

עדשת חברות: אני כחבר/ה

<p>1. התבוננות עצמית של המשתתפים על עצמם כחברים 2. המשך בירור המושג חברות</p>	<p>מטרת המפגש</p>
<p>- טלפונים בתיקים, מתיישבים בסטיג מתאים, חיך והזמנה להיכנס למפגש - אפשר טקס פתיחה קצר (כ-5 דקות), ראו קובץ נפרד.</p>	<p>טקס פתיחה/ זמן מעבר</p>
<p>שלום לכולם, אנחנו ממשיכים היום בעדשת החברות. במפגש הקודם דברנו על מושג החברות, מה זו חברות טובה בעינינו. היום נתבונן על עצמנו כחברים: איזה חבר אני? איך אני מרגיש כשאני בחברות טובה? מה מאפשר לי להיות בחברות טובה?</p>	<p>שער כניסה גשר למשתתפים</p>
<p>חקר מוקיר</p> <p><input type="checkbox"/> נחלק לכל משתתפת/ת דף חקר מוקיר למילוי עצמי. אפשר לענות על כל השאלות או חלקן. <input type="checkbox"/> לאחר הכתיבה האישית אפשר לערוך עיבוד בקבוצה או בזוגות עם השאלות הבאות:</p> <p>1. מאיפה אתם מכירים? איזה קשר יש ביניכם? 2. איזה מין חבר/ה את/ה? 3. מה את/ה אוהב/ת בחברות שכתבת עליה? מה את/ה אוהב/ת בעצמך בחברות הזו? בקשר הזה?</p>	<p>התנסות</p>
<p><input type="checkbox"/> איך הייתה לכם הכתיבה? שתפו במשהו שגיליתם <input type="checkbox"/> מתי אתם מרגישים שאנחנו חברים טובים? מתי פחות? <input type="checkbox"/> איזה מין חברים טובים אתם? מה מאפיין את החברות?</p>	<p>עיבוד</p>
<p><input type="checkbox"/> מה זו חברות טובה בעיניכם? (המתכון) <input type="checkbox"/> מה אתם מקבלים/ נותנים בחברות טובה? <input type="checkbox"/> מה אתם עושים אם חברות טובה רק לצד אחד?</p>	<p>העמקה</p>
<p>שאלות להעמקה נוספת (במידה ויש זמן) דברנו עד עכשיו על חברות, על עצמנו כחברים, מה חשוב לנו ולא נותר עליו. אבל לחברות יש גם קצב: יש כאלו שאוהבים להיות בחבורות או קבוצות, ואחרים מעדיפים שיחה ב-4 עיניים רוב הזמן, יש שמעדיפים חברות הדוקה, צמודה, ויש כאלו שמעדיפים מרחק. נניח על הרצפה/ נצייר על הלוח צירים כבכל צד נמצאות המילים הבאות:</p> <p><input type="checkbox"/> הדוק-----חופשי <input type="checkbox"/> הרבה-----קצת/ מעט <input type="checkbox"/> זומה-----שונה <input type="checkbox"/> פעיל-----רגוע</p> <p>כל ציר מתאר טווח של התנהגויות בקשר של חברות, שימו לב שאין מספרים, וכל משתתף מוזמן לפרשנות שלו באשר למה שהוא מעדיף בחברות: חברות הדוקה או חופשית (לפי תפיסתו מה זה הדוק/ חופשי) "הרבה" חברים או מעט יותר, חברים שדומים בתחומי העניין, בהתנהגות וכו'... או שיש שוני, מעגל חברתי או חברים פעילים- לעומת מעגל חברתי/ חברים יותר רגועים. נזמין את התלמידים לסמן את עצמם על הציר (פתק/ מדבקה/ סימון על הלוח וכו'), ולאחר מכן לשתף: <input type="checkbox"/> מי רוצה לשתף באחת או יותר מהבחירות שלו? מי גם סימן ככה? <input type="checkbox"/> מה אתם מרגישים כשאתם ב... (בקבוצה/ לבד/ פעילים?) מה זה מעניק לכם?</p>	

<p>חשוב להגיד לקראת סיום שקשר משמעותי הוא עולם ומלואו, הוא מקור לנחמה, לשמחה, לשיתוף, לסוד. לפעמים בעידן של מדיה חברתית נראה שיש משמעות לכמה כאלה יש, כי אנחנו רגילים לספור לייקים, צפיות, עוקבים. אבל בקשרים אנושיים משמעותיים- זה לא כך משנה כמה יש, אלא עצם העובדה שיש לנו קשר אחד או יותר שהוא משמעותי וטוב לנו, ומתאים לנו.</p>	
<p>עוברים בקצרה על מה עשינו במפגש, לדוגמה: דברנו על...שחקנו ב...ראינו ש... שמענו קולות ש... זה המקום גם לשקף כמנחה איך ראית אותם כקבוצה: הקשבה, השתתפות, דיבור פתוח ועוד. בשלב זה ניתן גם להזמין את המשתתפים להתבוננות משלהם על מה שהיה במפגש: איך הרגיש המפגש? השיחה בקבוצה?</p>	<p>סיכום המפגש</p>

דף שאלות- חקר מוקיר

אחשוב על חברות טובה או קשר משמעותי אחר שיש לי ובו אני אוהב את איך שאני בקשר הזה, ואכתוב

1. מהי המקום של הקשר/ חברות הזו בחיים שלך?

2. מה בך מאפשר לקשר/ לחברות להיות טובה ומשמעותית?

3. מה הבאת לקשר? מה אני נתת?

4. מה אתה אוהב בחברות/קשר הזו? מה הופך אותה לטובה?

5. מה החבר/ איש הקשר שלך היה אומר עליך כחבר/ה?