

התבגרות

## נעורים ומתבגרים – מתחילים / רחל לוי - שגב

### חיזור - פעילות ראשונה

#### מטרה:

- מודעות להתנהגויות חיזור שונות
- להבחין בין השווה והשונה בין בני אדם

#### חומרים:

- דפים בגודל A4 עליהם כתובה דרך התנהגות בגדול, בשולי הדף – כיס המכיל פתקים ועליהם רשומה אותה התנהגות. מאחורי הדף – כיס גדול לאיסוף וריכוז התגובות.
- כלי כתיבה ודפים.

#### מהלך הפעילות:

1. מפזרים את דפי ההתנהגויות בחדר. (נספח) המשתתפים מסתובבים ובוחרים 4 פתקי התנהגויות מתוך הכיסים שבשולי הדפים: שתיים מקרבות ושתיים מרחיקות.
2. מתחלקים לקבוצות בנות 5-6 משתתפים. כל קבוצה מקבלת את דף ההנחיות הבא: - כל משתתף חושב וכותב לעצמו מה מעוררת בו ההתנהגות וכיצד היה מגיב אליה. האם לדעתו יש הבדל בין בנים לבנות?
3. בקבוצה מציגים את פתקי ההתנהגויות ודנים עליהם, משווים עם החברים, מרכזים את התגובות לכל התנהגות בדף נפרד.
4. מחזירים את דפי הריכוז לכיס האחורי של דף ההתנהגויות. בשלב זה אפשר לשוחח ביניכם על "איך הייתם מעדיפים לחזור..." או לספר סיפורי חיזור. אוספים את הדפים מהכיסים, קוראים את תוכנם ודנים.

#### נקודות לדיון:

- האם התגובות אחידות?
- האם יש הבדל בתגובות בין בנים ובנות?

## רשימת התנהגויות:

- נגיעות כאילו לא בכוונה
- נעיצת מבטים
- שריקות
- הערות על מראה ולבוש
- כתיבת שלטי חוצות עם הצהרות אהבה
- כינויים כמו: בובה, מותק, חמודה וכו'...
- חיפוש קרבה
- טלפונים, אס. אם אסים לנייד, ICQ, מיילים
- כתיבת מכתבים ושירים
- עריכת מעקבים אחריי
- שליחת מתנות
- "דאוונינג" ו"רושם"
- שליחת שליחים בנסיון להשפיע עליי
- הצעות חברות
- הזמנה לסרט
- הצעות עזרה בלימודים
- התעלמות מופגנת ממני (לא שם/שמה...)
- נסיון להצחיק

# הענות לחיזור- פעילות שניה

## מטרה:

להיות מודעים ולהפעיל שיקול דעת בהיענות לחיזור.

## חומרים:

- דפי שאלון אישי כמספר המשתתפים.
- לוח ריכוז התשובות

## מהלך הפעילות:

כל משתתף מקבל דף "שאלות לעצמי לפני ההיענות לחיזור". (נספח 2)  
המשתתף יסמן 5 שאלות החשובות לו בותר, לפי סדר העדיפויות שלו.  
המשתתפים מציגים את הבחירות שלהם, מרכזים את הבחירות על הלוח.

## נקודות לדיון במליאה:

- מהן הבחירות השכיחות.
- התייחסות לשוני בינינו.
- האם יש הבדל בין בנים לבין בנות

**לסיום:** השיר של הגר שנהב "סימנים".

## שאלון אישי –

### לפני הענות לחיזור האם אנו שואלים את עצמנו?

1. האם הוא/ היא מוצאים חן בעיני?

2. האם אני יכול/ ה לספר לו/ ה הכל?

3. מה יגידו החברים שלי?

4. האם הוא/ היא מכבד/ ת אותי?

5. האם הוא/ היא מבין/ נה אותי?

6. האם אפשר לסמוך עליו/ עליה?

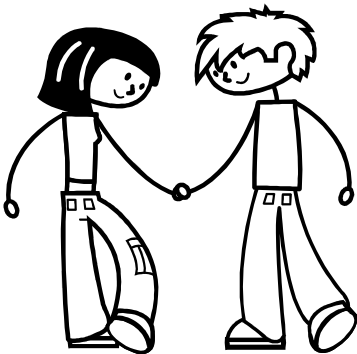
7. האם יש לנו עניין משותף?

8. האם אני נמשך/ כת אליו/ ה?

9. האם אנו נהנים יחד?

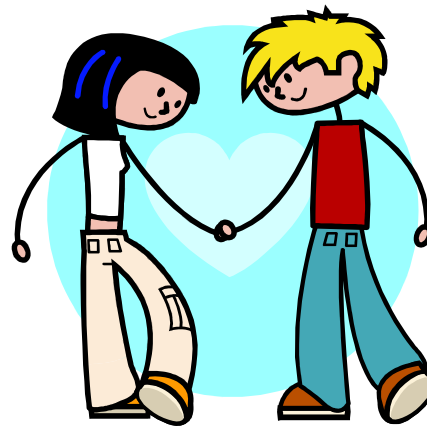
10. האם הוא/ היא מביע/ ה רגשות?

11. האם אנחנו יכולים לצחוק יחד?

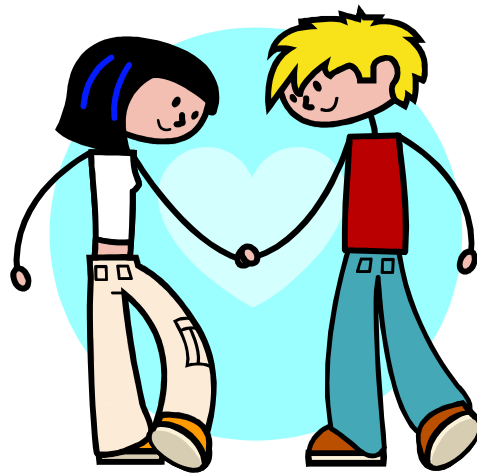


נגיעות כאילו לא בכוונה	נעיצת מבטים	שריקות
הערות על מראה ולבוש	כתיבת שלטי חוצות עם הצהרות אהבה	כינויים כמו: בובה, מותק, חמודה וכו'...
חיפוש קרבה	טלפונים, א.ס. אם אסים לנייד, ICQ, מיילים	כתיבת מכתבים ושירים
עריכת מעקבים אחריי	שליחת מתנות	"דאוונינים" ו"רושם"
שליחת שליחים בנסיון להשפיע עליי	הצעות חברות	הזמנה לסרט
הצעות עזרה בלימודים	התעלמות מופגנת ממני (לא שם/שמה...)	נסיון להצחיק

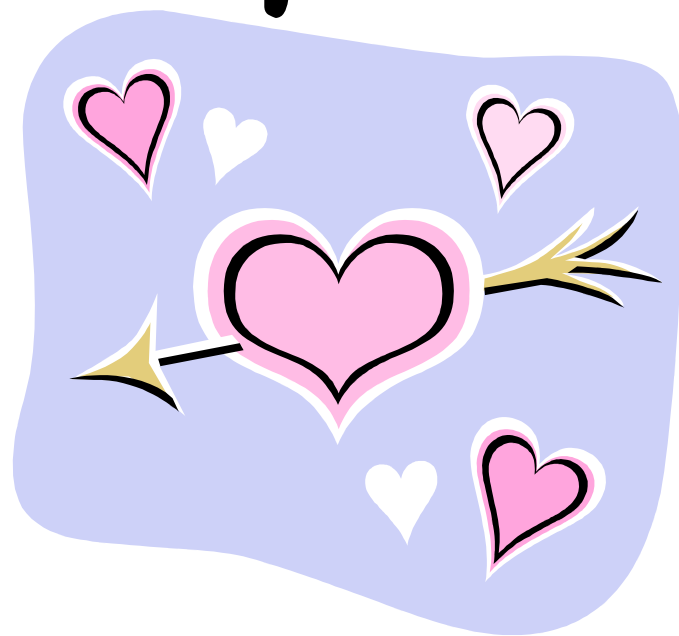
נגיעות כאילו לא בכוונה



# נעיצת מבטים

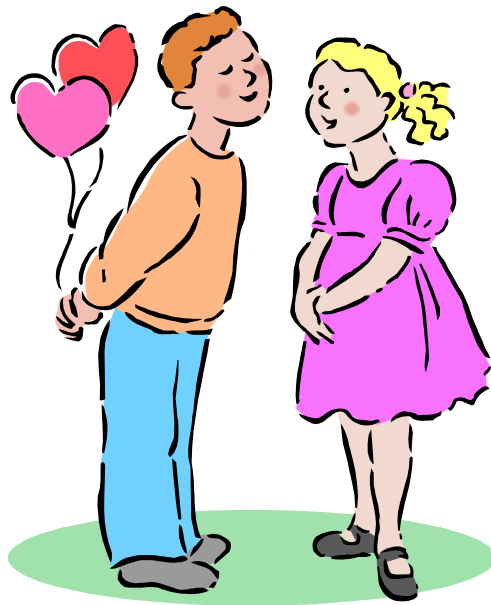


# שריקות





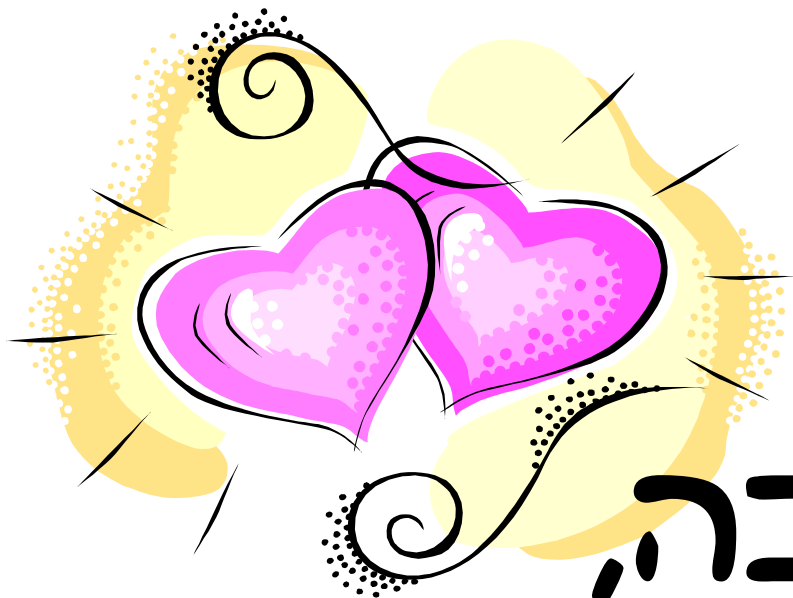
# הערות על מראה ולבוש





כתיבת שלי חוצות עם

הצהרות אהבה



כינוריים כמו: בובה,

מותק, חמודה וכו'...

# חיפוש קרבה





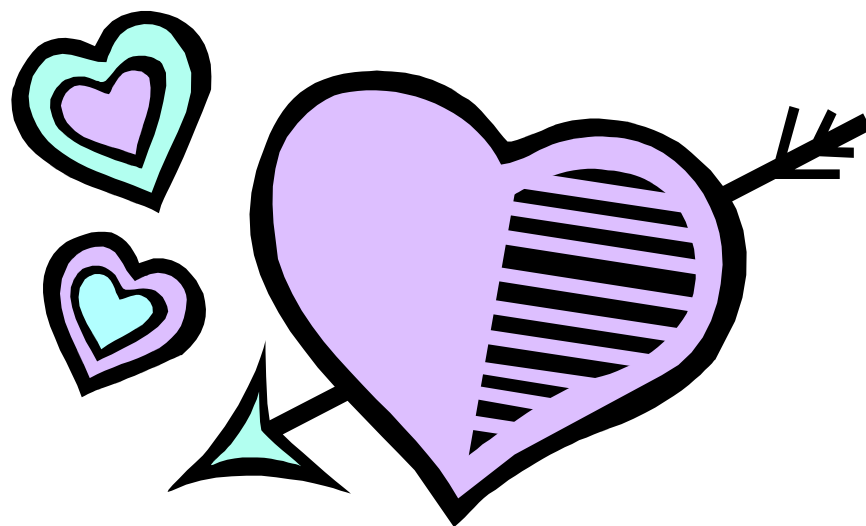
טלפונים, א.ס. אים אים

לנייד, ICQ, מיילים

# כתיבת מכתבים וטורים



עריכת מעקבים אחריי

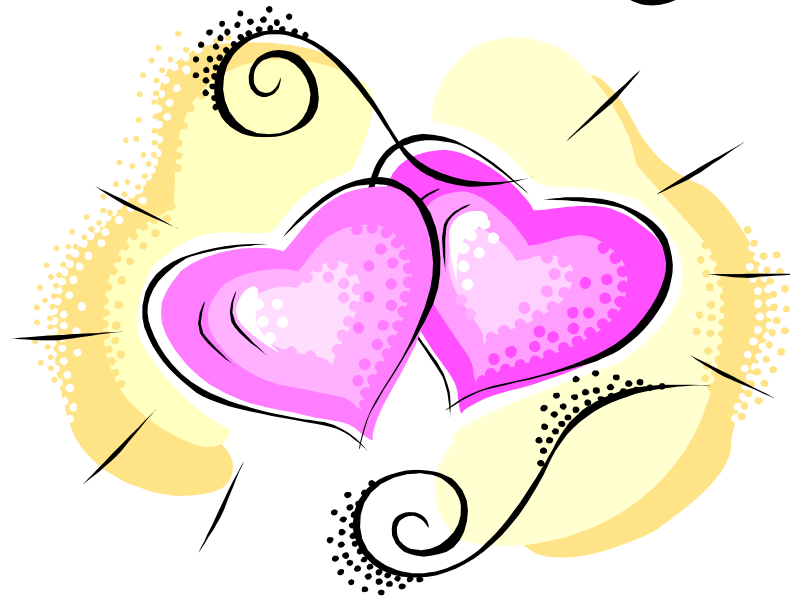




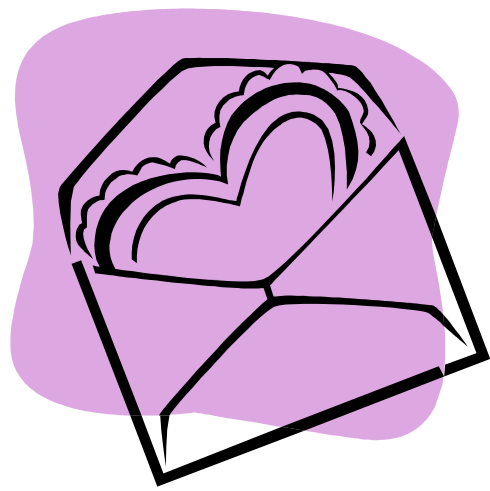
שליחת מתנות



“דאוונינים” ו”רוסים”

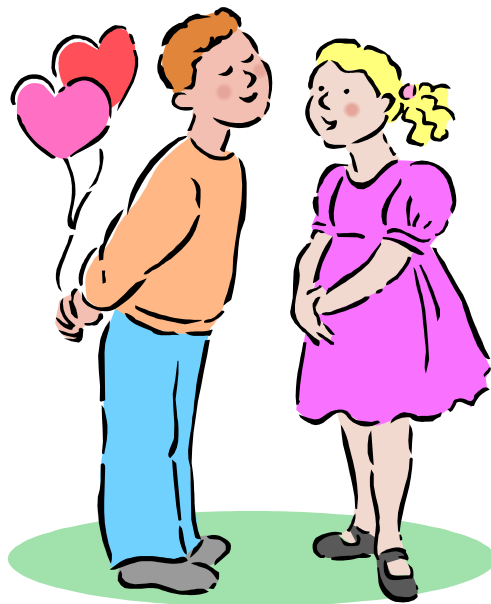


שליחת שליחים בנסיון



להשפיע עליו

# הצעות חברות



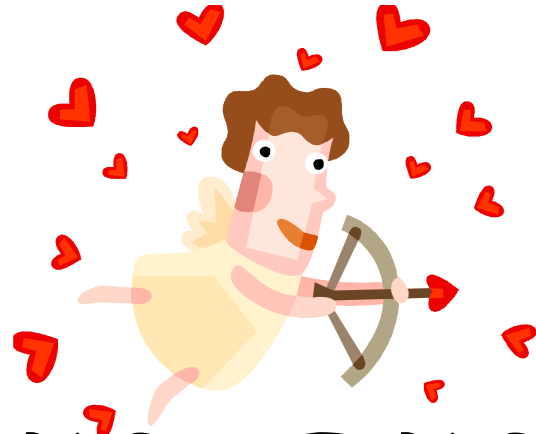
# הזמנה לסרט



הצעות עזרה

בלימודים





התעלמות מופגנת

ממני ולא שם/שמה...

# נסיון להצחיק

