

שם השיעור: מעגלי שיח ליום הזיכרון לשבעה באוקטובר

משך: 45 דקות
כיתות: י-יב

מטרת העל:

חיזוק המודעות הרגשית והחברתית, ופיתוח יכולת הבעת רגשות ומחשבות בצורה מכבדת בנוגע לאירועי יום הזיכרון לשבעה באוקטובר

מטרות ביניים:

1. הבנת משמעות האירועים והשפעתם על החברה והפרט.
2. זיהוי רגשות אישיים סביב אירועים טראומטיים.
3. פיתוח הקשבה, אמפתיה ושיח מכבד.
4. חיזוק תחושת שייכות וחוסן קבוצתי.

דגשים:

- אין חובה לדבר שיתוף הוא וולונטרי בלבד.
- שמירה על שיח מכבד ולא שיפוטי.
- הקשבה מלאה ללא תגובות נגד.
- מותר לשתוק זה חלק מההליך.
- החייל לא מתווכח אלא מכיל ומסכם.

מערך שיעור:

שלב	תוכן
פתיחה 15 דקות	1. החייל מציג בקצרה את יום הזיכרון לשבעה באוקטובר: 2. רקע כללי של האירועים:

ב-7 באוקטובר 2023 התרחש אחד האירועים הקשים והמטלטלים שידעה מדינת ישראל. בבוקר חג שמחת תורה, ארגוני טרור תקפו יישובים בדרום הארץ, פגעו באזרחים ובחיילים, וחספו אזרחים לעזה. האירועים יצרו תחושת הלם עמוקה והשפיעו על החברה הישראלית כולה.

היום הזה הפך לרגע משמעותי בזיכרון הלאומי יום שמעלה שאלות על ביטחון, שייכות, כאב, וגם על כוח, ערבות הדדית ואחדות.

המשמעות האישית והקהילתית של הזיכרון:

לזיכרון של אירועים כאלה יש משמעות שונה עבור כל אחד – יש מי שמרגיש עצב, כעס, פחד או בלבול, ויש מי שמתחבר דווקא לתחושת יחד, עזרה הדדית וחוזק של החברה. ברמה הקהילתית, הזיכרון מחבר בין אנשים, מזכיר לנו את החשיבות של תמיכה אחד בשני, של אחריות משותפת ושל היכולת לעמוד יחד גם ברגעים קשים.

מעגל השיח מאפשר לנו לעצור, לשתף, להקשיב, ולהבין שכל תחושה היא לגיטימית.

המשמעות של היום:

יום הזיכרון מאפשר לנו לעצור, לזכור, ולהתבונן גם בתחושות האישיות וגם בתחושות הקולקטיביות של החברה.

לכל אדם יש דרך אחרת לחוות את היום הזה וכל רגש הוא לגיטימי.

שאלה פותחת:

איזו מילה או רגש עולה לכם כשאתם חושבים על התקופה הזו או על היום הזה?

(החייל רושם על הלוח: עצב, פחד, כעס, בלבול, תקווה, אחדות וכו')

גוף
25 דקות

שלב מרכזי מעגלי שיח

חלוקה:

3-4 תלמידים בכל קבוצה

ישיבה במעגל קטן

שיח פתוח לפי סט שאלות קבוע זהה לכל הקבוצות שאלות למעגל השיח:

1. רגש

איזה רגש הכי חזק עולה לכם כשאתם חושבים על האירועים או התקופה הזו?

<p>2. השפעה אישית: האם ואיך האירועים השפיעו עליכם בחיי היומיום או בתחושת הביטחון שלכם?</p> <p>3. התמודדות: מה עוזר לכם להתמודד כשעולים רגשות קשים או עומס רגשי סביב הנושא?</p> <p>4. חברים וקבוצה: מה חשוב שחברים או כיתה יעשו אחד בשביל השני בתקופות כאלה?</p> <p>5. זיכרון ומשמעות: איך לדעתכם נכון לזכור אירועים כאלה בצורה מכבדת ומשמעותית? משימה אישית קצרה (בסוף השיח): כל תלמיד בוחר אחת:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● דבר אחד שהוא לוקח מהשיחה ● פעולה קטנה שהוא יכול לעשות למען חבר בתקופה רגישה ● משפט שמסכם את התחושה שלו עכשיו <p>שיתוף רק למי שרוצה.</p>	
<p>המנחה מסכם: מעגל שיח מאפשר לנו לעצור ולהקשיב זה לזה. דרך שיתוף והקשבה אנחנו מבינים שכל אחד חווה את הדברים אחרת, ושיש מקום לכל רגש שעולה. עצם היכולת לדבר, להקשיב ולהיות יחד יוצרת חוסן אישי וקבוצתי. אפשר לסיים בשיר רגוע / מוזיקה שקטה.</p>	<p>סיכום 5 דקות</p>

עזרים:

1. מוזיקה סיום: <https://youtu.be/4BU1UZ6vi8E>