

ריבוי קולות רגשי

לימוד ושיח על המגוון הרגשי למתרחש
והתמודדות עם המורכבות שנובעת ממנו

לקראת המפגש-

סידור החלל בקבוצות סביב שולחנות, על פי מספר הצירים.
על כל שולחן מונח ציר (מודפס בגדול), לימוד נלווה לציר, דבקות וכלי כתיבה.

מהלך:

1. סדנה זו מזמינה אותנו לגעת באזורים הרגשיים שמלווים אותנו בתקופה הזו ולהתבונן עליהם ועל החוויה שלנו למול רגשות של אחרים סביבי.
על כל שולחן מונח ציר שמסמן קצוות (בכוונת מכוון). בטחון וחרדה; ותקווה וייאוש; משמעות וחוסר רלוונטיות.
2. כל אחד.ת מוזמנת.ת לבחור שולחן ולנסות למקם שתי חוויות שמוכנה להניח על גבי הציר.
2. הזמנה לשיתוף בקבוצות.
3. לימוד קצר של החלק המתאים בקבוצות נפרדות
4. במליאה - לימוד ר' עקיבא ומתוכו בירור התחושות שעלו בתקופה האחרונה או במהלך החלק הראשון למול שיתופים אחרים.
5. חילוץ תובנות ועקרונות מנחים להתמודדות עם מגוון רגשי בעבודת החינוך, דרך עקרונות השיח המשלב (שיש לו קוי דמיון מובהקים לפערים מסוג זה). ניתן להיעזר בעקרונות המנחים המצורפים.

כתבו על שתי דבקיות שני
רגעים מהחודש האחרון
שקשורים לציר הנ"ל.
לאחר מכן, מי שרוצה
מוזמן/ת לשתף



חרדה



בטחון



כתבו על שתי דבקות שני
רגעים מהחודש האחרון
שקשורים לציר הנ"ל.
לאחר מכן, מי שרוצה
מוזמן/ת לשתף



יִיאֹשׁ



תְּקוּוּהָ



בין תקווה לייאוש

תפילה / אברהם חלפי

אינני יודע מלים מהן נולדת תפלה
כל המלים אבדו בקולי והיו כאלמות אפלה.
אך עדין רואות עיני זהר עיניו של ילד.
ועוד רואות עיני: כוכב אין דומה לו בזהר
ואמהות דאוגות פנים נוהגות אל האור ילדיהן הקטנים.
מה יהיה עליהם? מה יהיה?
שמעו שמחתם הנושמת כאביב,
שנדמה כי לא יחלה עד עולם.
כרע אכרע לפני דמות אלהים
אף מעיני נעלים.
אל נא תרע לתמימים.
הם אינם יודעים מדוע ברק פוגע בעץ
הנושא את פרוי לתמו.
אל נא תרע לתמימים

הם אינם יודעים מדוע אדם מחלל את צלמו
אינני יודע מלים מהן נולדת תפלה.
כל המלים אבדו בקולי והיו כאלמות אפלה.

ההבדל בין תקווה וטרגדיה אינו נמצא בעובדות,
אלא בפרשנות ובציפיות. ובכל זאת, הבדל זה הוא
הבדל מוסרי.

המקווה שואף לשפר; המפוכח משלים עם
המציאות. ואלו הן נבואות המגשימות את עצמן.
מוסריות של תקווה נשענת על האמונה שאפשר
לשנות את העולם לטובה.

(הרב זקס)

- מה אגם חשיב ביחס לטקסים שמולידים?
- מה אלוהי אקבא מאפיחין בתקווה? מה אלוהי אקבא מאפיחין בייאוש?
- אילו מילים נוספות נמצאות בגוון שבין תקווה וייאוש?

בין ביטחון לחרדה

* חוה ניסימוב

משֶׁהוּ הַשְׁתַּנָּה.

קירות החדר מתרחבים

הזויות לא מאימות עוד,

הרצפה יותר יציבה.

פעם עוד ישריש הבית, ובינתיים

אזיר צח פורץ ממקומות נסתרים.

גם הבכי שלי צלול יותר

כמנגינת נבל ששמעתי פעם בחלום.

אבל אני ערה,

ערה.

כך צריך להיות.

והנה אם התקיעה הפשוטה היא
סימן נחת רוח ויישוב הדעת
והתרועה הגמורה היא סימן החרדה
והצער המוחלט חוייב מזה שיהיו
השברים שענינם מורכב משתיהן
סימן אל המיצוע בין שני הענינים
בלי ספק.

(ספר עקדת יצחק)

הספנין רוֹבֵן הַסִּידִים" (מסכת קדושין)

- מה ההבדל בין אדם שחי לא אדם לבין אדם החי לא אדם סיטון?
- מהי בחובש האחרון הרמשיגי טמאח לא סיטון ומרי כאדם לא קרקע יציבה?
- האם אדם מצליחיו לנוע בין אלו היום לבין הריצפה היומרי יציבה?

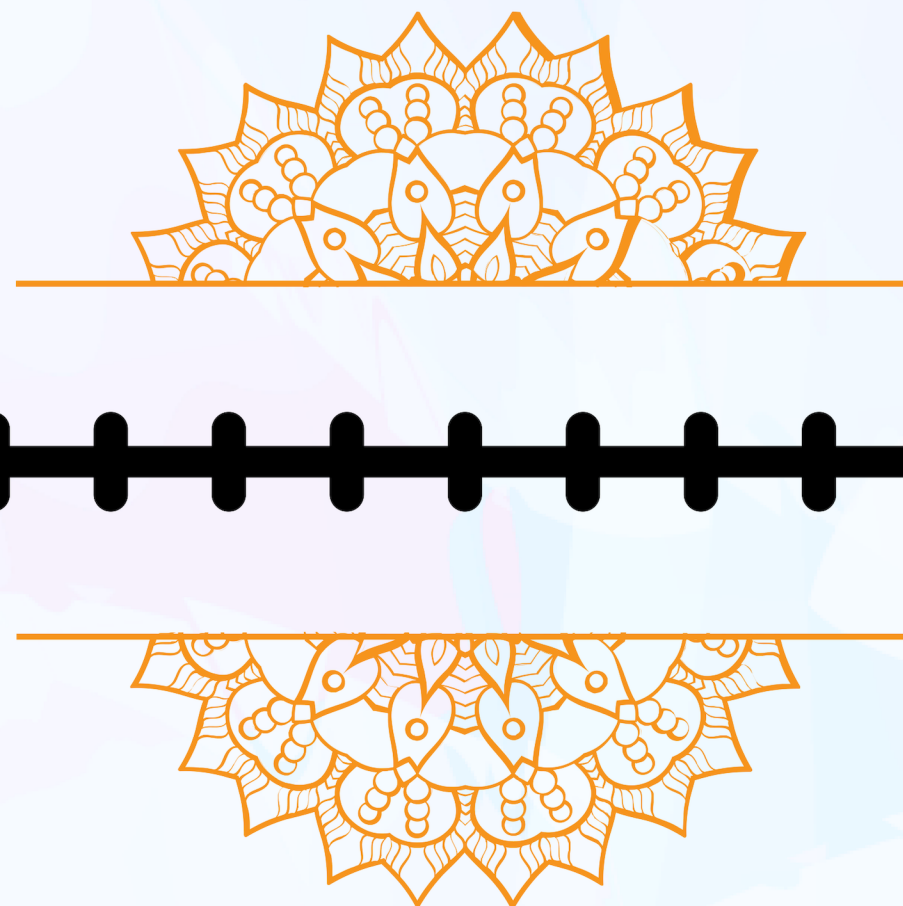


כתבו על שתי דבקות שני
רגעים מהחודש האחרון
שקשורים לציר הנ"ל.
לאחר מכן, מי שרוצה
מוזמן/ת לשתף

חוסר
רלוונטיות



משמעות



בין משמעות לחוסר רלוונטיות

- מה ולמה אי הרישט משמאלו בתקופה הזו?
 - מה ולמה אי הרישט משמאלו בלבדופה במירימ?
 - האם בלע הזו אנו מרישט. משמאלו
- כרפאל מירימ" במין/בבית הספר בקהילה?

הרב י.ד. סולובייצ'יק, זצ"ל
"האדם נברא בתור שליח..."

את העובדה שמישהו חי בזמן מסוים, בתקופה מיוחדת, ובמקום מוגדר, ולא נולד בתקופה אחרת ובנסיבות אחרות, נוכל להבין אך ורק אם נקבל את עצם הרעיון בדבר שליחותו של האדם.

ההשגחה יודעת היכן וכיצד, יכול הפרט-היחיד, על חסרונותיו וכוחות הנפש האצורים בו, לקיים את שליחותו. באילו נסיבות ותנאים ובאיזו חברה יהא זה בכוחו של האדם למלא את שליחותו.

בורא העולם פועל בהתאם להלכה, כי לא יתכן למנות שליח כדי לבצע תפקיד, שהוא למעלה מכוחותיו של השליח. זוהי שליחות, שאי אפשר לקיימה, והיא מחוסרת כל ערך, מאחר שאם ממנים אדם למלא שליחות, מן הראוי ליתן לו את היכולת לפעול כשליח.

משום כך נברא היחיד בתקופה ובמקום, שבהם יוכל לקיים את פעולתו לשם קיום שליחותו.

יום שני

מה עצוב יותר מרפבת?
היא יוצאת פשהיא מכרחה,
ואין לה אלא קול אחד,
ואין לה אלא נתיב אחד.
אין לה דבר עצוב מרפבת.

או אולי סוס רתום לעגלה.
הוא אסור בין שני מוטות,
ואפילו לא יכול להסתפל הצדה.
הוא חי בשביל ללכת.

ואדם? הוא לא עצוב, אדם?
אם הוא חי זמן רב בכדידות
אם הוא הושב שהזמן תם ונשלם
אזי גם אדם הוא דבר עצוב.

17 בינואר 1946



פעם אחת היו (רבן גמליאל ורבי אלעזר בן עזריה ורבי יהושע ורבי עקיבא) עולים לירושלים, כיון שהגיעו להר צופים קרעו בגדיהם. כיון שהגיעו להר הבית, ראו שועל יוצא מבית קדשי הקדשים. התחילו הם בוכים, ורבי עקיבא משחק. אמרו לו, עקיבא למה אתה משחק? אמר להם, מפני מה אתם בוכים?

אמרו לו, מפני שכתוב בו "הזר הקרב יומת", עכשיו נתקיים "על הר ציון ששמש שועלים הלכו בו" (איכה ה, יח), ולא נבכה?

אמר להם, לכך אני משחק, דכתיב (ישעיה ח, ב) "ואעידה לי עדים נאמנים את אוריה הכהן ואת זכריה בן יברכיהו", וכי מה ענין אוריה אצל זכריה, והלא אוריה במקדש ראשון, וזכריה במקדש שני. אלא תלה הכתוב נבואתו של זכריה בנבואתו של אוריה, כתיב באוריה (מיכה ג, יב) "לכן בגללכם ציון שדה תחרש וירושלים עיים תהיה והר הבית לבמות יער", בזכריה כתיב (זכריה ח, ד) "עוד ישבו זקנים וזקינות ברחובות ירושלים". עד שלא נתקיימה נבואתו של אוריה, הייתי מתיירא שמא לא תתקיים נבואתו של זכריה. עכשיו שנתקיימה נבואתו של אוריה, בידוע שתתקיים נבואתו של זכריה. ובלשון הזה אמרו לו, עקיבא נחמתנו, עד כאן.

מה הוסיפו רבן גמליאל, רבי אלעזר ורבי יהושע, ברצו שלם ראו אל השועל, יוצא מחובלה קודם הקדשים? מה הוסיף רבי עקיבא?

מה אצל רבן גמליאל, הוסיפו רבן גמליאל ורבי יהושע, ברצו שלם ראו אל השועל, יוצא מחובלה קודם הקדשים? מה הוסיף רבי עקיבא שחך בצופה הם לצמח שהיו בבי?

מה קודם רבן גמליאל, הוסיפו רבן גמליאל ורבי יהושע, ברצו שלם ראו אל השועל, יוצא מחובלה קודם הקדשים? מה הוסיף רבי עקיבא שחך בצופה הם לצמח שהיו בבי?

ריבוי קולות רגשי - שיח פתוח המאפשר למגוון רגשות לבוא לידי ביטוי, תוך שמירה על עקרונות הכבוד ההדדי.

- הכרה בריבוי הפרשנויות- אותו מקרה, מקור, חוויה יכולים לעורר תגובה רגשית שונה בין תלמידה לתלמיד ובין מורה למורה.
- הפרדה בין החוויה האותנטית-אישית למגוון החוויות האפשריות של התלמידים.
- ריבוי קולות לכתחילה- הזמנה להכין מקורות ופרשנויות המאפשרות ריבוי קולות רגשי ומנכיחות מגוון.
- זיהוי ותיחום- עלינו לדעת היכן עובר הגבול בין שיתוף רגשי שנכון לו שיתקיים במסגרת החינוכית, לבין התמודדות רגשית שהמענה לה צריך להיות של נשות ואנשי מקצוע בתחומי הנפש.
- נרמול- עלינו למסגר את הדיון כך שיאפשר לרגשות השונים להתקיים מבלי ליצור תחושת אשם. אין אנו פוסלים שום רגש אך ישנם קווים מנחים וקווים אדומים לביטוי של הרגש.
- מסגור השיח- ננחה את התלמידים והתלמידות לבטא את תחושותיהם באופן אישי, המייצג אותם ואת תחושותיהם בלבד.
- מרחב בטוח- נאפשר מגוון אפשרויות לביטוי, גם באופן אנונימי.