מערך פעילות

כשמישהו עוזב | גרסה להדפסה

התמודדות הקומונה עם עזיבה באמצע השנה

משך: שעה וחצי

קהל יעד: ש״שנים

עזרים: כדור צמר, כרטיסיות מזג אוויר, פתקיות, סלסלה, כרטיסיות רגשות, דפי מכתב פרידה, עטים

המערך מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד, אך מיועד לכל המגדרים

רציונל

עזיבה של ש״ש באמצע השנה – מכל סיבה שהיא – היא אירוע משמעותי עבור הקומונה. היא מעוררת רגשות מגוונים ולעיתים סותרים: עצב, כעס, הקלה, אשמה, דאגה, ולפעמים גם שאלות על הקבוצה ועל ההחלטה של כל אחד להישאר. במפגש זה ניתן מקום לכל התחושות, נבחן מה העזיבה מעוררת בנו כקומונה, ונעזור לקבוצה להיפרד ולהמשיך הלאה – כקבוצה שלמה, גם אם קטנה יותר.

מטרות

- ✓ מתן מקום לרגשות ולמחשבות שעוררה העזיבה, ונרמול המגוון שלהם.
- ✓ הבחנה בין אחריות לבין אשמה, ושמירה על כבודו ופרטיותו של מי שעזב.
- ✓ פרידה וחיזוק תחושת ה"ביחד" של מי שנשארים בקומונה.

הערה חשובה למנחה: מומלץ לקיים את המפגש זמן קצר אחרי העזיבה. חשוב לבדוק מראש אילו פרטים מותר לשתף על סיבת העזיבה – ולהבהיר לקומונה שלא כל מה שקרה הוא עניינה. יש להיפרד בצורה מכבדת מהעוזב – באחריות המלווה.

מהלך

1 פתיחה – רשת הקשרים

היום נעצור לרגע כדי לדבר על משהו שקרה לכולנו – העזיבה של חבר מהקומונה. זה מפגש שבו מותר להרגיש הכול: עצב, כעס, הקלה, בלבול או כל דבר אחר. אין כאן תשובות נכונות, ולא נדבר על הסיבות לעזיבה – נדבר עלינו, על מה שזה מעורר בנו, ועל איך ממשיכים מכאן יחד.

נעמוד במעגל. המנחה מחזיק כדור צמר, אוחז בקצה החוט וזורק את הכדור לאחד המשתתפים, תוך שהוא אומר משפט קצר: **"רגע טוב שהיה לי איתך השנה..."** או **"משהו שאני אוהב/ת בך..."**. המשתתף שקיבל את הכדור אוחז בחוט וזורק הלאה, עד שכולם מחוברים ונוצרת רשת.

נתבונן ברשת ונשאל: מה היא מזכירה לכם? מה קורה לרשת כשמישהו עוזב אותה? (אפשר לבקש ממשתתף אחד לשחרר את החוט, ולראות איך הרשת משתנה – אבל לא מתפרקת.)

2 מזג האוויר שלי

נפזר במרכז המעגל את כרטיסיות מזג האוויר (נספח 1). כל משתתף בוחר כרטיסייה שמתארת את ה"מזג" שלו מאז שנודע על העזיבה, ומשתף במשפט אחד. אפשר לבחור גם יותר מכרטיסייה אחת.

3 מה עובר עליי

נחלק לכל משתתף כמה פתקים, ונבקש מהם לכתוב, בלי שם, תחושות ומחשבות שעולות בהם בעקבות העזיבה – כל תחושה על פתק נפרד. אפשר להיעזר בכרטיסיות הרגשות (נספח 2). נאסוף את הפתקים לסלסלה, נקריא אותם בקול ונניח אותם במרכז.

שאלות לדיון

- מה בולט? אילו תחושות חוזרות?
- האם יש תחושות שמפתיע אתכם לגלות שגם אחרים בקומונה מרגישים?
- איך זה שאפשר להרגיש גם עצב וגם הקלה, גם כעס וגם הבנה – באותו זמן?

הערה למנחה: חשוב לתת לגיטימציה גם לתחושות "לא נעימות" כמו כעס, הקלה או מחשבה "אולי גם אני רוצה לעזוב". אם עולה מחשבה כזו אצל מישהו – כדאי לשוחח איתו באופן אישי אחרי המפגש.

4 השאלות שנשארו

נזמין את המשתתפים להעלות שאלות שמעסיקות אותם בעקבות העזיבה. סביר שיעלו שאלות כמו: "יכולנו לעשות משהו אחרת?" או "זה אומר משהו על הקומונה שלנו?".

שאלות לדיון

- מה ההבדל בין לקחת אחריות לבין להרגיש אשמים?
- מה היה בשליטתנו, ומה לא היה בשליטתנו בכלל?
- איך מדברים על מי שעזב באופן שמכבד אותו?
- מה אנחנו לומדים מזה על הדרך שבה אנחנו שמים לב זה לזה בקומונה?

5 מכתבי פרידה

נזמין כל משתתף לכתוב מכתב קצר או כמה מילים למי שעזב (נספח 3) – תודה, זיכרון, איחול. המלווה יאסוף את המכתבים ויעביר אותם במסגרת הפרידה.

6 סיכום – מי שנשארים

נעמוד במעגל, ונבקש מכל משתתף להשלים את המשפט: **"כדי שנמשיך ביחד, אני מביא/ה לקומונה..."**. נסכם שהקומונה השתנתה, אבל היא עדיין קומונה שלמה – ושהדרך שבה עברנו את הרגע הזה יחד היא חלק מהסיפור שלה.

מערכי פעילות נוספים ניתן למצוא במרכז ההדרכה של מחלקת שנת שירות

נספח 1

כרטיסיות מזג אוויר

 שמשי	 מעונן חלקית	 מעונן
 גשום	 סערה	ערפל
 רוחות	 קשת אחרי גשם	 הפכפך

נספח 2

כרטיסיות רגשות

עצב	כעס	הקלה
אשמה	הפתעה	דאגה
הבנה	בלבול	פחד
עלבון	געגוע	אכזבה
אדישות	עייפות	תקווה
בדידות	אחר: _____	אחר: _____

נספח 3

כמה מילים לפרידה

ל־_____

ל־_____