



זוהר בן-שוהם | 052-7723319
M.A בחינוך מיוחד, מאמנת אישית מומחית

יעל שניא-אריאן | 050-9220993
M.A בעבודה סוציאלית, מאמנת אישית מומחית

פעילות לפורים – מה מסתירה המסכה...

מטרה: להשתמש במסכות כאמצעי לפיתוח שיח משמעותי.

אוכלוסייה: כולם

מהלך הפעילות:

להביא מסכות כמספר האנשים (ניתן לרכוש מסכות לבנות מקטיפה במחיר סמלי) ולהביא כיד המלך צבעי פנדה, טושים, גואש, מדבקות וכל דבר שניתן לקשט בעזרתו את המסכה.

פעילות 1 – אני החיצוני והפנימי

מטרה - זיהוי חוזקות וכישורים

שלב 1: מחלקים את המסכות ונותנים הנחייה – צבעו וציירו בחלק החיצוני את החוזקות והכישרונות שלכם שכולם מכירים ובחלק הפנימי את אלו שלא יודעים עליכם.

שלב 2: כל אחד מראה את המסכה שלו (את הצד החיצוני) ועושים סבב של שיתוף. אחרי השיתוף האישי, חברי הקבוצה מוסיפים ואומרים אלו חוזקות וכישורים הם רואים על כל אחד (לא בהכרח דברים שהיו כתובים).

שלב 3: עוברים לצד הפנימי ובודקים האם יש בקבוצה אנשים שידעו עליכם דברים שלא חשבתם שהם ידעו, האם אני באמת משקף את מה שאני רוצה שכולם יראו? האם אני מרוצה ממה שידעו עלי ומה שלא?

המטרה היא שכל אחד ילמד לדבר על הכישורים והחוזקות שלו ויגלה מהקבוצה עוד דברים על עצמו.

פעילות 2 – מי אני?

מטרה - מה אני מקרין לסביבה

שלב 1: מחלקים את המסכות ונותנים הנחייה - עליכם לצייר דיוקן עצמי שלכם על המסכה. לתת זמן בנחת לעבוד על המסכות, יש בשלב הזה של העבודה גם חלק של גיבוש והוא משמעותי. המנחה יושב בצד ולא מתערב.

שלב 2: לאחר שסיימו לצייר על המסכות המנחה לוקח את המסכות ומפזר אותם בעיגול, כך שתתקבל תערובת מסכות. חשוב לערבב את המסכות שאף אחד לא יישב מול המסכה שלו/ה.

שלב 3: ליד כל מסכה שמים נייר – דף לבן A4 וכל אחד צריך לעבור ליד כל מסכה ולרשום מה היא רואה בה (תכונה, רגש או כל דבר אחר) במילה, שורה, לא יותר מידי מילים. אחרי שכל אחד כתב על כל מסכה כולל על שלו/ה, כולם חוזרים לשבת.

שלב 4: כל אחד מרים את המסכה וקורא את מה שכתוב על הדף הצמוד אליו.



אני לא אצליח להתמודד



הוא לא יצליח



לגעת בקושי ולצאת מחוזק



תמיד פגם אשה?



אני ואמין...



למה לא מקשיבים לי?

זוהר בן-שוהם | 052-7723319
M.A בחינוך מיוחד, מאמנת אישית מומחית

יעל שגיא-אריאן | 050-9220993
M.A בעבודה סוציאלית, מאמנת אישית מומחית

שאלות לדיון: האם אתם מסכימים עם מה שכתוב או לא? האם זה מוכר לכם? האם משהו שם מעציב או מעצבן אתכם? ניתן לפתח דיון על מה אני מקרין לסביבה? האם זה מה שאני מתכוון להקרין? האם אני רוצה לשנות את זה? מה אנשים לא רואים שאני דווקא מאוד רוצה לשקף?

סיכום: בשתי הפעילויות אפשר לקיים סבב סיכום ולשאל - מה למדתי על עצמי מהפעילות הזאת? מה אני לוקח מה הפעילות הזאת?



בהצלחה ופורים שמח!

זוהר ויעל