



לצוות

## להתמודד עם בעיה

בעקבות הסיפור "גדר כבשה ואיש עם בעיה" מאת יעל בירן - הוצאת סער

לאורך כל החיים אנחנו מתמודדים עם בעיות שונות. לאנשים שונים סגנונות התמודדות שונים ולעתים אפשר לראות שאנשים מאמצים דפוס התמודדות האופייני להם.

### מטרות:

- להכיר סגנונות שונים להתמודדות עם בעיות.
- לזהות מהו הסגנון המאפיין אותנו.
- לבחון את היתרונות והחסרונות באופן בו אנו מתמודדים.
- לבחון כיצד החשיפה לדרכים שונות לפתרון בעיות מאפשרת לנו למצוא אלטרנטיבות לדפוסים המוכרים לנו.

### מהלך הפעילות:

- א. נקרא את הסיפור "גדר כבשה ואיש עם בעיה" מאת יעל בירן - הוצאת סער
- ב. המשתתפים יקבלו משימה. המשימה תהיה זהה לכולם ותוצג באופן ברור ומפורט. יינתן זמן מוגדר לביצוע המשימה וייקבע מועד להתכנסות, להצגת המשימות למשוב ולדיון.

### דף משימה למח"מ

במרכזייה החינוכית הארצית הוחלט כי בכל מרכזייה חינוכית מקומית בפנימיות צריכה להימצא לפחות פעילות אחת בנושא: "התמודדות עם לחץ חברתי". עליכם לדאוג במהלך החודש הקרוב שאכן תהיה ברשותכם פעילות בנושא והיא תועבר לפחות בקבוצה אחת עד לתאריך: 3.2.10