



סוגי יחידות הנחייה ובנייתן

סוגי יחידות הנחייה:

1. מעגל שיח-

מעגל שיתוף. חברי הקבוצה משתפים ומקשיבים לשיתוף ברגשות, תחושות, מחשבות, זיכרונות דעות וכדומה, לגבי נושא מסוים. אין דיון ער בדילמה או קונפליקט על פני השטח אלא הקשבה שמעוררת חשיבה פנימית ואישית. המנחה מציג את השאלה או הנושא שבו משתפים. (זיכרון משמעותי מחוץ הים, מה הייתם רוצים לקבל בסדנא היום, מה הייתם רוצים לראות ביום שיא אידיאלי ...) מעגל שיח משמש הרבה פעמים כפתיחה או בסיכום של תהליך. ויכול לשמש כפתיחה ליחידת דיון בדילמה. (ראו שלב החוויה במודל קולב..)

בין תוצריו של מעגל שיח: יצירת קרבה בין המשתתפים דרך הזדהות והקשבה עמוקה, חיבור לנושא הנידון מזווית אישית, חשיבה שקטה ופנימית על סוגיה שיכולה מאוד לתרום להרחבת מודעות ולשינוי עמדות והתנהגויות.

2. דיון בדילמה-

דיון שבו מתאפשר בירור עמדות לגבי סוגיה התלבטות וחקירה שלה בקול רם בעזרת הקבוצה. מטרתו לאפשר לקבוצה לשאול ולפתוח שאלות, לאתגר את העמדות וההתנהגויות הרגילות של חברי הקבוצה, לבחון מחירים ורווחים של אופציות התנהגותיות או של עמדות שלנו לגבי נושא מסוים.

תוצרי של דיון בדילמה :

- ✓ הרחבת המודעות של חברי הקבוצה, והעמקת ההתמודדות שלהם עם הנושא- הדילמה המדוברת.
- ✓ יצירת קשר אישי לנושא וחשיבה מחודשת עליו.
- ✓ שני אלו יאפשרו בע"ה הגברת מוטיבציה לחשוב ולבחור מחדש את העמדות והתנהגויות של המשתתף בנושא, מתוך מקום מודע מושכל ומחובר יותר. (לדוגמא- התמודדות עם המתח שבין החשיבות של הצמצום צריכה ומחזור, לבין הנוחות היומיומית שבשימוש בפלסטיק או באי הפרדת אשפה. התמודדות עם המתח שבין העיסוק בעצמי ובחיי העכשוויים, לבין לקיחת אחריות על הסביבה לאורך זמן ועוד...)

הנחת היסוד של עבודה דרך הנחייה למטרת שינוי עמדות הינה : שינוי עמדות אמיתי מתרחש רק כאשר יש בירור כנה אמיתי ופתוח שבו כל עמדה לגיטימית ומאותגרת לעומק...

3. דיון למטרת קבלת החלטות ויצירת תוצר – במקרה כזה נתחיל את הדיון מחלק חווייתי שיחבר את הקבוצה לנושא וייצור מוטיבציה להכנת התוצר. - חלק זה יהיה מעגל שיח או דיון בדילמה. משם נמקד את הדיון ונעבור לטכניקות להשגת תוצר קבוצתי (עליהן נרחיב בהמשך...)



מבנה יחידת הנחיה

לפניכם מודל בעל 5 שלבים לבניית יחידת הנחיה. פתיחה-----חוויה-----עיבוד בדיון-----העמקת דיון--- סיכום הנחת היסוד של המודל היא שדיון ער ומשמעותי יכול להתרחש כאשר אנשים חווים חיבור רגשי משמעותי לנושא השיחה. לכן השלב הראשון במודל יהיה שלב חוויתי - רגשי ובעקבותיו יגיע הדיון .
חשוב- לא כל שלבי המודל חייבים לנכוח בכל יחידת הנחיה !! חשוב לנסח את שאלות ההנחיה בשפה יומיומית פשוטה ובשפת הקבוצה !!

שלב מקדמי- הגדרת מטרת הפעילות- תוכן ותהליך !!!

שלבי יחידת הדיון בפועל :

1. הפתיחה

מספקת מידע ועל ידי כך מסייעת למשתתפים להתארגן, להתמקד, לדעת מה צפוי, להפחית חרדות . מוסרת מידע כמו : משך הפעילות, נורמות הדיון הרצויות , במה הפעילות עוסקת ובמה לא . ניתן לומר מראש מה נושא או מטרת הדיון, או להציגו ככותרת כללית כדי שהדילמות יעלו מתוך הקבוצה בעזרת החוויה.

2. "החוויה"- (טריגר)

מטרה- לחבר את המשתתפים באופן אישי וחי אל הנושא דרך חוויה רגשית משמעותית. ולעורר את הנושא או הדילמה שבהם נרצה לדון בהמשך. על החוויה לגרום למשתתף **לחוש** את הקונפליקט שאותו נחקור במהלך הדיון . דוגמא : תרגיל קבוצתי (כגון- בדד,משחקי שת"פ), קריאת טקסט, משחק תפקידים , כרטיסי דילמה, תרגיל העננים... מעגל שיח יכול להיות חוויה של יחידת דיון בדילמה. ככל ששלב החוויה משמעותי ומעלה רגשות יותר חזקים ומדוייק בתכנונו להעלאת הדילמה הרצויה- כך הוא יוביל בקלות ופשטות אל הדיון שיבוא בעקבותיו .

3. שלב העיבוד: תחילת הדיון

מטרה- לקשר בין החוויה ובין הדיון העקרוני אליו נגיע בשלב הבא . תוכן השיחה קשור לחוויה (הטריגר) שהקבוצה עברה כרגע. משך העיבוד תלוי בעוצמת החוויה ומשמעותה עבור הקבוצה. ככל שהחוויה יותר משמעותית ועוצמתית רגשית כך יידרש יותר זמן עיבוד .

דוגמאות לשאלות עיבוד-

מה קרה במהלך המשחק ? איך הרגשתם בזמן התרגיל, אילו שאלות ומחשבות עלו אצלכם תוך כדי הסרט ? (אפשר לנסח גם בפשטות- איך היה לכם ? מה אתם אומרים על המשחק הזה...)
איך הרגשתם כשנדרשתם להכריע , בין מה למה התלבטתם , מה היו השיקולים שלקחתם בחשבון, מי מהשיקולים היה חזק יותר עבורכם, איך החלטתם בסופו של דבר ? מה הרווחים ומה המחירים של כל אחת מאפשרויות הבחירה ? מה אנחנו רואים כאן ?



4. העמקת הדיון - המשגה והכללה

מטרה- לעבור משיחה על החוייה (הטריגר) אל שיחה רחבה יותר - אל מקומות בהם דילמות דומות קיימות בחיים שלנו .

בשלב זה הקבוצה תגדיר מהי הדילמה- מהו נושא הדיון בעצם, ותחקור אותו לעומק .

דוגמאות לשאלות העמקה :

על מה בעצם אנחנו מדברים כאן ? מהי הדילמה שעולה בשבילכם מהתרגיל ?
האם יש מקומות נוספים בחיים שלכם שאתם מכירים התלבטויות דומות ? תנו דוגמאות .
בין מה למה אתם מתלבטים ?
איך אתם מחליטים לרוב ? איך אתם מרגישים עם ההחלטה שלכם ?
מה הרווחים והמחירים של כל אחת מהבחירות האפשריות ?

5. יישום

מטרה- לקשר בין הדיון לבין החיים שמחוץ לו- לאפשר למשתתפים לקחת תובנות מן הדיון לצורך יישומן בחיים.
הקבוצה מוזמנת לבחון ולשתף איך מה שעלה בדיון קשור לחיים שמחוץ לחדר. האם היו רוצים לחשוב מחדש על האופן בו הם פועלים ביומיום שלהם האם היו רוצים לקחת משהו שעלה כאן לזכור אותו או לחשוב עליו בהמשך ?
דוגמא- בדיון על הקשבה ומרכבויותיה - האם הייתם רוצים לקחת משהו מכאן וליישם אותו במפגש שלכם עם המדריכים ? עם הצוות?
אם כן מה וכיצד . בפרוייקט שבו יש יציאה לפעולה- שלב היישום יהיה תכנון הפרוייקט והוצאתו לפועל. (יום שיא..)
שלב היישום חשוב מאוד כי הוא מסייע למשתתף לנסח בקול רם בעזרת הקבוצה את הפעולות שהיא רוצה לנקוט ובכך מגביר את סיכויי יישומן בפועל.

6. סיכום :

מטרה- לאסוף את התכנים המרכזיים ולהוביל מתוך הדיון אל החיים שמחוץ לחיי הקבוצה.
בסיכום משקפים רק את מה שעלה תוך כדי הדיון, המנחה אינו מחווה דעתו ולא מכניס תכנים או עמדות שלא נאמרו בפועל .
הסיכום יתייחס אל העמדות המרכזיות שהובעו, אל התלבטויות שנחשפו,
יש בו הזדמנות להתייחס לתהליך הקבוצתי, וכן במידה וויתרנו על שלב היישום- לשלב בו הזמנה ליישום: לקחת את התכנים השאלות והתובנות שעלו כאן אל תוך החיים. דוגמא- היתה כאן שיחה משמעותית וכנה. עלו כאן הרבה מחשבות לגבי מורכבותה של הקשבה אמפטיית. דיברתם על הרצון להקשיב ולהיות בקרבה אמיתית, על ההזדמנות עבורינו ללמוד ולסייע מתוך הקשבה ללא מתן עצות, יחד עם הקושי וההרגל שלנו לזנק ולתת עצות או להתנתק במצבים שונים. אני מזמינה אתכם ללכת איתן הביתה ולראות איפה והאם תרצו ליישם משהו ממה שדובר כאן היום...



דוגמא לפעילות בחדר מורים של ביס שבו יש הזנחה

סביבתית רבה.

מטרת התוכן: בירור והעלאה למודעות של יחסם של המורים, עמדותיהם והתנהגויותיהם ביחס למצב החצר הבית ספרית.

חוויה- מעגל שיח: חשבו רגע על חצר בית הספר שוטטו בה בראשכם לרגע ושתפו אותנו מהו המקום שאתם הכי אוהבים להיות בו והמקום שהכי קשה לכם איתו בחצר בית הספר... (או לחילופין ציירו את חצר בית הספר האידאלית שבו הייתם רוצים לעבוד...)

עיבוד:

איך היה לחשוב על חצר בית הספר?

האם מצאתם בקלות מקום שאתם אוהבים? האם התקשיתם? איך היה לכם לשמוע מה שאחרים אמרו על החצר? ראיתי שלהרבה מכם היה קשה למצוא מקום שאתם אוהבים, איך זה בשבילכם לחשוב על מקום שבו אתם מבלים כל כך הרבה מזמנכם ולראות שאין שם כמעט מקומות שנעים לכם להיות בהם?

המשגה – הכללה:

מה נעים ומה פחות נעים לכם בסביבה הבית ספרית? כשאתם נכנסים לבית ספר ורואים לכלוך והזנחה של החצר איך אתם מרגישים? (לא אכפת לי התרגלתי, מתרגזת, מכאיב לי, מקשה עלי ללמד בסביבה כזו, זה בסדר בכל מקום זה כך תפקידי ללמד ואני עושה את תפקידי...) איך אתם בד"כ מגיבים? (מרימים לכלוך, מטפחים, מתעלמים, כועסים, שולחים מישהו אחר לטפל מטיפים לתלמידים...) איך אתם מרגישים עם הבחירה שלכם (שלמה איתה, פרייאר? מחוייב, מיואשת ואין לי כח לפעול בעוד חזית עם כל העומס שמסביב והאופק החדש הזה... ממילא אין סיכוי לשינוי כי זה מתיש וכו...)

סיכום ביניים אפשרי: יכול לעזור להמשגה: על מה בעצם אנחנו מדברים כאן? על הדילמות שמלוות אותנו במפגש עם מציאות סביבתית לא נעימה, ועל דרכי התמודדות שונות עם מציאות סביבתית לא רצויה. יש כאן הזדמנות לכל אחד מאיתנו לראות מה דרך ההתמודדות הרגילה שלו. אולי היא מופיעה בעוד מקומות ולא רק בתגובה לחצר בית הספר, לקחנו לנו הזדמנות לבדוק עד כמה אני מרוצה מהבחירות הרגילות שלי.

יישום:

אם הייתם יכולים לשנות בסביבה הבית ספרית דבר אחד מה הייתם משנים? האם הייתם מוכנים לקחת חלק פעיל בשינוי כזה? לעשייה יש גם מחירים השקעת זמן, כוחות, מרץ, ויש גם רווחים רבים אפשריים- בדיכם לחשוב ולפעול לכל תגובה ובחירה שלנו יש משמעות והשלכות עלינו וגם מסר לתלמידנו. איך הייתם רוצים שהתלמידים שלכם יגיבו לחצר בית הספר ואולי לסביבה בכלל? ראינו כאן את השונות בינינו בתחושות עם הסביבה הבית ספרית ובתגובות שלנו אליה. אני מזמינה אותנו לחשוב לרגע איך היינו רוצים לפעול מכאן והלאה- כשנבוא מחר בבוקר לבית הספר. מה המסר שהיינו רוצים להעביר לתלמידים וכיצד היינו רוצים להעבירו?

סיכום והזמנה לפעולה-



על נכונות להשקיע ועל חוסר חשק להשקיע. על תקווה ועל רצון שמישהו אחר ייקח את הפרוייקט על עצמו וייקל עלינו. שמענו גם על התרגשות והתלהבות לגבי האפשרות של לעשות את סביבת העבודה שלנו נעימה לנו יותר. יש לנו הזדמנות בעזרת הפרוייקט שלנו ליצור שינוי ביחד- שינוי משמעו נכונות להשקיע מעבר לרגיל, לשלם את המחירים של זמן כוחות וכו למען הסיכויים של שינוי ויצירת אווירה נעימה מיטיבה יותר מתאימה יותר לרצונות ולצרכים האמיתיים שלכם ולעושר ולערכים שאתם רוצים להנחיל לתלמידים שלכם. אני מצפה ומזמינה אתכם להמשיך התהליך ביחד .

בדוגמא שלפניכם מוצג מערך הנחייה נוסף ובתוכו מהלך החשיבה שליווה את בנייתו :

דוגמא- מטרת הדין: בחינת נוכחותה והשלכותיה של "שנאת חנם" בתוך חיי היום יום שלנו

רציונאל והנחת יסוד- הלבנת פנים ברבים או התנהגות שמרחיקות ודוחות את האחר- חלש- שונה יכולות להיחשב כביטוי "לשנאת חנם". והיא נטייה אנושית טבעית. רובינו נמצאים לפעמים בתפקיד הפוגע לפעמים בתפקיד הנפגע ולעיתים בתפקיד הצופה בפגיעה שמתרחשת. בכל מצב עלינו לבחור כיצד להגיב אל המתרחש . אדם שחווה דחייה או פגיעה במקום אחד נוטה לעיתים להפוך לפוגע באחר חלש ממנו. במהלך הדין נציע למשתתפים לבחון בחינה מורכבת של התנהגויות שהן לרוב אוטומטיות ואשר הוגדרו על ידי חז"ל כאלו שהובילו לחורבן הבית... בעזרת הדין המשתתפים ייבחנו את הרלוונטיות של הטקסט, וההתרחשויות מימי בית שני לחייהם כיום .

דילמות לדין :

1. התמודדות עם מתח בין הרצון הנטייה וההכוונה המוסרית לקרב ולכבד כל אדם, לבין הנטייה הטבעית האנושית להרחיק לדחות את השונה ממני / החלש וכו ..
(התמודדות עם המתח בין ההכרה כי התנהגויות כאלו אינן רצויות/ מוסריות/ כדאיות לבין הנטייה הטבעית האנושית לפעול לפיהן בכל זאת .)
2. התמודדות עם המתח שחווה הצופה במצב בו נגרמת עוולה בפומבי - בין הרצון להגן על החלש (לעשות צדק) לבין הרצון או הנטייה שלא להתערב .

האתר בו יתרחש הדין: בפנינה ברובע ההרודייני לאחר הביקור בערימת האפר .

1. החוויה -

לאחר הדרכה העוסקת בנושא חורבן הבית שמסתיימת בערימת האפר, יסופר סיפור קמצא ובר קמצא - ניתן לספרו או להמחזו, ולעצור אותו באמצע ולבקש מהמשתתפים לבחור כיצד יגיבו בתור האורחים, בתור בעל הבית, בתור האורח המגורש וכו... (לא חייבים להציג את כותרת הדין ואת המושג "שנאת חנם" בשלב זה או בכלל, אפשר ואולי כדאי להמתין לסיים הדין)

2.שאלות עיבוד: (אין הכוונה שכל השאלות הללו יישאלו אלא שאלו כיוונים בהם הדין יכול להתפתח)

איך הייתם מרגישים אם הייתם יושבים בסעודה שם ? איך אתם חושבים שהייתם מגיבים ?
אילו התלבטויות היו לכם בבחירת התגובה ? מה הכריע בבחירת התגובה ?
עם מי מהדמויות הזדהיתם ? עם מי לא הזדהיתם כלל ? מדוע ?

האם אתם יכולים להזדהות עם כמה מהדמויות - ולא רק עם אחת מהם, אם כן עם מי ?

3. שאלות העמקת הדין (אין הכוונה שכל השאלות הללו יישאלו אלא שאלו כיוונים בהם הדין יכול להתפתח)

1. האם אתם מכירים מצבים דומים מהחיים ?



תנו דוגמאות למצבים בהם אתם הרגשתם או פעלתם כמו בעל הבית? כמו האורחים? כמו האורח הדחוי? ספרו מה קרה שם ואיך הרגשתם? (לשמוע כמה דוגמאות)

שאלות עזר לשאלה הנ"ל-

על מה בעצם אנחנו מדברים? יש כאן שלושה מצבים- הפוגע, הפגוע והעדים לאירוע. האם קרה לכם אי פעם שדחיתם קרבתו של מישהו שרצה קרבתכם או הלבנתם פני אחר? (חשוב לנסח בשפה של המשתתפים העלבתם, ירדתם על מישהו..) או שהולבנו פניכם ברבים? אולי נכחתם בסיטואציה כצופים?

(דוגמאות- לא להזמין לאירוע חברתי מישהו כי הוא שונה, למשל בגלל עדה, מצב כלכלי, מראה כמו- "השמן" וכו'). (ובמדינה-- הפרדת תלמידות אשכנזיות וספרדיות בחינוך למשל))

2. איך ההרגשה להיות זה שדוחים אותו או לחילופין (וזה דורש הרבה כנות ופתיחות) להיות זה שמרחיק מישהו ממני? איך ההרגשה להיות צופה במצב כזה?

3. את מי לרוב אנו מרחיקים או דוחים (השונה ממני, החלש, הזר, זה שלא יוכל לפגוע בי בחזרה, ואולי גם אחרים...)

4. מה גורם לנו לדחות את האחר ביומיום? (פחד, דעות קדומות, נוחות וכו... על מנת שהדיון יהיה כנה חשוב לתת לגיטימציה לכך שכולנו בני אנוש, ולכם רבינו הגדול נוטים להפעיל סטראוטיפים, להתרחק מזרים להסתגר ולדחות אחרים משיקולים שונים, אולי דרך שיחה פתוחה וכנה על הנושא יכולה לאפשר שינוי עמדות והתנהגויות...)

5. מה אנחנו מרוויחים כשאנו מלבינים פנים בציבור או דוחים חברתו של מישהו? (הנחת המוצא היא שאם אנו פועלים בדרך מסוימת היא משרתת אותנו - למשל שקט, מנוחה נוחות, תחושת כח...)

6. האם אנחנו גם מפסידים משהו כשאנחנו דוחים או מרחיקים מישהו? מה אנחנו מפסידים?

כיוון נוסף לדיון- שיכול להיות קל יותר לשיחה מאשר לדבר על עצמינו כפוגעים או נפגעים ישירות עוסק בתגובתנו

כצופים במצבים כאלו:

7. אם נכחתם כצופים במצב שבו פגעו במישהו בפומבי- איך הגבתם? האם היתה לכם התלבטות על התגובה? מה היתה ההתלבטות? מה הכריע בסופו של דבר?

(לקיחת אחריות ומעורבות, צדק, חשש להיפגע בעצמי נוחות להישאר בתוך עיני, חוסר עניין באחר, ...)

מה המחירים והרווחים של דרכי תגובה שונות כצופים?

8. במחשבה לאחור על מצבים בהם נכחתם או במחשבה לעתיד כשתיתקלו במצב דומה האם הייתם רוצים לפעול בצורה אחרת?

9. חזל טוענים שהלבנת פנים ברבים ויותר מכך- אי תגובה ומחאה עליה הן ביטויים לשנאת חינוך – שבגללה חרב בית המקדש.

מה דעתכם על כך? האם נראה לכם הגיוני ורלוונטי הקישור בין הלבנת פנים לבין חורבן? אולי חז"ל קצת הגזימו? מה הקשר בין התנהגות של אדם אחד אל אדם אחר לבין גרימת נזק גדול כל כך? האם ואיך השיחה על החורבן רלוונטי לחיים שלנו גם היום?

סיכום ...