



פרפרים בבטן

פעילות לצוות לקראת פתיחת השנה

מטרות:

- העלאת חששות, ציפיות ומחשבות לקראת פתיחת השנה.
- שיתוף הדדי ומתן מענים לקשיים אפשריים.

עזרים:

- ציורים של פרפרים לפי מספר המשתתפים ומומלץ אף יותר. (נספח)
- כלי כתיבה, צבעי עפרון, טושים.
- חוט/חבל ארוך תלוי במרכז החדר (כמו חבל כביסה)
- אטבי כביסה (תלויים על החבל)

מהלך הפעילות:

מניחים במרכז החדר את הפרפרים ומזמינים את המשתתפים לכתוב עליהם את "הפרפרים" שיש להם בבטן לקראת תחילת השנה החדשה: חששות, פחדים, לבטים, קשיים וכדו'.

ניתן לצבוע ולקשט את הפרפרים.

תולים את הפרפרים על החבל בעזרת האטבים.

מזמינים את המשתתפים לעבור בין הפרפרים ולבחור פרפר אחד שברצונם להתייחס אליו ולקחת אותו. זה יכול להיות פרפר שהם מזדהים עם מה שכתוב עליו, או כזה שיש להם מענה לחשש שכתוב עליו וכן הלאה.

במליאה משתפים בחששות ובמחשבות, נותנים לגיטימציה לדברים הנאמרים ומנסים לחשוב על מענים ודרכי התמודדות.

לסיום מציעים למשתתפים לרשום בצידו השני של כל פרפר מילת/משפט חיזוק ולתת אותו בחזרה למי שהוא שייך לו.

לחילופין ניתן לתלות את כל הפרפרים עם מילות החיזוק על בריסטול או כקישוט על הקיר.



