

מודעות עצמית | מפגש קבוצתי 2

למורה: במפגש קבוצתי זה ימשיכו אותם תלמידים שנבחרו למפגש הקבוצתי הקודם בנושא מודעות עצמית. במידה ובמהלך המפגש השני הבחנת בתלמידים נוספים שזקוקים לתרגול קבוצתי, ניתן לצרפם למפגש הקבוצתי הנוכחי. חשוב להציע את ההצטרפות לקבוצה כהזדמנות לתרגל מיומנות חשובה וליהנות ממפגש מצומצם. במידה והילד נרתע מכך, יש לנסות לברר מהן הסיבות לכך.


“מה שלומכם? איך אתם מרגישים? האם אתם זוכרים את הנושא עליו דיברנו במפגש הקודם של א.י.ל? שוחחנו על מודעות עצמית. עזרו לי להיזכר במשפחת מילים של המילה מודעות, מאיזו מילה הגיעה המילה או לאיזו היא דומה? חשוב להגיע יחד למודע, ידע, יודע על עצמי. הזכירו לי מה אתם יודעים על עצמכם? מהן החוזקות שלכם?

כל אחד יספר על חוויה של תחושת סיפוק או הצלחה מהשבוע האחרון שחוהה בבית, בבית הספר, עם חבר, חוג מורה או הורה”.

עושים סבב, ניתן לסייע לילדים למצוא נקודות חוזק (הגעתי בזמן, התמודדתי עם החומר למבחן, הכנתי לחבר הפתעה ליום הולדת וכו’).

“במפגש הקודם שוחחנו על החוזקות שלכם ובמפגש הנוכחי נשוחח על הקשיים. לכל אדם יש קשיים בתחומים שונים ובעוצמות שונות. חשוב לזכור שבכל תחום בו יש לנו קושי יש תמיד אפשרות לתרגל ולהשתפר. מי רוצה לשתף בקושי שלו בתחום החברתי או בתחום הלימודי? חשוב לדעת שכאשר חבר בקבוצה משתף אותנו בקושי שלו או בכל דבר אחר אנחנו צריכים לכבד אותו, כלומר להקשיב לו, לא לצחוק או להפריע בזמן שהוא מדבר ולא לספר לאף אחד מחוץ לקבוצה דברים שנאמרו על ידי ילדים אחרים במסגרת הקבוצה. כמובן שאם אתם רוצים לשתף את ההורים שלכם או חברים שלכם בדברים שאתם חשבתם או אמרתם על עצמכם בקבוצה, זה אפשרי בהחלט”.

יש לאפשר לכל תלמיד לשתף בקשיים שלו. לאחר השיתוף יש לדון בקבוצה בשאלות הבאות: **“האם אתם מבינים מהו הקושי? איך הייתם מציעים להתמודד עם הקושי? מה יכול לעזור כאן? האם תוכלו לסייע בקושי אחד של השני? מהם הכלים שלדעתכם יכולים לסייע לכם להתמודד עם הקושי? למי תפנו כדי לקבל עזרה?”**

למורה: בשלב זה מומלץ לבצע את הפעילות שלא בוצעה בכיתה. אם הוקרן הסרט ניתן לדון בו ולעבור לכרטיסיות  **נספח מס' 10**. לעומת זאת, אם לא הוקרן הסרט אז מומלץ להקרין אותו ולדון בו על פי הפרוטוקול הכיתתי.

”לסיכום, שוחחנו על החוזקות ועל הקשיים האישים של כל אחד מאתנו. חשבנו גם על דרכים כיצד ניתן להתמודד עם קשיים אלו. האם הכרתם טוב יותר את החוזקות שלכם במהלך המפגש? אילו חוזקות של חברכם גיליתם? האם תיעזרו בהם? אילו קשיים הבנתם שיש לכם? למי תפנו כדי להיעזר ולהתמודד עם הקשיים שלכם? מה יכול לעזור לכם?”

ניתן לסכם את המפגש בטבלה מסכמת:

קושי	הגורם לקושי	מה יכול לסייע