

פעילות לפתיחת שנה עם ארץ יצורי הנפש

<https://soulcreaturesland.co.il>

* יציאה למסע ב3 צעדים (מתאים לכל הגילאים החל מ א')

פתיחת שנה היא כמו התחלה חדשה - הזמנה ליציאה למסע. אז איך עושים זאת:
צעד ראשון: איזה כוחות אני בוחר/רת לשים בתרמיל שלי כצידה לדרך? (מומלץ לחלק לכל משתתף דף ועליו תמונת תרמיל או מעטפה כזו, ולבקש שירשום על הדף או בפתקים לתוך המעטפה - את הכוחות שהוא בוחר - מתוך התבוננות בקלפי הכוחות

צעד שני: זיהוי המחסום: איזה שדון עלול לחסום אותי? אפשר להכין מחסום פיסי בחדר ועליו לרשום את שמות השדונים של כל משתתפי הקבוצה / הכיתה / הצוות, או לחלק דף אישי שעליו יש ציור של מחסום ולתת למשתתפים לרשום ולצייר את השדון שעלול לחסום אותי השנה - בחירה מתוך קלפי השדונים גלויים

צעד שלישי: גילוי "כוחות מאפשרים" - מהם הכוחות האישיים והקבוצתיים שיאפשרו לנו לפתוח את המחסום? את הכוחות האלו מומלץ להכין באיזשהו אופן שילווה אותנו במהלך השנה: מחזיק מפתחות, מדליה של "לוחם אור" ועליה כתוב הכוח, רשימה על

הלוח במקום שישאר לאורך השנה, הכנת הכוחות בפתקים בצנצנת שקופה שעומדת על המדף בכיתה ובכל פעם שצריך שולפים משם כוח ונזכרים בו, ועוד.

* לקבוצה, צוות או כיתה שנפגשים מחדש או בפעם הראשונה:

1. פורסים את כל קלפי הכוחות גלויים במרכז המעגל: כל משתתף בוחר איזה כוח קסם הוא מביא איתו לתחילת השנה הזו (או איזה כח גילה על עצמו במהלך החופש) < סבב שיתוף עם הסבר על הכוח של כל אחד: איך גילית את הכוח שלי ובמה הוא תורם לי

2. כל משתתף בוחר איזה כוח קסם היה רוצה לגלות ולטפח במהלך השנה

* אפשר להרחיב ולשאול: איזה כוח יעזור לי עם חברים, בלימודים, בפרויקט מסוים שאני רוצה לעשות השנה בעבודה וכדומה

כתיבה אישית: איך החיים שלי יראו השנה אם אוכל להשתמש יותר בכוח הזה?

מה יעזור לי להשתמש בו יותר?

שיתוף במליאה או בזוגות / קבוצות קטנות

3. בכיתה או קבוצה אני ממליצה להכין בריסטול שעליו כותבים את הכוחות המשותפים שהכיתה רוצה לטפח השנה ביחד - כוחות שיעזרו לאווירה הקבוצתית להיות יותר חיובית ומטפחת.

4. התבוננות על המשאבים המשותפים של הקבוצה או הכיתה בפתיחת השנה:
מניחים במרכז המעגל סל או קופסא שניתן לכתוב עליה: "מאגר הכוחות הקבוצתיים / צוותיים שלנו". מבקשים מכל אחד מהמשתתפים לכתוב על פתק את כוח הקסם שהוא מביא איתו ועל פתק נוסף את הכוח שהוא רוצה לאחל לקבוצה או לצוות לשנה הקרובה. לאחר מכן, אפשר לקיים משחק ניחושים: שולפים באופן אקראי פתק מהסל ומנחשים מי מהמשתתפים כתב אותו

5. בחירת כוח או כוחות משותפים למהלך השנה הקרובה: כותבים על בריסטול או על הלוח

"הכוחות המשותפים שהכיתה / הצוות / הקבוצה רוצה לטפח השנה ביחד"
המשתתפים מוזמנים לבחור כוח/ות משותפים שיעזרו לאווירה הקבוצתית להיות יותר חיובית ומעודדת צמיחה

לאחר מכן מומלץ לערוך דיון שבו תהיה חשיבה משותפת של הקבוצה / הצוות סביב השאלה: "מה יעזור לנו לטפח את הכוח/ות שבחרנו לקבוצה? איך נזכיר לעצמנו לעשות זאת?"

*** {את המשך הפעילות אפשר לעשות במפגש הבא אם אין מספיק זמן:}**

6. פורסים את קלפי השדונים גלויים: כל משתתף בוחר איזה שדון הוא הכי חושש שיפריע לו השנה ואיזה שדון עלול לחסום את יכולתו לפתח את אותו כח קסם שבחר קודם לכן < **סבב שיתוף**.

* אפשר להמשיך ולהעמיק הכרות אישית עם השדון על ידי ציור, הצגה, דיאלוג עם השדון, בדיקת המחיר שאני והקבוצה משלמים כאשר השדון הזה מנהל אותי * בצוות או בכיתה רצוי לעודד את המשתתפים לשוחח באופן גלוי על השדונים שעלולים להפריע במהלך השנה הקרובה ולנסות לחשוב ביחד מה יכול לסייע לכולנו להתמודד איתם ולא לתת להם לנהל את מערכות היחסים שלנו.

* המלצות להמשך עבודה בעקבות פעילות זו בקבוצה טיפולית או בכיתה:

אפשר להכין ביחד "ארמון כוחות כיתתי / קבוצתי" ובו למקם פתקים או ציורים של הכוחות שהילדים הביאו

* מומלץ לקיים "מעקב אחרי השדון" לאורך כל השנה: להתחיל כבר במפגש הראשון להכין למטופל או לקבוצה / לכיתה מחברת או קופסא עם "בנק רעיונות" איך להקטין את השדון ואיך להתמודד ביעילות עם השדון המרכזי שאני חושש ממנו < במהלך המפגשים בהמשך השנה להוסיף בכל פעם עוד רעיון לקופסא או לרשימה מדי תקופה לבדוק מה מצב השדון הזה ובאיזה תכסיסים ותחבולות אני מצליח/ה להתגבר עליו, ובמקביל לבדוק מה מעורר אצלי את כוחות הקסם הנדרשים לשם כך

*** חשוב להעצים את הילד בכל פעם שהוא הצליח להתמודד עם השדון שלו!**
מצד שני מומלץ לעשות מעקב אחרי כוחות הקסם שהמשתתפים ביקשו לטפח במהלך השנה.

**** מומלץ מאוד לשמור את הדפים או הבריסטול** המשותף שנכתבו בפעילות פתיחת השנה, ומידי פעם לבדוק מה מצבם של הכוחות ועד כמה הצלחנו להשתמש בהם. אם במהלך מעקב זה המסקנה תהיה שלמרות הרצון לא ממש הצלחנו להשתמש בכוחות שרצינו - אז חשוב לברר למה ולבדוק איזה שדונים חסמו אותנו מלהשתמש בהם.

פעילות להורים וילדים כהכנה לכיתה א' או לכניסה לבי"ס חדש:

תודה לחגית גבאי על הרעיון המשותף *

מזמינים את ההורים והילדים למפגש הכרות עם הכיתה והמורה לקראת פתיחת

השנה

פורסים את קלפי הכוחות ונותנים לכל ילד והורה בריסטול חלק וצבעים. הילד והורה

מוצאים ביחד איזה כוח/ת מיוחד/ים הילד מביא איתו לכיתה החדשה, ואז מוזמנים

לכתוב את שם הילד, שם הכוח ולצייר אותו על הבריסטול. לאחר מכן כל הורה מציג

את הילד שלו למליאה של כל הילדים וההורים - דרך הכוח שהם בחרו ומספר איך

הילד משתמש בכוח הזה (בכיתה גדולה אפשר לחלק לכמה קבוצות לצורך השיתוף).

המורה תולה את הציורים של כולם על הלוח.

* אפשר לעשות זאת גם בצורת חלקים של פאזל שכל הורה וילד מקבלים חלק אחד

וכותבים בו את שם הילד, שם הכוח ומציירים, ואז מרכיבים מכל החלקים את הפאזל

הכיתתי המשותף שלנו

* פתיחת קלפים אקראית:

מניחים את קלפי הכוחות והשדונים סמויים (הפוכים) וכל משתתף שולף קלף אחד של

כוח וקלף אחד של שדון.

שיתוף לפי שאלות מנחות:

האם הכוח שהוצאת הוא כוח שהבאת איתך לתחילת השנה הזו? אם לא - האם אתה

חושב שיש אותו למישהו אחר מהמשתתפים? האם זה כוח שאתה זקוק לו?

האם השדון שיצא לך עלול לעשות לך צרות השנה? אם כן - באיזה אופן ומה אתה

מתכוון לעשות כדי שזה יקרה פחות? אם לא - האם זהו שדון שכבר התגברת עליו?

לעוד רעיונות ואינפורמציה מוזמנים ליצור קשר:

www.soulcreaturesland.co.il

info@soulcreaturesland.com