



שם הפעילות: אוורור רגשות – לעבד ולא לאבד

הכותב/ת: צוות "שבילים"

מתוך חוברת 'צוק איתן' היום שאחרי...

ערכים ומטרות הפעילות

למערכת החינוך תפקיד מרכזי "בהנעת הגלגלים" של החיים השגרתיים בקהילה. מכך נובע כי חוסנו של הילד תלוי בזה של סביבתו (משפחתו, דמויות חינוכיות משמעותיות והאווירה בקהילה ביישובו). כפי שעמידות הקהילה כולה תושפע במידה רבה ממצב הילדים וחזרתם לשגרה.

דווקא בעת הזאת יש למדריכים, למחנכים את זכות המנהיגות ללוות את הילדים במעבר בין חרום לשגרה, ליצור את התנאים הטובים שיאפשרו חזרה גמישה והדרגתית לחיים נורמאליים, להקנות לחניכים כלים לעיבוד החוויות שעברנו ולחזק את התמודדותם. סדר יום ופעילות מובנית וידועה מראש מסייעים בהחזרת הוודאות לחינוך. בקהילות שילדים נסעו להפוגות והתארחו במקומות אחרים, להתאים את תכניות החופש המקוריות במידת הצורך על מנת לאפשר ימי הסתגלות ומפגש מחודש עם הסביבה המוכרת.

במצב חרום נקטעות הרציפויות של חינוך, מה שגורם לכלכול ומקשה על חזרה מהירה לחיי השגרה. תפקידנו כמחנכים הוא לסייע לילדים (ולעצמנו) להחזיר בהדרגה ובזהירות לתפקוד המוכר, תוך חיבור הרציפויות הבאות:

- רציפות התפקיד: לחזור לתפקיד בשגרה: מדריך, חניך, בן למשפחה ...
- רציפות חברתית: פעילות חברתית וקשר עם חברים ומשפחה...
- רציפות קוגניטיבית: לתווך את המציאות ולסייע במתן משמעות מחזקת.
- רציפות היסטורית ואישית- לחזור לפעילויות מוכרות ואהובות שעשיתי בשגרה.

קהל יעד

חברת הנעורים

משך הפעילות

כשעה

רשימת ציוד ועזרים

ללא

מערך הפעילות

שלב א':

חלוקה לקבוצות של 5-6 משתתפים, לכל קבוצה מנחה.

הנחיה:

- שתפו אותנו בחוויה מפחידה שהייתה לכם במשך המלחמה?
- אילו כוחות גייסתם כדי לעבור את התקופה הזו?
- האם היו לכם חוויות טובות, אילו הן?
- מה עזר לך/לכם להתמודד עם קשיים בעבר?
- מה למדתם על עצמכם?

שלב ב' – קבוצתי במליאה

הנחיה: מה אנו יכולים לעשות/לתרום לשיפור מצב הרוח?

1. הקבוצה תתבקש לערוך "סיעור מוחות" להעלות מספר הצעות
2. הקבוצה תערוך בדיקה של ההצעות ריאלי/בלתי ריאלי (אפשרי לביצוע / בלתי אפשרי. תלוי בנו/לא תלוי בנו).
3. הקבוצה תבחר מספר הצעות אופרטיביות.
4. חלוקה לצוותי משימה לביצוע ההצעות.

תובנות ודגשים חינוכיים

מומלץ לקיים כשתי פעילויות בהתאם לקבוצת הגיל שיאפשרו עיבוד החוויות ברמה האישית והקבוצתית, זיהוי מקורות הכוח ויכולת התמודדות אישית, קבוצתית וקהילתית. כמו כן השיח הפתוח עם הילדים יאפשר איתור של צרכים שונים ומצבים אישיים רגישים. במידת הצורך יש לערב אנשי מקצוע במקרה של דאגה מיוחדת לילד מסוים בעקבות התכנים שעולים.