

עדשת גוף: דימוי חיצוני

<p>1. המשתתפים יתבוננו על הדימוי החיצוני שלהם 2. המשתתפים יזהו מה חשוב לבטא בדימוי החיצוני שלהם</p>	<p>מטרות המפגש</p>
<p>- טלפונים בתיקים, מתיישבים בסטינג מתאים, חיוך והזמנה להיכנס למפגש - אפשר טקס פתיחה קצר (כ-5 דקות), ראו קובץ נפרד.</p>	<p>טקס פתיחה/ זמן מעבר</p>
<p>אנחנו ממשיכים היום בעדשת גוף. במפגש הקודם דברנו על מה זה הגוף בשבילנו? מתי אנחנו מרגישים בו אמון ושמחה? ומתי לא? ניסינו להסתכל על מערכת היחסים עם הגוף שלנו. היום נדבר על מימד נוסף בעדשת הגוף- הדימוי החיצוני שלנו. הגוף, הוא הביטוי החיצוני שלנו, הוא מספר עלינו לפעמים עוד לפני שבכלל דברנו. אנחנו מזמינים אתכם היום במפגש להתבונן על מה חשוב לנו לשרד כלפי חוץ, מה חשוב לכם בדימוי החיצוני? האם הוא קבוע? או משתנה?</p>	<p>שער כניסה גשר למשתתפים</p>
<p>תמונות</p> <p><input type="checkbox"/> מתחלקים לזוגות/ קבוצות קטנות <input type="checkbox"/> כל קבוצה בוחרת כמה תמונות ומניחה אותן במרכז דף העזר ומנסה לענות על השאלות (לפי רושם ראשוני).</p> <p>עבודה אישית</p> <p><input type="checkbox"/> כל משתתף לוקח דף עזר לעצמו, בוחר תמונה שהוא אוהב מהטלפון, מניח את הטלפון על הדף, ועונה על השאלות. <input type="checkbox"/> הכוונה היא להתבוננות עצמית של התלמיד על התמונה, ולכתוב <u>מה היו אומרים אחרים אילו התבוננו בתמונה שלו</u>: מי זה האיש הזה? מה מאפיין אותו? אלו תכונות יש לו? במה הוא מאמין? וכך הלאה- בהתאם לשאלות.</p>	<p>התנסות</p>
<p><input type="checkbox"/> איך הייתה לכם הפעילות עם התמונות? עם אלו מסקנות יצאתם? <input type="checkbox"/> איך זה מרגיש להתבונן על עצמכם מבחוץ? <input type="checkbox"/> מה לדעתכם רואים בכם כשמתבוננים מבחוץ? איך אתם מציגים את עצמכם לעולם?</p>	<p>עיבוד</p>
<p><input type="checkbox"/> מה אתם אוהבים בדימוי החיצוני שלכם? <input type="checkbox"/> מה חשוב לכם שיראו כלפי חוץ? <input type="checkbox"/> האם יש פעמים שבהם אתם להתלבש אחרת, אבל בגלל דימוי/ ציפיות אתם לא מעיזים לשנות? <input type="checkbox"/> אילו יכולתם לבחור כל פרט ולא הייתה לכם כל מגבלה – איך הייתם בוחרים להתלבש? מה הייתם רוצים לשרד דרך זה? <input type="checkbox"/> אפשר גם להזמין את התלמידים לספר על פעם אחת שהרגישו שהחוץ שלהם ממש מייצג את הפנים/ או פעם שזה לא קרה...</p>	<p>העמקה</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>