**תכנית וקבוצת "לשאת מבט אל האופק" – שיקום באמצעות השכלה גבוהה**

הרצאה זו הולכת להציג מסע מרתק של אנשים עם מוגבלות ואלמנות בתכנית וקבוצת העצמה "לשאת מבט אל האופק", הנמצאים בתכנית שיקום במוסד לביטוח לאומי. קבוצת העצמה והסרת חסמים, המיועדת למשתקמים שעברו אבחון תעסוקתי והינם עם פוטנציאל לימודי גבוה.

הצורך בהקמת תכנית זו נבע מהקושי שנתקלים בו סטודנטים ערבים עם מוגלות ואלמנות לאורך כל תהליך ההתכוננות והקבלה ללימודים אקדמיים לבד, תכנית ייחודית המושקעת מבחינת רמת המורים והחומרים המועברים ומלוויית בקבוצת העצמה. עד היום השתתפו כשלושים משתקמים בשני מחזורים בין הגילאים 19-50 ש'.

**מטרות ויעדים:**

* בניית מסגרת תומכת לגיוס כוחות לשינוי, והתמודדות עם האובדן והאבל בדגש לעולם התעסוקתי.
* חיזוק הביטחון והדימוי העצמי, העצמה אישית ויצירת קבוצת הזדהות משותפת של נכים ואלמנות הנתקלים באותם חסמים.
* בחינת יכולת ההתמודדות במצבי חיים בעבר ובהווה ובניית דפוסי התמודדות יעילים לעתיד.
* גישור על פערים בהשכלה בין אנשים עם מוגבלות לאנשים ללא מוגבלות והגברת הסיכוי לעבור להתקבל ללימודים גבוהים.
* בניית סל משאבים בהיבטים הרגשיים, הבין אישיים, הקוגניטיביים והתעסוקתיים לקראת השתתפות בלימודים.

**ממצאים:**

המשתתפים הגיעו ברובם לשלב שיכלו לחדד את מטרותיהם ולבחור בתוכנית הכי מתאימה להם. מתוך 15 משתתפים במחזור הראשון 8 נמצאים בלימודים גבוהים, ובמחזור השני מתוך 15 משתתפים, 11 נמצאים בלימודים גבוהים.

**סיכום ומסקנות:**

הקבוצה היוותה עבור המשתתפים מרחב להתייעצות ולמידה הדדית, תמיכה של אנשים קרובים יכולה להעניק רוגע, חיזוק תחושת העצמי שנפגע, כוח ואמונה בעצמם במטרה להתמודד עם הסטיגמה והקיפוח של החברה.

ומכאן מבינים הצורך בתמיכה קבוצתית בתהליך השיקום והעלאת המודעות העצמית בכדי לדייק בתוכנית השיקום ולעשות שימוש מושכל במשאבים הניתנים לאורך כל התהליך, ואיך לקבוצה ערך מוסף בהרחבת יכולת זו באמצעות המשוב והתהליכים הקבוצתיים.