

מעגל הדאגה ומעגל ההשפעה

חלק א' - שיח פתוח בקבוצות קטנות או זוגות.

כל זוג או קבוצה קטנה מקבלים דף עם מס' נקודות להתייחסות בכתב:

- מה מדאיג אתכם?
- מה לא בשליטתכם?
- מה בשליטתכם?

חלק ב' – מליאה

- המורה מתייחס לשני המושגים: "מעגל דאגה" ו "מעגל השפעה", מציג את השקפים המצורפים ומפרט את התוכן שכתוב בהם.

מעגל הדאגה



לכל אחד מאתנו קשת נרחבת של תחומי דאגה:

- דברים המרגיזים אותנו
- דברים המלחיצים אותנו
- דברים המשבשים לנו את סדר היום.
- דברים המשבשים לנו את הריכוז והמחשבה
- אנשים המקלקלים לנו את מצב הרוח
- אירועים ביטחוניים ועוד...

בתוך מעגל הדאגה:

- דברים שלגביהם אנו חסרי שליטה לחלוטין
- דברים שעליהם אנו יכולים להשפיע באופן מלא או באופן חלקי

מעגל ההשפעה



את הדאגות שעליהם אני יכול להשפיע אפשר לתחום במעגל ההשפעה.

הפתרון לחיים טובים יותר, רגועים יותר ואפקטיביים יותר, טמון בגודל מעגל ההשפעה ביחס למעגל הדאגה.

הוא מאפשר לנו שליטה, למידה, מציאת פתרונות, עזרה לאחרים ועוד.

ככל שנפעל יותר במעגל ההשפעה, נקטין את מעגל הדאגה.

- המורה יציג את השקף הבא או יצייר על הלוח ומציג את השאלות הבאות לדין:
 מה משפיע על גודל המעגלים?
 האם הם יכולים להשתנות?
 באיזה מעגל מושקעים מרבית המאמצים שלכם?
 איך ניתן להגדיל את מעגל ההשפעה?
 למה זה חשוב?



חלק ג' – איסוף רעיונות להגדלת מעגל ההשפעה – אקטיביות

- מרכזים על בריסטול גדול או על הלוח את כל הרעיונות שעלים מן התלמידים. להלן מס' רעיונות אפשריים. עדיף לבחור רעיונות שמגיעים מהתלמידים אך בהחלט ניתן לעזור ולהציע אפשרויות מגוונות:
- מבצע תליית דגלי ישראל בבית הספר, בבניין, בשכונה, בעיר. ניתן להכין את הדגלים בבית הספר או לרכוש באופן שיתופי.
 - הכנת שלטים גדולים לחזוק המורל ותלייתם בפתח בית הספר, בניינים, מקומות מרכזיים בעיר, בשכונה, ברחוב. בסגנון: "עם ישראל חי", "ביחד ננצח", "עם נצח לא מפחד" וכו'.
 - הכנת סרטונים מחזקים שיופצו בקהילת בית הספר, רשתות חברתיות. הסרטונים יכולים להיות מופנים לקהילת בית הספר והעיר או לחיילים, שוטרים, מד"א, איחוד הצלה, זק"א, צוותי בתי החולים, תושבי הדרום, תושבי הצפון וכו'.

- כל לתלמיד יכול להצטלם עם דגל בית הספר ולהכין סרטון מרכז של כל התמונות.
- לבקש מהתלמידים להצטלם עם משפחתם כשכולם אומרים או שרים "עם ישראל חי".
- לבחור פסוק מתפילה או כל פסוק אחר שיכול חזק לוחמים ביחידות השונות. להכין כפוסטר או מצולם.
- חלוקת עוגיות/חלות/פרחים עם פתק קטן ובו מסר מחזק לשכנים של בית הספר.
- פינוי/ניקוי/אבזור מקלטים בעיר או בשכונה.
- התנדבות / עזרה למשפחה של מגויסים.
- ארגון פעילות לילדים מהקהילה כתעסוקה / אורור להם ולהורים.
- ביקור קשישים שנותרו לבד בתקופה קשה זו.
- איסוף תרומות למשפחות של מפונים.

חלק ד' – בחירת מוקד פעילות

כל קבוצת תלמידים בוחרת מוקד לפעילות או לעשייה אקטיבית.
אפשר שכל כיתה תבחר מוקד משלה.

בשיעור לאחר מכן עובדים על ארגון הפעילות, העשייה, איסוף החומרים, הפצתם ועוד ועוד...