

## מערך מלווה לסיפורי התמודדות עם אובדן של אח – יום הזיכרון 2016

### חלק א'

#### רקע

יום הזיכרון לחללי מערכות ישראל ולנפגעי פעולות האיבה, המצוין מדי שנה בד' באייר, הוא יום זיכרון שנועד להנצחת זכרם של חללי מערכות ישראל וחללי פעולות האיבה מאז הקמת מדינת ישראל. יום הזיכרון חל יום לפני יום העצמאות, באופן שנועד על פי ההשקפה הפופולרית להזכיר את המחיר שמשלמת המדינה על הקמתה וקיומה (מתוך ויקיפדיה).

טיפ: כמעט בכל כיתה יושבים תלמידים שהם עצמם ממשפחות שכולות או שבמשפחתם המורחבת שכלו קרוב משפחה. חשוב להיות מודעים לכך ולהסביר מראש שאם למישהו קשה מדי להיות בשיעור או שמעדיף רק להקשיב זה בסדר גמור.

הסבירו כי השיעור יעסוק היום ביום הזיכרון, ובמיוחד בהתמודדות עם אובדן של אח. הזמינו את התלמידים לשתף בדברים שהם לומדים מאחיהם.

ספרו לתלמידים כי אובדן יוצר כאב גדול, ובשיעור זה נתמקד בשני סיפורים של התמודדות עם אובדן של אח באמצעות הסיפור האישי של דנה וישינסקי, בתם של השחקנים שלמה ואסנת וישינסקי וזמרת בפני עצמה, ובאמצעות סיפורו של נמרוד לב, זמר ומלחין. שניהם מספרים על הכאב האישי שלהם בהתמודדות עם האבל על האח שנהרג, על מה עוזר להם להתמודד עם הכאב, ומה הם למדו מהתהליך המורכב הזה.

חלקו לתלמידים את הכרטיסיה עם סיפורה של דנה וקראו את התיאור יחד איתם.

שאלו את התלמידים: מה הרגשתם כשמעתם את הסיפור של דנה?

השמיעו את השיר שדנה כתבה, הלחינה ושרה על אחיה. הפנו את התלמידים למילות השיר המופיעות בכרטיסיה שבידיהם.

שאלו את התלמידים:

1. מה הרגשתם כשמעתם את השיר?
2. האם אהבתם אותו?
3. אילו רגשות אפשר לזהות אצל דנה מתוך השיר? (למורה: למשל כאב, כעס, געגוע, אהבה)
4. איך לדעתכם הכתיבה של השיר מסייעת לדנה להתמודד עם הרגשות הקשים?
5. האם מישהו בכיתה כותב לפעמים כשקשה לו? אם כן, שתפו איך זה עוזר לכם.

הוסיפו כי אובדן של אח קרוב מוביל לתחושות רבות, ובהן עצב רב, כעס, בלבול, החמצה ועוד. הכתיבה יכולה להקל מאוד על תחושות קשות, לברר אותן ולעזור גם לאחרים שקוראים את הטקסט או מאזינים לשירים מולחנים.

### חלק ב'

חלקו לתלמידים את הכרטיסיה עם סיפורו של נמרוד לב וקראו את התיאור יחד איתם.

השמיעו את השיר שכתב והלחין נמרוד על אחיו. הפנו את התלמידים למילות השיר המופיעות בכרטיסיה שבידיהם.

שאלו את התלמידים:

1. אילו תחושות עולות מהשיר?
2. האם הוא שונה מהשיר שכתבה ושרה דנה על אחיה?
3. האם לדעתכם זהו שיר עצוב או שמח? הסבירו.
4. האם אהבתם את השיר?

קראו את סיפורו של נמרוד יחד עם התלמידים.

הסבירו כי לכל אדם יש סגנון התמודדות משלו. שאלו את התלמידים מה לדעתכם סגנון ההתמודדות של נמרוד עם אובדן אחיו? האם הוא שונה מזה של דנה? במה הוא שונה?

איך הזמן משפיע על ההתמודדות של דנה ונמרוד? (למורה: ממד הזמן בהכרח מקל על הכאב).

לסיכום, כדאי לעשות סבב קצר בין התלמידים ולבקש מכל אחד מהם להגיד במשפט אחד מה הוא לוקח מהשיעור היום.