

מערך פעילות בנושא אמנה - "מילה זו מילה"

מטרות:

- חשיפת המשתתפים למושג אמנה חברתית והחשיבות שלה 
- יצירת בסיס לשיח המתייחס לאלימות במרחב הפיזי והוורטואלי 
- בחירת התחייבות אישית של כל תלמיד בנושא האלימות 
- הכנת אמנה בית ספרית עם דרכים להתמודדות של תלמידים במקרי אלימות 

"אני נותן/ת את המילה שלי" לשמור על העמיתים שלי- לא לעמוד מהצד ולפעול לעצירה של מקרה אלימות 

"אני נותן/ת את המילה שלי" למצוא את הדרך שלי להירגע ולא להיות שותף/ה למקרה אלימות במרחב הוירטואלי והפיזי 

"אני נותן/ת את המילה שלי" לדבר באופן מכבד עם האחר- לא להרים את הטון, לא להשתמש במילות גנאי או לבטל את דעתו של האחר 

"אני נותן/ת את המילה שלי" לשמור על הסביבה הבית ספרית ולא להשחית רכוש 

- קהל היעד: תלמידי כיתה ז'- י"ב
- משך הפעילות 90 דקות
- פתיחה: מנטימר- מילה שמתקשרת אצלי לגבי אמנה
- שאלות לדיון:
- למה חשוב שיהיו לנו אמנה/ מוסכמות חברתיות?
- הצגת המושג

א

הצגת האמנה- "מילה זו מילה"

- המנחה יציג לתלמידים את 4 ההתחייבות וידון איתם על כל אחד מההיגדים:
- מה דעתכם על ההיגדים?
- אל אלו מההגדים אתם מתחברים, ונראה לכם שתוכלו לעמוד בהם?
- האם נראה לכם שהחברים שלכם יעמדו בהתחייבות האלו?
- כיצד ניתן לוודא שהאמנה אכן מתממשת?

מערך פעילות בנושא אמנה - "מילה זו מילה"

ב

כתיבת אמנה אישית

כל תלמיד מתבקש לכתוב 2 היגדים אישיים שהוא מוכן לקחת על עצמו "אני נותן את המילה שלי..." (מתוך ההצעות למעלה או היגדים שהוא מציע), בנוגע לתופעת האלימות.

"שוק התחייבויות" - מבקשים מהתלמידים להסתובב בחדר ולשאול את יתר התלמידים על ההיגדים שכתבו. כל תלמיד מבקש להוסיף היגד נוסף לאמנה האישית שלו.

דיון במליאה:

מבקשים משני נציגים לאסוף את כלל הסעיפים ולייצר אמנה כיתתית.

ג

בחירת דרכי התמודדות

דיון במליאה (ניתן גם לקיים בקבוצות קטנות ולאחר מכן בשיתוף במליאה):

- מה יכול לעזור לכם באופן אישי כדי להתמודד עם מצבים של כעס/תסכול/זעם? רשמים את כל הפתרונות על הלוח
- מה המערכת הבית ספרית יכולה לעשות כדי לסייע לכם להתמודד עם מצבים כאלה? רשמים את ההצעות על הלוח

למנחה - רעיונות לדוגמא: חדר שקט, שיעורי מיינדפולנס ומדיטציה, יצירה באומנות, פעילות גופנית, לשתף חבר, חיזוקים חיוביים - כוכבי השבוע, פתיחת שיעור - בכל פעם תלמיד אחר מעביר פעילות שמציגה את מה שמרגיע אותו לכלל הכיתה.

המטרה - מתוך כלל ההצעות של התלמידים, בית הספר מייצר אמנה של פעולות אותם הוא מתחייב לנקוט לצורך סיוע ועזרה לתלמידים.

ד

סיכום:

בסבב כל תלמיד מתבקש לומר דבר אחד שהוא לוקח מהסדנא