט.

5. מיומנויות הוריות

הפרק החמישי דומה לפרק שלוש, אך עוסק במיומנויות הוריות.

6. דפוסי התפתחות הקשר בין האם לבין המדריכה

הפרק השישי עוסק בהתפתחות הקשר הבינאישי בין האם למדריכה. הצלחת ההדרכה הניתנת לאמהות מותנית במידה לא מבוטלת באופי הקשרים הנוצרים בין האם לבין המדריכה. מתוך הכרת חשיבותו של נושא זה, הפרויקט שם דגש מיוחד על איתור המדריכות והכשרתן על מנת לעודד יצירת קשר חיובי בין הצדדים. הדרכת האמהות מתפרשת על פני תקופה ארוכה ולאור זאת, יש לראות את דפוסי הקשר בין האם לבין המדריכה כתהליך התפתחותי. בפרק זה יוצג מודל לתיאור דפוסי התפתחות הקשר בין האם למדריכה לאורך תקופת ההדרכה. מודל זה מגדיר את דפוסי הקשר על-פי שלושה משתנים – אופן תפיסת המדריכה, רמת הפתיחות של האם ומסגרת המפגשים. מתוארות שלוש רמות התפתחותיות-הירארכיות של קשר בינאישי ולאחר מכן מוצגת תמונת המצב אצל האמהות.

7. יחס הבעל לפרויקט

הפרק השביעי של הדו"ח עוסק בנושא יחס הבעל לפרויקט. נושא זה הינו חשוב משום ששיתוף פעולה מצד הבעל הוא משתנה שעשוי לתרום להצלחת הפרויקט. בפרק זה יוצג מודל המסווג את יחס הבעל כלפי הפרויקט לארבע רמות – עוין ושלילי, אדיש, חיובי-פאסיבי וחיובי-אקטיבי. בכל רמה יחס הבעל מוגדר באמצעות ארבעה ממדים – יחס למדריכה, תמיכה באם וחיזוקה, עזרה בבית והשתתפות בסדנא לאבות.

8. משמעויות המחקר בתחום ההדרכה

במחקר זה נעשה נסיון לנתח את תהליכי השינוי בהתנהגויות האמהות על פי עקרונות של מודל הירארכי של למידה. בפרק זה מוצגים הלקחים של הניתוח לגבי הדרכת האמהות.

9. עקרונות לבניית תכנית התערבות חדשה

הפרויקט "אמהות למען אמהות" על שני חלקיו, היה מבוסס על מודל אחיד של סיוע לכל האמהות. בפרק האחרון מוצגים עקרונות לבניית תכנית התערבות חדשה. עקרונות אלה מבוססים על טיפולוגיה של סוגי בעיות של אמהות, סוגי סיוע הניתנים להן ומודל להתאמה דיפרנציאלית בין סוג הבעיה וסוג הסיוע.

ממצאים

תפקוד האם: הגדרת המושג ומיפוי הגורמים המשפיעים

פרויקט "אמהות למען אמהות" נועד לחולל שינוי בתפקוד האם. לפני שנציג (בפרקים האמצעים של הדו"ח) את דפוסי השינוי בממדי תפקוד שונים, נגדיר בפרק זה את המושג "תפקוד האם" וכן נציג רשימה של גורמים שעשויים להשפיע לחיוב ולשלילה על תפקוד האם. המיפוי של המשתנים הללו מבוסס על ניתוח של חומר הראיונות עם אמהות ומדריכות. מכלול המשתנים, מוצגים להלן, בחלוקה לשתי קבוצות עיקריות – גורמים הקשורים לאם (כמו המיומנויות שלה, יכולות קוגניטיביות, מאפיינים רגשיים וכד') וגורמים מחוץ לאם (כמו מצב סוציו-אקונומי, רמת תפקוד הילדים, הבעל וכד').

גורמים הקשורים לאם

מיומנויות ניהול בית

האמהות שהשתתפו בפרויקט זה רובן ככולן היו נעדרות מיומנויות בסיסיות של ניהול בית. למעשה, היעד העיקרי של הפרויקט היה להקנות להן מיומנויות אלה. להלן נסקור את סוגי המיומנויות שהיו חסרות לאמהות.

א. מיומנויות בסיסיות של עקרת בית

כתוצאה מחוסר ידע וחוסר ניסיון, קיים קושי בביצוע משימות של ניהול משק בית, כגון: בישול מהיר, בישול סדיר בכל ימות השבוע, אפייה, סידור ופינוי שולחן, כביסה, גיהוץ מהיר, מיון בגדים, אחסון בגדים בארון שיהיה קל למצאם, תפירה ותיקון בגדים, ארגון הבית.

ב. ניצול לא ראוי של כסף

- העדר מיומנויות קנייה "נבונה" של מוצרים; העדפת מוצרים פחות שימושיים על פני מוצרים חיוניים יותר, חוסר ידע/מודעות לגביי איך לחסוך בכסף.

ג. מיומנויות הוריות

- חוסר יכולת או קושי בהשמת גבולות על התנהגות הילדים.
- הפעלת הילדים והאצלת סמכויות: קושי לרתום את הילדים לעזרה בנטל הבית, חלוקת תפקידים מתאימה לכל ילד, מציאת עיסוקים והפעלות לילדים.
- מעורבות בחיי הילדים: חוסר מעורבות במסגרות החינוכיות של הילדים, חוסר סבלנות לעזור להם בשיעורי בית.
- ניהול קונפליקטים: קושי לפתור קונפליקטים בין הילדים לבין עצמם ובינם לבין האם.
- קשר רגשי: קושי ביצירת קשר רגשי עם הילדים, קושי בהענקת חום, אהבה, תמיכה וחיזוק לילדים.

ד. מיומנויות יצירת קשר עם גורמי רווחה/ממסד

חוסר ידע כיצד לפנות לגורמי רווחה או גורמים ממסדיים כדי להיעזר בהם, כיצד לבקש עזרה. הדבר נובע גם מחוסר מוטיבציה עקב הביורוקרטיה הצפויה ואכזבות מנסיונות קודמים.

דפוסי התנהגות

אובחנו מספר דפוסי התנהגות בקרב חלק מן האמהות, המכבידים על תפקודן. דפוסים אלה עלולים להשפיע לרעה על הצלחת הפרויקט. ברור מאילו שאחת ממטרות הפרויקט היא ללמד את האם דפוסי התנהגות אדפטיביים יותר, אך הקלות שבה מושג הדבר תלויה במידת החומרה של דפוס ההתנהגות הראשוני. להלן שני דפוסי התנהגות שכיחים בעלי השפעה שלילית על הצלחת הפרויקט:

א. התנהלות איטית ומסורבלת

אמהות ש"זזות" לאט ו"מתמרחות" עם העבודות. הדבר יכול לנבוע משתי סיבות עיקריות:

- התנהגות איטית אינהרנטית שמקורה בחוסר אירגון, חוסר מיקוד ופיזור-דעת.
- התעסקות רבה מדי/כפייתית בדברים אחרים, כמו:
דיבור בטלפון: אם שמרבה לדבר בטלפון ואז לא מתמקדת בבית.
- עיסוק יתר בדת*: אם שמאריכה יתר על המידה בתפילה ובקריאת תהילים, אם שבגלל שלא סיימה להתפלל אינה הולכת למפגש הנחיית ההורים.
- עיסוק מתמשך מדי בפעולה אחת*: למשל, עיסוק מתמשך בכביסה, משיכת זמן רב מדי בהנקת התינוק, הקדשת תשומת לב רבה מדי לתינוק, מרוב בלגן האם עסוקה רק בלסדר את הבית ולא מתפנה למשימות אחרות.

ב. סגנון התמודדות נמנע ופסיבי

- נוכח המשימות היומיומיות והקשיים בהם נתקלות האמהות, ישנן כאלה שבחורות בהתנתקות ובבריחה מהמציאות כשיטת התמודדות. לעתים הדבר מלווה בסגירות מנטלית ונטייה לרוחניות-יתר.
- *התנתקות על-ידי שינה*: כתוצאה מדיכודן האם נכנסת למיטה ומתנתקת. אל מול העבודה הרבה המחכה לה בבית, היא מעדיפה לא להתחיל בכלל כך שלפעמים היא לא קמה מהמיטה בבוקר, והדבר עלול לגרום לכך שגם הילדים לא קמים.
 - *פיתוח דפוסי תלות באדם אחר* - אם מישהו אחר (כמו בעלה או המדריכה) לא ממריץ אותה היא לא קמה ולא לוקחת יוזמה לעשות דברים; דברים שקשה לה להתמודד איתם היא מבקשת שהמדריכה תעשה אותם.
 - *פיתוח מנגוני תירוצים כדי להתחמק ממטלות* - האם מתרצת את חוסר המעש שלה ואת עצלנותה באמצעות אמתלות שונות, למשל: כאשר האם לבד קשה לה לבצע מטלות בעצמה (מסובך מדי, כבד מדי); היא יודעת שכשהיא לבד זה ייקח הרבה זמן לכן מראש היא לא מתחילה.

יכולות קוגניטיביות

מאפיינים קוגניטיביים שונים של האם יכולים להשפיע לחיוב ולשלילה על תפקוד האם.

כישורים קוגניטיביים שיש לאם המשפיעים לחיוב:

א. יכולת למידה והכללה

זיכרון לטווח ארוך, יכולת לזכור אופן ביצוע של סדר פעולות ברצף (זיכרון פרוצדורלי), תפיסה מהירה, יכולת תכנון של פעולות, יכולת ראייה לטווח ארוך.

ב. קשב

מחד, מתן קשב ממוקד ויכולת להתרכז במשהו אחד, מאידך – יכולת לפצל קשב כאשר עומדות על הפרק מספר מטלות.

אם שבאמתחתה יכולות קוגניטיביות יחסית מפותחות, תלמד, תפנים ותיישם ביתר קלות את מה שהמדריכה מלמדת אותה ותוכל להכליל דברים שלמדה על תחומים אחרים בחיים.

כישורים קוגניטיביים שמחסור בהם משפיע לשלילה

ג. יכולת ארגון, תכנון ותעדוף

קשיים שונים ביכולות קוגניטיביות גבוהות (חשיבת-על) כמו:

- תכנון פעילות וקביעת סדרי עדיפויות – חוסר ידע כיצד לערוך רשימת מטלות, קו-מחשבה שאף פעם אינו מגיע לראיית-על, תחושה שיש הרבה לעשות אבל בשל חוסר היכולת לתכנן לא עושה דבר, חוסר יכולת לקבוע סדר עדיפות נכון בביצוע משימות, חוסר יכולת לאמוד את הזמן הדרוש לביצוע משימות, חוסר יכולת לקבוע זמנים ולעמוד בהם, דחיית כל דבר לרגע האחרון, לא לחשוב קדימה בראייה יומית או שבועית. כך, מרוב מטלות נוצר בלבול והאם לא יודעת מהיכן להתחיל.
- פיזור ובלבול, חשיבה "מעופפת", אסוציאטיבית, לא-עקבית: למשל, לא לדעת היכן הדברים מונחים בארונות המטבח, לשכוח היכן הניחה דברים, לא ליישם טיפים שקיבלה מהמדריכה.

ד. קשיים בקבלת החלטות

קשיים בקבלת החלטות הנוגעות למשק הבית ולילדים, למשל: מה לבשל לילדים, איפה לשים חפצים מסוימים, האם לזרוק דברים.

מצב בריאותי

מחלות גופניות של האם שגורמות לחוסר כשירות פיזית הפוגעת בניהול הבית, כגון: מחלות מחלישות (כמו צהבת), מחלות שמצריכות טיפולים שוטפים, חולשה שנובעת מתזונה לקויה, הריונות קשים (והריונות בכלל), עודף משקל.

מאפיינים רגשיים / אישיותיים

ישנם מספר מאפיינים רגשיים / אישיותיים היכולים להשפיע על הצלחת הפרויקט, חלקם יכולים להשפיע רק לשלילה, וחלקם גם לחיוב וגם לשלילה.

א. תחושת לחץ

נטייה להילחץ כתוצאה מחוויית לחץ חיצוני או פנימי. לחץ חיצוני יכול לנבוע, למשל, מהבלגן השורר בבית, מדרישות הבעל לתפקוד ראוי, מהמדריכה (ונוכחותה כאדם זר), מדרישות הילדים וכד'. לחץ פנימי יכול לנבוע מדרישות גבוהות של האם מעצמה, רצון לרצות אחרים (את המדריכה, את בעלה ואת ילדיה), רגישות יתר, לקיחת כל דבר קטן ללב. תחושת דחק זו מסיחה את דעתן וגורמת להן:

- לפיזור דעת ושיכחה, החל מדברים בסיסיים כמו לאכול ולשתות וכלה בביצוע מטלות חיוניות.
- לא להצליח ליישם את ההסברים של המדריכה, לא לתפקד כמו שצריך, לא להתחיל בעשייה.
- תחושת חוסר שליטה ולחוסר תפקוד.
- לפעול מהר "מתוך עצבים", להיות חסרת סבלנות ונרגזת.

ב. הערכה עצמית ובטחון עצמי

גורם זה יכול להשפיע לחיוב או לשלילה על תפקוד האם:

השפעה לחיוב: למרות שכל האמהות שנבחרו לפרויקט אמורות להיות "תשושות" נפשית ופיזית, ישנן אמהות שנקודת הזינוק שלהן טובה יותר, הודות לקיומם של גורמי חוסן בתוכן.

בראש ובראשונה - תחושה יציבה של הערכה עצמית ושל חוללות עצמית. תחושה זו מתבטאת בדימוי עצמי חיובי, ראייה אופטימית, מיקוד שליטה פנימי (ראיית ההצלחה / כישלון כתלוייה בה ולא בגורמים חיצוניים), ביקורת עצמית ואמונה ביכולתה להשפיע על דברים ולחולל שינויים.

השפעה לשלילה: תפיסה עצמית ירודה, חוסר הרגשת כשירות, שחיקה נפשית, תחושת חוסר שליטה על החיים. חוללות-עצמית (Self-efficacy) נמוכה - תחושות של חוסר מסוגלות וחוסר כשירות בתחומים שונים, המובילות לדפוסי התנהגות חסרי ביטחון והססניים.

להלן מספר דוגמאות:

- מבחינה מקצועית – למרות שיש לה תעודת הוראה היא לא הולכת ללמד כי אינה בטוחה ביכולתה להתמודד עם המצפה לה.

- מבחינה הורית – תפיסה עצמית של אישה לא מסודרת ופחד שלא תחנך את הילדים בצורה טובה; למשל, אם שלא מוציאה את הילדים מהבית למסגרות הולמות כי מפחדת שיחשבו שהיא לא טובה.

- מבחינה אישית – ערך עצמי נמוך, מחשבה של "אני לא שווה כלום", היעדר דעה עצמאית, פחד להביע דעה.

ג. חוסר מיצוי עצמי

הרגשה של כבילות לבית ולעבודות הבית, תחושת החמצה עקב חוסר יכולת לממש את הפוטנציאל הטמון בעצמה. למשל:

- רוצה לצאת לעבוד ולהרוויח כסף אך אינה יכולה לעשות זאת בגלל מחויבויותיה בבית; בעלת השכלה וכישורים וחשה צורך לעשות עם זה משהו, אך מוגבלת מהרבה סיבות (כמו ילדים קטנים בבית, בעל שתלטן).

- הרגשה שהיא שבויה על ידי הבעל, פחד מהבעל שאוסר עליה לעשות דברים או ללכת למקומות מסוימים, שאלת דעתו של הבעל בכל נושא למרות שיש לה דעה משלה, כי הוא "נותן את הטון בבית".

אחת ממטרות הפרויקט היא לסייע לאמהות השחוקות למצוא עיסוקים נוספים, כמו עבודה או תחביבים, שיעניקו להן סיפוק תוכן ומשמעות, ויאפשרו שחרור חלקי מנטל הבית.

ד. הפרעות נפשיות

הפרויקט מבוסס על ההנחה שהאמהות המשתתפות בו בריאות מבחינה נפשית, אולם ייתכן שבין האמהות ישנן כאלה שיש להן הפרעה נפשית כלשהי. ייתכן שמדובר בהפרעות "גבוליות" שקשה להבחין בהן אלא אם מכירים אותן לאורך זמן ולעומק.

ישנן אמהות שהתנהגותן מרמזת על כך שהן לוקות בדיכאון, בהפרעות אכילה, או בהפרעות חרדה. לדוגמא, אם שאינה אוכלת וחסרת אנרגיות, אם שיש לה פחדים לא-רציונליים כמו לצאת החוצה, לצאת מהבית ביום מעונן או גשום, להוציא את הילדים מהבית פן יחלו, לסגור את הדלת וכד'.
קיומן של הפרעות נפשיות אינו דבר שהמדריכה הוכשרה להתמודד איתו, הוא מעכב מאוד את קצב ההתקדמות של הפרויקט וצפוי להכשיל את הצלחתו.

קיצוניות דתית של האם

אידיאולוגיה דתית קיצונית של האם יכולה להקשות על התנהלות הבית בכמה מישורים:

- עיסוק כפייתי בריטואלים דתיים שונים כמו תפילה, הגוזל זמן מביצוע המשימות החיוניות בבית.
- התנתקות מחיי העולם הזה והתעסקות רק בתכנים רוחניים, פיתוח אדישות לעולם החומרי.
- קבלת החלטות בנימוקים דתיים המעצימות את הקשיים, כמו לא להכניס ילדים בעלי צרכים מיוחדים למסגרות חינוכיות שאינן חרדיות דיין, לא להעסיק עוזרת לא יהודייה וכו'.

יחסים עם הבעל

סעיף זה מדגיש את הדינמיקה של היחסים בין הבעל לאם ולא עוסק ביחס של הבעל כלפי הבית/ הפרויקט/האם (שנדונים בפרק אחר).

א. השפעה לחיוב

יחס חיובי של הבעל כלפי האם יכול לחזק את האם, לשפר את מצב רוחה ולהעלות את המוטיבציה שלה להשתפר.

ב. השפעה לשלילה

- מערכת יחסים בעייתית עם הבעל עלולה לעורר רגשות של פחד, תלות, ריחוק, תסכול.
- פחד מהבעל: פחד הנובע ממרותו של הבעל, שאוסר על האם לעשות דברים מסוימים או ללכת למקומות מסוימים.
 - תלות בבעל: התייעצות עם הבעל בכל דבר פעוט, שאלת דעתו בכל נושא – דברים המעכבים קבלת החלטות עצמאית של האם.
 - יחסים מעורערים עם הבעל: חוסר הסכמה בין בני הזוג, חוסר תקשורת, ריחוק פיזי ורגשי (שיכול לנבוע משני הצדדים), קונפליקטים וחיכוכים, יחס שלילי של הבעל וחוסר נכונות ללכת לקראת שלום בית.

תפיסת הפרויקט

א. תפיסת הפרויקט

השפעה לחיוב: ניצול המדריכה והפרויקט על פי התפיסה הרצויה, יישום המטלות שמוטלות עליה מפגישה לפגישה, יזימת דברים חדשים שלא בנוכחות המדריכה ושיחרור הדרגתי מהתלות הראשונית שנוצרה בה. מנסה לקבל הכוונה והדרכה או עזרה במשימות מיוחדות, יותר מאשר עזרה ביתית בעבודות השוטפות. למעשה מדובר ביכולת של האם לזהות במה הפרויקט יכול לעזור לה ולהיעזר בו באופן אופטימלי. נראה כי אמהות כאלו הן בדרך כלל בעלות חשיבה פתוחה, גמישות, יחסית עצמאיות ובעלות ביטחון עצמי.

השפעה לשלילה: ראייה של הפרויקט רק כאפשרות לעזרה ביתית, חוסר ניצול נכון של ההדרכה וכתוצאה מכך חוסר יכולת להתקדם ולהשתפר באמת. לדוגמה, אם שמצפה שכאשר המדריכה נמצאת היא תעשה לה הכל ותיתן בשבילה הכל.

ב. חוויית הצלחה

כאשר בעקבות התערבויות הפרויקט חוות האמהות הצלחה בתחומים מגוונים, הצלחה זו מחזקת את הערכתן העצמית ואת תחושת הכשירות שלהן. כמו כן, היא מגבירה את המחויבות לפרויקט ואת האמונה בו.

יחסים עם המדריכה

א. נוכחות המדריכה

השפעה לחיוב: אמהות שמרגישות מחויבות לפרויקט ורוצות לרצות את המדריכה, מנסות להרשים את המדריכות ולעמוד בציפיותיהן. במקרים מסוימים גם בן הזוג והילדים מעוניינים לרצות את המדריכה ומוטיבציה זו משפרת את התפקוד בבית.

השפעה לשלילה: כאשר הרצון לרצות את המדריכה הוא המניע העיקרי של האם לשפר את תפקודה, יש סיכון שהאם לא תבצע את מה שלמדה כאשר המדריכה אינה נוכחת.

ב. תלות נפשית במדריכה

השפעה לחיוב: המדריכה מהווה עבור האם גורם עיקרי של תמיכה חברתית וכתובת למצוקותיה ובעיותיה, היא מרבה להיעזר ולהיוועץ בה, מה שיכול לסייע לה להתמודד ולהעצים אותה.

השפעה לשלילה: פיתוח דפוס התנהגות תלוי במדריכה מקשה על האם לתפקד בצורה נורמטיבית ועצמאית. למשל, בהעברת ההתמודדות עם קשיים למדריכה במקום לנסות להתמודד איתם בעצמה; צורך תמידי בנוכחות המדריכה גם כאשר היא עושה פעולה פשוטה (כמו סידור ארון או שולחן); המתנה למדריכה שתעזור לה להחליט אם לזרוק דברים – במקום לעשות זאת לבד; חוסר מעש מוחלט ללא דחיפה ודרבון של המדריכה.

- פיתוח תלות נפשית מוגזמת במדריכה – כאשר התלות הנפשית במדריכה רבה מדי, האם רואה רק את המדריכה ככתובת להתייעץ איתה, וכאשר המדריכה איננה, האם מדוכדכת ואין לה חשק לעשות כלום.

ג. שינוי באווירה

נוכחות המדריכה בבית מכניסה "אוויר חדש" ומאוררת את האמהות השחוקות. לעצם נוכחות המדריכה יש אפקט פסיכולוגי חיובי (תופעת ה"פלסיבו") על האמהות: עצם הידיעה שהן משתתפות בפרויקט מיוחד ושיש להן מדריכה, יכול לגרום לשינוי בהתנהגותן (גם אם לא באופן מודע) ולעליית המוטיבציה שלהן להשתפר ו"להוכיח" שהן ראויות להשתתף בפרויקט. אפקט זה עשוי לפעול גם על ילדיה של האם, שעצם נוכחות המדריכה גורמת להם להתנהג יותר יפה, להכין שיעורים וכו'.

גורמים מחוץ לאם

מצב סוציו-אקונומי

גורם זה משפיע בעיקר לשלילה על תפקוד האם. כשם שמצוקה כלכלית מקשה על תפקודן היומיומי של משפחות אחרות, על אחת כמה וכמה - חוסר יציבות כלכלית ותנאי מחיה קשים מכבידים על משפחות המשתתפות בפרויקט. להלן מספר גורמים סוציו-אקונומיים העלולים להשפיע לרעה על תפקוד האם:

א. חובות ומחסור בכסף

כאשר המשפחה מתקיימת מקצבה זעומה, או שהבעל אינו עובד ואינו לומד, או שישנם חובות, ישנה מצוקה כלכלית רבה הגורמת לחוסר יכולת תמרון כלכלי ולהתחשבות על כל הוצאה קטנה לבית: חיסכון בקניית משחקים לילדים, חיסכון בהחזקת עוזרת-בית, חיסכון בקניית מוצרים חדשים וכתוצאה מכך – נאלצים להשקיע בהרבה תיקונים (בעיקר בגדים). מעבר לכך, מצוקה כלכלית גורמת למצב רוח ירוד ולתחושת חוסר-אוניס.

ב. תנאי דיור

- מצוקת דיור: משפחות רבות מתגוררות בשכירות ונמצאות במצב של חוסר ודאות מתמיד לגבי עתידן בדירה. חילופי דירה תדירים גורמים לכך שלעיתים קרובות המשפחה נמצאת במצב של חיפוש אחר דירה או נמצאת לקראת פינוי, ולפיכך, הדירות מוזנחות ולא מטופחות כי אין טעם להשקיע בדירה ארעית.
- צפיפות: מקשה על שמירת הסדר בבית, גורמת לחוסר פרטיות של הילדים, מקשה על הבאת חברים הביתה. לעתים מרוב צפיפות נדרשות היערכויות מיוחדות למשימות יומיומיות (כגון הסדרי לינה מיוחדים, מציאת מקום לתליית הכביסה).

ג. מחסור בצידוד

מחסור בצידוד בסיסי לבית, בבגדים, בכלי מיטה ובמקומות אחסון.

מצב בריאותי במשפחה

קיום בעיות בריאות אצל מישהו מבני המשפחה עלול להשפיע לשלילה על תפקוד האם.

א. הילדים

מחלות כרוניות של אחד או יותר מהילדים שמצריכות תשומת לב וטיפולים מיוחדים, כגון: רפיון שרירים, סוכרת נעורים, אסטמה, ילדים שנולדו פגים, ילדים עם מערכת חיסונית חלשה יחסית וכד'.

ב. הבעל

מחלה כרונית של הבעל הדורשת טיפול צמוד של האם ומהווה מעמסה נוספת; כגון נכות פיזית המקשה על תפקודו בבית ומגבילה את יכולתו לסייע לאם.

תפקוד הילדים

לא מעט משפחות סובלות מבעיות תפקוד של אחד או יותר מהילדים. כאשר הילדים הנם "בעלי צרכים מיוחדים", הדבר דורש היערכות מיוחדת של האם, הכוללת מתן שירותים ייחודיים לילדים הצורכים משאבים חומריים ורגשיים. להלן יצוינו מספר בעיות לדוגמה והטיפולים הנדרשים להן:
- הפרעות קשב וריכוז (בעיקר היפראקטיביות): שיעורים פרטיים, הוראה מתקנת, חונכות, פסיכיאטר.
- הפרעות התפתחותיות (שפה, מוטוריקה) – קלינאי תקשורת, פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק.
- הפרעות רגשיות-נפשיות (סכיזופרניה, התקפי זעם) – פסיכולוג, פסיכיאטר.
- הרטבה – פסיכולוג, נוירולוג.

הטיפולים בכל בעיות התפקוד הללו מלווים פעמים רבות בהתעסקות בירוקרטית מתישה ודורשים משאבי זמן וכסף ניכרים. כמו כן, ההתמודדות בפועל עם ילדים בעלי צרכים מיוחדים כרוכה בעומס רב ועלולה לשחוק את האם נפשית ופיזית ולהסיח את דעתה מנושאים חשובים אחרים.

סיוע של גורמי רווחה בקהילה

א. השפעה לשלילה

ממרבית דיווחי האמהות והמדריכות בפרויקט, ניתן להצביע על הצורך בסיוע של גורמי רווחה וקהילה (כגון: מעונות יום, מועדוניות, צהרונים, חוגי והעשרה, חונכויות פר"ח), כגורם מעכב, שכן לרוב האמהות לא מצליחות להסתייע במידה מספקת בגורמי רווחה בעיקר בשל מחסור בגורמים מסוג זה. נוסף על כך, קיים קושי להתגבר על ההיבטים הבירוקטיים הכרוכים בהשגת סיוע של גורמי רווחה בקהילה.

מצב זה גורם למחסור במשאבים שגורמי רווחה יכולים לספק, וכתוצאה מכך חלה הכבדה על המשפחה במישורים שונים כגון: נוכחות רבה יותר של הילדים בבית במשך שעות אחר הצהריים ומעמסה על האם.

ב. השפעה לחיוב

מצד שני, נגישות לגורמי רווחה עשויה להקל רבות על תפקודה של האם. קיומם של מוסדות קהילתיים/שכונתיים שאליהם ניתן להכניס את הילדים בבוקר או אחר-צהריים, או מסגרות לילדים בעלי צרכים מיוחדים, מסייע בכך שמתפנה יותר זמן לעיסוקים אחרים הקשורים בבית ולהשקעה בפרויקט. המדריכות נותנות ידע על גורמים ממסדיים שיכולים לעזור לאמהות. מציאת הפתרונות, מעבר לתרומתם הפרקטית, מרגיעה את האמהות ואת בני המשפחה, מעניקה להן תחושה שהבעיות מטופלות ומשפרת את תחושתן.

סביבה חברתית ומשפחתית

א. השפעה לשלילה

רבות מהמשפחות המשתתפות בפרויקט מאופיינות במיעוט משאבים חברתיים, ומרבית הדיווחים מצביעים על גורם זה כגורם מעכב. קשרים חברתיים רופפים ודלים עם בני משפחה, חברים ושכנים, מביאים לכך שהאם חשה בודדה ומנותקת מבחינה חברתית ואינה יכולה לפנות למישהו שיסייע לה. סיבות שונות לכך למשל:

- מעבר דירה מעיר לעיר – חוסר היכרות עם הסביבה הפיזית, תחושת בדידות בעיר החדשה;
- החלפת דירה באופן תדיר – וכתוצאה ניתוק יחסים עם שכנים ומכרים;
- עלייה לארץ – ובעקבותיה קשיי שפה ושוני תרבותי;
- חזרה בתשובה – גורמת לניתוק יחסים עם ה"עולם הקודם".

לעתים דווקא קיומו של קשר משפחתי עלול להיות בעייתי ולהכביד על תפקוד האם, לדוגמא, כאשר הבעל או בני משפחה אחרים מעורבים בפעילות לא חוקית כמו שימוש בסמים, הימורים, הדבר מקשה מאוד על התנהגות תקינה של הבית ומכביד על ההתמודדות של האם עם המטלות היומיומיות. מצב משפחתי מיוחד, כמו נישואין שניים, גם כן עשוי להקשות על תפקוד האם.

ב. השפעה לחיוב

קיומה של תמיכה חברתית לאם בצורה של קשרים הדדיים עם משפחה, חברים ושכנים, יכול לסייע לתפקוד האם, הן באמצעות עידוד, תמיכה וליווי של האם במהלך הפרויקט והן באמצעות עזרה ממשית (למשל, בשמירה על הילדים, קשרים עם ילדי שכנים וכד'), המפנה זמן לאם.

הבעל

מכלול מאפיינים הקשורים בבעל – בהתנהגותו, בעמדותיו, ביחסו אל האם וכד' יכולים להשפיע לחיוב או לשלילה על תפקוד האם ובהתאם לכך, על הצלחת הפרויקט. למעשה, מדיווחי האמהות והמדריכות נראה שהבעל מהווה גורם קריטי בדרך להצלחת הפרויקט, זאת בשל מעמדו הרם במשפחה ועוצמת השפעתו על האם.

להלן יפורטו מספר מאפיינים של הבעל היכולים להשפיע על הצלחת הפרויקט. בכל אחד מהם מצוינות ההשפעות לחיוב ולשלילה.

א. תפקוד בבית (נוכחות בבית ומעורבות בנעשה בו)

השפעה לחיוב: כאשר נמצא בבית, מסייע לאם במשימות ביתיות, כגון: סיוע בטיפול בילדים, קניות, החלפת מצעים, שיפוץ הבית וסידורו, התקנה של דברים וכד'. הדבר יכול להקל מאוד על האם, להניע אותה להתמיד במשימותיה שלה (ע"י מתן דוגמה). ישנם בעלים לומדים שעושים זאת בבוקר או בסוף היום.

השפעה לשלילה: לעתים ישנו חוסר תפקוד מוחלט של הבעל במסגרת הבית, היכול לנבוע מסיבות שונות, כגון:

- לומד כל היום בכולל וחוזר הביתה מאוחר, מה שעלול לגרום להורדת המוטיבציה של האם ולהקשות עליה פיזית.

- אינו עובד ואינו לומד – נוכחותו התמידית בבית ("מסתובב בין הרגליים") עלולה להקשות עליה בניהול שוטף של משק הבית וליצור חוסר פרטיות ביחסיה עם המדריכה.

ב. יחס כלפי הנעשה בבית

השפעה לחיוב

- אכפתיות כלפי המצב בבית, דירבון האם כשצריך, שיתוף פעולה, תשומת לב לשינויים בבית ומחמאות עליהם.

- הפגנת יוזמות לשינויים ושיפורים בבית.

- התייחסות חיובית ואכפתית לבית יוצרית אווירה חיובית, מעלה את המוטיבציה של האם, מדרבנת אותה לפעול ביתר שאת ומשפרת את סיכויי הצלחת הפרויקט.

השפעה לשלילה

- אינו עוזר לאם בדברים קשים מבחינה פיזית (תליית מנורות, תיקון חפצים)

- גילוי אדישות וחוסר אכפתיות כלפי מראה הבית וענייני סדר; חוסר רצון לעזור בעבודות הבית

- ביטול יוזמות ורעיונות של האם, אי-הסכמה לשינויים שנעשים בבית.

כל אלו מורידים את המוטיבציה של האם להמשיך בעשייה ולשפר את תפקודה בבית.

ג. יחס כלפי האם

השפעה לחיוב

- יחס חם, תומך ואכפתי – נותן מחמאות, מעודד, יוצר תקשורת טובה.

- יחס מקבל, סבלני ומבין. לדוגמא, כשלא אכפת לו אם הבית אינו שטוף בצורה מושלמת, אמפתי לבעיות ולמצב הרגשי המעורער של האם.

- יחס של הערכה ואמון – לתת לאם הרגשה שהוא בוטח בה ומאמין ביכולתה לחולל שינוי.

גורמים אלה מהווים תמיכה חברתית משמעותית, מחזקים את הערכתה העצמית של האם ותורמים לשיפור המוטיבציה שלה.

השפעה לשלילה

- חוסר דירבון, עידוד, פרגון לאם על שינויים שחלים לטובה.
יחס כזה כלפי האם מכביד על מצב רוחה, מדכדך אותה, משאיר אותה "דורכת במקום" ומוריד את המוטיבציה שלה.

ד. יחס כלפי הפרויקט

השפעה לחיוב

- בעל עמדה חיובית כלפי הפרויקט, תומך בפעילות של המדריכה ומעריך אותה.
- הרגשת מחויבות לפרויקט, ושיתוף פעולה עם השינויים בעקבותיו.
- שמח ללמוד ידע חדש שהאם למדה בפרויקט.
- שמח ללכת לסדנאות על שלום בית.
דברים אלו מגבירים גם את מחויבות האם לפרויקט ומעצימים אותה.

השפעה לשלילה

- מחבל בפרויקט באופנים שונים ולא משתף פעולה.
- לא אוהב שהמדריכה מתערבת בנעשה בבית, לכן המדריכה לא מגיעה כשהוא בבית.
- אינו מעוניין ללכת לסדנאות על שלום בית כיוון שלא רוצה שאחרים יתערבו לו בחיים.
גישה שלילית של הבעל כלפי הפרויקט מרפה את ידיה של האם ממחויבות לפרויקט.

ה. קיצוניות דתית של הבעל

קיצוניות דתית של הבעל יכולה להכביד בצורה משמעותית על תפקוד האם ועל יחסי המדריכה עם האם והמשפחה. במקרים מסויימים נמנע הבעל, מסיבות דתיות, ממגע עם נשים אחרות וכך אינו מרשה למדריכה לבוא אליהם כשהוא נוכח בבית.
- במקרים אחרים ניסו הבעלים לטרפד את עבודת המדריכות כי הן לא נתפסו כצנועות מספיק.

המדריכה

המדריכה הינה דמות מפתח בהצלחת הפרויקט. מידת ההצלחה של המדריכה מותנית במספר גורמים:

א. יצירת קשר עם האם

יכולת המדריכה ליצור קשר טוב עם האם, עם הילדים ועם הבעל הכרחית להצלחת הפרויקט. על המדריכה לרכוש את אמונה של האם, לגרום לה להפתח בפניה ולעורר אצלה את המוטיבציה להשתנות.

ב. תפיסת הפרויקט והתפקיד

חיוני שלמדריכה תהיה תפיסה נכונה של הפרויקט ושל תפקידה במסגרת הפרויקט. המדריכה צריכה להיות מסוגלת להפנים את תפקידה כגורם מחולל שינוי אצל האם.

ג. יכולת הדרכה

תפיסה נכונה של הפרויקט ויצירת קשר טוב עם האם אינן ערובה להצלחת הפרויקט. המדריכה זקוקה להכשרה מתאימה וליכולת ליישם את תפקידה. במקרים לא מעטים נטו המדריכות להשאב, עקב דרישות וציפיות האם והבעל, אל תוך תפקיד של עוזרת בית.

בלוח הבא מוצג סיכום של מיכלול הגורמים המגדירים את תפקוד האם והמשפיעים עליו.

לוח מס' 4: גורמים המגדירים את תפקוד האם והמשפיעים עליו

גורמים הקשורים לאם	גורמים מחוץ לאם
<u>מיומנויות ניהול בית</u>	<u>מצב סוציו-אקונומי</u>
מיומנויות בסיסיות של עקרת בית	חובות ומחסור בכסף
ניצול ראוי של כסף	תנאי דיור
מיומנויות הוריות	מחסור בצידוד
יצירת קשר עם גורמים בקהילה	<u>מצב בריאותי במשפחה</u>
<u>דפוסי התנהגות</u>	הילדים
התנהלות איטית ומסורבלת	הבעל
סגנון התמודדות נמנע ופסיבי	<u>תפקוד הילדים</u>
<u>יכולות קוגניטיביות</u>	<u>סיוע של גורמי רווחה בקהילה</u>
יכולת למידה והכללה	<u>סביבה חברתית ומשפחתית</u>
קשב	<u>הבעל</u>
יכולת ארגון, תכנון ותעדוף	תפקוד בבית
קשיים בקבלת החלטות	יחס כלפי הנעשה בבית
<u>מצב בריאותי</u>	יחס כלפי האם
<u>מאפיינים רגשיים/אישיים</u>	יחס כלפי הפרויקט
תחושת לחץ	קיצוניות דתית של הבעל
הערכה עצמית ובטחון עצמי	<u>המדריכה</u>
חוסר מיצוי עצמי	יצירת קשר עם האם
הפרעות נפשיות	תפיסת הפרויקט ותפקידה
<u>קיצוניות דתית של האם</u>	יכולת הדרכה
<u>יחסים עם הבעל</u>	
<u>יחס לפרויקט</u>	
תפיסת פרויקט	
חווית הצלחה	
<u>יחסים עם המדריכה</u>	
נוכחות המדריכה	
תלות נפשית במדריכה	
שינוי באווירה	

ההתערבות

בפרק הקודם הגדרנו את המושג "תפקוד האם", סקרנו את הגורמים המשפיעים לחיוב ולשלילה על תפקוד האם, ובכך על הצלחת הפרויקט. פעילות המדריכה נועדה להסיר מדרכה של האם את הגורמים המהווים מכשול לתפקוד נורמטיבי.

בפרק זה נעסוק בהתערבות המדריכה. נסקור את סוגי ההתערבויות, כלומר, את תחומי הפעילות של המדריכה עם האם. ניתוח חומר הראיונות מראה כי פעילויות המדריכות עם האמהות מתרכזות ב-6 תחומים עיקריים שיפורטו להלן.

עזרה ביתית והקניית מיומנויות של עקרת בית

א. מיומנויות בסיסיות

המדריכות מסייעות לאמהות בביצוע מטלות שונות של משק הבית, ותוך כדי ביצוע והדגמה, מקנות להן מיומנויות לביצוע עצמאי של מטלות משק הבית, הכוללות:

- סידור וניקיון של הבית, עיצוב הבית בצורה נוחה ויעילה.
- סידור ארונות ומיון בגדים (שיטה של "תא לכל ילד").
- מטבח: בישול ואפייה (כולל עצות בתזונה, מתכונים קלים ויעילים), מיון מוצרי מזון.
- שטיפת כלים.
- כביסה (כיצד לבצע הפרדה, מיון וקיפול של כביסה).
- תיקון בגדים.
- גיהוץ.

ב. ייעוץ לניצול ראוי של כסף

המדריכות נותנות לאמהות "טיפים" שיסייעו להן לנצל את הכסף בצורה יעילה וחסכונית יותר, כגון: איפה אפשר לקנות דברים בזול, שיטות לחסוך כסף, קביעת סדר עדיפויות לרכישת מוצרים.

חיזוק כישורים קוגניטיביים שיסייעו לניהול הבית

א. שיפור יכולת ארגון, תכנון ותיעדוף

המדריכה מסייעת לאם לחשוב בצורה מאורגנת ומתוכננת יותר; עוזרת לה לראות דברים לטווח רחוק יותר, עזרה בארגון לוח-זמנים יומיומי ושבועי, תכנון רשימת מטלות וקביעת סדר עדיפויות.

ב. שיפור יכולת קבלת החלטות

תוך כדי עבודה משותפת, המדריכה מכוונת את האם כיצד לקבל החלטות באופן מהיר יותר, לא להתלבט יותר מדי מה לבשל, האם לזרוק דברים מסוימים, לקבל החלטות תוך שיקול דעת זהיר, אך חד-משמעי.

טיפול בילדים והקניית מיומנויות הוריות

המדריכות מסייעות בהפעלת הילדים, בבדיקת שיעורי-בית, בחלוקת הסמכויות ובנתינת התגמולים, ותוך כדי כך מייצרות לאם כיצד לנהוג עם ילדיה ומשוחחות איתה על עקרונות חינוך ילדים.

לעיתים נוצר קשר חם ומחייב בין המדריכה לילדים, קשר שיכול להתבטא בשיחות אישיות ובבקשות של המדריכה מהילדים.

תמיכה חברתית

מכיוון שרבות מן האמהות בפרויקט חסרות משאבי תמיכה חברתית הולמים, אחת ממטרות הפרויקט הוא שהמדריכה תשמש דמות משמעותית בחיי האם, שתספק לה את התמיכה הנדרשת, על כל המשתמע מכך. התמיכה של המדריכה באם יכולה לבוא לידי ביטוי בכמה צורות.

א. ייעוץ

ייעוץ לאמהות, הן במסגרת המפגשים הקבועים והן בטלפון, בתחומים מגוונים, כגון: איך לנהוג עם החמות, עם הבעל, עם הילדים, איזו מכונת כביסה לקנות, כיצד לאמץ חשיבה חיובית וכד'.

ב. שיחות

לשמש אוזן קשבת וקיום שיחות נפש בנושאים שונים כגון: על האם ומצבה הנפשי, על הזוגיות עם בעלה ועל נושאים אינטימיים נוספים.

ג. בילוי משותף

המדריכות והאמהות מבלות ביחד: יוצאות לטייל ביחד, לעשות קניות, ללכת ביחד לחוג, לשתות כוס קפה, לעבור טיפולי בריאות, לצאת לסידורים מיוחדים כמו לקנות ריהוט ולגשת לרופא וכד'.

ד. קשר בין שתי המשפחות

במקרים מסוימים נוצר קשר בין משפחת האם למשפחתה של המדריכה, המתבטא בהזמנה הדדית לאירועים משפחתיים, לארוחות חג וכד'.

חיזוק הערכה עצמית ומיצוי עצמי

המדריכה מנסה להחדיר באם אמונות חיוביות יותר כלפי עצמה, לגרום לה להיות יותר בטוחה בעצמה ובמסוגלות שלה, לחוש מידה רבה יותר של מיצוי עצמי. היא עושה זאת באמצעות:

- נתינת חיזוקים ומחמאות על שינויים לטובה שחלים אצל האם.
- עידוד לצאת להתאורר או לעבוד.
- המרצה למציאת תחומי פנאי חדשים (חוגים, פעילות גופנית וכו').
- עידוד חשיבה חיובית ואופטימיות.

יצירה וחיזוק הקשר עם גורמי רווחה וקהילה

המדריכות מסייעות לאמהות בקשר עם גורמי רווחה וקהילה, מסגרות חינוכיות וגורמים ממלכתיים. הן ממליצות להן למי לפנות, מלוות אותן ואף משמשות מתווכות/דוברות. דוגמאות לפעילויות כאלה:

- לקחת את התינוק לביה"ח על מנת שיקבל טיפול.
- לסדר חונכים לילדים.
- לתת ליווי בתהליך של אבחון וטיפול לסוגיהם.
- סיוע וליווי של הכנסת הילדים למסגרות חינוכיות הולמות.
- עזרה ברכישת דירה.
- פנייה למשרדי ממשלה שונים.
- תיווך באספקת מוצרי מזון ממוסדות צדקה קהילתיים.

במקרים מסוימים המדריכות מגייסות תקציבים לרכישת ציוד חיוני לדירה – ארוניות, מתלים, מייבש כביסה, מזגן, מעבד מזון, מגבות וכו'.

מיומנויות של עקרת בית

תחום הלמידה המרכזי במסגרת הפרויקט הוא חיזוק ושיפור מיומנויות של עקרת בית אצל האמהות המשתתפות בו. בפרק זה נתאר את התהליך ההתפתחותי של לימוד מיומנויות אלה. ניתוח הממצאים מראה כי מיומנויות של עקרת בית נלמדות בשלושה צירים מקבילים:

- ציר א' – "מה" – המתמקד בתכני הלמידה;
- ציר ב' – "איך" – המתמקד באופני הלימוד.
- ציר ג' – "התייחסות אמוציונלית" ("מוטיבציה") המתמקד ברגשות ובמניעים הנלווים ללמידה.

ההתפתחות בכל ציר מתרחשת במספר שלבים הירארכיים, החל משלב בסיסי שרמת ההישגים באותו ציר נמוכה ביותר, עד לרמה גבוהה בה מופגנת שליטה מרבית בתחום מיומנויות עקרת בית. על מנת שרמת התפקוד של האם בתחום מיומנויות משק הבית תהיה אופטימלית, עליה להגיע לקצה הגבוה בכל שלושת הצירים. כמובן ייתכן שההתפתחות לאורך שלושת הצירים תתרחש בקצב שונה. כלומר יתכן שבנקודת זמן מסוימת, תהיה לאם התייחסות חיובית לעבודת הבית מבחינה "אמוציונלית" (ציר ג'), אך מבחינה "מעשית" (ציר א') לא יהיו שינויים ממשיים בתפקוד, או להפך.

להלן נגדיר את שלבי הלמידה בכל אחד משלושת הצירים.

ציר א' – "מה"

ניתוח הממצאים איפשר זיהוי והגדרה של חמישה שלבי למידה בציר ה"מה".

שלב 1: שיפור ביצועים פשוטים מוכרים

בשלב הראשון חל שיפור בביצוע משימות פשוטות שהאם יודעת לבצע במידה זו או אחרת, כגון: בישול, אפיה, ניקיון, טאטוא, סידור מיטות, מיון כביסה, קיפול כביסה, גיהוץ, סידור ארון, סידור חדרים.

שלב 2: לימוד מיומנויות פשוטות חדשות

השלב השני של למידה לאחר שיפור הביצועים הפשוטים, הינו לימוד שיטות ותהליכים חדשים. בקטגוריה זו ניתן לכלול למידה של מתכונים חדשים, לימוד שיטות חדשות של סידור כביסה בארונות וכד'.

שלב 3: לימוד מיומנויות מורכבות

בשלב השלישי האם תלמד מיומנויות מורכבות, לרבות לימוד שיטות ותהליכים חדשים. בקטגוריה זו ניתן למנות משימות הדורשות פעולות קוגניטיביות שכוללות מספר שלבים ומצריכות תכנון מראש, כמו מיון בגדים והחלטה אילו לשמור ואילו לזרוק, החלטה מה לבשל לאורך השבוע, קנייה נבונה של מוצרי מזון, סדרי עדיפויות בביצוע משימות שונות וכד'.

שלב 4: שימור הנלמד

לאחר שהאם שיפרה את רמת ביצועיה במשימות פשוטות, למדה מיומנויות פשוטות חדשות שלא הכירה קודם, ולמדה מיומנויות מורכבות היא תלמד לשמור לאורך זמן את כל מה שלמדה. ברור שלא מדובר באקט חד פעמי שהחל משלב מסוים ואילך היא תשמר ותזכור את כל מה שלמדה, אלא שגם כאן מדובר בתהליך איטי ומתמשך של זכירה ושיכחה. לאחר תקופה מסוימת של למידה ותירגול היא תוכל לשמור (ולשחזר בעת הצורך) את הביצועים היותר פשוטים שהיא למדה, ואט אט תגיע לרמת מיומנות שתאפשר לה לשחזר ללא קושי גם את המשימות היותר מורכבות.

שלב 5 : בקרה עצמית

פסגת הלמידה בציר ה"מה" היא שלב של בחינה ביקורתית של הנלמד מצד האם עצמה. בשלב זה תוכל האם לשפוט ולהעריך את ביצועיה, לקבוע אם היא פועלת נכון בביצוע משימותיה או לא. היא תוכל להמציא בעצמה שיטות עבודה חדשות ולשפר את השיטות הישנות לאור שינויים בנסיבות ובדרישות.

ציר ב' – "איך"

אחרי שבחנו מה לומדות האמהות במפגשיהן עם המדריכות שאלנו את השאלה "איך" הן לומדות את מה שהן לומדות. בציר שני זה יכולנו לזהות ארבעה שלבי למידה.

שלב 1 : צפיה וביצוע יחד

בשלב הראשון האם לומדת דרך צפיה במדריכה המבצעת משימות ועל ידי ביצוע משותף של משימות יחד עם המדריכה.

שלב 2 : ביצוע לבד

לאחר התקופה הראשונה בה האם מבצעת את משימותיה יחד עם המדריכה, אט אט היא לומדת לפעול לבד, אך עדיין בנוכחות המדריכה ותחת השגחתה, ומוכנה תמיד לתקן את ביצועיה בעקבות הערות המדריכה.

שלב 3 : ביצוע משימות בהיעדר המדריכה

בשלב השלישי האם תדע לבצע משימות גם ללא נוכחות המדריכה על סמך הנחיות שקיבלה ממנה.

שלב 4 : ביצוע עצמאי

בשלב הרביעי והאחרון האם תדע לתפקד בצורה עצמאית, ביוזמתה היא, גם ללא קבלת הנחיות מן המדריכה וכמובן ללא צורך בנוכחות המדריכה וקבלת עידוד ממנה.

ציר ג' – "מוטיבציה"

אי אפשר ללמוד כמובן את ה"מה" ואת ה"איך" ללא נכונות ורצון ללמוד. זיהינו שלושה שלבים התפתחותיים במוטיבציה של האם ללמוד מן המדריכה.

שלב 1 : חשדנות

בהרבה מקרים (אם כי לא בכלם) האם נכנסת לפרויקט עם תחושות של חשדנות כלפי הפרויקט וכלפי המדריכה. בשלב זה היא עסוקה בבדיקה ובבחינה של מהות הפרויקט, ושל גבולות הקשר עם המדריכה. בשלב זה יש מעט מאוד פנאי ללמוד.

שלב 2 : היפתחות

לאחר שהאם מתגברת על שלב החשדנות היא נפתחת לאט לאט כלפי המדריכה ומגלה נכונות ראשונית לשתף פעולה וללמוד.

שלב 3 : הסכמה וקבלה

בשלב השלישי האם מצילחה להגיע לקצה הפרמידה של מוטיבציה. אז היא תוכל ללמוד תוך הסכמה מלאה וקבלת הפרויקט ומטרותיו ותוך קבלת המדריכה ושיטות העבודה שלה.

דפוסי פעילות של האם

ההתנהלות היומיומית של האם בעבודות הבית נמצאת במוקד פרויקט זה. בפרק הקודם הצגנו מסגרת קונספטואלית להגדרת דפוסי הפעילות של האם בעבודות הבית ואופן הלמידה של המטלות היומיומיות שעליה לבצע. על פי מסגרת זו יש להמשיג את דפוסי הלמידה של האם בשלושה צירים – "מה" – תכני הלמידה, "איך" – אופני הלימוד ו- "התייחסות אמוציונלית" לתהליך הלמידה. זו מסגרת סכמטית-קונספטואלית לניתוח שלבי הלמידה של האם בתחום עבודות הבית.

בפרק זה נציג ניתוח תכני של מה שהאם עושה בפועל. גם ניתוח זה מוצג כמובן על ציר התפתחותי. בהסתמך על ראיונות עם אמהות ומדריכות, זוהו שישה דפוסי פעילות שניתן לסווגם בהירארכיה ההתפתחותית. ככל שדפוסי הפעילות נמצאים ברמה גבוהה יותר בהירארכיה, הם עונים במידה רבה יותר על מטרות הפרויקט.

דפוסי פעילות אלה נבדלים על פי שלושה ממדים:

1. מידת מורכבות המשימות (ממשימות משק-בית פשוטות למשימות מורכבות הדורשות מאמץ רב יותר).
2. מידת גיוון המשימות (מפעילות רוטינית וחד-גונית לפעילות דינמית ורב-גונית).
3. יכולת האם ליישם את הנלמד ללא סיוע של המדריכה (מרמה של חוסר בטחון וחוסר מוטיבציה לרמה של יישום מלא ועצמאי).

ברור שפעילות ברמה נמוכה מחמיצה במידה מסוימת את מטרות הפרויקט, וככל שהפעילות היא ברמה הירארכית גבוהה יותר, אזי היא מתקרבת יותר להגשמת יעדי הפרויקט.

להלן יוצג תיאור של ששה דפוסי פעילות המתבססים על שלושת המימדים שהוזכרו לעיל. כאמור, ששת דפוסי הפעילות מסודרים בסדר הירארכי מהקל אל הכבד.

"לא יכולה לבד"

ברמה הראשונית הפעילות מתמקדת בעיקר במיומנויות הבסיסיות של משק-בית. הפעילות היא רוטינית, חד-גונית ועוסקת במספר מצומצם של משימות, כגון: סידור הבית ונקיונו, קיפול כביסה, גיהוץ, בישול וכד'. תיתכן התקדמות בביצועי האם בנוכחות המדריכה, אך בהעדרה תפקוד האם לקוי, בשל שני מאפיינים עיקריים:

- חוסר ביטחון עצמי ותלות במדריכה – לאם אין מספיק בטחון, היא אינה מסוגלת להיות עצמאית בתחום מסוים למרות שהשתפרה בו, לכן היא מרגישה צורך לעסוק שוב ושוב באותם דברים. כל זה, ברמת תלות גבוהה במדריכה.

- חוסר מוטיבציה – לאם אין מוטיבציה לעשות את עבודות משק הבית בעצמה, למרות שהיא מסוגלת. רק כאשר המדריכה מגיעה, זה מאותת לה ש"הגיע הזמן" להתעסק בנושא. בלי המדריכה אין לה תמריץ לתרגל את המיומנות ולכן בכל פעם הן מגיעות לעשות את אותו הדבר.

▪ דוגמאות לדפוס פעילות זה :

- מיון בגדים מאוד קשה לאם, יש כמויות גדולות של ביגוד וקשה לה להיפרד מהם (בעיקר בגדי ילדים). היא לא אוהבת לסדר, לא יודעת מה לשמור ומה לזרוק, גם אחרי הסבר מפורט או הדגמה של המדריכה. היא משתפרת במיומנות זו אבל לא ממיינת לבד כי היא מפחדת שתתחיל להסתבך ולהתלבט.
- האם טוענת שהיתה רוצה לעשות וליזום דברים לבד אבל היא לא מרגישה שהגיעה לשלב הזה והיא עדיין זקוקה לדרבון של המדריכה, שביחד איתה יש סיכוי שדברים יזוזו. "אני לא צריכה שילמדו אותי להרים דברים מהשטח, קל להרים וקל לטאטא, אבל אין לי חשק, אני לא יוזמת ורוב הזמן בדיכאון והמדריכה באה ומרימה אותי על הרגליים."
- למרות שהאם התקדמה בבישול הן עדיין מבשלות ביחד.

"עוזרת בית"

בדומה לרמה הקודמת, גם ברמה זו עוסקת ההדרכה בתחזוקת הבית, ודפוס הפעילות הינו רוטיני וחד-גוני, אך לא בשל חוסר ביטחון או חוסר מוטיבציה, אלא משיקולי נוחות של האם. האם מסוגלת לפעול בעצמה בנושאים הדורשים מיומנות מסוימת, אך העומס עליה כה גדול שהיא מבקשת את עזרת המדריכה כדי להקטין את הנטל השוטף, וכך אין אפשרות לעבור לנושאים חדשים.

האמהות מרוצות מכך שפעם בשבוע באה מדריכה לעזור, הן עושות עבודה משותפת והזמן עובר בנעימים, לעתים תוך כדי שיחות, מתן עצות וכוס קפה. עם זאת, ברגע שדפוס הפעילות הופך להרגל – הן מצד האם והן מצד המדריכה – מדובר במעגליות מסוימת שקשה לצאת ממנה. יש אמהות שלמרות הנוחות שב"סידור" זה, מרגישות לכודות במעגל זה והיו רוצות לצאת מהשגרה וללמוד דברים חדשים, אך העומס בעבודה היומיומית אינו מאפשר זאת.

▪ דוגמאות לדפוס פעילות זה :

- המדריכה באה פעם בשבוע ומהווה תמריץ לסדר דברים שבשאר ימי השבוע האם לא מספיקה לסדר.
- סידור בגדים, נעליים וארונות. בימים שהמדריכה איננה, האם עושה דברים אחרים שנראים לה חיוניים וכך כל שבוע הן מגיעות לעשות את אותו הדבר.
- האם מדגישה כי היא יכולה לעשות הכל לבד, לדוגמא, כשראתה שיש לסדר את הארון של התינוק, היא ארגנה אותו לבד – הקושי שלה הוא חוסר זמן. היא מעדיפה את המדריכה על פני עוזרת-בית כי המדריכה יודעת היכן נמצא כל דבר וגם אינה חוששת לזרוק דברים.
- האם טוענת שפעם אחת בשבוע שהמדריכה מגיעה לא מספיקה לה, כי בשאר הימים העומס רב ומצטברות עבודות. במשך חצי השנה לא חל שינוי באופן ההדרכה – תמיד יוצא להן לעשות את אותו הדבר, אבל יש תמיד עצות חדשות.
- בדרך כלל הן מקפלות כביסה ביחד ומסדרות את הארונות. לקראת פסח, המדריכה עזרה לאם לנקות את הארונות ולמייין בגדים – המדריכה עסקה בתיקונים ובמקביל האם ניקתה את הארון. היא לא מגיעה לתיקונים כי אין לה זמן. כשהמדריכה באה היא מרגישה מחויבת וכך היא מתפנה לדברים שבדרך כלל לא מספיקה, "אני מיומנת בכל סוגי הפעולות הנדרשות בבית אבל פשוט לא מספיקה".
- בכל פגישה המדריכה מגהצת בגדים, כי האם לא אוהבת לגהץ למרות שהיא יודעת.

"עובדת סוציאלית לכיבוי שריפות"

במקרים מסויימים ההדרכה מתמקדת בנושא "בוער" אחד, בגלל חשיבותו ונחיצותו, נושא שהוא לאו-דווקא מרכזי לפרויקט, כך ששאר התחומים שהמדריכה והאם אמורות לעבוד עליהם במסגרת ההדרכה – נזנחים. יש לציין שהדרכה במתכונת זו לא בהכרח מתקיימת בכל המקרים, אלא בהתאם לצרכים ולנסיבות.

■ דוגמאות:

- בתחילת ההדרכה ההתמקדות היתה בבית, אך לאחר שהתעוררה בעיה חמורה עם אחד הילדים, המדריכה החליטה להקדיש כמעט את כל זמנה לטיפול בבעיה, הפכה למעין "עובדת סוציאלית" של המשפחה, ותחום הבית נזנח.

- כבר בתחילת הפרויקט זיהתה המדריכה צורך עז של האם בשיחות ובעזרה נפשית, ולכן התמקדה בעיקר בנושאים אלו, למרות שהיו תחומים אחרים הטעונים שיפור – למשל, תפקודה כעקרת בית וכאם.

"בדרך הנכונה"

עם חלוף הזמן, ההדרכה אינה מתמקדת יותר במיומנויות בסיסיות שוטפות של משק בית, משום שבאלה האם כבר מתפקדת לבד. במקום זאת, ההדרכה עוסקת במשימות ייחודיות מורכבות יותר או ב"פרויקטים", שמטרתם לשפר את חזות הבית וארגונו, מבחינה חיצונית ומבחינה פנימית. משימות אלה דורשות (מהאם ומהמדריכה גם יחד) כישורים קוגניטיביים שונים – יכולת תכנון, דמיון, ארגון וכדומה – שהם ברמה גבוהה יותר מהכישורים הנדרשים ברמות הראשונות של דפוסי הפעילות.

■ דוגמאות:

- המדריכה לימדה את האם איך לתכנן נכון את היום, כדי שלא יתבזבז לה. היא לימדה אותה שהבוקר הוא הכי חשוב וצריך לנצל אותו לעבודות בית כי בצהריים הילדים באים וצריך להיות איתם. למשל, היא לימדה אותה להעמיד כבר לפני הצהריים סירים על האש לארוחת הצהריים.

- המדריכה לימדה את האם תכנון מוקדם של אירועים והתכוננות לכך – למשל, תשלום שכ"ד, הכנת ארוחה גדולה לחג.

- המדריכה לימדה את האם איך לעבוד במטבח בצורה יותר יעילה, איך לנצל מאכלים, ל"אלתר" מתכונים, איך להשתמש במעבד מזון. בנוסף, היא נתנה לה חינוך לתזונה נכונה.

- המדריכה לימדה את האם איך לבצע קנייה נבונה וחסכונית של מוצרי מזון בראייה שבועית (החלטה מראש מה לבשל במשך השבוע) וכיצד לקנות בתשלומים.

- המדריכה סייעה לאם לתכנן מראש את ההכנות לקראת פסח, לימדה אותה סדר עדיפויות – מאיפה להתחיל (במטבח) ומה לעשות אחרון.

"פיצוח האגוזים היותר קשים"

בשלב זה, ההדרכה כמעט ואינה עוסקת במיומנויות משק בית, כי בתחום זה האם מתפקדת באופן סביר ויודעת ליישם את הנלמד (אם כי תיתכן עזרה של המדריכה במשימות השוטפות של הבית כמחווה של רצון טוב).

דפוסי הפעילות בשלב זה מגוונים ודינמיים יותר, התכנים משתנים בהתאם לצרכי האם ועוסקים בנושאים מורכבים יותר הדורשים מיומנויות מעבר לבסיסיות: התמודדות עם ילדים, שיחות – תמיכה רגשית בנושאים אישיים, קשר עם גורמים ממסדיים - סינגור ותיווך. נושאים אלה, מפאת מורכבותם, לא "נסגרים" תוך פרקי זמן קצרים, והאם ממשיכה להיות זקוקה למדריכה בהתמודדות עם חיי היום יום המורכבים.

■ דוגמאות:

- בהתחלה הצורך הדחוף היה "להעמיד את הבית" שנראה "איום ונורא": המדריכה לימדה את האם שיטת סידור מיוחדת וסדר עדיפויות, האם הפנימה את השיטה והחלה ליישם אותה מיד. לאחר מכן ההדרכה התמקדה בתחום הבישול, מכיוון שהאם לא ידעה איך לבשל. אחרי כמה זמן האם התחילה לבשל לבד. לאחר מכן הייתה התמקדות בהגברת הסמכות ההורית, של האם וגם של הבעל.

- בתקופה הראשונה המדריכה הגיעה בבוקר וסייעה לאם בעבודות הבית. לאחר מכן, משחל שיפור בנושא, המדריכה החלה להגיע בשעות אחר הצהריים, כאשר הילדים כבר בבית. היא מתמקדת בילדים: מכינה איתם שיעורי בית, מנסה ללמד את האם כיצד להתנהג עם הילדים, כיצד לדבר איתם וכיצד לגרות אותם שילמדו.

- בהתחלה הן לא נכנסו למטבח ולא היו עם הילדים, אלא רק קיפלו כביסה. עקב שינוי בתנאים (המשפחה התחילה לקבל ירקות מגמ"ח) הדגש בהדרכה עבר לבישול. היום לאם יש יותר מודעות לכך שצריך ארוחה חמה והיא משתדלת לבשל גם ללא המדריכה. יש יותר גיוון מבחינת האוכל לתינוק, והיא נוקטת בשיטות יעילות שלמדה, למשל, הקפאת שקיות אוכל. יש לה גם יותר מודעות לכך שהילדים יצאו החוצה מסודרים. כיום המדריכה עובדת במקביל לאם עם הילדים בשעות אחר הצהריים – שיעורי בית, מלאכת יד, משחקים וכד'.

- לאחר שהאם כבר מיישמת את מיומנויות משק הבית שלמדה מהמדריכה, ההדרכה מגוונת יותר והתכנים משתנים בהתאם לצרכי האם – לעתים הפגישה כולה מוקדשת לחיזוק ועידוד האם, ולעתים הפגישה מוקדשת לשיחה ולמשחק עם הילדים, כאשר המדריכה מהווה לאם מודל לאמהות.

- ההדרכה עוסקת בחינוך הילדים, בשיטות לחלוקת תפקידים וכד', אך האם אינה מצליחה ליישם זאת בעצמה והמדריכה ממשיכה למלא (ברצון) תפקיד של "אם חלופית".

"לקראת הסוף"

הרמה האופטימלית שאליה שואף הפרויקט להגיע, שבה האם מתפקדת באופן סביר במרבית התחומים שבהם היה לה קשה לתפקד בתחילת הפרויקט, הן בפעולות הפשוטות יותר של ארגון הבית והן בפעולות מורכבות יותר, כמו העסקת הילדים. הקשר עם המדריכה מתמקד בעצות חבריות וסיוע נקודתי ספורדי לפי הצורך. כל זה עד לנקודה בה לאם אין יותר צורך ממשי ומיידי בתמיכת המדריכה.

■ דוגמא:

- בהתחלה, מטרת ההדרכה היתה להשתלט על הבלגן וגם עזרה נפשית – הן היו יושבות ומדברות או מנקות את הבית. היום מדובר יותר ב"יחסי חברות". אין מפגשים מסודרים ומובנים וגם לא "מפגש טיפוסיים". המדריכה באה לאם באופן ספונטני ובכל פעם הן עושות משהו אחר (טיול, בישול ואפיה, מיון, "עצות של אמא"). המדריכה אף סבורה כי ניתן להפסיק את הפרויקט וההדרכה מיצתה את עצמה. הן תישארנה חברות גם אחרי הפרויקט.

מיומנויות הוריות

אחת המטרות החשובות של הפרויקט היא לשפר את תפקוד האם בתחום המיומנויות ההוריות, בכל הכרוך במשימות גידול ילדים וחינוכם. למרות מורכבותו של תחום זה, ניתן להצביע על תהליך אבולוציוני של רכישת מיומנויות הוריות ושיפורן. זיהינו שישה שלבים בתהליך הלימוד של מיומנויות הוריות. להלן מוצגים שלבים אלה.

שלב 1: הקשבה

בשלבים הראשונים האם ממלאת תפקיד פאסיבי ומסתפקת בהקשבה להערותיה והנחיותיה של המדריכה. המדריכה מנסה להסביר כיצד על האם לנהוג עם ילדים: באילו תחומים להתערב ולפעול, מתי לפעול ובאילו שיטות התערבות לנקוט. האם מקשיבה ומנסה לחשוב האם וכיצד כדאי ליישם הנחיות אלה.

שלב 2: ביצוע משימות קלות

בשלב השני האם מנסה ליישם באופן ספוראדי, חלק מן ההנחיות והעצות של המדריכה. מטבע הדברים, בתחילה מיושמות ההנחיות הפשוטות יותר כגון לתת לילדים פרסים על מעשים טובים, להלביש את הילדים בצורה מסודרת יותר, לקנות דברים הכרחיים לילד, לשחק יותר עם ילדים, ללכת לאסיפות הורים וכד'.
כמובן, לא ניתן לצפות לעקביות בביצוע משימות אלה, שלא תמיד נעשות מתוך שכנוע פנימי והבנה מעמיקה של התועלת שבעשייה זו.

שלב 3: הגברת המודעות וההבנה מצד האם

לאט לאט חל שינוי תודעתי אצל האם. היא תתחיל להבין את חשיבות עשיית שיעורי הבית מצד ילדיה, להבין את החשיבות של יצירת קשרים טובים עם הילדים ולראות נקודות מבט של הילדים שיכולות להיות שונות משלה.

היא תתחיל לתפוס את קשריה עם הילדים בראייה עמוקה יותר ובפרספקטיבת זמן ארוכה יותר, היא תתחיל להבין את הרציונל בפעולות שהמדריכה מיעצת לה לעשות.

שלב 4: שיפור היחס אל הילדים

עם השינוי התודעתי יחולו שינויים גם ברמה הרגשית. שינויים אלה יכולים לבוא לידי ביטוי במישורים שונים. כגון: להקשיב יותר לילדים, לתת להם יותר תשומת לב, להקדיש להם יותר זמן, לדבר איתם יותר, להיות פחות קשוחה כלפי הילדים, לתת יחס יותר שיוויוני לכל הילדים, להיות יותר סבלנית כלפי הילדים.

ביטויים חיצוניים אלה מלווים בשינויים רגשיים עמוקים יותר כגון: שינוי עמדות, שינויים בחשיבה אסטרטגית, צמצום ה"אגו" והצרכים האישיים למען הילדים, דחיית סיפוקים.

שלב 5: הפעלת ילדים ושיתופם בעבודות הבית

לאחר שהאם התנסתה בביצוע משימות פשוטות והפנימה ברמה ריגשית וקוגניטיבית את מהות תפקידה, היא תהיה מסוגלת להפעיל טוב יותר את ילדיה. היא תלמד כיצד יש לחלק תפקידים ביניהם. בשלב זה היא תעשה מאמצים לתת תשובות לשאלות כגון: "איזה עזרה נוספת צריך בבית?"; "מה הילדים יכולים לעשות?"; "איזה ילד יכול לעשות מה?"; "איך להסביר להם מה לעשות?"; "איך לגרום להם לעשות זאת?"

בשלב זה האם תצליח להפעיל את הילדים בצורה טובה יותר ולהיות "מנהלת" טובה יותר של הבית המאוכלס בהרבה ילדים עם צרכים שונים.

שלב 6 : מיומנויות הוריות מורכבות

הרמה העליונה של התקדמות האם בפירמידה של מיומנויות הוריות היא עיסוק במיומנויות מורכבות. מיומנויות אלה כוללות משימות בתחומי הצבת גבולות והטלת מרות וניהול קונפליקטים. להלן מספר דוגמאות של המשימות המתבצעות על ידי האמהות בשלב זה ומה נדרש מהן כדי לבצע משימות אלה.

- להדגיש לילדים מה מותר ומה אסור, הסברת החובות והזכויות שלהם.
- פיתוח "אגינדה הורית", יכולת להתבטא מילולית, יכולת שכנוע.
- להביא את הילדים להקשיב לאם, לראות אותה כדמות סמכותית.
- התמודדויות עם קונפליקטים בין הילדים ובינם לבין האם.
- התמודדות עם בעיות התנהגות של ילדים בגיל ההתבגרות.
- אינטליגנציה רגשית גבוהה.
- תחושת כשירות ומסוגלות אישית.
- סגנון התמודדות פרודוקטיבי.
- יכולת תמרון וגמישות מחשבתית והתנהגותית.
- ראייה חינוכית אסטרטגית.

הקשר בין האם לבין המדריכה

הצלחת ההדרכה מותנית במידה לא מבוטלת בדפוס הקשרים האישיים הנוצרים בין האם לבין המדריכה. מתוך הכרת חשיבותו של נושא זה, הפרויקט שם דגש מיוחד על איתור המדריכות והכשרתן על מנת לעודד יצירת קשר חיובי בין הצדדים. לשם כך נבחרות לעבודה בפרויקט מדריכות בעלות רקע דמוגרפי דומה לרקע של האמהות: נשים חרדיות, ברוכות ילדים, המתגוררות בשכונות בהן גרות האמהות, ובעלות רקע כלכלי לא שונה בהרבה מזה של האמהות.

הדרכת האמהות מתפרשת על פני תקופה ארוכה מאוד של קרוב לשנתיים ובמקרים מסוימים אף יותר. לאור זה, יש לראות את דפוסי הקשר בין האם לבין המדריכה, כתהליך התפתחותי. מטבע הדברים, מהות הקשר בין הצדדים לאחר שנה וחצי של עבודה משותפת אמורה להיות שונה ממהות הקשר לאחר שלושה או ארבעה חודשים. להלן נציג מודל לתיאור דפוסי התפתחות הקשר בין המדריכה לבין האם לאורך תקופת ההדרכה. על פי הראיונות שקוימו עם האמהות ועם המדריכות זוהו שלושה משתנים שבאמצעותם ניתן להגדיר את הקשר:

1. **אופן תפיסת המדריכה** – אופן שבו האם תופסת את המדריכה כאדם וכ"מדריכה" במסגרת הפרויקט.

2. **רמת הפתיחות של האם** – באיזו מידה האם מרגישה חופשייה "להיפתח" בפני המדריכה.

3. **מסגרת המפגשים** – מסגרת המפגשים בין המדריכה והאם מוכתבת על-ידי הפרויקט: שני מפגשים שבועיים של שלוש שעות בתחילת הפרויקט. אך בהסכמת שני הצדדים, מסגרת זו עשויה להשתנות עם הזמן.

בניתוח שנציג להלן נתאר את דפוסי התפתחות הקשר בכל אחד משלושת המימדים הללו. בכל מימד ההתפתחות היא הירארכית ומתארת את הרמה הבסיסית של קשר כפי שהיא קיימת בתחילת ההדרכה, ועד לרמה הגבוהה של קשר המאפיינת את היחסים בין האם לבין המדריכה לאחר תקופה ממושכת של עבודה משותפת.

אופן תפיסת המדריכה

ניתן לזהות שלושה שלבים באופן תפיסת האם את המדריכה: תפיסה אינסטרמנטלית של המדריכה, יחסי אמון ויחסי חברות. להלן המאפיינים של כל שלב.

תפיסה אינסטרמנטלית של המדריכה

ברמה הבסיסית של קשר, המדריכה נתפסת על ידי האם לא כמרכיב מרכזי בפרויקט, אלא כאחד משלושת מרכיבי הפרויקט, כאשר שני המרכיבים הנוספים חשובים לא פחות – עזרה כספית ותמיכה חברתית-קהילתית (הנחיית הורים, קייטנת אמהות וכד').

בשלב זה האם נוטה לראות את המדריכה כמי שבאה להקל עליה בעבודות הבית ולסייע לה להתארגן טוב יותר. זהו צורך ראשוני וקריטי של האם, שהמדריכה באה לספק אותו. כפי שאם אחת הסבירה, היא ביקשה מהעובדת הסוציאלית שתביא לה מישהי שתעזור בניקיון, אבל אז מטעם העירייה הציעו לה את

הפרויקט, היא קיבלה אותו בשמחה וגם בעלה שמח שיש "מישהי מהעירייה". כלומר, המדריכה מקושרת בתחילה עם מתן עזרה.

אמנם האמהות המחזיקות בתפיסה זו אינן שוללות את האפשרות של קבלת עצות מן המדריכה או לימוד שיטות עבודה חדשות מעבר לעשייה השוטפת, אך הן רואות את המדריכה בעיקר כדמות מסייעת ולא כדמות תומכת ("אישה שבאה לעזור לה להתמודד עם הבלגן"). האם מכבדת ומעריכה את ניסיונה של המדריכה ואת יכולתה לתפקד כראוי ולשמש כמדריכה, אך הקשר עמה אינו מאוד משמעותי עבורה. התלות במדריכה הינה יותר במישור הטכני מאשר במישור האישי והרגשי.

אמון

עם הזמן, תחושות האמון וההערכה כלפי המדריכה עשויות להעמיק. האם חשה יותר ביטחון בפרויקט ובמדריכה, ובמקביל גדלות הציפיות. המדריכה הופכת לדמות משמעותית יותר עבור האם. מעבר לתלות בעזרתה הקונקרטי, האם מתחילה לפתח כלפי המדריכה גם תלות נפשית. הציפייה לבואה של המדריכה ביום שנקבע להדרכה מתחזקת, תוך תחושות של התרגשות ויראת כבוד. האם רואה את המדריכה כדמות מחנכת, כמעט כמו אימא, דודה או אחות גדולה. כדברי אחת האמהות: "אני מתרגלת אליה כמו לבת משפחה ואפילו יותר מזה".

תקופה זו היא הארוכה ביותר ובמהלכה הקשר נעשה עמוק ומשמעותי ועובר מרמה פונקציונלית-תכליתית לרמה תמיכתית. תפיסת האם את המדריכה בשלב זה יכולה להסתעף לשני נתיבים אפשריים: 1. ראיית המדריכה באור סמכותי, מחייב, חינוכי, תלתי; 2. ראיית המדריכה באור רגשי, חברי, שיווינו, הדדי. ברור שהעדפת האם להתייחס למדריכה כ"אמא" קשורה גם לחסכים האובייקטיביים שלה בתמיכת אם. חלק לא קטן מהאמהות בפרויקט אינן נמצאות בקשר שוטף וקרוב עם אמן בעיקר בשל ריחוק גיאוגרפי. גם יחס המדריכה לאם קובע במידה רבה את תפיסתה: חלק מן המדריכות מראות רגש אמהי כלפי האמהות (במיוחד אם הן בוגרות מהן בהרבה שנים), מפגינות סמכותיות והחלטיות, מעזות להעביר ביקורת, מתייחסות באופן חופשי לילדי האם, כאילו היה מדובר בנכדים.

חברות

אחרי שלב ההערכה ויראת הכבוד כלפי המדריכה, ברמה התפתחותית הגבוהה ביותר האם תופסת את המדריכה במישור יותר שוויוני והקשר הוא יותר הדדי. האם רואה את המדריכה כ"חברה טובה" או "ידידה", הקשר איתה נתפס כחשוב ומשמעותי כמו קשר משפחתי. האם מייחסת למדריכה תפקיד תמיכתי – גם פונקציונלי אבל בעיקר חברתי-רגשי, רואה אותה כמי שבאה בעיקר לתמוך ולהיות לצדה. העובדה שהמדריכה יותר מבוגרת ובעלת ניסיון לא עושה אותה סמכות עליונה – האם לא תמיד מסכימה עם דברי המדריכה ולא חוששת לבקר אותה כשצריך. האם מביעה רגשות חמים כלפי המדריכה, אוהבת אותה ופתוחה כלפיה, אך לא מרבה לדרוש ממנה, כלומר ציפיותיה גבוהות אך ריאליות. היא מודעת לכך שהמדריכה נהנית גם היא מהקשר ומרוויחה ממנו. התלות אינה מוגזמת וההתקשרות בריאה.

ברמה זו, אם הקשר נעשה הדדי והאם והמדריכה הן באמת כמו חברות, אז בסיום הפרויקט האם כמעט ולא תבחין שהפרויקט הסתיים, כי הן תשמורנה על הקשר ביניהן.

רמת הפתיחות

ניתן לזהות שלוש רמות של פתיחות ביחסי אם-מדריכה: סגירות, חשיפה ושיחות נפש.

סגירות

השלבים הראשונים של הקשר מתאפיינים בנכונות מועטה של האם להיפתח. אלה שלבי גישוש המלווים בחשדנות האם כלפי המדריכה. ישנן אמהות שאינן סומכות על המדריכות ולכן אינן מוכנות לחשוף בפניהן את חולשותיהן. היחסים מאופיינים באיפוק, שמרנות, רצינות ומחושבות. אם יש אצל האם או בבית משהו שהאם מתביישת בו (כמו לכלוך והזנחה, בעל לא מתפקד, או ילד בעייתי) היא תחווה קושי גדול לחשוף את המדריכה אליו ועלולה לחשוש שהמדריכה תדווח על כך למישהו. השיחות המתקיימות בין האמהות למדריכות בשלב זה הן לרוב ברובד השטחי והטכני.

ההתקדמות בקשר הבינאישי תלויה בעיקר בנכונות האם לפתוח את ביתה ואת חייה למדריכה ולהיות מוכנה גם לחשוף את חולשותיה. על מנת להתגבר על הסגירות הראשונית של האם, יש מדריכות שמתרכזות בתחילה במעשים ופחות בדיבורים, אך ישנן מדריכות שמעדיפות קודם כל לרכוש את אמונה של האם באמצעות שיחות בלבד – הדבר תלוי באופייה ובמזגה של המדריכה.

חשיפה

עם הזמן, האם נוטה להיפתח יותר כלפי המדריכה. האם מוכנה, יותר מבעבר, לחשוף את חולשותיה ולהתייעץ עם המדריכה בנושאים שונים. נושאי השיחה מתרחבים וחובקים תחומים שונים – עבודות הבית, ילדים, יחסים עם הבעל – אך רמת השיחה לא בהכרח מתעמקת. עדיין סידור הבית ניצב במרכז העניינים. מטרת השיחות היא לחפש פתרונות לבעיות האם, כמו איך להתמודד עם ילד בעייתי, עם בעל שאינו משתף פעולה, איך לפתור סכסוכים עם חמות, איך למצוא עבודה וכד'. בשלב זה האם נוטה לקבל את העצות הניתנות ע"י המדריכה, כמו שהיא מוכנה לקבל את הביקורת שלה על מעשיה.

עם הזמן, כשהאם מפתחת אמון במדריכה, כשהיא מבינה שיש בהדרכה ערך נוסף על העזרה (כלומר, לימוד מיומנויות, טיפים, עצות) מלבד להקל על החיים, היא מפתחת גישה חיובית יותר כלפי המדריכה, גישה הרואה את המדריכה כאישה שלא רק באה לעזור, אלא שאכפת לה ממנה. האם מסירה בהדרכה את התנגדותה וחשדנותה, היא מעזה להיפתח יותר, לספר יותר, לשאול יותר ולהתייעץ יותר. עם הגדילה ברמת הפתיחות, משתנה תפיסת המדריכה, מפונקציונלית – לתמיכתית, ודפוסי התקשורת נעשים פחות פורמליים – יש יותר שיחות טלפון, מפגשים יותר ספונטניים, פעילויות מגוונות לא רשמיות ועוד.

שיחות נפש

כאשר האם תופסת את המדריכה כ"חברה", או כמקור עיקרי לתמיכה נפשית, היא נוטה להיפתח אליה באופן מלא. האם משתפת את המדריכה ביוזמתה, ובלי עכבות, בכל מחשבותיה, רגשותיה, התלבטויותיה ודאגותיה. האמהות מקיימות שיחות נפש מעמיקות עם המדריכות בנושאים שהן לא מדברות עליהם עם אף אחד אחר – כמו תפיסת הנשיות, בעיות בזוגיות, דימוי עצמי נמוך, חלומות ושיאיפות.

מסגרת המפגשים

במקביל לשינויים באופן תפיסת המדריכה וברמת הפתיחות של האם כלפי המדריכה, עם הזמן חלים שינויים במסגרת המפגשים. זיהינו שלושה שלבים התפתחותיים במימד זה – הצמדה לתכנית, גמישות ומפגשים תדירים, קצרים וספונטאנים.

הצמדה לתכנית

בשלב הראשוני של ההדרכה המפגשים בין הצדדים מתנהלים על פי המתכונת שנקבעה מראש - פעם או פעמיים בשבוע, בימים קבועים ולמשך הזמן שנקבע (כשלוש שעות). המפגשים מתקיימים בדרך כלל בביתה של האם. הקשר הטלפוני בין הצדדים הוא בדרך כלל לצורך תיאומים ולעניינים טכניים אחרים. מסגרת קשר מסוג זה תורמת ליצירת תחושות אמון אצל האם כלפי המדריכה וליצירת תחושת יציבות כלפי הפרויקט.

גמישות

עם הזמן, המפגשים עם המדריכה שהיו מתנהלים במסגרת יציבה וקבועה מתחילים לקבל אופי דינמי יותר, מסגרת המפגשים תהיה גמישה יותר עם גבולות מעט יותר פתוחים. בצד המפגשים הפורמליים מתפתחים דפוסי תקשורת פחות פורמליים: זמן המפגשים יכול להשתנות – בוקר או אחה"צ, בין המפגשים יתקיימו שיחות טלפון, היזומות הן מצד המדריכה (לשאול לשלום האם) והן מצד האם (לשאול שאלה דחופה); בפגישות עצמן תהיה אפשרות לסיים מאוחר יותר אם יש צורך בכך; הפגישות תתקיימנה לא רק בבית האם ולעתים האם והמדריכה נפגשות מחוץ לבית לפעילויות פנאי, להליכה, לביקור בשיעורים. כאשר האם נמצאת במשבר או מחלה, תדירות הביקורים עשויה להיות גדולה יותר (לדוגמא, אם שלאחר הלידה אושפזה בבית החלמה והמדריכה באה לבקר אותה יום וגם אחרי שחזרה לביתה היא באה כל יום ועזרה לה, אך לאחר מכן ירד המינון והיא חזרה למפגשים של פעמיים בשבוע).

תדירים קצרים וספונטאנים

בשלב המתקדמים של ההדרכה, הקשר בין המדריכה לאם הופך לקשר כמעט יומיומי ולעתים אף תכוף מזה. מתקיימות הרבה שיחות טלפון ביניהן. אם המדריכה גרה בקרבת מקום, היא יכולה "לקפוץ" בלי התראה. אם הן שכנות והאם זקוקה למדריכה בדחיפות (למשל, לשמור על הילדים כדי שהיא תוכל לצאת) היא קוראת לה וזו באה, ואם האם מתקשרת אליה לשאול משהו (למשל, על בישול) המדריכה עשויה להעדיף לבוא אליה ולהסביר לה באופן ישיר. המדריכה מקדישה זמן לפעילויות אחרות עם האם, שאינן קשורות בתכני ההדרכה ישירות – כמו ללוות את האם לטיול, לעשות איתה הליכות, ללכת לקניות – בלי "להתחשבן" על מספר השעות. המדריכה מזמינה את האם לבוא לביתה מדי פעם, מציעה את עזרת בנותיה בלימודים לילדי האם, המדריכה והאם עשויות להזמין אחת את השניה לאירועים משפחתיים (ברית, בר-מצווה, חתונה).

המשתנים שעשויים להשפיע על התפתחות הקשר

הקשר הבינאישי בהדרכה הוא בעל פוטנציאל התפתחותי, אבל ההתקדמות ברמות הקשר הבינאישי תלויה במידה שווה באם ובמדריכה ובהתאמה הבסיסית בין שניהן. להלן מספר מאפיינים של אמהות ומדריכות, שעשויים להשפיע על עיצוב הקשר הבינאישי:

אמהות: המצב הנפשי טרום ההדרכה, תפיסה של מטרת הפרויקט, נכונות לקבל עזרה, נכונות לחשוף חולשות, צורך בחברה, חסך אמהי, תמיכת הבעל.

מדריכות: תפיסת תפקידה בפרויקט, מידת הדמיון לאם, נכונות ליצור קשרי חברות עם האם, רצון להיות "מושיעה" של האם, ראיית הקשר כפונקציונלי או תמיכתי, טיפוח התלות של האם בה או העדפה לשחרר את האם מהתלות, גמישות כלפי הרחבת גבולות ההדרכה לדפוסים בלתי פורמליים, התייחסות להדרכה כאל עבודה והעדפה להישאר בדפוס תקשורת יציב ופורמלי או נכונות להשקיע בקשר אם זה יתאפשר.

יחס הבעל לפרויקט

פרויקט "אמהות למען אמהות" עוסק לא רק באמהות עצמן, אלא במשפחתן בכלל ובבעליהן בפרט. הנחת העבודה של הפרויקט היא ששיתוף הפעולה מצד הבעל הנו משתנה חשוב התורם להצלחת הפרויקט.

במסגרת הראיונות שקוימו עם האמהות, המדריכות והבעלים, הם התבקשו לתאר את יחסם של הבעלים לאמהות ולפרויקט. מניתוח ממצאי הראיונות, יחס הבעל לפרויקט הוגדר על פי שני צירים, שבכל אחד מהם זוהו ארבע רמות:

ציר א' – יחס רגשי

1. יחס עוין ושלילי.
2. יחס אדיש.
3. יחס חיובי-פאסיבי.
4. יחס חיובי-אקטיבי.

ציר ב' – תחומי תוכן ההתייחסות

1. יחס למדריכה.
 2. תמיכה באם וחיזוקה.
 3. עזרה בבית.
 4. השתתפות בסדנא לאבות.
- להלן התיאור של סוגי היחס בכל אחד משני הצירים.

ציר א' – יחס רגשי

יחס עוין ושלילי

בשלב ראשון הבעל עלול להפגין חוסר שביעות רצון כלפי הפרויקט בכלל, וכלפי נוכחות המדריכה בפרט. הוא תופס את כניסת המדריכה לביתו כאל פלישה של אישה זרה לפרטיותם ולכן יחסו כלפיה חשדני ועוין. נוכחות המדריכה עלולה להמשיך להפריע לבעל גם לאחר "תקופת הסתגלות" ראשונית לפרויקט עצמו. קיימות סיבות שונות ליחס זה:

- לא רוצה שיסתובבו לו בבית וידעו על העסקים שלו.
 - חשש מכך שהאם משתפת את המדריכה בחייה האישיים וחושפת את משפחתו וילדיו בפני גורם חיצוני.
 - חושש שהמדריכה תשפיע על הילדים לרעה מבחינה דתית.
 - חושש מחוסר צניעות של המדריכה ומנסה לא להיתקל בה.
 - סבור שרעיונות שהמדריכה "מכניסה" לאם גורמים לה להתנגד לו ומערערים את סמכותו בעיני אשתו.
- בנוסף, הבעל אינו תומך באם מבחינה נפשית, מפגין חוסר אכפתיות ומתנגד לרעיונות הפרויקט שאשתו מבקשת ליישם:
- מתנגד לשינויים שהיא עוברת ואינו מסכים לבצע שינויים בבית.

- מתנגד ליציאתה לבית הבראה מטעם הפרויקט.
 - מטעמים דתיים שולל ממנה עזרה ביתית שתקדם אותה מבחינה אישית.
 - מתנהג כלפיה בסמכותיות-יתר, סוגר אותה בבית ומנסה לחבל בשאיפותיה.
 - כלל לא עוזר בבית.
 - לא מסכים לשמור על התינוק כשהאם הולכת להנחיית הורים, אז היא לוקחת אותו איתה.
 - אינו משתתף בסדנאות/הרצאות לאבות בשל התנגדותו לפרויקט.
- אמהות שבעליהן מראים יחס עוין כלפי הפרויקט וכלפיהן, בדרך כלל סובלות מאוד. ההתנגדות של הבעל משבשת את עבודת ההדרכה ומחבלת ברעיונות של הפרויקט. יחסו מקשה עליהן והן רואות את המדריכה כקרון אור היחידה בחייהן. סביר שלאחר סיום מפגש עם המדריכה, לאמהות אלה יהיה קשה להתמודד עם מטלות הבית והילדים בהינתן חוסר התמיכה של הבעל. אולם יש אמהות שאינן מושפעות מיחס עוין של הבעל וממשיכות להתקדם ולהשתפר.

יחס אדיש

הבעל אינו מתנגד לפרויקט, אך גם לא מפגין שביעות רצון. יחסו לפרויקט ולמדריכה אדיש ולא-אכפתי, אך גם לא עוין. יחסו לאם קריר כמו גם התייחסותו למראה הבית. יחס מסוג זה מתבטא בהתנהגויות הבאות:

- הבעל רואה את המדריכה בעיקר כמי שבאה לעזור לאשתו בעבודות הבית – "עוד דמות שבאה לעזור" – לכן הוא לא מתערב בהדרכה ולא מתנגד לשהותה.
 - הוא משתדל לא להיות בבית כשהן נמצאות.
 - למרות אדישותו הוא מכבד את המדריכה – למשל, כשהיא מתקשרת בטלפון הוא אומר לילדים שיקראו לה מהר – אך מעדיף שלא לדבר איתה.
 - מסרב לקחת חלק בסדנאות לאבות כי זה לא מעניין אותו והוא לא מבין את ערכם. גם אם אשתו מנסה לשכנע אותו ללכת, הוא לא רוצה לשמוע, הוא פשוט לא מעוניין.
 - אינו קשוב לצרכים של אשתו (למשל, לא מבין מדוע היא צריכה ציוד מסויים בבית), לא תומך בה מבחינה נפשית, לא מאפשר לה להישען עליו.
 - יחסו כלפי הבית אדיש – הוא לא מעיר על בלאגן או לכלוך.
 - הוא כמעט ואינו בבית וכשהוא מגיע מאוחר אין לו זמן להתעסק בזה.
 - למרות שהוא מובטל ונמצא כל היום בבית, הוא כלל לא עוזר בעבודות הבית.
- בחלק מהמקרים האשה סובלת מכך שהוא לא עוזר בבית, וסביר להניח שהיו מתקדמות יותר אילו היו עוזרים להן מעט. ישנן אמהות שמשלימות עם עובדה זו, וסבורות שעליהן להתגבר על הקושי בעצמן.

יחס חיובי-פאסיבי

- הבעל מביע שביעות רצון מהפרויקט ומהמדריכה ומעריך את ההישגים, אך מידת מעורבותו בפרויקט נמוכה ושיתוף הפעולה עם המדריכה חלקי. יחס זה מתבטא בהתנהגויות הבאות:
- הוא רואה את המדריכה כדמות שבאה בעיקר לעזור בבית, אך מעריך את הידע והניסיון שלה, רואה אותה כ"אישה מבוגרת עם ניסיון"; הוא מכבד את המדריכה ומעריך את הסגנון שלה כ"סגנון רוחני שדומה לשלנו".
 - שם לב לתוצאות ההדרכה ולשינויים בבית ומייחס אותם לעבודת ההדרכה.

- מקבל את העובדה שהמדריכה חשובה לאשתו אבל עדיין לא רואה אותה כ-"חלק מהמשפחה" אלא כגורם חיצוני.
- משתף פעולה עם רעיונות של המדריכה, אך לא באופן מלא.
- אינו מדבר איתה פנים-אל-פנים, אלא רק בטלפון; אינו יוזם שיחות עם המדריכה אבל "מדבר" איתה דרך אשתו - למשל, כשיש חילוקי דעות עם אשתו הוא אומר לה לשאול את המדריכה.
- הוא כביכול סומך על דעת המדריכה אבל לא בהכרח מבצע את מה שהיא אומרת.
- הוא נותן מחמאות רק כשאשתו מבקשת, הוא מחמיא לה על שינויים אבל היא היתה רוצה שיחמיא לה יותר, "אם היה מחמיא יותר הייתי יותר מתאמצת"; הוא מתייחס לשינויים אך לא שם לב לדברים הקטנים שבעיניה הם משמעותיים.
- בבית הוא עוזר רק מעט (בעיקר לקראת שבת), או מפני שהאם לא מוכנה שהוא יעזור ("זה לא התפקיד שלו"), או מפני שיש לה עזרה מהילדים או מהעוזרת, אבל בסך הכל הוא מרוצה כשהבית מסודר. הוא עוזר בדברים אחרים כמו קניות וללמוד עם הילדים.
- משתף רק בחלק מן ההרצאות לאבות (אך לא מתוך התלהבות, אלא יותר מתוך מחויבות לפרויקט). מודע לחשיבות ההרצאות, אך פוסח עליהן מפאת חוסר זמן או מפני שהוא חושב שהוא מספיק בעל ניסיון.

יחס חיובי אקטיבי

הבעל מפגין שביעות רצון רבה מהפרויקט, הוא משתף פעולה באופן מלא עם המדריכה, משכיל לנצל היטב את מה שיש לפרויקט להציע – הן בהדרכה והן מבחינה חומרית ומגלה מעורבות אקטיבית. יחסו למדריכה חיובי ביותר - הוא מעריך אותה גם כמדריכה בעלת ידע וניסיון חיים וגם כבן אדם. מעריך את מה שהיא עושה למען משפחתו ומקבל אותה כחלק מהמשפחה. הוא מכבד אותה ואת דעותיה ומכיר בתרומתה לאשתו. כמו אשתו, הוא מדבר איתה באופן חופשי, מתייעץ איתה בנושאים מגוונים (חינוך ילדים, קניית דירה). הוא מתקשר אליה, מבקש ממנה דברים, עושה מה שהיא מבקשת, מקבל את המלצותיה, מודה לה. לרוב אין חילוקי דעות ואם ישנם הם נפתרים בשיחה תרבותית.

הבעל מתעניין בפרויקט, הוא מוכן להשתנות ולהקשיב למדריכה או לנציגי הפרויקט. הוא משתף בהתמדה בכל ההרצאות לאבות ומפיק מהן הנאה ותועלת. הוא נהנה לשוחח עם אשתו בנושאים שדנו עליהם בסדנא, בעיקר על חינוך ילדים. הדיון המשותף מניב רעיונות חדשים, מקדם את התקשורת בין בני הזוג ותורם לאווירה בבית. הוא גם מיישם את מה שלמד על ילדיו (למשל, מקדיש לכל אחד מהם בנפרד תשומת לב כשהם באים הביתה).

התקשורת של הבעל עם אשתו פתוחה וחמה: הוא מחמיא לה על שינויים שהוא רואה בבית ועל התקדמותה (למשל, "תודה רבה שהבית נקי") ויודע להעריך כל הישג; הוא מתייחס אליה בסבלנות, מעודד ומחזק אותה ותומך בה – נפשית ופיזית. בנוסף, הוא עוזר מרצונו בעבודות הבית – מסדר, מטאטא, שוטף רצפות, עושה קניות, מכין ארוחות, שוטף כלים. בתחום הטיפול בילדים – משתף באופן פעיל: קם בלילה להחליף, מעיר אותם, רוחץ אותם, שומר עליהם, מעסיק אותם. גם אם הבעל עסוק בלימודיו, הוא שמח לעזור כשהוא רק יכול.

ציר ב' – תחומי תוכן ההתייחסות

בסעיף הקודם תואר ציר א' על פי ארבע רמות של מידת האהדה של הבעל לפרויקט. יש להדגיש כי יחס הבעל לפרויקט יכול להיות מורכב ודיפרנציאלי, בהתאם לתחומי תוכן שונים.

לדוגמא, בעל שהיחס שלו למדריכה ולפרויקט הוא אוהד וחיובי, אבל בבית הוא בכלל לא עוזר, או בעל שמאוד שבע רצון מהפרויקט, אך רק מהיבט אחד שלו (למשל, העזרה הכספית); או בעל שתומך ועוזר בבית, מרוצה מהמדריכה, אך לא רואה צורך להשתתף בהנחיית אבות.

לכן, התייחסות הבעל לפרויקט תובן טוב יותר עם ניקח בחשבון את אופן התייחסותו ההתפתחותי גם לכל אחד מארבעת תחומי התוכן המוגדרים בציר ב'.

יחס למדריכה ולפרויקט

בתחילת הפרויקט, בעלים רבים תופסים את כניסת המדריכה לביתם כאל פלישה לפרטיות והדבר חורה להם. אולם, משנראות לעין התוצאות החיוביות של ההדרכה – הן מבחינת ארגון הבית והן מבחינת שיפור מצב הרוח של האם – הם מתחילים לקבל את נוכחות המדריכה בביתם ואינם מתנגדים עוד. להלן מספר דוגמאות למקרים בהם חל שיפור ביחס הבעל למדריכה או לפרויקט:

- בהדרגה הוא זכה להכיר את המדריכה, והתחיל להעריך את הידע והניסיון שלה ואת רצונה האמיתי לעזור.
- בדומה לאם, גם הבעל התחיל לראות את המדריכה כידידת המשפחה, ונותן בה את אמונו.
- בעל, שמטבעו הוא פתוח ודברן, אינו חושש לדבר איתה או להתייעץ איתה, אם זה בטלפון או פנים-מול-פנים.
- הבעל מקבל את עצות המדריכה, ממלא בקשותיה, משתף פעולה באופן מלא.

יחס לאם

מספר ניכר של אמהות ציינו שעם התקדמות הפרויקט, הבעל שינה לטובה את יחסו כלפיהן. בעלים שלפני הפרויקט לא נהגו לתמוך באשה, לפרגן או להחמיא לה, שינו את התנהגותם לטובה. להלן מספר דוגמאות:

- בעל, שלפני כן לא הקדיש לאשתו הדכאונית תשומת לב ולא הבין אותה, החל, בעצת המדריכה, להתייחס אליה יותר (מטלפן אליה באמצע היום לשאול אם צריכה עזרה, מזמין אותה לאכול עמו).
- לאחר שהבעל התחיל לראות תוצאות בבית בעקבות הפרויקט, לאחר שראה שהאשה יותר רגועה ושלווה, השתנה יחסו אליה – הוא החל להחמיא, לחזק ולעודד והדבר דרבן אותה עוד יותר להשתנות.
- הבעל התחיל להבין שבאמת קשה לאשתו ולכן החל לעודד יותר.
- הבעל החל לשים לב לשיפורים החיצוניים והפנימיים בתפקוד האישה.
- התקשורת בין האם לבעל בריאה ופתוחה יותר והאווירה ביניהם הפכה נעימה יותר.

עזרה בבית

בעלים שלא עזרו בבית טרם הפרויקט החלו לעזור יותר עם כניסת המדריכה לבית – הן במשק הבית והן בטיפול בילדים. להלן מספר דוגמאות:

- הבעל "נדבק" בהתלהבות העשייה של המדריכה ושל אשתו, ונרתם לעזור גם כאשר הוא אינו מתבקש לכך באופן מפורש.
- בעקבות הפרויקט, הבעל החל לעזור יותר בבית, לטפל יותר בילדים, לעזור בקניות, להוריד מעט מהעומס עליה.
- הבעל משתתף יותר ב"עול" של גידול הילדים – קם אליהם בלילה, מחליף חיתול אם רואה שרטוב, רוחץ, מלביש, מקים בבוקר, מכין אוכל.
- לבעל אכפת יותר ממה שנעשה בבית ולכן נהיה פעיל יותר, ובעקבות בקשת המדריכה נרתם לשפץ את הבית.

השתתפות בסדנא לאבות

ישנם בעלים שהולכים להרצאות כי הם מרגישים מחוייבים כלפי הפרויקט. אלה שהולכים להרצאות כי זה מעניין אותם לומדים דברים חדשים על יחס לילדים, דנים עליהם עם האישה ואף מיישמים. לדוגמא:

- הבעל שמע בהנחיית הורים שכשהילדים באים הביתה צריך לברך כל אחד מהם בנפרד, והוא מיישם זאת.
 - בעקבות ההרצאות הבעל מבין יותר את הילדים, אכפתי ורגיש יותר, מתעסק איתם יותר זמן, מקדיש זמן ללימודים שלהם.
- אצל מרבית הבעלים, גם אצל אלה שהיו שליליים ואדישים בתחילה, חלו בעקבות הפרויקט שינויים לחיוב (כפי שפורטו לעיל) במקרים נדירים יכול הפרויקט להשפיע לרעה על יחס הבעל אל אשתו. להלן דוגמא:

- יחסיו של הבעל עם אשתו היו רעועים עוד לפני הפרויקט והמדריכה רק גרמה לאשתו להבין את חומרת המצב ולהתחיל להתנגד למרותו. יחסו נעשה עוד יותר שלילי, הן כלפי הפרויקט והן כלפי המדריכה, הוא הלך והסתגר עוד יותר, הביע עוינות כלפי אשתו והסית את הילדים נגד המדריכה. תמיכת המדריכה באם חיזקה אותה עד כדי כך, שכבר לא היתה זקוקה לבעלה כמו מקודם. בסופו של דבר הבעל עזב את הבית. דבר זה לא היה קורה אילו לא המדריכה שימשה לאם משענת.

משמעויות המחקר בתחום ההדרכה

ממצאי המחקר הנוכחי והמחקר על חלקה הראשון של התכנית, מצביעים על הצלחה חלקית של תכנית זו במתן סיוע לאמהות, אך הם מראים שהתכנית לא הגשימה את יעדיה ברמה העקרונית. אמהות רבות נתרמו מהדרכת המדריכה, הפיקו תועלת בביצוע עבודות בית ובגידול ילדים. התכנית הקלה ללא ספק על השחיקה הנפשית של האמהות וסייעה במידה מסויימת גם במישור הכלכלי. חלק מהבעלים הפיקו תועלת מן התכנית ושינו את יחסם לנשותיהם. חלק מן האמהות הגשימו את יעדי התכנית ובסיומה יכלו לתפקד באופן עצמאי.

אך ברור שרק מיעוט מבין האמהות הגיע לרמה של תפקוד עצמאי לאחר תקופת הדרכה של כשנה וחצי, כפי שהיה מצופה.

ממצאים אלה מחייבים הפקת לקחים בשני מישורים – אופן הפעלת התכנית, כלומר אופן ביצוע ההדרכות, והנחות היסוד והקונספציה שעל פיהם נבנתה התכנית. ממצאי המחקר מאפשרים להפיק תועלת בשני מישורים אלה:

- בתחום הדרכת האמהות
 - בבניית תכנית חדשה למתן סיוע
- בהמשך פרק זה נציג מספר תובנות שעשויות לסייע במישור ההדרכתי ואילו בפרק הבא נציג את הרציונל ואת העקרונות לתכנית סיוע חדשה.

הלקחים בתחום ההדרכה

דפוסי הלמידה של האמהות במהלך התכנית נותחו במחקר זה בראיה התפתחותית, כפי שהוצג בצורה מפורטת בפרקים הקודמים של הדו"ח. מראיה התפתחותית זו, ניתן להפיק מספר לקחים מעניינים שיכולים לסייע בתהליך הכשרת המדריכות ובהדרכת האמהות. העקרון ההירארכי בלמידה, עליו מבוססת הראיה ההתפתחותית, ממחיש שני כללים חשובים:

1. שלבי למידה – קיימים שלבים מוגדרים ומובחנים בתהליך הלמידה.
2. זיקה בין השלבים – קיימת זיקה הירארכית בין שלבי הלמידה. כלומר שלב 2 נלמד לאחר שנלמד שלב 1, ושלב 3 נלמד אחרי שלב 2. המודרך שהגיע לשלב מסויים, אמור לשלוט בכל השלבים הקודמים.

על בסיס שני עקרונות למידה אלה ניתן להפיק מספר לקחים מעניינים בהדרכה:

1. תכנון הדרכה – עוד לפני תחילת ההדרכה ניתן לערוך תכנית מפורטת של ההדרכה, הכוללת את שלבי ההדרכה הצפויים, המשאבים שיש להשקיע בכל שלב, בנית תכנית ההכשרה של המדריכות וכד'.
2. התמקדות בתכנים אופייניים לשלב למידה – בכל שלב למידה יש להתמקד בתכנים ספציפיים האופייניים לאותו שלב. למשל, המדריכה שמלמדת מיומנויות ניהול בית ומתמקדת בציר א' ("מה"), אמורה לדעת שבשלב הראשון עליה להתמקד בשיפור ביצועים פשוטים ומוכרים. כלומר היא צריכה לזהות באילו מבין הביצועים הפשוטים (כמו בישול, אפיה, נקיון) האם מתמאצת, לערוך "מבחן" של רמת הביצועים שלה באותם תחומים,

ולנסות לשפר את דפוסי העבודה שלה. רק לאחר מכן היא תעבור לשלב השני הכולל למידה של "מימונויות פשוטות חדשות" שהאם לא הכירה קודם.

3. המנעות מעיסוק בתכנים לא אופייניים לשלב למידה – על המדריכה להיזהר לא לנסות ללמד תכנים לא אופייניים לשלב למידה בו נמצאת האם. נסיון כזה עלול לבלבל אותה, לעכב את הלמידה, ליצור חשדנות, עימותים ויאוש. למשל בשלבים ראשוניים של למידה, כאשר מבחינה רגשית האם נמצאת בשלב 'חשדנות' ובודקת את המדריכה, אסור למדריכה לנסות לשאול שאלות אישיות וחודרניות.
4. תיאום ציפיות – הכרת שלבי הלמידה מאפשרת למדריכה ולאם לדעת לאילו תפוקות אפשר לצפות בכל שלב ושלב, ומה לא ניתן להשיג בכל שלב. תיאום הציפיות יקל על למידה וימנע אכזבות.
5. "מבחני סיום שלב" – בסיום כל שלב על המדריכה לערוך "מבחן" כדי לוודא שהאם אכן למדה את התכנים האופייניים לאותו שלב, ושניתן לעבור לתכנים מורכבים יותר האופייניים לשלב הבא.
6. "מבחני חזרה" – מדי פעם על המדריכה לחזור ולבדוק שהתכנים שנלמדו בשלבים המוקדמים יותר אכן נשמרו ושהאם עדיין שולטת בהם. אם מתברר שלא הכל נשמר יש לערוך חזרות קצרות.
7. ניהול טעויות – הכרת התכנים והתפוקות המצופים מן האם בכל שלב, מאפשרת ניהול מושכל של טעויות. בכל שלב ניתן לדעת מה הן הטעויות האופייניות לאותו שלב. הופעת טעות כזו צפויה והינה חלק מתהליך הלמידה, ומאפשרת למדריכה להתמקד בתכנים שדורשים חיזוק. כמו כן, ציפייה לטעויות אופייניות-שלב תקל את מלאכת ההדרכה, ותסייע למדריכה, להתייחס בסלחנות לביצועים שגויים של האם. הופעת טעויות לא אופייניות לשלב מרמזת על בעיות למידה בתכנים משלבים קודמים. תופעה זו תכוון את המדריכה לערוך חזרה על שלבים קודמים.

לקראת תכנית התערבות חדשה

כללי

המפעל "אמהות למען אמהות", על שני חלקיו, נועד לטפל בבעיית התשישות הנפשית והגופנית של אמהות ברוכות ילדים, ובבעיות הנגרמות להן מדימוי עצמי לא משופר. על פי התכנון, הדרך העיקרית לטיפול בבעיות אלה היא – הדרכה ומתן דוגמא אישית. על פי תפיסה זו יש להראות לאם שהיא מסוגלת להתמודד בכוחות עצמה עם הבעיות הניצבות מולה, להדריך אותה בהדרכה צמודה איך עושים זאת, ותוך פרק זמן של כשנה וחצי היא תהיה מסוגלת לעמוד על רגליה.

הניסיון שנצבר במשך כארבע שנים בשני חלקי המפעל, מראה שהמציאות מורכבת יותר, ושלא ניתן לפתור את כל הבעיות תוך זמן יחסית קצר ועל ידי הדרכה בלבד.

בפרק זה נציג קונספציה חדשה ומורכבת יותר לבניית מפעל מסוג "אמהות למען אמהות", קונספציה שנועדה לסייע למכלול רחב של משפחות, מן הסוג שנטלו חלק במפעל זה, תוך השקעה אופטימלית של משאבים. הקונספציה המוצעת מתבססת על טיפולוגיה של סוגי בעיות מהן סובלות האמהות שהשתתפו במפעל זה, וסוגי סיוע שניתן להעניק להן על מנת להתמודד ביתר הצלחה עם בעיותיהן, והתאמת סוג הסיוע לסוג הבעיה.

ניתוח של הסיבות להצלחה החלקית של המפעל

כבר במועד המתוכנן לסיום החלק הראשון של המפעל היה ברור שלא בכל המקרים הושגו היעדים במלואם, ולא כל האמהות יכלו לתפקד בצורה עצמאית. כדי להתמודד עם חוסר הצלחה זה, אומץ הפתרון הקל – להאריך את משך הפרויקט משנה וחצי לשנתיים. אבל פתרון זה לא עזר. יתרה מזו, במעקב שנעשה כעבור שלושה חודשים ממועד הסיום בפועל של חלקו הראשון של הפרויקט (כולל ההארכה של חצי שנה), התברר שמאז שפסקה ההדרכה חלה נסיגה גדולה ברמת תפקודן של האמהות. בסיום חלקו השני של המפעל נראה בבירור שהבעיה אינה משך המפעל. ברור שלא ניתן לפתור את הבעיות של כל המשפחות באותם כלים ובמסגרת אותה מערכת מושגית והנחות יסוד עליהן בנוי הפרויקט. למעשה ניתן לקבוע שחלק לא מבוטל מן המשאבים שהושקעו בהדרכת האמהות לא הניבו את הפירות המקווים.

הקושי העיקרי של פרויקט זה הוא חוסר ההתאמה בין סוגי הבעיות מהן סובלות האמהות, לבין מלאי הכלים שאמורים לפתור בעיות אלה. בהרבה מקרים מגוון הבעיות של המשפחות שהתקבלו לפרויקט חרג מפרופיל המשפחה שהייתה אמורה ליטול חלק בתכנית. במקרים לא מעטים נאלצו המדריכות להתמודד לא רק עם בעיות של תשישות האם, דימוי עצמי נמוך וחוסר ידע איך לנהל את משק הבית. המדריכות נדרשו להתמודד עם בעיות הרבה יותר מורכבות וחמורות שחרגו ממנדט הפרויקט, כגון: בעיות רפואיות ונפשיות חמורות (של האם, של ילדיה או של בעלה), מצוקה כלכלית חמורה, תלות כרונית במוסדות הסעד והעדר מוטיבציה של המשפחה לעמוד על רגליה בכוחות עצמה, ולעיתים אף העדר שכנוע פנימי שהמצב הרצוי הוא להגמל מתלות זו.

העובדה שלא כל האמהות הגיעו לרמת העצמאות המקווה, אינה מצביעה על כשלון של האמהות, של המדריכים או של הצוות המקצועי בפרויקט, אלא מצביעה על כשל בקונספציה של הפרויקט. במסגרת מפעל זה כפי שתוכנן, עם לוחות הזמנים שנקבעו והאמצעים שעמדו לרשותו, לא ניתן לפתור את הבעיות של כל המשפחות.

- המפעל כפי שתוכנן מתאים רק לחלק קטן מן האמהות, המשתייכות לאחת משתי הקבוצות הבאות:
1. חוסר ניסיון – אמהות שהבעיה העיקרית שלהן הייתה חוסר ידע, חוסר ניסיון וחוסר יכולת ארגון וניהול של הבית.
 2. שחיקה נפשית – אמהות הסובלות משחיקה נפשית כתוצאה מעומס בעבודה והעדר אפשרויות לבלות ו"להתאוורר".

כפי שנראה בהמשך, בעיות אלה הן רק חלק מן הבעיות מהן סבלו האמהות שהתקבלו לפרויקט.

סוגי הבעיות

הניסיון שנצבר בשני מחקרי ההערכה שבוצעו על שני חלקי המפעל מראה שהאמהות והמשפחות שנטלו חלק במפעל זה סובלות מבעיות רבות ומגוונות, ברמות חומרה שונות. להלן נציג את סוגי הבעיות עיקריות:

1. היעדר ידע – העדר ידע וניסיון מספיקים לארגון וניהול הבית.
 2. שחיקה נפשית – שחיקה נפשית כתוצאה מעומס בעבודה והעדר אפשרויות לבלות ו"להתאוורר".
 3. משבר זמני – משברים זמניים הקשורים לבריאות האם, כמו משברים הקשורים ללידה, או למישהו מבני המשפחה. גידול משמעותי במספר הנפשות במשפחה (כמו הולדת תאומים), צמצום תאומי בהיקף העזרה בבית (כמו במקרה של בת גדולה שמתחתנת) וכו'.
 4. עומס יתר כרוני – ריבוי משימות שמקשה מאוד על האפשרות לסיים את עבודות הבית במצב של העדר אפשרות להסתייע בילדים גדולים, בבעל, באמא או בבני משפחה אחרים.
 5. קשיים בגידול ילדים – בעיות שונות בחינוך ילדים, כולל בעיות בלימודים, בעיות משמעת וקשיים בהטלת מרות, קשיים בהפעלת הילדים בעבודות בית, קשיים במציאת זמן לשחק איתם ולהעסיקם וכד'.
 6. בריאות האם – בעיות נפשיות או בעיות בריאותיות כרוניות של האם.
 7. בריאות המשפחה – בעיות נפשיות או בעיות בריאותיות כרוניות של הילדים או של הבעל.
 8. קושי בהתמודדות מול מוסדות – קשיי התמודדות, או אי כשירות וחוסר יכולת להתמודד עם מוסדות בירוקרטיים (כמו בית הספר, קופת חולים, המוסד לביטוח לאומי) והשגת זכויות.
 9. עוני – בעיות הנובעות מעוני עמוק, הבאות לידי ביטוי בהיעדר משאבים לצרכים בסיסיים של בני המשפחה, מחסור בצידוד ביתי בסיסי, תנאי דיור קשים ותלות מוחלטת במוסדות סעד ורווחה.
- כמובן, יכולה להיות זיקה בין בעיות שונות. למשל בעיות בריאותיות כרוניות של האם או של מישהו מבני המשפחה יכולות להחריף את בעיית "עומס היתר הכרוני" או את "השחיקה הנפשית". כמו כן קיימות לא מעט משפחות שסובלות מיותר מבעיה אחת.

כפי שנאמר לעיל, על פי הקונספציה המקורית של פרויקט "אמהות למען אמהות", המדריכות היו אמורות לטפל בעיקר באמהות הסובלות מבעיות מסוג 1 או מסוג 2, אך בפועל נאלצו להתמודד עם כל מגוון הבעיות שלעיל.

סוגי סיוע

מניתוח דפוסי האינטראקציה בין האמהות והמדריכות ומניתוח סוגי סיוע חומרי ואחר שניתנו במסגרת הפרויקט, זוהו שבעה סוגי סיוע שהאמהות קיבלו.

1. הדרכה אישית על ידי מדריכה – פרויקט זה נועד לתת בראש ובראשונה הדרכה אישית. הדרכה זו ניתנה במסגרת מפגשים אישיים קבועים בין המדריכה לבין האם.
2. עזרה בעבודות הבית – על פי התכנון, עזרה בעבודות הבית לא אמורה להוות סיוע שניתן על ידי המדריכה לאם. רק כתוצאה לוואי, תוך כדי הדרכה האם הייתה אמורה להנות מסיוע של המדריכה. בפועל במקרים רבים המדריכה סייעה באופן ישיר, ולא כחלק מתהליך ההדרכה, בביצוע עבודות הבית.
3. הנחיה לחינוך ילדים – האמהות קיבלו הנחיה לחינוך ילדים, בעיקר במסגרת סדנאות, אך גם במסגרת הדרכה אישית ממדריכה.
4. תמיכה נפשית וחברתית – תמיכה נפשית וחברתית ניתנה הן על ידי המדריכות והן במסגרת הסדנאות לחינוך ילדים שמילאו גם פונקציה של קבוצת תמיכה.
5. "לשמש כאפוטרופוס" – חלק מן המדריכות מצאו את עצמן, שלא במתכוון, בתפקיד של מעין "אפוטרופוס" של המשפחה. הן נדרשו לסייע, לכוון ולהנהיג את המשפחות בהתמודדותן עם בעיות קשות מאוד בתוך המשפחות (בין האם לבעלה, בין האם לילדיה) ובין המשפחה לבין מוסדות וגופים ציבוריים. הבעיות היו בתחומים שונים כגון: בעיות בריאותיות, בעיות נפשיות, קונפליקטים משפחתיים חריפים, בעיות בתחומי אמונה ונטיות לחילון אצל ילדים, בעיות של עוני קיצוני וכד'. במקרים אלה המדריכה נדרשה לתפקד כמו "אמא סמכותית" ויותר מזה.
6. סיוע כלכלי – הפרויקט העניק סיוע כלכלי זעום לרכישת ציוד בסיסי וסיוע בהשגת מוצרים שונים.
7. נופש – במסגרת הפרויקט האמהות נהנו מימי נופש בבית מלון.

בלוח הבא ניתן לראות את המכפלה של סוגי הבעיות וסוגי הסיוע.

לוח מס' 5: סוגי בעיות וסוגי סיוע

	סוגי סיוע	1. הדרכה אישית	2. עזרה בעבודות הבית	3. הנחיה לחינוך ילדים	4. תמיכה נפשית וחברתית	5. "לשמש כאפוטרופוס"	6. סיוע כלכלי	7. נופש
1	סוגי בעיות היעדר ידע							
2	שחיקה נפשית							
3	משבר זמני							
4	עומס יתר כרוני							
5	קשיים בגידול ילדים							
6	בריאות האם							
7	בריאות המשפחה							
8	קושי בהתמודדות מול מוסדות							
9	עוני							

דגם חדש לתכנית התערבות – הצעה

בסעיף זה נציג דגם חדש להפעלת תכנית סיוע לאמהות. לפני שנפרט את עקרונות התכנית נציג מספר מסקנות שניתן להסיק מהתכנית שהופעלה במשך כארבע שנים.

מסקנות מהפעלת התכנית

כל האמהות שהשתתפו במפעל "אמהות למען אמהות" קיבלו "חבילת סיוע" אחידה שכללה את כל מרכיבי הסיוע שצויינו לעיל. כמובן, המינון של כל מרכיב היה יכול להיות שונה בהתאם לצרכי האם והמשפחה, כפי שזוהו על ידי המדריכה. למשל במקרים מסויימים הושם דגש חזק יותר על מתן עזרה בעבודות הבית ובמקרים אחרים המדריכה השתדלה להעניק תמיכה נפשית וחברתית. אך באופן כללי כל האמהות נהנו משיעור זה או אחר של כל אחד ממרכיבי הסיוע.

ברור שבתכנית בה אין קשר הדוק בין סוג הבעיה לסוג הפתרון עלולות להתעורר בעיות שונות. להלן נציג מספר מסקנות שיש להתייחס אליהן בכובד ראש בבואנו להעריך את דגם התכנית שהופעלה ובתכנון דגמים עתידיים של התכנית.

1. בעיות פתירות ובעיות לא פתירות

לחלק מן הבעיות מהן סובלות האמהות ניתן למצוא מענה ישיר והולם באחד או יותר מסוגי הסיוע הניתנים בפרויקט. להלן מספר דוגמאות.

- היעדר ידע – ניתן לטפל במקרי העדר ידע בניהול בית באמצעות הדרכה אישית ע"י מדריכה.
- קשיים בגידול ילדים – ניתן לטפל באימהות המתקשות בגידול ילדים באמצעות הדרכה אישית ובסדנאות לחינוך ילדים.
- שחיקה נפשית – ניתן להקל על שחיקה נפשית (ופיזית) של האם במגוון סוגי סיוע – הדרכה אישית, עזרה בעבודות הבית, הנחיות לחינוך ילדים, תמיכה נפשית וחברתית, נופש וסיוע כלכלי.

לעומת זאת, חלק מן הבעיות לא ניתנות לפיתרון סביר ומתאים במסגרת פרויקט "אמהות למען אמהות", או במסגרת פרויקט אחר שלרשותו עומד סל סיוע דומה לסל סיוע של פרויקט זה. למשל: לא ניתן לטפל במקרי עוני חמור עם סיוע כלכלי זעום. כמו שלא ניתן לטפל באמהות הסובלות מבעיות נפשיות חמורות באמצעות הדרכה אישית.

2. חומרת הבעיה

אבחון מידת חומרת הבעיה הינו קריטי לגבי ההחלטה אם הבעיה פתירה במסגרת פרויקט מעין זה או לא. למשל: במסגרת הפרויקט לא ניתן לטפל במשפחות בהן האם או מישוהו מבני המשפחה האחרים סובלים מבעיות נפשיות או גופניות חמורות. אם כי משפחות הסובלות מדרגות נמוכות של מגבלות פיזיות או נפשיות יכולות להפיק תועלת סבירה מפרויקט מסוג זה.

3. מינון הסיוע

חלק מן הבעיות ניתנות לפיתרון על ידי מתן סיוע במשך תקופה יחסית קצרה. למשל בעיות המוגדרות כ"משבר זמני" (כמו אי כשירות לאחר לידה), ניתנות לפתרון על ידי עזרה בעבודות בית במשך תקופה קצרה. גם בעיות של היעדר ידע בניהול בית ניתנות לפתרון על ידי הדרכה במשך מספר חודשים. לעומת זאת, בעיות של עומס יתר כרוני בעבודות בית, או בעיות הנגרמות ממחלות כרוניות קשות של האם או של לדיה, דורשות תמיכה וסיוע לאורך זמן ממושך, אם לא באופן תמידי.

4. עלות הסיוע

סוגי הסיוע השונים נבדלים זה מזה מבחינת העלות שלהם. למשל העלות של סדנא נמוכה בהרבה מעלות הדרכה אישית אינטנסיבית. בבניית דגם של תכנית יש לשקול את החלופות תוך התייחסות לעלויות של סוגי הסיוע השונים.

העקרונות לתכנית החדשה

הדגם החדש של התכנית, כפי שמוצע כאן מתבסס על שלושה עקרונות:

1. אבחון בעיות האם ומשפחתה ובחירת אמהות שיכולות להפיק תועלת מירבית מן התכנית.
2. הגדרת חבילות סיוע דיפרנציאליות.
3. התאמת חבילת הסיוע לצרכי כל אם.

אבחון בעיות האם

מוצע לערוך אבחון מקיף ומקצועי לאמהות המעומדות להשתתף בפרויקטים מסוג "אמהות למען אמהות". זאת על מנת להגדיר במדויק את הבעיות מהן היא סובלת ואת מקורות הבעיה. ייתכן שבמקרים מסויימים יהיה רצוי לערוך אבחון גם לבעל ולילדים.

הגדרת סוג הבעיה ממנה סובלות האם והמשפחה הינה קריטית, שכן יש להתאים את הסיוע הניתן לסוג הבעיה. חלק מן הבעיות נראות אולי קלות לאבחון (כמו למשל משבר זמני או העדר ידע ונסיון), אך ייתכן שהבעיות מקורן בקשיים עמוקים יותר.

מלבד הגדרת הבעיה, האבחון של בעיות האם אמור לתת תפוקות חשובות נוספות כגון: מסוגלות הורית של האם, יכולת הפנמה שלה ויכולתה להפיק תועלת מהדרכה אישית, זיהוי מוקדי קושי באישיותה ובדפוסי ההתנהגות שלה, זיהוי קשיים כלכליים, נפשיים, בריאותיים, זיהוי הכוחות החיוביים בה, במשפחתה ובסביבתה עליהם ניתן להישען.

על סמך תוצאות האבחון והערכת הסיכויים שהאם תוכל להפיק תועלת מירבית מסוגי הסיוע הניתנים בתכנית, יש להחליט אילו אמהות יכללו בתכנית, ואיזו חבילת סיוע תענה בצורה טובה יותר לבעיות האם.

חבילות הסיוע

על פי הניתוח שהוצג לעיל מומלץ לבנות מספר דגמים של חבילות סיוע, מותאמות לסוגי בעיות מהן סובלות האמהות ושניתנות לטיפול נאות במסגרת פרויקט מעין זה.

ניתן לזהות שלושה דגמים בסיסיים של סיוע שניתן ליעד לאמהות, על פי צרכיהן השונים.

הדרכה קצרת מועד

חבילת הסיוע "הדרכה קצרת מועד" נועדה רק לאמהות שסובלות מהעדר ידע ונסיון מספיקים לארגון וניהול הבית. דגם זה של סיוע אינו מתאים לאמהות הסובלות, מלבד מהעדר ידע ונסיון, גם מבעיות

גופניות או מבעיות נפשיות חמורות. ייתכן שיוכלו להפיק תועלת מסיוע זה גם אמהות שמלבד העדר ידע ונסיון סובלות מבעיות בריאותיות או נפשיות לא חריפות של אחד מבני המשפחה שלהן.

הדרכה אישית מתאימה הניתנת על ידי מדריכה, במשך 12-15 חודשים, אמורה לספק לאמהות את הידע החסר בניהול הבית. דגם סיוע זה (הדרכה אישית במשך תקופה קצרה של כשנה-שנה ורבע) היה הדגם העיקרי של סיוע במפעל "אמהות למען אמהות", ואכן הוא סייע לחלק מן האמהות. העובדה שאמהות רבות המשיכו לקבל סיוע במשך תקופות ממושכות יותר מבלי לפתור את בעיותיהן, מעידה על כך שסוג זה של סיוע לא התאים לבעיותיהן של כל האמהות.

2. סדנאות לחינוך ילדים ותמיכה חברתית

הדגם השני של סיוע מתבסס על סדנא (מפגש קבוצתי) בהנחיית מדריכה מקצועית. במסגרת הסדנא האמהות דנות בבעיות הקשורות לחינוך ילדים ולניהול בית.

סדנא מסוג זה, שיכולה לשמש גם כפעילות המעניקה תמיכה חברתית, מתאימה לקשת רחבה של אמהות הסובלות מבעיות של תשישות נפשית והעדר אפיקים מספיקים לתמיכה חברתית.

סדנא מסוג זה אינה חייבת להיות מוגבלת בזמן וניתן להפעילה על בסיס מתמשך. העלויות של הפעלת סדנא נמוכות בהרבה מהעלויות של הדרכה אישית.

3. ליווי מתמשך

לא מעט אמהות, בשל חוסר נסיון או חוסר הבנה, נוקטות בצעדים שגויים ביחסיהם עם ילדים ועם הבעל, או מול מוסדות שונים בקהילה (כמו במגע עם רופאים ואחיות בקופת חולים, ביטוח לאומי וכד'). הן לא מסוגלות ליצור קשר ענייני עם גורמים. למשל לא מצליחות לנהל דיאלוג פורה עם רופא הדורש דיווח אמין ומעקב אחר התפתחות מחלות, הקפדה על ביצוע בדיקות תקופתיות, נטילת תרופות באופן סדיר וכד'. לעיתים לשגיאות מסוג זה (הנובעות מחוסר הבנה, חוסר רגישות, העדר פנאי ומשאבים או העדר כישורים בסיסיים), עלולות להיות השלכות שליליות מרחיקות לכת על חיי האם והמשפחה. תפקידה של המדריכה להיות עם היד על הדופק, ובזכות קשרים קרובים שתיצור עם האם, תוכל לסייע בהכוונתה בדרך הנכונה.

דגם סיוע זה מתבסס על ליווי מתמשך, עבור האם והמשפחה על ידי מדריכה. על פי דגם זה המדריכה תשמש כעין "אמא" או, "אפוטרופוס", תהיה מעורבת בחיי המשפחה ותנסה לסייע במתן עצות והכוונה בנושאים עקרוניים ובעיות בוערות. ליווי זה לא יהיה אינטנסיבי וינתן על פי הצורך בהיקף של כשעה בשבוע. במסגרת הליווי המדריכה אינה צריכה לסייע בפועל בעבודות הבית.

אופן הפעלת התכנית המוצעת

כשלב ראשון בהפעלת התכנית החדשה יש לערוך אבחון מקצועי לאמהות המועמדות ליטול חלק בתכנית. על סמך תוצאות האבחון יש להחליט אילו אמהות יכולות להפיק תועלת מן התכנית. אמהות אלה יופנו לאחת מחבילות הסיוע המוצעות (או לשילוב חבילות סיוע). אמהות שלא יוכלו להפיק תועלת מן התכנית יופנו לגורמים מסייעים אחרים בקהילה.

הדגם הראשון לסיוע (הדרכה קצרת מועד) והדגם השלישי (ליווי מתמשך), מיועדים לאמהות עם בעיות שונות, ולא ניתן לשלבם. אמהות המתאפיינות בהעדר ניסיון יופנו לדגם הראשון, ואילו אמהות שסובלות מחוסר כשירות כרונית בתחומים שונים יופנו לדגם השלישי שייתכן ויתוגבר במרכיבים שונים, כמו סיוע של עוזרת בית, הניתנים בקהילה אך לא בהכרח במסגרת תכנית זו, המבוססת על הדרכה, הנחייה וליווי.

הדגם השני (סדנאות לחינוך ילדים ותמיכה חברתית) מיועד לקשת רחבה של אמהות עם בעיות מגוונות וניתן להעניקה כסיוע בלעדי או כסיוע משלים לאמהות הנהנות מסיוע מדגם 1 או מדגם 3.

מלבד שלושת הדגמים הללו המבוססים על הנחייה, הדרכה וליווי של מדריכה, ניתן להעניק לאמהות עוד שני סוגי סיוע – נופש בבית מלון למספר ימים וסיוע כלכלי חד פעמי לרכישת ציוד ביתי, ספרים לילדים, בגדים וכד'. ניתן כמובן לשלב אחד או שני סוגי סיוע אלה עם כל אחד משלושת דגמי סיוע שהוצגו לעיל.

סוגי סיוע שהוצגו לעיל אינם מספיקים כדי לתת מענה לכל בעיות האמהות שנסקרו. ישנם שלושה סוגי סיוע נוספים:

- סיוע בעבודות בית;
 - טיפול נפשי או טיפול משפחתי;
 - הוצאת ילדים מרשות ההורים.
- פתרונות אלה מיועדים לאמהות שאינן נכללות בתכנית ויש להעניקם על ידי גורמים מטפלים בקהילה.

סיכום

כללי

עיריית בני ברק יזמה את הפרויקט "אמהות למען אמהות" על מנת להביא לשיפור במצבן של אמהות תשושות. מטרת המפעל, כפי שנוסחו על ידי מתכנניו, התייחסו לשינויים תפקודיים, רגשיים וקוגניטיביים בקרב האמהות ובקרב בני זוגן.

להשגת מטרת הפרויקט תוכננו פעילויות בקרב האמהות התשושות ובני זוגן. בין פעילויות אלה: גיוס מדריכות למתן הדרכה אישית לאמהות במשך כל תקופת הפרויקט, השתתפות אמהות בנופש קבוצתי, שילוב אמהות בקבוצות הדרכה, מתן הנחיה קבוצתית לאבות. ההדרכה האישית ניתנה על ידי מדריכות שהיו דומות לאמהות.

המפעל "אמהות למען אמהות" החל בעיר בני ברק לקראת סוף שנת 1998. חלקו הראשון של המפעל הסתיים לקראת פסח בשנת 2000. בחלק זה השתתפו 27 אמהות שהודרכו על ידי 17 מדריכות. דו"ח הערכה לחלק זה של המפעל פורסם בשנת 2001 (כרמלי ואחרים, אמהות למען אמהות – המוסד לביטוח לאומי, מפעל מיוחד מס' 77).

חלקו השני של המפעל החל בחודש נובמבר 2001 והסתיים בחודש דצמבר 2003. בחלק זה השתתפו 49 אמהות (מהן 9 אמהות "ותיקות" שהשתתפו גם בחלקו הראשון של המפעל ו-40 אימהות שהצטרפו לחלקו השני של המפעל), שהודרכו על ידי 22 מדריכות, שחלקן הדריכו גם בחלקו הראשון של המפעל. תכנית הפעילות בשני חלקי המפעל הייתה דומה במהותה, וכללה הדרכה פרטנית עם האם, קורס הנחיית הורים, ימי נפש וסדנא לבעלים.

מטרת המחקר להערכת חלקו השני של המפעל הייתה לתאר ולאפיין את מרכיבי התכנית ולהבין לעומק את תהליכי השינוי המתרחשים בקרב האמהות. הבנת תהליכי השינוי נועדה לאפשר זיהוי של גורמים שמסייעים ומעכבים את השגת יעדי המפעל. מחקר זה התבסס כולו על נתונים איכותניים שנאספו באמצעות ראיונות אישיים וראיונות קבוצתיים.

מחקר זה משלים את המחקר הקודם שנועד למדוד בכלים כמותיים את היקף השינוי שחל בדפוסי ההתנהגות של האמהות ובעמדותיהן.

ממצאים עיקריים

גורמים המגדירים את תפקוד האם והמשפיעים עליו

המושג "תפקוד האם" הינו מרכזי בפרויקט "אמהות למען אמהות" שכן כל משאבי הפרויקט מושקעים ביצירת שינוי בדפוסי פעילות האם. הנדבך העיקרי של תפקוד האם אליו מכוונת ההדרכה הינו מיומנויות ניהול בית הכוללות מיומנויות בסיסיות של עקרת בית (בישול, גיהוץ, נקיון וכד'), מיומנויות הוריות, ניצול ראוי של התקציב המשפחתי ויכולת ליצור קשר טוב עם גורמים בקהילה (מוסדות רווחה וסעד, מוסדות חינוך וכד').

נמצא שרמת תפקוד האם מושפעת לחיוב ולשלילה משורה ארוכה של גורמים הקשורים לאם עצמה (כמו יכולות קוגניטיביות, מצב בריאותי, מאפיינים רגשיים ואישיותיים, רמת דתיות, יחסים עם הבעל, יחס לפרויקט ויחסים עם המדריכה) ומגורמים מחוץ לאם (כמו מצב סוציו-אקונומי, מצב בריאותי של בני המשפחה, רמת תפקוד הילדים, רמת הסיוע של גורמי רווחה בקהילה, סביבה חברתית ומשפחתית, מאפייני הבעל ורמת תפקודו, המדריכה ומאפייניה).

ההתערבות

זוהו 6 סוגי התערבות – כלומר, 6 דפוסים שונים של הדרכה וסיוע שהמדריכות נתנו לאמהות:

1. עזרה ביתית והקניית מיומנויות של עקרת בית, 2. חיזוק כישורים קוגניטיביים שיסייעו לניהול הבית (כמו יכולת ארגון, תכנון, תיעוד, קבלת החלטות), 3. טיפול בילדים והקניית מיומנויות הוריות, 4. תמיכה חברתית, 5. חיזוק הערכה עצמית ומיצוי עצמי, 6. יצירה וחיזוק הקשר עם גורמי רווחה בקהילה.

דפוסי התפתחות

דפוסי השינוי בתפקוד האמהות והאבות נותחו על פי עקרונות הלמידה במונחים התפתחותיים. ניתוח זה נעשה בנפרד עבור חמישה תחומי תפקוד מרכזיים המפורטים להלן.

מיומנויות של עקרת הבית

תחום הלמידה המרכזי במסגרת הפרויקט הוא חיזוק ושיפור מיומנויות של עקרת בית אצל האמהות. נמצא שמיומנויות של עקרת בית נלמדות בשלושה צירים מקבילים: "מה", "איך" ו"התייחסות אמוציונאלית". בכל ציר זוהו מספר שלבים הירארכיים של למידה.

ציר א': "מה" – בציר זה זוהו 5 שלבי למידה: 1. שיפור ביצועים מוכרים פשוטים 2. לימוד מיומנויות פשוטות חדשות 3. לימוד מיומנויות מורכבות 4. שימור הנלמד 5. בקרה עצמית.

ציר ב': "איך" – בציר ה"איך" זוהו 4 שלבים המתארים איך הלמידה מתרחשת אצל האם: 1. צפייה במדריכה וביצוע משותף יחד איתה 2. ביצוע לבד 3. ביצוע משימות ללא נוכחות המדריכה 4. ביצוע עצמאי.

בציר השלישי "מוטיבציה" זוהו שלושה שלבי התייחסות רגשית לתהליך הלמידה עם המדריכה:

1. חשדנות כלפיי הפרויקט והמדריכה 2. היפתחות 3. הסכמה וקבלה.

דפוסי פעילות של האם

בנוסף למסגרת סכמטית-קונספטואלית המגדירה את השלבים לפיהם האם לומדת את מיומנויות עקרת הבית (על פני שלושה צירים – "מה", "איך" ו"יחס רגשי"), מוצע סולם לתיאור פעילויותיה של האם מבחינת תוכן הפעילות. לסולם זה שש דרגות.

הדרגה הראשונה "לא יכולה לבד" מתארת שלב של תלות ביחסי אם ומדריכה. הדרגה השנייה "עוזרת בית" מתארת את השלב בו האם רואה את המדריכה בראיה אינסטרומנטלית ו"מנצלת" אותה לביצוע

עבודות בית. הדרגה השלישית, "עובדת סוציאלית לכיבוי שריפות", מתארת מצבים בהם המדריכה מסייעת לאם ולמשפחה בפתרון בעיות בתחומים שונים כגון: חינוך ילדים, בעיות בריאות של האם או מישהו מבני המשפחה וכד'. הדרגה הרביעית "בדרך הנכונה" מתארת שלב בו האם והמדריכה התגברו על עיסוק במטלות הפשוטות ועוברות לעסוק במשימות מסובכות יותר הדורשות כישורים קוגניטיביים מורכבים. הרמה החמישית "פיצוח האגוזים היותר קשים" מתארת מצבים בהם האם מתייעצת עם המדריכה ונעזרת בה בהתמודדות עם הבעיות היותר מורכבות המעסיקות אותה כגון: התמודדות עם ילדים, יחסים עם הבעל, דימוי עצמי ירוד וכד'. הרמה השישית "לקראת הסוף" מתארת מצבים בהם האם עומדת על רגליה בכוחות עצמה והקשר עם המדריכה הופך לפחות נחוץ.

מיומנויות הוריות

זוהו שישה שלבים בתהליך הלימוד של מיומנויות הוריות. 1. הקשבה – שלב בו האם הינה פאסיבית ושומעת את הערותיה של המדריכה, 2. ביצוע משימות קלות – בשלב השני האם מנסה ליישם חלק מן ההנחיות היותר פשוטות של המדריכה, 3. הגברת המודעות וההבנה מצד האם – בשלב השלישי חלים שינויים קוגניטיביים אצל האם המתחילה להבין את חשיבות עצותיה של המדריכה ומפנימה אותן, 4. שיפור היחס אל הילדים – במקביל לשינויים הקוגניטיביים יחולו אצל האם גם שינויים רגשיים המתבטאים ביחס יותר אוהד ויותר מבין כלפי הילדים, 5. הפעלת הילדים וחלוקת תפקידים ביניהם. בשלב החמישי לומדת האם להפעיל את ילדיה בצורה מושכלת ומתוחכמת יותר ותשתפר בעבודות הבית. בשלב האחרון 6. האם תרכוש מיומנויות הוריות מורכבות הכוללת הצבת גבולות, הטלת מרות וניהול קונפליקטים.

הקשר בין האם למדריכה

דפוסי הקשר בין האם למדריכה הוגדרו באמצעות שלושה משתנים: אופן תפיסת המדריכה, רמת הפתיחות של האם ומסגרת המפגשים.

אופן תפיסת המדריכה – זוהו שלושה שלבים בתפיסת האם את המדריכה: תפיסה אינסטרומנטלית, יחסי אמון ויחסי חברות.

רמת הפתיחות – בתחילה יחסי האם והמדריכה מאופיינים בסגירות וחשדנות. עם הזמן, האם מתחילה להחשף בפני המדריכה ולשתף אותה בבעיות שקודם לכן הוסתרו ממנה מחמת בושה. לבסוף המדריכה יכולה להפוך ל"חברה הכי טובה" או לתפוס את מקום ה"אם". בשלב זה הן תרבנה בקיום שיחות נפש.

מסגרת המפגשים – במקביל לשינויים באופן תפיסת המדריכה וברמת הפתיחות של האם כלפי המדריכה, עם הזמן חלים שינויים במסגרת המפגשים. זוהו שלושה שלבים התפתחותיים במימד זה: היצמדות לתכנית (שני מפגשים שבועיים בני שלוש שעות בבית האם), גמישות (שינויים במסגרת המפגשים – מבחינת מספר שעות בכל מפגש, ימי מפגש ומיקומם) בהתאם לצורך, ומפגשים תדירים, קצרים וספונטאניים.

יחס הבעל לפרויקט

יחס הבעל למדריכה ולפרויקט מוגדר על פני שני צירים – "יחס ריגשי" ו"תוכן ההתייחסות". בכל ציר מספר קטגוריות.

יחס ריגשי – זוהו 4 סוגי יחס ריגשי כלפי המדריכה והפרויקט, הנעים מיחס שלילי אל יחס חיובי. 1. יחס עוין ושלילי – בשלב הראשון הבעל עלול להפגין חוסר שביעות רצון כלפי הפרויקט בכלל, וכלפי נוכחות המדריכה בפרט. הוא תופס את כניסת המדריכה לביתו כאל פלישה של אישה זרה לפרטיותם ולכן יחסו אליה חשדני ועוין. 2. יחס אדיש – הבעל אינו מתנגד לפרויקט, אך גם לא מפגין שביעות רצון. יחסו לפרויקט ולמדריכה אדיש ולא אכפתי, אך גם לא עוין. יחסו לאם קריר כמו גם התייחסותו למראה הבית. 3. יחס חיובי-פאסיבי – הבעל מביע שביעות רצון מהפרויקט ומהמדריכה ומעריך את ההישגים, אך מידת מעורבותו בפרויקט נמוכה ושיתוף הפעולה עם המדריכה חלקי. 4. יחס חיובי-אקטיבי – הבעל מפגין שביעות רצון רבה מהפרייקט, הוא משתף פעולה באופן מלא עם המדריכה, משכיל לנצל היטב את מה שיש לפרויקט להציע – הן בהדרכה והן מבחינה חומרית ומגלה מעורבות אקטיבית. יחסו למדריכה חיובי ביותר – הוא מעריך אותה גם כמדריכה בעלת ידע וניסיון חיים וגם כבן אדם.

תחומי תוכן ההתייחסות – היחס הריגשי של הבעל יכול להיות דיפרנציאל ומותנה בתחומי תוכן שונים. זוהו ארבעה תחומי תוכן מהותיים להם יש משמעות ליחס הבעל: 1. יחס למדריכה ולפרויקט, 2. יחס לאם, 3. עזרה בבית, 4. השתתפות בסדנא לאבות. בכל אחד מתחומים אלה יחס הבעל יכול לנוע על פני ארבעת רמות יחס, שהוגדרו מיחס עוין ושלילי עד ליחס חיובי-אקטיבי.

משמעויות המחקר בתחום ההדרכה

דפוסי הלמידה של האמהות במהלך התכנית נותחו במחקר זה בראיה התפתחותית ועל פי העקרון של הירארכיה בלמידה. מראיה התפתחותית זו, ניתן להפיק לקחים מעניינים שיכולים לסייע בתהליך הכשרת המדריכות ובהדרכת האמהות. לקחים אלה מאפשרים ראייה מחודשת ומתוחכמת יותר של היבטים שונים של הדרכה, כגון: תכנון הדרכה, התמקדות בתכנים אופייניים לשלב למידה, הימנעות מעיסוק בתכנים לא אופייניים לשלב למידה, תיאום ציפיות, "מבחני סיום שלב", "מבחני חזרה", וניהול טעויות.

לקראת תכנית התערבות חדשה

מוצגת קונספציה חדשה ומורכבת יותר לבניית מפעל "מסוג אמהות למען אמהות". התכנית המוצעת נועדה לסייע למכלול רחב של משפחות, מן הסוג שנטלו חלק במפעל זה, תוך השקעה אופטימלית של משאבים.

התכנית החדשה המוצעת מתבססת על שלושה עקרונות:

1. אבחון בעיות האם ומשפחתה ובחירת אמהות שיכולות להפיק תועלת מירבית מן התכנית;
2. הגדרת תבילות סיוע דיפרנציאליות;
3. התאמת תבילת הסיוע לצרכי כל אם.

מקורות

כרמלי, א. (1998) גישות חדשות בהערכת אפקטיביות ההדרכה. **משאבי אנוש**. מאי, 20-23

Daniels, K., Markoczy, L. & de Chernatony, L. (1994) Techniques to Compare Cognitive Maps. **Managerial Cognition and Organizational Information Processing**, 5, 141-164.

Ford, K. & Kraiger, K. (1995) The Applications of Cognitive Constructs and Principles to the Instructions System Model of Training: Implications for Needs Assessment , Design and Transfer. **International Review of Industrial and Organizational Psychology**, 10, 1-48.

Kariger, K., Ford, K. & Salas, E. (1993) Application of Cognitive, Skill-Based, and Affective Theories of Learning Outcomes to New Methods of Training Evaluation. **Journal of Applied Psychology**, 78, 311-328.

Scheper. W. J. & Faber, J. (1994) Do Cognitive Maps Make Sense? **Managerial Cognition and Organizational Information Processing**, 5, 165-185.