

## תקציר ההפעלה הראשונה

שם ההפעלה: **صناديق الخوف والقوة** ( סנאדיק אלח'וף ו(א)לקנה ) קופסאות הפחד והכוח.

אוכלוסיית היעד של ההפעלה הינה בני הנוער ותלמידי בתיה"ס העל יסודיים כאשר המטרה שלה לאוורר רגשות בעקבות אירועי הימים האחרונים ולעזור למשתתפים במציאת מקורות הכוח.

המחנך/ המדריך נדרש להכין 2 קופסאות, דבק, נייר A<sub>4</sub>, טושים, קטעי עיתונות ופתקים בשני צבעים.

המחנך/ המדריך מחלק לכל אחד המשתתפים שני פתקים בשני צבעים. כל משתתף כותב על פתק אחד את רגשותיו, את חששותיו ואת מחשבותיו לגבי אירועי הימים האחרונים, על הפתק השני הוא כותב את תכונותיו, את מיומנותיו ואת מקורות הכוח שלו העוזרים לו לעבור את האירועים האלה. המשתתפים שמים את הפתקים ממויינים בשתי הקופסאות. המחנך/ המדריך קורא את פתקי הרגשות כאשר הוא נותן לגיטימציה לכל רגש, אח"כ ידברו המשתתפים אודות מקורות הכוח שלהם. כל קבוצה תכין קולאג' המתאר את מקורות הכוח של חבריה. כלל המשתתפים יעברו בין הקולאג'ים. בסוף ינהל המחנך/ המדריך דיון סביב הצעדים הלגאליים להבעת רגשות וסביב מקורות הכוח ודרכי העזרה לאחרים בהתמודדות עם המצב.

# صناديق الخوف والقوة

الفعالية الأولى:

فعالية لحالات الطوارئ

الأهداف:



الترويح عن النفس بُعيد أحداث الأيام الأخيرة.



مساعدة الطلاب على إيجاد مصادر قوة.



الفئة المستهدفة:

أبناء الشبيبة وطلاب المدارس الإعدادية والثانوية.



المدة الزمنية:

45 دقيقة.



مواد مساعدة:

صندوقان.



غراء، أوراق، أقلام توش، قطع جرائد أو أخبار من الإنترنت وما إليها.



قصاصات ذات لونين ضعف عدد المشتركين.



سير الفعالية- المرحلة الأولى:

يحصل كل مشترك على قصاصتين ( يُفضّل أن تكونا مختلفتي الألوان ). على إحدى القصاصتين يكتب المشترك كلّ عواطفه ومخاوفه وأفكاره التي تشغل باله لما طرأ على الواقع في الأيام الأخيرة. على الورقة الأخرى يسجل كل طالب صفاته أو مصادر قوته أو مهاراته أو أي شيء آخر يمنحه القوة من أجل تخطي هذه الأيام والاستمرار قُدّمًا. يضع المشتركون القصاصات داخل صندوقين منفردين: صندوق الأحاسيس وصندوق مصادر القوة.

يقرأ المربي/ المرشد القصاصات المسجلة في صندوق الأحاسيس، معطيا شرعية لكل إحساس ( من المهم الامتناع عن قول جمل تحمل طابعاً مُصديراً للأحكام ).

### المرحلة الثانية- مجموعات:

في حلقة، يحكي المشاركون الواحد تلو الآخر عن مصدر قوته الشخصي.

تحصل كل مجموعة على تشكيلة من القصصات من صندوق مصادر القوة. ينظر أعضاء المجموعة في مصادر القوة ويناقشون الأسئلة التالية:

- أية مصادر قوة يمكننا تبنيها؟
  - ما هي مصادر القوة الإضافية الممكنة؟
- تقوم المجموعة بتحضير مُلصَّقة (collage) تعكس كل مصادر القوة التي تقع تحت تصرف أعضائها.

### المرحلة الثالثة- نقاش في الهيئة:

يمرّ المشاركون بالملصقات ويتمعنون بها، ثم يدير المربي/ المرشد نقاشاً حول الأسئلة التالية:

- أية مصادر قوة يُمكننا وينبغي لنا أن نتبناها؟
  - أية خطوات ( قانونية وشرعية ) يُمكننا اتخاذها للتعبير عن الأحاسيس ولتقديم المساعدة لمواجهة الوضع الجديد؟
- مثلاً: رسالة للوجهاء في المجتمع، عريضة، زاوية تخليد ذكرى، زيارة جرحى، إقامة علاقة بين مجلس الطلاب في المدرسة وبين ممثلي مدارس من خارج البلد وغير ذلك...