

מערך דבקות

פעולה ב'

מטרת הפעולה:

החניך ייחשף למצב הנתון כיום בסביבה שלו, תוך ניסיון לענות על השאלה עד כמה אנחנו באמת דבקים במערכות היחסים שלנו? הפעולה תעניק לכל חניך מעין "תמונת מצב" של תכונת הדבקות הטמונה בו.

מבנה הפעולה:

- א. כיצד נמדדת דבקות?
- ב. הדבקות ואני – מצוי מול רצוי
- ג. דבקות בסובבים אותי

מהלך הפעולה:

- א. כיצד נמדדת דבקות?

✓ מתודה – נניח מול החניכים "ציר דבקות" (נספח 1) ונבקש מהם למקם מספר כרטיסיות (נספח 2) שעליהן כתובות סיטואציות חברתיות על הציר. הציר נע בין "דבק מאד" (קשוב, מכון מטרה, עקבי, נוכח) לבין "לא דבק בכלל" (לא עקבי, לא אמין, מפוזר, לא עומד במשימות). קבוצות גדולות – ניתן לחלק את הקבוצה לתתי-קבוצות כמספר הכרטיסיות ולתת לכל קבוצה להניח על הציר כראות עיניה.

✓ עיבוד המתודה – נבקש מהחניכים לתאר לקבוצה את הסיטואציה בכמה מילים, מדוע מיקמו אותה דווקא במקום הזה בציר והאם כולם הסכימו? ניתן מקום גם למי שלא הסכים גם להביע את דעתו.

ב. הדבקות ואני – מצוי מול רצוי

- ✓ נבקש מהחניכים לעמוד בשורה ונחלק לכל חניך 2 רצועת של דף לצורך סימון, הרצועות יהיו שונות (נספח 3). נציג לפני החניכים עמדות ונבקש מהם להתקדם צעד אחד, שניים או שלושה בהתאם לרמה שבה הם מתחברים לאותה עמדה. הם יכולים גם להישאר במקום אם אינם מסכימים כלל עם האמירה. בסיום יניחו החניכים את הרצועה הראשונה על הרצפה במקום אליו הגיעו. בשלב השני נבקש מהם לחזור לשורה ונקריא בפניהם רשימה נוספת של עמדות ועליהם להתקדם כמו בשלב הראשון, בהתאמה לרמת ההסכמה שלהם עם העמדה המסוימת, ובסיום להניח את הרצועה הנוספת (נספח 4).
- ✓ נבחן עם החניכים את הפער (שסביר) שנוצר בין הבריסטול הראשון – הרחוק יותר – לבין הבריסטול השני – הקרוב יותר. נשאל את החניכים:
- מה ההבדל בין 2 הבריסטולים? (הראשון מייצג את המצב הרצוי והשני את המצב המצוי)
 - ממה לדעתכם נובע ההבדל?
 - מה הייתם מציעים לעשות כדי לצמצם את הפער הזה?
- ✓ נסכם עם החניכים סיכום ביניים – ניתן לראות שיש פער בין איך שהיינו רוצים להתנהג לבין איך שאנחנו מתנהגים באמת. המטרה היא לא ליצור תחושת יאוש בנו, אלא להמחיש לנו את השאיפות וכמה עוד נשאר לנו לממש אותן, בהתחשב במצב המצוי אצלנו כיום. באופן זה אנו מודעים יותר למצבנו היום, אך גם מודעים יותר למטרה שלנו, אליה היינו רוצים להגיע.

ג. דבקות בסובבים אותי

- ✓ נשחק עם החניכים את משחק המספרים: המשימה הקבוצתית היא לספור עד 10 כך שכל אחד אומר מספר אחר ללא תיאום מראש, עד שמגיעים ל- 10. אסור לחלק מספר מראש ואסור שאחד יגיד את כל המספרים ברצף. (הטריק הוא לשמור על קשר עין עם חברי הקבוצה).
- ✓ סיכום – אפיינו בפעולה זו רמות שונות של דבקות בסביבה. ראינו גם את הפער בין מה שאנחנו חושבים שנכון לעשות ובין מה שאנחנו עושים בפועל. המטרה היתה שנגדל ונצמח מתוך זה, לצד הבנת החשיבות של תכונת הדבקות. במשחק האחרון ראינו את ההבדלים בין משחק בו אנו דבקים אחד בשני – קשובים, מלאי תשומת לב ויוצרים קשר עין – לבין משחק בו אנחנו לא. כך בתחומים רבים בחיים, ובמיוחד בין חברים, הדבקות היא מתכון להצלחה, ובעזרתה ניתן להשיג הרבה יותר ממה שניתן להשיג בלעדיה.

דבק מאוד

קשוב, מכוון מטרה, עקבי, נוכח, עומד במשימות.

לא דבק בכלל

לא עקבי, לא אמין, מפוזר, לא עומד במשימות.

חני קבעה עם חברותיה ללכת לטיול ביום הראשון של החופש. רק בבוקר הטיול היא נזכרה, מיהרה לארגן תיק ויצאה לפגוש את חברותיה. חני לא השתתפה בהכנת ארוחת הצהריים, היא דיברה עם בת דודתה בטלפון. לאחר מכן העבירה שעה קלה בהתכתבות בווטסאפ בזמן שחברותיה ניקו את השטח ונערכו להמשך המסלול. בערב חני סיפרה להוריה שהיא לא כל כך נהנתה בטיול ושהיה יכול להיות יותר טוב.

עדי וחביבה הן חברות טובות. לאחר שרבו יום אחד עדי פנתה לחברתה עליזה, בתקווה למצוא אצלה נחמה. עדי רצתה שעליזה תקשיב לה ותיתן עצה טובה, אך עליזה שינתה נושא ברגע שעדי סיימה לספר. למחרת עליזה סיפרה את הסיפור לחברותיה האחרות.

אלי ואיתן לא היו שכנים, למדו באותה כיתה, אך מעולם לא היו קרובים במיוחד. איתן היה אהוד על חבריו ומצליח בלימודים, ואלי לעומת זאת מיעט ביצירת קשרים והתקשה מאד בלימודים. ביום שלישי אלי נעדר מבית הספר בעקבות מחלה, ובאותו יום נתנה המורה לחשבון שיעורי בית להגשה עם ציון ליום חמישי. למחרת הגיע אלי לכיתה ורק אז גילה על שיעורי הבית. בלית ברירה פנה לאיתן בתחילת הפסקת האוכל וביקש את עזרתו. איתן נענה לבקשה. כשחבריו קראו לו למגרש הוא לא הגיע ובצהריים אימו מצאה את ארוחת הבוקר שלו ארוזה היטב, עדיין בתיק...

אביבה הגיעה ל - 2 החזרות הראשונות שקבעו המדריכות שלה לקראת ההופעות במוצאי שבת ארגון. בחזרה השלישית היא העדיפה להזמין הביתה חברה מבית הספר ולא הגיעה לחזרה. בחזרה הרביעית היא עזבה מוקדם כדי ללכת עם אימה לקניון, בחזרה החמישית היא הגיעה ואת השישית שכחה לגמרי. היא לא ביקשה מאף אחת שתלמד אותה את הריקוד ובכל זאת השתתפה בו.

יוני רצה מאד להשתתף בצביעת הקיר הקבוצתי, כחלק מההכנות לשבת ארגון. הוא גם רצה לכתוב כתבות לעלון. הוא אמנם אחר מעט לצביעת הקיר אבל לא עזב את המכחול והגואש עד שהקיר היה גמור. לאחר מכן חבריו רצו ללכת הביתה אך הוא כנע את כולם להישאר עוד קצת לכתוב כתבות לעלון. בסופו של דבר הגישה הקבוצה של יוני מספר רב של כתבות לעלון.

נספח 3:



רצוי:

- חשוב לי להיות קשוב לחברים שלי
- הייתי רוצה להצליח לסיים את המטלות שלי בזמן
- כיבוד הורים עומד בראש סדר העדיפויות מבחינתי
- הייתי רוצה להיות מרוכז יותר ומשתתף יותר בפעולות
- הייתי רוצה להיות חבר נאמן לחברים שלי
- חשוב לי להיות סבלני כלפי האחים שלי

מצוי:

- אני תמיד קשוב וזמין לחברים שלי
- אני תמיד מסיים את המטלות שלי בזמן הנדרש
- אני תמיד מכבד הורים בעדיפות ראשונה
- אני תמיד מרוכז ומשתתף פעולה בפעולות
- אני חבר נאמן וכנה
- אני תמיד סבלני כלפי אחים שלי