



אל עצמי

בארץ ההבעות

מטרות:

חידוד התודעה אצל המשתתפים, כי יש קשר הדוק בין הבעת הפנים לבין הרגשות של האדם.

חומרים:

- ☺ הספר "בארץ ההבעות" מאת מיה בר מוחה בהוצאת "דני ספרים".
- ☺ שקפים עליהם מצוירים חלקי פנים המסמלים הבעות שונות.
- ☺ דפים, כלי כתיבה, לורדים.

מהלך הפעילות:

1. המדריך קורא בפני כל הקבוצה את הסיפור "בארץ ההבעות" עד הקטע: "וכך בעיר הזאת, אומרת השמועה, כולם מסתובבים עם הבעת פנים קבועה".
2. בסוף קטע זה פונה המדריך אל הילדים ושואל "האם יכול להיות מקום כזה שבו כולם מסתובבים עם הבעת פנים קבועה?" המשתתפים מגיבים בשיחה חופשית. כדאי שהמדריך יסכם כי בסביבה החברתית שלנו נוצרת תקשורת, עוברים מסרים ומזהים את מצב רוחם של הפרטים גם על פי הבעות, המשקפות הרבה פעמים רגשות.
3. בשלב זה ממשיך המדריך את הסיפור עד סופו.
4. לאחר סיום הסיפור קיימות מספר אפשרויות להמשך הפעילות:
 - א. כל ילד מקבל סט שקפים שעליהם מצוירים אברי פנים בהבעות שונות. הוא מניח את השקפים אחד על השני, כשהוא יוצר הבעת פנים המתארת מצב רוח מסוים. ואז הוא מספר לשאר המשתתפים מדוע בחר דווקא בהבעה זו.
 - ב. כל ילד מקבל דף ריק ולורדים, מצייר הבעת פנים מסויימת, ומספר לקבוצה למה צייר דווקא את הבעת הפנים הזו.
 - ג. כל ילד מקבל שקף ומצייר עליו איבר אחד מהפנים. לאחר מכן יוצרים בתוך תת קבוצה הבעות פנים שונות, כשעל כל הבעת פנים מחברים שיר קצר או סיפור קצר.

במידה ונותר עוד זמן, ניתן להציע לאחד הילדים, שהציג את סיפורו דרך הבעת הפנים, לקיים שיחה קבוצתית. בשיחה זו יועלו הצעות כיצד ניתן לשנות את הרגשות הקשורות בסיפורו, ובעקבות כך לשנות את הבעות הפנים.