



פעולת משפחות וירטואלית – סולידריות משפחתית 23.3

מטרות:

- לייצר מפגש חברתי וירטואלי ויצירת מרחב וירטואלי בטוח.
- לשמור על שגרת פעילות.
- פעילות גיבוש משפחתית.
- לייצר פעילות קהילתית גם בימי קורונה, לחזק את הקהילתיות.
- להכווין לשיח פתוח וחשיבה חיובית.
- סיכום של השבוע ופורקן משפחתי באופן יצירתי.
- הבנה הדדית בין כל חברי המשפחה המצומצמת.

קונספט: תאטרון!

מהלך:

1. שולחים את הקישור יו-טיוב בקבוצת ווטסאפ.
2. מסבירים את חוקי הפעולה הוירטואלית: מי שעוברת על החוקים יוצאת מהפעולה ותתקיים שיחה עם ההורים שלוה.
 - אסור לקלל.
 - אסור לשלוח תמונות של אחרים.
 - אסור לחייב מישהו להצטלם בעצמו.
 - לא צוחקים על שגיאות כתיב.
 - לא צוחקים על אף אחד משום סיבה.
 - עושים כיף חיים!!!!
3. **מסבירים איך עובדת הפעולה:**
 - משאירים את היו טיוב פועל בטלוויזיה/מחשב לאורך כל הפעולה עם רמקולים.
 - ההשתתפות בפעולה היא דרך קבוצת הווטס-אפ שפורסמה במהלך היום.
 - אם רוצים לעשות תורות במי שכותב או מצלם או מקליט בווטס-אפ אפשר כדי שלא יהיו ריבים.
 - המשפחה צריכה לעבוד בשיתוף פעולה כדי לעשות את המשימות. להשתדל לא לריב, כולם יכולים וצריכים להשתתף בפעולה בו-זמנית.
4. **פעילות פתיחה** – בדיקת נוכחות - כל משפחה שולחת תמונה שלהם עם חולצה כחולה ורושמת את שם המשפחה – שמים את השיר חולצה כחולה ברקע.
5. **פתיח** – המדריך שם כובע או מסיכה או משהו תיאטרלי - **ברוכים הבאים לפעולת תאטרון!!!**
הסבר על הפעילות:
 - כל אחד מתחיל את הפעולה בתור הדמות של עצמו.
 - לאורך הפעילות אנחנו עומדים להתחלף בתפקידים, לפעמים לחזור למי שאנחנו ולנסות להבין מה כל אחד חווה מהנקודת מבט שלו.
 - אנחנו מבקשים להיזהר לא להעליב אף אחד ולזכור שכל דבר שאנחנו עושים במשפחה הוא מלא באהבה.
6. **פעילות ראשונה כדי להתחמם** – אני עומד להפעיל אתכם מרחוק, זוהי פעילות תאטרלית קצרה כדי שנוכל להתחמם קצת.
כולם מסתובבים בחדר באופן אקראי, אני כל פעם עומד לתת הנחיות וכל בני המשפחה צריכים לפעול לפיהן. תוך כדי מישהו אחד צריך לצלם סרטון ולשלוח אותו



בקבוצה(רק אם רוצים – אפשר גם תמונה) – הולכים בזהירות בלי להיתקע אחד בשני או בדברים.

כולם הולכים בצורה רגילה

כשאני אומר פריז כולם קופאים במקום

ללכת רגיל שוב, פריז

הולכים בסלו מושיין, פריז

הולכים כאילו אתם עצובים עצובים, פריז

הולכים אילו אתם שמחים ממש, פריז

הולכים כאילו לא אכפת לכם בכלל, פריז

הולכים כאילו כולם זקנים, פריז

הולכים כאילו כולם תינוקות, פריז

הולכים כאילו כולם אמהות בהריון, פריז

הולכים וכל אחד שנפגשים איתו זה כאילו לא ראיתם אותו מלא מלא זמן

ושולחים את הסרטון.

7. **פעילות שנייה** – מטרת הפעילות – לראות כיצד אנחנו יכולים לזהות איך האחר

מרגיש רק דרך הקשבה והתבוננות.

כל פעם מישהו אחד יושב על הכיסא מול כולם (כמו במה בסלון) עם הפלאפון

והווטסאפ – רק מי שיושב מול כולם יכול לראות את הווטסאפ למשחק הזה.

למשחק עומדים להיות 3 סבבים.

אני כל פעם שולח רשימה של רגשות בסדר מסויים.

כל פעם יש מתנדב אחר שעולה ומנסה להעביר את הרגשות לפי ההנחיות שלי –

המשימה של הקהל היא לנחש איזה רגש המתנדב מנסה להעביר.

סבב ראשון – מעבירים את הרגשות רק עם הבעות פנים.

סבב שני – מעבירים את הרגשות רק בשפת גוף ותנועות.

סבב שלישי – רק במילים שאנחנו אומרים כשמרגישים את הרגש הזה(כועס – די

כבר, עצוב – אבל למה?? וכו')

הסבר מסכם:

לפעמים אנחנו יכולים להבין על חבר משפחה איך הוא מרגיש אפילו רק מלראות איך

הוא הולך, או יושב, לפי ההעת הפנים שלו, או המילים שחברת המשפחה אומרת.

לדוגמא כשאחות שלי כועסת היא לא תמיד מדברת, אבל לפעמים היא לא מסתכלת

בעיניים והלסת שלה קפוצה.

בתקופה הזו אנחנו כל הזמן ביחד עם המשפחה, וחשוב שנדע איך אנחנו יכולים

להבין מה האחר מרגיש כדי שנוכל לעזור לו להירגע ולעודד אותו.

8. **פעילות שלישית** – מטרתו – להציב את הילדים בנק המבט של ההורים

ולהיפך(להלפך תלוי בהורה) ולשקף להורים דרך הילדים איך הם מטפלים

בסיטואציות ומה הילדים קולטים מהם.

עכשיו אנחנו עומדים להתחלף בתפקידים במשפחה – ההורים הופכים להיות הילדים

ולהיפך.

המשימה שלכם היא לצלם 3 סיטואציות בתמונה\סרטון שבה אתם משחקים את

התפקידים ההפוכים לכם בסיטואציה:

הסיטואציות – כשההורים מעירים את הילדים בבוקר, כשהילדים רבים על

הטלוויזיה\רוצים לראות טלוויזיה למרות שנגמר להם הזמן, כשצריך לסדר את

המשחקים והילדים לא משתפים פעולה.

המשימה - אתם צריכים לשלוח את הסרטונים או התמונות ביחד(לצלם בהתחלה

בטלפון ואז לשלוח את כולם ביחד בווטסאפ.

נוער עין ורד

נוער בונה קהילה בונה נוער



9. סיכום הפעולה

מטרתו – לדבר על כיצד אנו יכולות להתחשב אחת בשנייה במשפחה ובהתנהלות היום-יומית.

עכשיו כולם יושבים כשרואים אחד את השנייה, חשוב להקשיב טוב טוב אחת לשני ולכבד כל אחד שרוצה לדבר.

- כל אחת לוקחת פתק ועט ורושמת משהו אחד שהיא רוצה לבקש מבני המשפחה להמשך התקופה בצורה שהיא רוצה שיתייחסו אליה ומשהו אחד שהיא רוצה להגיד עליו תודה שהתייחסו אליה כל כך יפה או שהשקיעו בה.
- אפשר לעשות סבב שכל אחת אומרת את מה שהיא רשמה.
- המדריכה מבקשת מהמשפחות לשלוח תמונה של כל הפתקים אחד ליד השני רק אם הן רוצות.

10. סיכום של המדריכה:

- דבר ראשון כל משפחה כותבת איך הייתה לה הפעולה ואומרים תודה לכל המשפחות שהשתתפו כל כך יפה בפעולה.
- דבר שני אנחנו מזמינים אתכם לשמור על קשר אפילו שאי אפשר להיפגש.
- חשוב מאוד לדעת להתחשב אחת בשנייה בתקופה הקרובה, אנחנו נמצאים כל הזמן עם אותם אנשים ולפעמים זה יכול להרגיש גם יותר מדי.
- חשוב שכל אחד מאיתנו – הילדים וההורים ידעו להיות רגישים אחת כלפי השני.
- לפעמים כל אחת מאיתנו צריכה קצת מרחב אישי וקצת שקט וחשוב לדעת לתת אותו כשצריך.
- חשוב לפעמים לצאת להליכה או לעשות איזהשהי פעילות גופנית.
- אם יש לכן עוד דרכים שעוזרות לכן להתחשב אחת בשנייה תרשמו לנו פה בקבוצת ווטסאפ.
- טופס מתנדבים – שולחים.
- אם למישהו יש רעיונות ליזמות נחמדות בקהילה, אתם מוזמנים ליצור עם הועד המקומי ואיתי קשר.
- תעשו מנוי לערוץ הבידוד ביו טיוב.
- פעולות שישי מחר – נפגש כל החניכים!
- ושני דברים אחרונים שעושים בסוף כל פעולת סיכום שבוע – מתקשרים לסבא וסבתא ביחד כל המשפחה ואומרים להם כמה אנחנו אוהבים אותם, שוטפים ידיים ומנקים את הטלפונים, המקלדות והשלטים בבית(טלוויזיה, מזגן וכו').
- תודה רבה!

דברים שצריך להכין:

- חוקי פעולה וירטואלית מעוצבים.
- הודעות ווטסאפ רגשות מעורבבים כפול 3.
- דפים וכלי כתיבה.
- פתק לדוגמה של בקשה ותודה.