

הקובץ חובר ע"י משרד החינוך ומכללת אורנים ועובד ע"י רכזי צמי"ד



פרידה

"... סוף זה תמיד התחלה
של משהו אחר
טוב יותר?
רע יותר?
לא יודעת מה יותר
משהו אחר..."



מערך פרידה לחניכי צמי"ד

רצוי לערוך תהליך פרידה מסודר והדרגתי, שיאפשר מתן ביטוי לרגשות ולמחשבות שונים המתלווים לפרידה, כמו: עצב, כעס (גלוי או סמוי), ורגשות קבלה וסיפוק.
פרידה "מעובדת" תשאיר טעם טוב מן הקשר, מן הפעילות ומן הפרידה עצמה אצל כל המעורבים בה.

מומלץ להתחיל כל פעולה בשיחה פתוחה בנושא פרידה ולתווך לחניכים את הנושא בעזרת שאלות שאלות עפ"י רמתם ובהתייחס להבדלים השונים ביניהם.

משחק לוח - פרידה בקבוצה

מטרות:

- החניכים יכירו דרכים להתמודדות עם מצבים של פרידה בקבוצה.
- הכנה רגשית לחניכים לקראת פרידה מצוות ההדרכה.

עזרים:

- לוח משחק,
- אבני משחק שונות זו מזו כמספר הצוותים/ החניכים בקבוצה ("חיילים")
- כרטיסי משימה

מהלך המשחק:

כל חניך מקבל "חייל", הנח את כרטיסי המשימה בערימה ("קופה"), כל חניך יניח את ה"חייל" שלו במשבצת ההתחלה (במידה שמדובר בקבוצה גדולה ניתן לחלק את החניכים לצוותים). החניך הראשון ירים כרטיס מהערימה (במידה שה"חייל" הגיע למשבצת של משימה, כמו במונופול), יקריא את הכתוב בה ויבצע אותה. רק בסיום ביצוע המשימה החניך יזרוק את הקובייה, ויתקדם מספר משבצות כפי שמראה הקובייה. במידה והחניך לא מעוניין לבצע את המשימה או שהמשימה לא בוצעה כראוי - יישאר החניך במקומו, עד לתורו בסיבוב הבא.

אפשרות נוספת- לאחר ביצוע המשימה התור עובר למשתתף הבא.
מנצח הצוות שה"חייל" שלו הגיע ראשון למשבצת הסיום.
שים לב: אם יש צורך - הקצב זמן לכל צוות כדי להכין ולבצע את המשימה.
הערות- במידה שמדובר בחניכים שלא יודעים לקרוא אז המדריך יקרא במקומם/ איתם. ניתן
גם לצייר את המשימה. במידה שהחניך לא יודע לספור יש לסייע לו להתקדם עפ"י הקובייה.
להלן כרטיסי משימות אפשריים:

עשה הצגה של פרצוף כועס של ילד שנפרד מהמדריך שלו

המשך את הסיפור...

היו היה מדריך
שאת הקבוצה מאוד אהב
יום אחד המדריך עזב
ואז הקבוצה....

איזה מתנה הייתי בוחר להכין למדריך שלי בסוף השנה?.

המשך את המשפט...

אני רוצה לאחל למדריכים שלי הצלחה ב...

עשה הצגה של פרצוף עצוב של ילד שנפרד מהמדריך שלו

תוכלו להוסיף משימות נוספות אשר עוסקות בצדדים שונים הקשורים לפרידה.

אפשרות נוספת-

תמונות מספרות - פרידה

עזרים:

- תמונות המבטאות פרידה (אם נפרדת מילד ההולך לגן, אנשים מנופפים לשלום, חיבוק פרידה וכו').
- דפים וכלי כתיבה (במידה שהחניכים יודעים קרוא וכתוב).

מהלך הפעולה:

חלקו את הקבוצה לצוותים כמספר התמונות שהכנתם. תנו לכל צוות תמונה וכלי כתיבה. על כל צוות לכתוב את סיפור הפרידה המופיע בתמונה. לאחר זמן מוקצב, או לאחר שרוב הצוותים סיימו לכתוב את הסיפור - החלף את התמונות בין הצוותים ושוב על כל צוות לכתוב סיפור על תמונה.

לאחר שכל הקבוצות כתבו סיפור על כל תמונה, או לאחר שלכל תמונה סופרו 3 סיפורים, תלו את התמונה וכל צוות יקריא את הסיפור שכתב על התמונה. החלף את התמונה - ושוב בקש מהצוותים להקריא את סיפוריהם.

לאחר שכל התמונות הוצגו תוכלו לשוחח לפי הנקודות הבאות:

א. מה משמעותה של פרידה עבורנו?

ב. האם פרידות שונות זו מזו? לדוגמא האם פרידה מבית הספר לפני החופש שונה מפרידה של ילד מהוריו לפני שהולך לצבא?

ג. אלו רגשות מרגישים שנפרדים?

ד. האם שני הצדדים שנפרדים מרגישים אותו דבר?

ה. איך אפשר להקל על פרידה? איך אפשר לגרום לפרידה שתהיה קלה יותר? האם זה רצוי/ כדאי?

ו. כשנאלצים להיפרד איך אפשר לשמור על קשר (אם רוצים)?

- במידה שהחניכים לא יודעם לקרוא. אז מחלקים אותם לקבוצות או משאירים הערה חשובה
אותם במליאה (תלוי במספר חניכים ומדריכים) ומשוחחים על כל תמונה בלי לכתוב.
תמונות- מורידים מהאינטרנט! לא חסר.....

מאגר פעילויות/ רעיונות:

- טבלת ייאוש עד לסיום – אחרי המחנה קיץ מומלץ לעשות פעולת פרידה מסודרת ולסגור מעגל.
- דף אישי עם מילים הקשורות לפרידה: לבחור את המילים המתאימות לחניך: שמחה/ עצב/ סוף/ התחלה/ מרגש/ מכעיס..כל אחד צריך לבחור מהמחסן עצמו.
- דף אסוציאציות- מהי פרידה (מצורף)
- מסיבת פרידה
- להבהיר לחניכים ששנה הבאה ידריכו אותם מדריכים אחרים ולא להבטיח להם שתשמרו על קשר
- הכנת ספר קבוצה הכולל ציורים על פרידה/ מתנה אישית לקבוצה ועריכה לכולם