

פעילות בנושא פחד וחרדה אורלי חיים ואילה כץ

הפעילות מיועדת לכיתות ג' – ו' (ניתן להתאים פעילות זו גם לגילאים מבוגרים יותר, אנו אישית עובדות עם ילדים עד כיתה ו').
אמצעי: קלפים טיפוליים (מרילין, אניבי וסדרות נוספות הנמצאות בשוק).
הפעילות מומלצת לקבוצות, אך ניתנת להעברה גם בטיפול פרטני.

- הצגת הנושא – פחד
- הנחיה: כל משתתף חושב על מילה (אסוציאציה) שעולה לו בהקשר למילה פחד. לאחר מכן כל אחד משתף באסוציאציה שעלתה לו בסבב קשיח או לפי רצון המשתתפים.
- כל משתתף בוחר קלף סמוי, מתוך ערימה שמחזיק המנחה, וחושב כיצד מתקשר הקלף לאסוציאציה שלו. ניתן להחזיר את הקלף ולבחור קלף אחר, (להגביל את הפעמים שניתן להחליף), במידה והילד אינו מוצא קשר ואינו מצליח להתחבר.
- שיתוף – סבב, בו כל משתתף מספר על המילה והקשרה לקלף הנבחר. כל משתתף שומר על הקלף שנבחר.
- לאחר מכן פורס המנחה, בצורה גלויה את שאר הקלפים ומבקש מהמשתתפים לבחור קלף נוסף שיכל, לדעתם, לסייע בהתמודדות עם הפחד, שיכל להעניק תחושת ביטחון במצב של פחד.
- לאחר הבחירה ניתנת הנחייה – כל משתתף בוחר חומרי אמנות המתאימים לו ונותן קו, צבע, צורה לפחד ולמקום לדמות שמסייעים לתחושת הביטחון.
- סבב שיתוף וסיכום – הצגת היצירות, העלאת הקשר בין הקלף המתקשר לפחד, לבין הקלף שמייצג את המקום לדמות הנוסכים ביטחון ורוגע.

הפעילות נבנתה ע"י צוות המטפלים בהבעה ויצירה של מתי"א אשדוד

[הפעילויות מיועדות לשימוש של מטפלים בהבעה ויצירה](#)