

חשיפה לנושא השנתי- על הגבול (שעה וחצי)

מטרות

1. חשיפה ורתימה ראשונית של הנושא השנתי- חציית גבולות, סיכונים, שיקול דעת ולחץ חברתי.
2. נעלה לבחירה את הפרויקט- סמינר בוגרת או פתירת בעיה והשתתפות בהאקתון.

מהלך

*מתחילים את הפעולה בחוץ, לאחר המשחק אפשר להיכנס לחדר

1. **סבב מה נשמע? (10 דק')** בסבב, כל חניכה ת. יספר איך עבר עליה. היום. האם יש משהו או מישוהו בשבוע האחרון ש"עבר את הגבול" מבחינתכם? שתפו.
2. **"רד רוץ כנס תפוס" (10 דק')** חשוב לוודא שלא תהיה אווירה מגדרית- בנות גם מרימות, בנים גם מורמים. החניכים מתחלקים לזוגות וצריכים לעשות שק קמח (אבויוו). לאחר שהזוגות מוכנים, הם מתמקמים במעגל. בן הזוג שמרים את חבר שלו, מפסק רגליים. ברגע שהמדריך אומר. ת. "רד, רוץ, כנס, תפוס!", החניכים יורדים משק הקמח, רצים מסביב למעגל (לכיוון ימין), מקיפים את כל המעגל ונכנסים בין הרגלים של בן הזוג שלהם כדי להיכנס למרכז המעגל ולתפוס את הפרס. אפשר לשחק את המשחק כמה פעמים ורק לאחר שהקבוצה הבינה, להתמודד על פרס אמיתי.

3. "גבולות עושים את כל ההבדל" (10 דק') נראה לחניכות. ים את [הסרטון](#).

לאחר מכן נשאל:

- אילו גבולות מוצגים בסרטון?
 - מדוע יש צורך לקבוע מידת מרחק ראוי בין אנשים לאנשים או בין אנשים לכלי רכב?
 - מה מטרת הסרטון לדעתכם?
 - יש מישוהו/י שהרגישה לא בנוח לעשות שק קמח?- להרים או להיות מורמת
 - יצא לכם פעם לחשוב שאולי אתם קצת עוברים את הגבול של המרחב הפיזי?
- "המרחק", משמש גבול ועוזר לנו לשמור על עצמנו ועל היחסים שלנו עם אחרים בסביבה.

[Distance Makes the Difference](#)

4. סיכונים מיותרים וסיכונים מחושבים (10 דק') נצפה עם החניכות. ים בסרטון [בני נוער מדברים](#)

[על לקיחת סיכונים](#) דומה ל'סליחה על השאלה' של בני נוער, מדובר בו על סיכונים והתנסויות של מתבגרים ומה מניע אותם לחוות ולהתנסות בכל מיני דברים. לאחר הסרטון, לא נפתח לדיון. עוברים למתודה הבאה.

5. הפסקה (10-5 דק')

6. קירות מדברים (20 דק') על קירות החדר נתלה דפים עם שאלות (נספח א') - החניכות. ים יקבלו

כלי כתיבה, יצטרכו להסתובב ברחבי החדר ולענות על הדף תשובות אנונימיות. בסוף המשימה נשב במעגל ונפתח דיון:

- לאחר שצפיתם בסרט ועכשיו גם כתבתם קצת על עצמכם, ספרו מה אתם מרגישים/חושבים
 - הסכמתם עם הסרטון? לא הסכמתם? (שאלו חניכים ספציפיים כדי להגביר את הדיון)
 - מישהו/י רוצה לשתף מה כתבה בקורות המדברים?
 - מישהו/י הזדהה עם דברים שכתובים שם?
 - באילו תחומים יש לנו גורמי סיכון שיכולים לעבור את הגבול? (לצייר על הלוח)
- לדוגמא: יחסים חברתיים, יחסים עם בן/בת זוג, גבולות אישיים, כסף, תזונה, עבודה, אמונה וכו'. אם יש נושאים מסוימים שלא עלו, ניתן להציע אותם לחניכות. גם כן. (אפשר להיעזר בגבולות שדיברו עליהם בסבב מה נשמע?)

(בסוף המתודה יש לאסוף את הדפים ולשמור אותם כדי שיוכלו להשתמש בהם בעוד מספר פעולות)

7. הסבר על הנושא השנתי והפרויקט (10 דק') כחלק מתהליך הגדילה וההתפתחות הרגשית והחברתית, בתהליך דינאמי ומתפתח, אנו לומדים על החיים, החברה, חוקים ומוסכמות, קודים ונורמות חברתיות; ואנו לומדים גם על עצמנו, על הערכים שלנו, רצונות והעדפות. למידה זו, המתקיימת כל העת, תוך כדי התבוננות פנימה לתוכנו והחוצה אל החברה, מסייעת לנו לבדוק מה מתאים לנו ומה לא, מה נעים לנו ומה לא, מה אפשרי מבחינתנו ולמה אנחנו אומרים לא. תהליך זה, של בחינה אישית אל הפנים ואל החוץ ומיקום גבולות אישיים מנטליים ופיזיים, הוא כישור חיים המעודד את הפרט לממש את האחריות והזכות לשמור על עצמו ועל חירויותיו. הכרת הגבולות האישיים בתחומים השונים מסייעת בפיתוח חוסן רגשי ומהווה כלי עזר משמעותי בהתמודדות עם מצבים מאתגרים ומצבי סיכון. בסוף התהליך גם נשאל - מה התפקיד שלנו בחברה, איך נזהה נקודות סיכון ואיך נציב גבולות בעצמנו.

פרויקט קבוצתי לבחירה!

אופציה א': יום סמינר לבוגרת- אתם הולכים לעבור תכנים בנושאים כמו- הגדרה מהו קו אדום בשבילי, גבולות וחציית גבולות- אישיים ושל אחרים. לאחר שלב העמקה בנושאים שונים, הקבוצה תחליט ביחד על נושא בו יש גורמי סיכון מובהקים ותעביר לעצמה סמינר לקבוצה הבוגרת בבית הנוער. ניתן לשתף פעולה ולעשות שני ימי סמינר יחד עם עוד בית נוער.

אופציה ב': היא שתבחרו להרים פרויקט שמנסה לפתור בעיה מבין כל הנושאים הקשורים בגורמי סיכון. אם תבחרו להרים פרויקט כזה (כמו שעשיתם שנה שעברה), תוכלו להשתתף בהאקתון בפסח ולנסות להשיג מימון להרמת פרויקט!

תוכלו לבחור עד הפעולה הבאה (או יותר) איזה פרויקט אתם מעדיפים לעשות.

8. סיכום (10-5 דק') בסבב, החניכות.ים ישתפו בנושאים שהיו רוצות.ים לעבור עליהם פעילות/הרצאה השנה וישתפו על מחשבה/תובנה/שאלה שעלתה להם מתוך הפעולה.

9. פינה אישית (10 דק') חניכה מביאה נושא מעולם התוכן שלו/ה ומעבירה/ה פרזנטציה לקבוצה (אפשר גם להנחות דיון בקבוצה) במשך 15 דק'. לאחר סבב ראשון של הקבוצה, אפשר לתת נושא לפינה אישית- מצבי סיכון, סוגיות חברתיות, אקטואליה, מוזיקה, וכו'

עזרים

מחשב, רמקולים, נספח א', פרס למשחק (אפשר חטיף שוקולד קטן)

נספח א' - קירות מדברים

מה הסיכון הגדול ביותר שלקחתי? האם הוא השתלם
לי?

האם עשיתי דבר שלא רציתי בגלל שאחרים ציפו
ממני?

באיזה פיתוי הצלחתי לעמוד? מה השגתי מכך?

ספרי על נושא שמעסיק את מעגל החברים הקרובים
אליך.

ספרי על מקרה שבו נתקלת בלחץ חברתי. כיצד
התמודדת עם זה?