מערך פעילות

שגרת החיים בקומונה | גרסה להדפסה

משך: שעה וחצי **קהל יעד:** ש״שנים

עזרים: פתקים, עטים, דפים, פלסטלינה בצבעים שונים, טוש מחיק, כרטיסיות היגדים בנושא שגרת החיים בקומונה (נספח)

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

רציונל

ייחודה של שנת השירות נובע, בין השאר, מההתנסות בחיים משותפים בקומונה. שגרת חיים זו מביאה עמה יתרונות רבים וחוויות משותפות, אך גם אתגרים והתמודדות עם סוגיות שונות בנושאים של פרטיות, גבולות, התחשבות באחר ועוד. על אף שבתחילת השנה עוסקים בנושא המגורים המשותפים, מומלץ להמשיך ולבחון סוגיות אלו לאורך השנה. חשוב לדאוג לכך שחברי הקומונה מרגישים נינוחים ובטוחים בקומונה, ושנורמות ההתנהגות והגבולות שסוכמו בתחילת השנה נשמרים.

מטרות

- ✓ עיסוק בפער בין הציפיות לגבי החיים כקומונה לבין המציאות בפועל.
- ✓ בחינת הרצוי והמצוי בקשר של שגרת החיים בקומונה כיום.
- ✓ קביעת נורמות התנהגות וכללים בנושא להמשך השנה.

מהלך

1 פתיחה

נאמר שבמפגש היום נעסוק בשגרת החיים המשותפים בקומונה. נתחיל במשחק פתיחה קצר: נחלק לכל משתתף שני פתקים ועט, ונבקש ממנו לכתוב על גבי פתק אחד **דבר שהוא אוהב בחיים בקומונה**, ועל פתק שני **דבר שהוא לא אוהב בחיים בקומונה**. מכניסים את הפתקים לתוך סלסלה. כל משתתף בתורו שולף פתק ומנסה לנחש (ללא עזרת הקבוצה) מי כתב את הפתק. לאחר שגילה, כותב הפתק מסביר את העובדה שכתב על עצמו ושולף את הפתק הבא, וכך הלאה.

2 בין ציפייה למציאות

נחלק לכל משתתף דף ונבקש ממנו לחצות אותו לשני חלקים. על צד אחד נבקש לכתוב **איך ציפיתי שיהיו החיים בקומונה לפני שהגעתי לשנת שירות**, ועל הצד השני – **איך החיים בקומונה נראים בפועל**. נבקש ממי שמעוניין לשתף במה שכתב.

לאחר מכן נשאל את השאלות הבאות

- האם יש פער גדול בין איך שציפיתם שיראו החיים כקומונה לבין המציאות בשטח?
- מהו מקורו של פער זה בעיניכם?
- האם מדובר בפער "מהותי" המפריע לחיי היום־יום?
- האם ניתן לגשר על פער זה? מה ניתן לעשות לטובת הנושא?

3 הקומונה כבית

נחלק למשתתפים פלסטלינה בצבעים שונים. נבקש מכל משתתף לבנות פסל שמסמל עבורו "בית" – מקום אותו הוא אוהב במיוחד, שבו הוא מרגיש שייך, בטוח ושליו. לאחר סיום הפיסול נערוך סבב שבו כל משתתף מספר על פסלו. כעת נבקש מהמשתתפים להחליף את פסלם עם היושב מימינם. עתה, על כל אחד "להפוך" את הבית של חברו לביתו שלו (למשל: למצוא נקודות דמיון), לומר דבר שהוא אוהב בבית חברו והיה רוצה לאמץ לביתו וכו׳.

לאחר סיום הסבב נשאל את השאלות הבאות

- האם הקומונה היא בית בשבילי? באיזה מובן?
- מה השוני בין שגרת חיי בביתי לבין שגרת החיים בקומונה? מהם היתרונות והחסרונות?
- מה דורש מאיתנו לשנות בהרגלינו כאשר אנחנו חיים בשיתוף עם אנשים אחרים?
- איך אקבל את זה שחבריי לקומונה רוצים שאשנה את הרגליי בבית?
- מה הבאתי איתי לקומונה מביתי שהייתי רוצה לשמור?
- מה הבאתי איתי לקומונה מביתי שהייתי רוצה לשנות / לוותר עליו?

4 סדרי עדיפויות בקומונה

נצייר על הרצפה מטרה (מספר עיגולים אחד בתוך השני – כשהעיגול הגדול בקוטר של כ־2 מ׳). בצד נניח כרטיסיות עם היגדים בנושא שגרת החיים בקומונה (נספח). ניתן לצרף פתקים ריקים, כדי שהמשתתפים יוכלו להוסיף היגדים משלהם. הקבוצה צריכה לסדר **יחד** את הכרטיסיות על המטרה – מהחשוב ביותר (במרכז המטרה) ועד הפחות חשוב (בשולי המטרה). לאחר שסיימו, נעבור יחד על הכרטיסיות ומיקומן.

ונשאל את השאלות הבאות

- האם היה לכם קל / קשה להגיע יחד להסכמה? אילו נושאים עוררו ויכוח?
- האם ישנם נושאים נוספים, שלא הופיעו בכרטיסיות, שעליהם יש ויכוח בשגרת היום־יום בקומונה?
- האם ישנם נושאים שנחשבים "קו אדום" בקומונה ואין עליהם שאלה? מהם?
- האם ישנם נושאים המהווים קו אדום עבור חלק מחברי הקומונה, אך עבור אחרים הם לא ברורים? מהם, ומהי המחלוקת לגבם?

5 קביעת כללים / נורמות להמשך השנה

ניקח את דף כללי הקומונה מתחילת השנה, נעבור על הכתוב ונבחן באיזו מידה כל כלל מתקיים, נדייק כללים הדורשים דיוק וכו׳. לאחר מכן נשאל את המשתתפים אם יש כללים חדשים שהם מעוניינים להוסיף בעקבות המפגש היום – ונעדכן את הכתוב במידה שיש (במידה שאין דף כללים – מומלץ לכתוב אותו כעת).

6 סיכום

נסכם ונאמר שהחיים המשותפים בקומונה מביאים עמם יתרונות רבים וחוויות משותפות, אך גם אתגרים והתמודדות עם סוגיות שונות בנושאים של פרטיות, גבולות, התחשבות באחר ועוד. חשוב שלאורך השנה נקיים בדיקה חוזרת, כל אחד עם עצמו וכולנו כקומונה, בנוגע לנורמות ההתנהגות המוסכמות שאותן קבענו בתחילת השנה, ולברר אם הן נשמרות. כמו כן, יש לבחון אם יש צורך לרענן / להוסיף נורמות התנהגות חדשות מתוך שגרת חיינו בקומונה. מטרת נורמות אלו היא לוודא שכל אחד מחברי הקומונה מרגיש בטוח, שליו ונוח בקומונה.

מערכי פעילות נוספים ניתן למצוא במרכז ההדרכה של מחלקת שנת שירות

נספח

כרטיסיות היגדים – סדרי עדיפויות בקומונה

הערה למנחה: מומלץ להתאים את ההיגדים לקומונה הספציפית. הכרטיסיות הריקות מיועדות להיגדים נוספים שהמשתתפים יכתבו בעצמם.

ניקיון הקומונה	שמירה על השקט כשמישהו ישן
סידור הקומונה	שמירה על תורנויות
קניית מצרכים	ארוחת ערב חגיגית ביום שישי
לא לגעת בחפצים אישיים של אחרים	לא להיכנס לחדר שינה בלי לדפוק