



אתגרים וכוחות

פעילות למרחב הקולי לכיתות ז'-ח'

פתיחה

משחק "אילו הייתי ..."

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

קראנה את התשובות שכתבתן: האם הן קשורות לאתגרים שתקופת הקורונה מזמנת?



שלב א' - אישי

תקופת הקורונה מזמנת לכל אחת מאתנו אתגרים רבים.
חשובנה על האתגרים שמלווים אתכן בתקופה האחרונה:

- מהם האתגרים?
- כיצד הם משפיעים עליכן?
- מה אתן מרגישות לגבי אתגרים אלו?
- איך אתן מתמודדות איתם?
- אם הייתן יכולות לשנות משהו במציאות שקשור לאתגרים אלו, מה הייתן משנות?
- מה גילתן על עצמכן בעקבות ההתמודדות עם אתגרים אלו?



שלב ב' - שיתוף

חשובנה על אתגר אחד אתן מתמודדות בעקבות הקורונה.

- מהו האתגר?
- מי במשפחה או בבית הספר יוכל לעזור לכן להתמודד עם אתגר זה או לשפר את הרגשתכן ביחס אליו?
- שתפנה את הדמות שיכולה לסייע לכן להתמודד עם האתגר, בעזרה שתרכינה ממנה על מנת להתמודד עם האתגר.



שלב ג' - סיכום ויישום!

- האם למדתן משהו חדש או תובנות על עצמכן בעקבות ההתמודדות עם אתגרים בתקופת הקורונה?
- חשובנה על דרכים יצירתיות בהן ניתן לעודד חברות או בני משפחה ולסייע להם להתמודד עם האתגרים שתקופה זו מזמנת.



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

הנחיה

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

אהובה רענן,
חיה קטרי,
עליזה קירזון,
שושי כץ

בשיתוף
מרכז פסגה חרדי
ירושלים.