

כתף תומכת

מטרות

- לעמוד על גורמים המסייעים לפרט בהתמודדותו עם קשיים ועל גורמים הבולמים את יכולתו להתמודד.
- לברר את תרומתה האפשרית של דמות מסייעת להתמודדות הפרט עם קשיים.
- לבחון דרכים שבהן המשתתפים יכולים לשמש דמות מסייעת לאחר.

אוכלוסיית היעד: כיתות י'-י"ב.

משך ההפעלה: 45 דקות.

עזרים

- מקרן דיגיטלי להקרנת סרטון.
- נספח – משימה קבוצתית.

מבוא

אחד הגורמים המרכזיים המסייעים להתמודדות עם קשיים הוא אדם התומך, מסייע ומלווה בעת תהליך ההתמודדות.

בפעילות זו, יובא סיפור אישי של אדם נכה שהתגבר בצורה מרשימה על נכותו. המשתתפים ינסו לבחון את הדרכים שבהן הוא התמודד עם הקשיים שעמדו לפניו ולעמוד על חשיבותה של דמות המסייעת בתהליך ההתמודדות. כמו כן, המשתתפים ינסו לבחון מהם הרווחים ומהם הקשיים של המסייע מתפקידו זה וכיצד הם עצמם יכולים להיות דמות המסייעת לאחרים.

מהלך הפעילות

שלב א' - במליאה

המנחה יקרין את הסרטון "[לעולם אל תוותרו](#)" – סרטון על נכה שהבריא כנגד כל הסיכויים.

שאלות לדין

- לדעתכם, מדוע נקרא סרטון זה "לעולם אל תוותרו"?
- על מה גיבור הסרט לא ויתר? (בריאות, עצמאות, אמונה בעצמו וכד').
- לדעתכם, מה הייתה המטרה, או המטרות, שהוא הציב לעצמו? האם הוא הגיע אליהן?
- מהם הכוחות שסייעו לו להגשים את מטרותו (חשוב להתייחס לכוחות פנימיים – אמונה, כוח רצון, התמדה; ולכוחות חיצוניים – אדם שליווה אותו ושהאמין בו וכד').
- על אילו מכשולים הוא היה צריך להתגבר בדרך להגשמת מטרותו?
- מיהי הדמות המסייעת בסרטון? במה חשיבותה?
- לדעתכם, מה הניע את הדמות המסייעת לעזור לנכה? הסבירו.

שלב ב' - קבוצתי

- כל קבוצה תקבל משימה קבוצתית. הקבוצות יציגו את התוצרים לשאר המשתתפים.

משימה קבוצתית

עליכם להכין את סיפור הסרטון "לעולם אל תוותרו" מנקודת הראות של הדמות המסייעת שליוותה את הנכה בתהליך ההבראה. אפשר להוסיף פרטים לדמות, אך יש להקפיד שעלילת הסיפור לא תשתנה. את הסיפור אפשר להציג בכל דרך יצירתית שתמצאו - סרטון, מכתב, כתבה לעיתון, ריאיון אישי, הצגה וכד'.

שאלות לדין

- מה השתנה בסיפור בעקבות החלפת הדמות המספרת?
- עם מי היה לכם קל יותר להזדהות – עם הנכה או עם הדמות המסייעת? הסבירו.
- איזו גרסה הייתם בוחרים במטרה לעודד אנשים להתמודד עם קשיים? נמקו.
- האם הדמות המסייעת הרוויחה דבר מה מההצלחה של האדם שאותו ליוותה? הסבירו. (חשוב לעמוד על הרווח החומרי – פרסום, כסף, התקדמות בקריירה וכד', וכן על הרווח הרגשי – סיפוק, גאווה, התקדמות אישית, התגברות על קשיים וכד').
- מהם הקשיים ("מחירים") שעשויים לעמוד בפני הדמות המסייעת?
- במה אתם יכולים לשמש דמות מסייעת למישהו אחר? למי? הדגמו.