



אתגרים וכוחות פעילות למרחב הקולי לכיתות ז'-ח'

פתיחה

משחק "אילו הייתי..."

- דמיינו את עצמכם בכל אחד מהמצבים הבאים, וכתבו על דף את התשובה:
- אילו היית בגודל ס"מ למשך יום אחד, לאן היית נכנס?
 - אילו היה לך תוכי מדבר, איזה משפט או ביטוי היית מלמד אותו?
 - אילו היו נותנים לך מיליון שקל, והיו מכריחים אותך לתת את מלוא הסכום לארגון, אגודה או מוסד. למי היית בוחר לתרום סכום זה?
 - אילו היה ניתן לחגוג את אחד החגים פעמיים בשנה, איזה חג היית בוחר?
 - אילו היית שקוף למשך שעה בלבד. מה היית עושה?

קראו את התשובות שכתבתם: האם הם קשורים לאתגרים שתקופת הקורונה מזמנת?

שלב א' - אישי

תקופת הקורונה מזמנת לכל אחד מאתנו אתגרים רבים.
חשבו על האתגרים שמלווים אתכם בתקופה האחרונה:

- מהם האתגרים?
- כיצד הם משפיעים עליכם?
- מה אתם מרגישים לגבי אתגרים אלו?
- איך אתם מתמודדים איתם?
- אם הייתם יכולים לשנות משהו במציאות שקשור לאתגרים אלו, מה הייתם משנים?
- מה גילתם על עצמכם בעקבות ההתמודדות עם אתגרים אלו?

שלב ב' - שיתוף

חשבו על אתגר אחד אתו אתם מתמודדים בעקבות הקורונה.

- מהו האתגר?
- מי במשפחה או בבית הספר יוכל לעזור לכם להתמודד עם אתגר זה או לשפר את הרגשתכם ביחס אליו?
- שתפו את הדמות שיכולה לסייע לכם להתמודד עם האתגר, בעזרה שתמצאו ממנה על מנת להתמודד עם האתגר.

שלב ג' - סיכום ויישום!

- האם למדתם משהו חדש או תובנות על עצמכם בעקבות ההתמודדות עם אתגרים בתקופת הקורונה?
- חשבו על דרכים יצירתיות בהן ניתן לעודד חברים או בני משפחה ולסייע להם להתמודד עם האתגרים שתקופה זו מזמנת.



**כתבו דף המלצות לבני המשפחה להתמודדות עם אתגרים או קשיים
איתם הם מתמודדים בעקבות הקורונה.**

הערות

החומרים פותחו
על ידי צוות מדריכות
לחינוך חברתי-ערכי
במחוז החרדי:

אהובה רענן,
חיה קטרי,
עליזה קירזון,
שושי כץ

בשיתוף
מרכז פסגה חרדי
ירושלים.