

פרק ד': שיח מוגן - יצירת כללים לקשב ולשיח רב תרבותי

הרצינות

מרחב אישי ובין-אישי נוצר על ידי הגבול התוחם אותו. כך גם בשיחה על נושא במחלוקת, בעיקר מחלוקת לאומית ותרבותית, יש צורך ליצור מרחב מוגן. מרחב זה נוצר על ידי הבניית כללים שיאפשרו למשתתפים הגנה וזהירות. שיח פתוח ללא הגנה מגיע במהירות רבה לפיצוץ, למחלוקת, לפגיעה ולנתק.

שלב זה הוא לב התכנית, ולכן הוא הכרחי ואין לדלג עליו. הוא מאפשר יצירת שיח שונה מהמקובל ועשוי לחולל שינוי בתרבות השיחה.

יצירת הכללים נעשית בשיתוף של כל המשתתפים, כחלק מתפיסת העולם הכללית שנמצאת בבסיס תכנית זו המאמינה במומחיותם של המשתתפים. השיתוף יוצר מחויבות רבה יותר של המשתתפים לשיח מוגן.

בפרק זה יבנה החוזה לשמירה על הכללים של השיח המוגן וייקבעו האחראים והדרך לשמירתם.

המטרות

הבנת התנאים המאפשרים שיח על נושאים במחלוקת לאומית ו/או תרבותית והתנאים שאינם מאפשרים שיח זה

יצירת כללים יישומיים לשיח מוגן

הבנייה של דרכים ונהלים לשמירה על הכללים בקבוצה

החומרים

דף מבנה המפגש

דף תרגיל: יצירת כללי קשב ושיח מוגן

מבנה המפגש

א. (10 ד') פתיחה

- הצהרת הכוונות שהוצגה במפגש הקודם תוצג למשתתפים.

- ייתן הסבר לתרגיל תוך דגש על יצירת כללים מפורטים, מעשיים ויישומיים.

ב. ייבחרו ארבעה משתתפים כקבוצת הדהוד (הם יוכנו מראש על השאלות שיישאלו בסוף המפגש).

ג. (65 ד') יצירת כללי קשב ושיח מוגן

1. (20 ד') ארבעה משתתפים יתנדבו להיות מרואיינים בתוך אקווריום.

המראיין ישאל את השאלות הבאות (את התשובות ניתן לרשום על הלוח):

- חשבו על סיטואציה בה היה לכם נוח (עיין הערות להנחייה) לדבר על מצב קונפליקטואלי רב תרבותי וספרו עליה.

- מה היו התנאים שאפשרו לכם לדבר?

- חשבו על סיטואציה בה לא היה לכם נוח לדבר על מצב קונפליקטואלי רב תרבותי.
- מה היו התנאים שלא אפשרו לכם לדבר?
- 2. (20 ד') המשתתפים במעגל החיצוני יצרו, מתוך מה ששומעים, רשימה של תנאים מאפשרים ותנאים בולמים לשיחה על קונפליקטים. לאחר הראיון הם יסכמו (בקבוצה אחת או בכמה קבוצות) את התנאים המאפשרים והבולמים וידווחו אותם למליאה.
- על המנחים לבדוק לגבי כל תנאי האם הוא מעשי (מתאר פעולה שניתן לבצעה), למשל: 'מכבד' אינו תיאור מעשי, לעומת זאת 'לא להיכנס לדברי החבר' - כן.
- 3. (25 ד') קביעת הכללים, ההסכמה עליהם ובחירת האחראים והדרך לשמירה עליהם.
- כל אחד יבחר שניים או שלושה כללים הנראים לו החשובים ביותר וביחד יצרו רשימה אחת.
- סיעור מוחין על איך לדעתכם צריך לשמור על הכללים ומי צריך לעשות זאת. (ניתן לבקש במפגש זה או הבא אחריו שכל אחד יחתום על הסכמתו על הכללים ליצירת שיח מוגן).
- ד. (10 ד') המנחים יראיינו בראיון קצר את קבוצת ההדווד:
 - מתוך התצפית שלכם בראיון באקווריום ובדין במליאה, ביחרו נקודה חיובית אחת שמישהו אמר שהיתה חשובה לכם.
 - איזה סיפור אישי שלכם מסביר למה זה היה חשוב עבורכם?
 - איזו שאלה סקרנית ופותחת יש לכם אל המספר? (השאלה נשאלת באוויר והמספר לא נותן תשובה).
 - מה אפשר היום לשיח להתקיים ולהצליח?

טקס סיום (5 דקות) כל אחד יאמר מילה אחת שתבטא מה לקח, מה דיבר אליו, מה היה משמעותי עבורו במפגש זה.

טקס סיום

רשימת הכללים לשמירה על שיח מוגן.

התוצרים

להלן דוגמה לרשימה של כללים הבונים אימון, הגנה וזהירות בעת השיח:

כל אחד מדבר על עצמו ועל ניסיונו, ולא על אחרים.

לדוגמה: כואב לי מאוד לראות את התמונות בטלוויזיה,

ולא: הטלוויזיה מקצינה במתכוון את המאבק.

כואב לי מאוד לראות את התמונות מג'נין,

ולא: החיילים עשו טבח בג'נין.

להביא מניסיונו הספציפי של הדובר ולא לעשות הכללות ולהעיר הערות על "טבע הדברים".

לדוגמה: כאשר ראיתי באל ג'זירה את התמונה של הילדה מבית לחם, הרגשתי חוסר אונים,

ולא: מה הטעם לדבר בכלל כשהדברים הנוראים קורים.

לא להניח הנחות, אלא לשאול ולברר את כוונת הדברים של האחר.

הנחות לדוגמה: כל היהודים רוצים להרוג את הערבים

כל הערבים רוצים לזרוק את היהודים לים.

כל המתנחלים חושבים ש...

אנשי השמאל אינם מבינים ש...

במקום זה לשאול שאלות כגון:

מה גורם לך להגיד את זה?

איזה רגש ומחשבה עומדים מאחורי דבריך?

בעקבות אילו אירועים הגעת למחשבה זו?

לא להתפרץ לדברי השני חוץ מאשר כשאיננו שומעים.

כאשר אנו לא רוצים לדבר, נאמר זאת, ונעבור לשאלה הבאה או לאדם הבא.

ליצור חוזה המאפשר לכל הקולות להישמע.

נקשיב עם סובלנות – לא תוך כדי ויכוח או תגובתיות.

נשתדל לשמור על קשר עין ועל שפת גוף מקשיבה.

נשמור על חוסר זלזול ושיפוטיות כלפי האחר.

ננסה לשרוד ולהתאפק גם כאשר הדברים הנאמרים קשים לשומע.

נשמור על סודיות הדברים שנאמרים.

נשתמש בעקרונות ההדהוד כדי להתחבר אחד אל השני.

נקבע חוקים לשמירת הכללים – מי, מתי ואיך.

ניצור רשימת דרכים ואחראיים לשמירה על הכללים.

דוגמה לדרך לשמירת הכללים

1. כל אחד יכול להעיר על אי שמירת הכללים.

2. הדרך להעיר היא על ידי שאלה מתעניינת: 'האם מה שנאמר או נעשה מתאים לכללים שקיבלנו על עצמנו? אם כן איך?'

3. על המנחים, לפחות בתחילת הדרך, להעיר תוך הצגת שאלה, ולא קביעה על סטייה מהכללים.

הערות להנחיה

1. התרגיל ליצירת כללי שיח מוגן בנוי על השאלה 'באיזה סיטואציה היה לך נוח ובאיזה סיטואציה לא היה לך נוח לדבר על מצב קונפליקטואלי רב תרבותי?'. ניתן לערוך את התרגיל בצורה זזה עם שאלה קצת שונה. 'באיזה סיטואציה היה לך לא נוח ובאיזה סיטואציה היה לך נוח לדבר עם חבר בקבוצה תרבותית לה יש לך קונפליקט?'

2. את התרגיל ליצירת כללי שיח מוגן ניתן לעשות גם בהרכבים שונים. למשל, את הראיון לעשות בקבוצות קטנות שיפיקו רשימת כללים. אחר כך במליאה כל קבוצה תציג את תפוקותיה. אפשרות אחרת היא שאחרי הראיון בתוך האקווריום יתחלקו האנשים לקבוצות לדין על הפקת כללים מתוך הסיפורים של אנשים.

3. מה שחשוב ביותר בהנחיה בשלב זה הוא שהכללים יהיו מאוד מעשיים ולא מופשטים, ושהקבוצה תגיע להסכמה על הכללים ועל הדרך לשמירתם.

פרק ה': 'אי ידיעה' – שאלות מתוך עמדה של התעניינות וסקרנות

הרצינאל

העובדה שבני אדם מסוגלים לנהל ביניהם שיח היא הישג לא פשוט. על אף שאנו מדברים בשפה אחת, למעשה פעמים רבות אנו מדברים בקווים מקבילים שאינם נפגשים כיוון שכל אחד נותן משמעויות שונות למושגים זהים. העובדה שכל אחד מבני השיח מעניק למילה או מושג משמעות אחרת גורמת לעיתים לנתק. לעיתים רבות אנו מגיבים למה שנדמה לנו שהאחר מתכוון אליו, ולא טרחנו אפילו לברר אם הוא חושב כמונו או לא. מצב זה מזמין אי-הבנות, ויכוחים וחילוקי דעות.

איך אם כן אנו יכולים לברר למה השני מתכוון בלי להניח הנחות על המשמעויות עבורו או להגיב מתוך דעות קדומות? לשם בירור הכוונות והמשמעויות ולשם הבנת האחר נשתמש בשאלות שלהן תפקיד מרכזי בשיחה. מה שאנחנו שואלים ואיך שאנחנו שואלים מוביל למה שנגלה. וכמובן, מה שאנחנו מגלים משפיע על איך שנדבר.

למשל, כשהזולת מזכיר מושג כגון "זה לא צודק", "אני חושב שזה נכון", "זה ממש מפחיד אותי" אנו מזמינים את השואלים להתעניין בכוונתו של בן השיח במשפטים אלו. אין לקחת כמובן מאליו שאנו מבינים את דבריהם. אנו מנסים שלא להשלים את הפערים או הסדקים בסיפור, אלא לשאול עליהם.

חשוב שהשאלות תהיינה מעמדה של סקרנות, התעניינות וחוסר שיפוטיות כדי לפתוח הבנות חדשות.

לאחר שבן-השיח משיב לשאלות השואלים ניתן לחזור על דברי המשיב ולבדוק האם הבנו את דבריו, בידיעה שהרבה פעמים זה לא יתאים. אנו מזמינים את האחרים שיתקנו אותנו כדי להתקרב להבנה טובה יותר שלנו את המספר.

המטרות

להבחין בין ידיעה מראש (דעות קדומות) לבין עמדה של אי ידיעה בה מקשיבים לעמדה של האחר

ללמד שאילת שאלות מתעניינות וסקרניות מתוך עמדה זו של אי ידיעה

החומרים

דף מבנה המפגש

מבנה המפגש

א. (20 ד') פתיחה

חיזרו על הכללים של קשב ושיח מוגן.

עיברו והסבירו את ההסברים וההנחיות הבאות לשאלת שאלות מתוך עמדה של 'אי ידיעה':

- יש לנסות להיכנס לנעליים של המספר או המרואיין ולנסות לא למלא את הסדקים בסיפור על ידי הנחות, השערות ועמדות שיש לנו.
- יש לבקש מהמרואיין או מהמספר להמחיש עבורנו למה הוא מתכוון על ידי דוגמאות.

למשל, אם המספר מדבר על כעס כלפי קבוצה אחרת, נבקש ממנו: תן לי דוגמה ספציפית של אירוע שעורר בך כעס לאחרונה. פרט את האירוע ואת הכעס.

- כשהזולת מזכיר מושג כגון: "פחד", "אני חושב שזה נכון", "זה מלהיב אותי" וכו' התעניין למה הוא מתכוון בזה. אל תקח כמובן מאליו שאתה מבין זאת.

- במקרים שנראה שהמספר או המרואיין אינם מבינים מה לא מובן, אמור לו שמניסיוןך אנשים שונים מייחסים משמעות שונה לאותו מושג.

- שים לב לשפתו של המספר או המרואיין ונסה להשתמש בשאלות שאתה שואל בשפתו הוא. למשל, אם המספר מדבר על חששותיו לנסוע בתחבורה ציבורית, אל תבקש ממנו לספר לנו על הפחד, אלא בקש ממנו לספר לנו על החששות שלו.

- אנו שואלים האם מה שהבנו מתאים למה שהרגיש ואמר המספר, בידיעה שהרבה פעמים זה לא יתאים.

ב. (20 ד') פעילות במליאה

1. מתנדב יספר על חוויה שהייתה לו בשבוע האחרון.

2. קבוצת מתנדבים אחרת תשאל אותו שאלות מעמדה של אי ידיעה.

3. המנחה ישקף לשואלים מתי השאלות הן מתוך אי ידיעה ומתי הן שיפוטיות או באות מתוך דעות קדומות.

ג. (30 ד') תרגיל שאלת שאלות סקרניות על קושי במפגש עם בן תרבות אחרת מעמדת אי ידיעה.

1. להתחלק לזוגות כשאחד יראיין והשני ירואיין.

2. המרואיין יספר על מפגש עם תרבות אחרת בארץ (דתי-חרדי-חילוני, ותיק-עולה, יהודי-ערבי, אירופאי-מזרחי) בו היה לו קושי. זה יכול להיות כל סוג מפגש: עם אדם או סיטואציה, מוכר או לא מוכר, קושי פנימי או חיצוני.

3. המראיין ישאל שאלות מתוך עמדה של אי ידיעה וסקרנות כגון אלו:

- מהם הרגשות והמחשבות שעלו אצלך במפגש זה? פרט מה הם בשבילך.

- ספר לי יותר על המשמעות של הרגשות והמחשבות האלו עבורך.

- איך הרגשות והמחשבות האלו השפיעו או משפיעות על חייך?

4. בסוף הראיון יסכם המראיין את מה ששמע ויבדוק אם הבין את המרואיין כראוי.

ד. (15 ד') דיון במליאה:

- האם היה קשה או קל לשאול שאלות מתוך עמדה של אי ידיעה?

- איך השפיעה עמדה זו ושאלות אלו על ההקשבה שלכם (גם לשואל וגם לנשאל)?

- מה עזר לכם לשמור על עמדה זו?

- מה התברר לכם כאשר בדקתם עם המרואיין האם הבנתם אותו?

5 (ד') כל אחד יאמר מילה אחת שתבטא מה לקח, מה דיבר אליו, מה היה משמעותי עבורו במפגש זה.

טקס סיום

התוצרים

א. רשימת ההשפעות של שאלות אי ידיעה וסקרנות על הנשאל, לעומת שאלות שמניחות או קובעות מראש.

דוגמאות של השפעות של שאלת שאלות מתוך עמדה של אי ידיעה:

מעורר חשיבה

מפרגן

מעודד

מביע הבנה

מתעניין

דוגמאות של השפעת שאלת שאלות מתוך הבנה וקביעה מראש:

חוסם

חונק

מעצבן

מביע חוסר הבנה

ב. רשימה של מילים מטקס הסיום.

הערות למנחה

אחת הדרכים הטובות להבין אם השאלה הייתה סקרנית, מתעניינת ולא יודעת היא על ידי קבלת משוב מהנשאל. האם הוא מרגיש שהשאלה הייתה פתוחה, סקרנית ו/או פותחת, או האם הוא מרגיש שיש בשאלה גם קביעה והנחה מראש. על כן במסגרת ההנחיה מומלץ תמיד לבדוק עם הנשאל איך הייתה השאלה עבורו.

פרק ו': הזהות הקבוצתית - השתייכות קבוצתית כמשפיעה על הזהות האישית

הרצינאל

אדם נולד לתוך קבוצת השתייכות. הוא לומד להזדהות ולהגדיר את עצמו על פיה. לכל קבוצה יש נורמות, תפיסות עולם, התנהגויות מקובלות ושאינן מקובלות. דברים אלו מועברים לחברי הקבוצה לעיתים קרובות באופן לא מודע. בבואנו ליצור שיח בין אנשים השייכים לקבוצות שונות חשוב שהאדם יכיר את זהות קבוצת השתייכות שלו ואת השפעותיה עליו. כמו כן, חשוב להכיר את זהות הקבוצות האחרות והשפעותיהן על חבריהן. תהליך ההיכרות הזה יכול להעלות למודעות את המרכיבים של הזהות הקבוצתית, את השפעותיה על חברי הקבוצה ואת הדרכים בהן פועלות ההשפעות האלו. תהליך זה מחזק ומעשיר את הזהות, כמו כן הוא מאפשר בחירה של המרכיבים וההשפעות המועדפים ודחייה של אלו שאינן מועדפים.

ההנחה היא שבכל קבוצה ניתן למצוא תת קבוצות המייצגות עמדות שונות, רקע שונה, תרבויות ומגדרים שונים ועל כן יש ערך להפעלת פרק זה גם בקבוצה הנראית הומוגנית. ההיכרות עם המרכיב הקבוצתי הייחודי של הזהות שלך מאפשרת יצירת שיח עם בני קבוצות אחרות והבנה של המרכיבים הייחודיים להם.

הבנת היחס בין הסיפור הקבוצתי לבין הזהות האישית
לימוד והבנה של ריבוי הזהויות והשתייכויות של האדם
דיון על זהויות תרבותיות וקבוצתיות שונות

המטרות

דף מבנה המפגש

החומרים

א. (20 ד') פתיחה: סיעור מוחין

מבנה המפגש

- אילו קבוצות השתייכות אתם מכירים בכלל בארץ?
לדוגמה: חילוניים, דתיים, יהודים, ערבים, מדינות מוצא שונות, עירוניים, קיבוצניקים, נשים, גברים, תחומי עיסוק שונים...

- אילו קבוצות השתייכות אתם מכירים בכיתה?
לדוגמה: ותיקים, עולים, ארצות מוצא שונות, דתות שונות, בנים, בנות

ב. (45 ד') ראיון על התרבות/הקבוצה הדומיננטית (העיקרית-השלטת) בחיך
ראיונות בשלשות:

1. להתחלק לשלשות הטרוגניות כאשר אחד מראיין, אחד מרואיין ואחד מהדהד. לעשות זאת בשלושה סבבים כך שכל אחד בתורו יהיה מראיין, מרואיין ומהדהד.

2. על המראיין להשתדל להיות בעמדה של אי ידיעה וסקרנות.

הראיון יהיה לפי השאלות שלהלן:

- איזו היא התרבות/הקבוצה הדומיננטית שאת/ה משייך את עצמך אליה?
- ספר סיפור שמייצג את הערכים המשמעותיים של התרבות/הקבוצה הדומיננטית אליה אתה משייך.
- מה הם הערכים המשמעותיים שסיפור זה מבטא?
- האם קיימות עוד תרבויות/קבוצות שאת/ה משייך עצמך אליהן? אם כן מה הן?
- האם יש תרבויות/קבוצות שאת/ה במתח, במחלוקת, בויכוח איתן? אם כן מה הן?
- אילו שאלות היה מעניין אותך לשאול או היית/ה רוצה שישאלו אותך לגבי התרבות/הקבוצה אליה אתה משייך/ת עצמך או לגבי ההשתייכות אליה?
- מה היה מעניין אותך לספר על תרבותך/קבוצתך לאדם אחר?

3. הוראות למהדהד

- המהדהד ידבר אל המראיין, כאשר המראיין מקשיב.
- על המהדהד לשים לב לדברים חיוביים בדברי המראיין ולצייןם.
- המהדהד מוזמן לספר סיפור קטן על עצמו שיסביר למה דברים אלו משמעותיים עבורו.
- המהדהד יסיים בשאלה סקרנית ופותחת.

ג. (20 ד') דיון במליאה

- איך הצלחתם כמראיינים לשמור על עמדת אי ידיעה וסקרנות?
- איך הרגשתם לספר על השתייכותכם לאחרים?
- מה למדתם על עצמכם מתרגיל זה לגבי השתייכותם לתרבות/קבוצה הדומיננטית שלכם?
- מה למדתם על הערכים שלכם ושל האחרים?
- מה למדתם על היחס שלכם ושל האחרים לתרבויות אחרות?

(5 ד') כל אחד יאמר מילה אחת שתבטא מה לקח, מה דיבר אליו, מה היה משמעותי עבורו במפגש זה.

טקס סיום

רשימה של מילים מטקס הסיום.

התוצרים

פרק ז': 'כנס השדים' – החצנת הבעיה חלק א: הכרת הרגשות והשפעתן

הרציונאל

השפה בה אנו משתמשים אינה רק מייצגת או מתארת מציאות, אלא גם יוצרת מציאות. המילים 'אני מפחד' משפיעות על האדם באופן שונה מאשר המילים 'הפחד גורם לי להסתגר'. הבנה פוסט מודרנית זו של כוחה המעצב של השפה מנחה אותנו בחיפוש דרכי דיבור שיאפשרו יתר גמישות ובחירה. אחת הדרכים לעשות זאת היא לדבר על בעיות בכלל ועל רגשות בפרט באופן מוחצן. הביטוי 'אני מפחד' הוא צורה של שיחה מפנימה – המקום של הפחד הוא בתוכי, הוא אף מגדיר אותי לעיתים כפחדן. לעומת זאת, הביטוי 'הפחד גורם לי להסתגר' הוא צורה של שיחה מחצינה – המקום של הפחד הוא חיצוני, ישנה הפרדה ביני לבין הפחד. המשמעות היא שלא 'אני' הוא המפחד – אלא אני הוא הקורבן של הפחד. שיחה מחצינה מאפשרת מרחק להתבוננות בבעיה, במושג, במחשבה או במעשה, שיוצר מרחב שבו אנו יכולים להחליט את מה לקרב ואת מה להרחיק.

היכולת להפריד בין האדם המספר לבין הבעיה עצמה, היכולת של האדם להסתכל על הבעיה מבחוץ מאפשרת הסתכלות על הבעיה מזוויות שונות. הסתכלות כזאת עשויה לגלות מספר זוויות חדשות שהוא לא ראה קודם. פן נוסף להשפעות הברוכות של שיחה מחצינה הוא שכאשר אנו מחצינים את הבעיה, יש נימה של הומור ושל אבסורד, המסייעות ביצירת סיפורים מועדפים.

שיחה על המצב בחברה הישראלית ועל הקונפליקטים השונים המצויים בה מעלה רגשות רבים, חלקם טעונים. וירג'ינה סאטיר נהגה לכנות את הרגשות הטעונים כ"זוללי אנרגיה". רגשות אלה משפיעים על תחומים רבים: על היחסים עם אנשים שונים, על תפיסת הזהות האישית, על המוטיבציה, על הזמן והאנרגיה המושקעים בליבון רגשות אלה ועוד.

יש חשיבות להעלות למודעות את הרגשות האלו, לשיימם ולהבין את המקום שהם תופסים אצל המספר ואצל השומע.

בשני המפגשים הבאים נלמד איך לדבר על הבעיה, ובעיקר על הרגשות הקשים, בשפה מחצינה בהקשר של קונפליקטים בין קבוצות, כיישויות נפרדות וחיצונית לאדם.

אפשר לחשוב על בעיות כ"שדים" שכובשים את מחשבתו של האדם, שמאלצים אותו לעשות או לומר דברים שלולא כן לא היה עושה או אומר. בעיות שמביאות את האדם להתנהג בדרכים שאינן מתאימות לסוג האדם שהיה מעדיף להיות ושמאחר יותר הוא מתחרט עליהן. מסיבה זאת עוזר להתייחס אליהם כחיצוניים לנו, כחוצנים, כחייזרים, כשדים שמשתלטים או כוירוס שמשנה את מצב המוח.

הכרת הרגשות השונים שהמצב והקונפליקטים בארץ מעוררים.

המטרות

העמקה במטרות, בטקטיקות, בתחומי ההשפעה ובסוגי ההשפעה של הבעיות והרגשות שעולים בחברה הישראלית.

יצירת הפרדה בין הרגש והבעיה שהם יוצרים לבין האדם.

החמרים

דף מבנה המפגש
בריטולים
טושים וצבעים אחרים
מספרים

מבנה המפגש

א. (10 ד') סיעור מוחין במליאה על הרגשות השונים שהמצב בארץ מעלה.

אילו רגשות מעלה אצלכם המצב הקיים בארץ?

הרגשות השונים העולים יירשמו על פלקט.

ב. (10 ד') הסבר על שפה מחצינה (מתוך הרציונאל)

ג. (55 ד') תרגיל "כנס השדים"

1. להתחלק לקבוצות של 4-5 משתתפים.

2. (15 ד') בקבוצות יבחרו המשתתפים באחד הרגשות שעלו בסיעור המוחין וייצרו מסכה שלו.

3. המשתתפים יבחרו אחד מתוכם שיציג את הבעיה במליאה.

4. אחד מכל קבוצה יתמנה כמהדהד צופה. השאלות למהדהדים הן:

- איך היה התהליך?

- איך השפיע התהליך של חקירת "שד" הבעיה בקבוצות על המשתתפים?

- איך השפיע התהליך של הצגת "השדים" במליאה על המשתתפים?

- יתייחסו במיוחד לשאלה: האם תהליכים אלו הגבירו או הפחיתו את הרגשות הקשים? איך הראייה של הבעיות כ"שדים" חיצוניים יכולה לעזור ביחסים?

5. (20 ד') כל קבוצה תכין את 'שד הבעיה' על ידי מעבר על שאלון "שד הבעיה".

שאלון "שד הבעיה"

השתמשו בשאלון המצורף כדי לחקור את הרגש הקשה המתעורר בקונפליקט בין קבוצות או בגלל המצב בארץ שהשפיע עליכם בעבר, ואיך משפיע על אנשים אחרים.

שאלות

שלום, אני...

אני אוהב לגרום לקורבנותי....

אני מענה אנשים ע"י....

אני בדרך כלל משכנע אותם לחשוב ש....

אני משכנע אותם ע"י כך שאני לוחש להם באוזניים....

אני גורם לאנשים להרגיש ש....

הטקטיקות להשתלטות, לשכנוע ולגיוסם למטרותי הן....

אני הכי שמח כאשר אני מצליח ל....

הזמן המועדף עליי לחמוק לתוך ראשו של אדם הוא כאשר....

אני מרגיש במיוחד חזק כאשר.....
הדבר שהכי תומך בפעילותי הוא.....
כאשר אף אחד לא עוצר אותי אני.....

דוגמה:

שלום, אני "שד" שנאה,
אני אוהב לגרום לקורבנות" לראות רק את השלילי שבבני הקבוצה האחרת.
אני מתלבש בבגדי הסוואה שנותנים לי להשתלב היטב בסביבה. אני מציג להם
עובדות סלקטיביות כאמיתות שלא ניתן להתווכח איתן ועליהן. אנשים חושבים
פעמים רבות שיש לי אישיות חמקמקה כי הכוח שלי הוא במיטבו כאשר אנשים
אינם שמים לב לקיומי. אני בדרך כלל תוקף את קורבנותי כאשר הם לבד,
עייפים, חרדים. אני לוחש להם באוזניהם שהאחרים פרימיטיביים, לא מוסריים,
לא צודקים, מנצלים וסחטנים. אני גורם להם להתרכז בכל האספקטים השליליים
של בני הקבוצה האחרת. כאשר הם פוגשים אנשים חיוביים מהקבוצה האחרת,
השונים ממה שאני אומר להם, אני בקלות מסביר להם שהם פשוט שונים מכלל
בני הקבוצה האחרת, או שהם רק מנסים לעשות עליכם רושם. אני גורם להם
לדמיין את התוצאות הנוראיות וההרסניות שעלולות לקרות להם ולילדיהם אם בני
הקבוצה האחרת ישתלטו על החברה. אני מלא סיפוק כאשר קורבנותי מאבדים
שליטה מרוב שנאה ורגשות שליליים כלפי האנשים מהקבוצה האחרת ואז אני
גורם להם להתבזות אפילו בעיני בני קבוצתם ולכעוס על עצמם על כך שהם
מאבדים שליטה.

6. (20 ד') באקווריום

- נציג מכל קבוצה נכנס למרכז המעגל לכנס של "שדי הבעיות" ויחבוש את המסכה שהקבוצה הכינה.
- כשכולם מוכנים, המנחה יקדם אותם בברכה ובהתלהבות לכבוד בואם לכנס "שדי" הבעיות, ישבח את עבודתם הטובה ביצירת סכסוכים בין קבוצות היוצרים סבל לאנשים. אחר כך יזמין אותם המנחה, אחד אחרי השני, להציג עצמם כאילו הם "שדי" הבעיות ויבקש מהם להסביר את עבודתם. הם יכולים לקרוא את הטקסט שלהם או להציג אותו. כיוון שהקהל מכיל "שדי" בעיות, הם ישמחו מאוד ויריעו לכל "שד" בעיה שהם שומעים.
- כל "שד" ינסה לשכנע את ה"שדים" האחרים בכוח שלו וישוויץ בטכניקות שמביאות אותו להצלחה.

ד. (10 ד') יערך סבב בין המהדהדים שנבחרו לכל קבוצה. כל אחד מהם יתייחס לחלק או לכל השאלות הבאות:

- איך היה התהליך?
- איך השפיע התהליך של חקירת "שד" הבעיה על הקבוצות?
- איך השפיע התהליך של הצגת ה"שדים" במליאה?
- במיוחד יתייחסו לשאלה: האם תהליכים אלו הגבירו או הפחיתו את הרגשות הקשים? איך הראייה של הבעיות כ"שדים" חיצוניים יכולה להיות לעזר ביחסים?

| | |
|---|----------------------------|
| <p>5 ד') כל אחד יאמר מילה אחת שתבטא מה לקח, מה דיבר אליו, מה היה משמעותי עבורו במפגש זה.</p> | <p>טקס סיום</p> |
| <p>1. רשימה של רגשות קשים המתעוררים בקונפליקטים בין קבוצות 2. סיכום טקס הסיום</p> | <p>התוצרים</p> |
| <p>1. את שלב הפתיחה (שלב א') של המפגש (סיעור מוחין) ניתן להחליף בפעילות הבאה:</p> | <p>הערות להנחיה</p> |
| <p>(10 ד') לשבת בשלישיות:</p> | |
| <p>כל אחד יספר סיפור על רגש קשה שהוא מרגיש בעקבות המצב הקונפליקטואלי. הקבוצה תבחר רגש קשה אחד.</p> | |
| <p>2. את השלבים (1-5) שבהם הקבוצות בוחרות רגש, עושות מסיכות ומראיינים את "שד" הבעיה על פי השאלון המצורף לעיל ניתן להחליף בפעילות הבאה:</p> | |
| <p>- (15 ד') עבודה אישית</p> | |
| <p>כל אחד יענה לעצמו על שאלון "שד הבעיה" ויסכם את 'אישיות' הבעיה לפי השאלון לעיל.</p> | |
| <p>- (20 ד') בקבוצות בנות 4-5 משתתפים</p> | |
| <p>כל אחד מהמשתתפים מתאר בקצרה את ה"שד" שלו ואז בוחרים באחד מהם שיציג אותם באקווריום במליאה.</p> | |
| <p>3. ניתן להחליף את המטלה מהצגת יחיד של השד, להצגת סצנה קטנה בה אחד המשתתפים בקבוצה הקטנה ישחק את הבעיה, מישהו אחר את הקורבן, וכיד הדמיון ניתן להוסיף שחקנים אחרים, למשל כקולות הנגד, או כקולות של בעיות היוצרות ברית עם 'שד' הרגש הקשה.</p> | |

פרק ח': שאלות של השפעה יחסית – החצנת הבעיה. חלק ב': מגבלות השפעת ה'שד' על האדם והשפעת האדם על הבעיה

הרציונאל

במפגש הקודם למדנו לראות את 'שדי הבעיות' והרגשות הקשים כחיצוניים. שימוש בשפה מחצינה זו נותן מרחב שמקטין את השפעתן ומכניס מידה מסוימת של הומור אף במצבים קשים. ככל שנרחיב בפירוט של ההחצנה, נוכל ליצור הפרדה גדולה יותר בין בני האדם לבין 'שדי' הבעיות או הרגשות הקשים. הפרדה זו תזמין, לעיתים קרובות, את הכוחות המתנגדים לבעיות או המתמודדים עמן ותאפשר להם לצאת לאור או לעבור מהרקע למרכז הבימה. למשל, כאשר אדם מנסח את הפחד בשפה מחצינה כך: 'הפחד מנסה לגרום לי לשנות את סדרי חיי', מתעוררות לעיתים קרובות תחושות כגון: 'אני לא אתן לו להשתלט על חיי', 'אני אראה לו שאני יכול'.

כמו כן, הפרדה זו בין האדם לבעיה או לרגש הקשה, וההסתכלות עליה ועל תפקודה מהצד, מאפשרת לאדם לבחור עד כמה הוא מוכן לשתף פעולה איתה. אנו מגלים פעמים רבות שכל שאנו מפרטים את ההשפעות השונות והמשונות של הבעיות על אנשים, הדבר מעורר את ההתנגדות של בני האדם לבעיות ומעלה את המוטיבציה להתמודד, לנתב, להמעיט או לחסל אותן.

יש קטגוריות רבות של סוגי שאלות שיכולות לפתוח מרחק זה בין האדם לבעיות: שאלות לגבי המטרות שהבעיה מנסה להשיג בחייו של האדם; שאלות לגבי הדרך שבה הבעיות מגייסות, משכנעות ומפתות את האדם; שאלות על התחומים השונים שעליהם משפיעות הבעיות: בית, עבודה, בית ספר, תפיסה עצמית, יחסים עם משפחה וחברים וכו'; ההיסטוריה של ההשפעה: מתי התחילה? מתי השפעתה רבה יותר? מתי פחותה?.

אנו לא נזניח גם שאלות המזמינות באופן מפורש את: המצבים בהם 'שדי' הבעיות משפיעים פחות; מצבים בהם 'שדי' הבעיות לא קיימים; הדברים שמקשים עליהם את פעילותם, הדברים שתומכים באדם ומחזקים את השפעתו על 'שדי' הבעיה במקום ש'השד' ישתלט עליו.

הכרת המקרים והטכניקות בהם "שד הבעיה" משתלט על האדם וכופה עצמו עליו
הכרת המקרים בהם "שד הבעיה" אינו מצליח ל"כפות עצמו" על האדם
גילוי היכולות של האדם לערער על שליטתו של "שד הבעיה" עליו

המטרות

דף מבנה המפגש

החומרים

מסיכות כמספר הבעיות שהקבוצה תחולק אליהן

א. (5 ד') הסבר על הרציונאל (מתוך הרציונאל לעיל)

ב. (30 ד') לראיין את הבעיה - תרגיל במליאה באקווריום

1. אחד המשתתפים יתנדב לשחק את 'שד הבעיה' ויתראיין כ"שד" (ניתן להשתמש באחד ה"שדים" מהמפגש הקודם).

המנחה ישאל את המתנדב איזה קושי או רגש קשה יש לו הקשור לפערים או לזיכרונות בין קבוצות תרבותיות שונות בחברה הישראלית או בתוך הקבוצה אליה הוא משתייך. (חילונים-דתיים, ימניים-שמאלניים, ערבים-יהודים, עולים-ותיקים דרוזים-נוצרים, מוסלמים-נוצרים וכו').

יוסבר למתנדב שהוא יתראיין כבעיה עצמה, ואם יהיה צורך יזכיר לו המנחה להישאר בתפקיד הבעיה ולא בתפקיד האדם שהבעיה משפיעה עליו.

אנו ממליצים לו לחבוש מסכה.

2. שניים שלושה משתתפים אחרים יראיינו את הבעיה.

הראיין יחולק לשני חלקים. החלק הראשון יתמקד בהשפעות הבעיה על האדם, והשני יתמקד בהשפעות האדם על הבעיה.

הצעה לשאלות שהמראיינים את הבעיה יכולים להשתמש בהן:

הצעה לשאלה כללית

- מי את?

הצעות לשאלות על ההשפעה של הבעיה על האדם. בחלק זה הבעיה מאוד גאה ו'משוויצה' בפועליה.

- מה את מנסה לגרום לבעל הבעיה? מה המטרה שלך עבורו?

- על אילו חלקים של חייו הצלחת להשפיע?

- מה את אומרת לו ובאילו מילים את משכנעת אותו כדי להשיג את מטרתך?

- אילו דוגמאות את מביאה לו ומדגישה בפניו כדי לשכנע אותו בצדקת דרכך?

- אילו כוחות ואנשים את מגייסת לעזרתך?

- מה הם הדברים שהוא עושה שנותנים לך סיפוק ושגורמים לך להרגיש שהשגת

את מטרתך?

הצעות לשאלות על השפעת האדם על הבעיה. מחלק זה מנסה הבעיה להתחמק אולם אל תוותרו לה.

- האם אי פעם הוא הראה סימני התנגדות? מה הם?

- האם את יכולה לתאר זמנים שהרגשת שהוא מפתח יכולות להתקיים בלעדדיך?

מתי? מה עזר לו?

- מתי קשה לך או בלתי אפשרי לך להשפיע עליו?

- מה את עושה כאשר את מרגישה שאת הולכת לאבד את שליטתך עליו?

- האם פעם הוא הצליח להשתיק אותך? איך את מסבירה את הצלחתו?

- מי ומה מסייעים לו בהתנגדות או אף במרידה בך?

- מה אומרות ההתנגדויות שלו להשפעתך על היכולות, התכונות האופייניות והכוחות

שלו?

3. 3-4 משתתפים יהיו מהדהדים.

- תפקידכם לראות עצמכם כקבוצת בלשים.

- עליכם למצוא בראיון היכן 'שד הבעיה' אינו מצליח להשפיע על האדם.
- חפשו 'בזכוכית מגדלת' כל סימן ודוגמה להתנגדות של האדם כנגד "שד הבעיה" או הרגש הקשה.
- ג. (10 ד') סבב של קבוצת המהדהדים שיענו על השאלות שנשאלו.
- ד. (30 ד') פעילות בקבוצות קטנות
- חזרה על התרגיל שנעשה באקווריום במליאה בקבוצות של ארבעה משתתפים. אחד מראיין אחד מראיין (כבעיה) ושניים מהדהדים.
- ה. (10 ד') דיון במליאה:

- איך היה לשימוע על השפעות "שד הבעיה" על הקורבן שלו?
- איך היה לשימוע על השפעות האדם על "שד הבעיה" שלו?

5) (ד') כל אחד יאמר מילה אחת שתבטא מה לקח, מה דיבר אליו, מה היה משמעותי עבורו.

טקס סיום

רשימה של מילים מטקס הסיום

התוצרים

1. לא מחויבים להשתמש בכל רשימת השאלות. ניתן לבחור מתוכן באלה שמדברות אל המראיינים יותר.
2. ניתן לשנות את אורך החלקים ולהשמיט חלק. לדוגמא: להשמיט את חלק ב' במבנה המפגש (ראיון באקווריום) ולהאריך את הראיון בחלק ד' פעילות (10, ד') בקבוצות קטנות. במקרה זה ניתן אף להוסיף בתחילת המפגש חלק בו במליאה תשאל השאלה הבאה: האם חשבתם והשתמשתם או נתקלתם בדברים הקשורים למפגש הקודם?
3. להלן רשימה של שאלות נוספות לשיחה מחצינה (מחולקות לפי קטגוריות) שחשוב לעבור עליהן לפני המפגש כדי שיהיה ברפטואר מגוון גדול יותר של שאלות.

שיום

- איך היית קורא לבעיה?
- הבא דוגמה למצב בו היא נמצאת.
- מטרותיה של הבעיה - לעתיד רחוק וקרוב
- מה הייתה הבעיה רוצה שתעשה עכשיו?
- מאילו מעשים שתעשה הייתה הבעיה מקבלת סיפוק?
- מה מתכננת עבורך הבעיה 'לכשתהיה גדול'?
- מה הייתה הבעיה רוצה שתחשוב על עצמך?
- מיפוי השפעותיה של הבעיה
- מה גורמת לך הבעיה לעשות?
- מה גורמת לך הבעיה לחשוב?
- מהן התוצאות של השתלטות הבעיה?

- האם היא משפיעה על תחומים אחרים? אם כן אילו?
- איך היא משפיעה על תחומים אחרים?
- האם הבעיה משפיעה על יחסים חברתיים? אם כן אילו ואיך?
- מה גורמת לך הבעיה לחשוב על עצמך?
- מה היא גורמת לך לחשוב על איך אחרים מתייחסים אליך?
- מה גורמת לך השפעת הבעיה עליך לחשוב על יכולותיך?
- השפעה יחסית של הבעיה (זמן, כמות, משקל, איכות)
- עד כמה משפיעה הבעיה?
- מתי לבעיה השפעה חזקה יותר ומתי חלשה יותר?
- מתי מבקרת הבעיה ומתי לא?
- באילו הקשרים יש לה יותר השפעה ובאילו פחות?

בני ברית של הבעיה

- באילו תכונות אחרות משתמשת הבעיה לעזרת מטרותיה?
- אילו אנשים מגייסת הבעיה לעזרתה?
- על אילו חוויות מהעבר מצביעה הבעיה כדי לגייסך?

שאלות של הבדלים

- האם הבעיה משפיעה עליך להשתנות למשהו אחר ממה שהיית רוצה להיות?
- איך אתה שונה כשאתה תחת ההשפעה של הבעיה לעומת ההמצב או הרגעים בהן היתה בעבר?
- כיצד שונה התחום בו משפיעה הבעיה מתחומים אחרים שם הבעיה לא משפיעה?

הערכה - על כל השפעה ניתן לשאול שאלות כאלה

- איזה ערך אתה נותן להשפעה?
- איך זה בשבילך?
- האם זה חיובי או שלילי עבורך? מועדף או לא מועדף עבורך?
- עד כמה זה מועיל או לא מועיל למטרותיך?
- האם זה מתאים או לא מתאים לשאיפותיך?

הנמקה - נמק את ההערכה או ההעדפה שנתת

- מדוע ולמה אתה מעריך או לא מעריך אותה?
- למה זה מועדף או לא?
- לאילו תכניות לגבי עצמך זה מתאים?
- לאילו מטרות, שאיפות, ערכים, חלומות, חזון או מחויבות שלך זה מתאים או מתנגד?

פרק ט': נקודות אור - לחפש את היוצא מן הכלל החיובי והמעצים לסיפור הקונפליקטואלי הבין תרבותי

הרציונאל

במפגש הקודם גילינו מקרים בהם האדם מתנגד ל'שד הבעיה' ומצליח להפחית או לבטל את השפעותיו. הפעם נתמקד בחיפוש אחר חוויות, מקרים ו/או מצבים בהם לאדם היה את הכוח והיכולת לגבור, לנתב או לתעל את הקושי או הרגש הקשה ('שד הבעיה').

בגישה הנרטיבית נעשה ניסיון להעביר את הדיון ממיקוד בבעיה ובהשפעותיה למיקוד בחיובי ובנקודת האור שמתוכן נוכל לחבר סיפור אלטרנטיבי חדש ומעצים. מציאת סדקים בהשפעות של 'שד הבעיה' או של הרגשות הקשים הקשורים לקונפליקט הבין קבוצתי תתאפשר אם נמקד את ההקשבה למציאת החיובי. צריך לזכור שבתרבות שלנו אנחנו לא מורגלים בצורת חשיבה זו, אלא אנחנו מורגלים להתמקד בשלילי, למשל: העיתונות והמדיה לסוגיה מתמקדות בחדשות השליליות והרעות והרבה פחות בחיוביות ובטובות, בתחומים בהם מנסים ליצור שינויים במערכות אנושיות המודל המקובל הוא: מציאת הבעיה ותיקונה ולא מציאת המתפקד, גם בשיח הפסיכולוגי נמצאות הבעיות והקונפליקטים במרכז. במידה מסוימת אנו מנסים ללמד במפגשים אלו שפה חדשה. על מנת ששפה זו תוטמע, יש צורך לתרגל אותה ויש צורך שיותר אנשים ישתמשו בה.

ישנן מספר שמות חלופיים לתיאור ההתנסות שהיא שונה מהסיפור הבעייתי הקיים (דוגמה להתנסות שונה מהסיפור הבעייתי היא פיתוח קשרי ידידות עם אדם מקבוצה אחרת בעוד שהסיפור הנפוץ ליחסים בין קבוצות אלו הוא של שנאה ופחד): יוצאים מן הכלל, "איים ירוקים", "רגעים נוצצים" ו"תוצאות ייחודיות" (Unique Outcomes). אלו שמות להתנסויות, לאירועים או למעשים שקשה היה לחשוב שיקרו על פי הסיפור רווי הבעיה ושעליהם 'שד הבעיה' לא היה שמח. בהקשבה הממוקדת בחיובי/במתמודד יעלו בדרך כלל אירועים כאלו כבר בסיפור הבעיה או הקושי.

להלן מספר נקודות העוזרות לשים לב, להתמקד ולהאיר נקודות אור ולהארה עליהן בזרקור.

- הנחת היסוד היא שבכל סיפור קשה או רווי בעיה קיימים יוצאים מן הכלל גם אם 'שדי הבעיות' מנסים להאפיל עליהם.
- נקודת אור יכולה להיות אפילו: תכנית, פעולה, הרגשה, אמירה, הצהרה, תכונה, רצון, חלום, אמונה, יכולת או מחויבות.
- הרצון לשינוי, למיעוט ו/או לביטול השפעתו של 'שד הבעיה' הם כבר יוצא מן הכלל לשליטה של 'שד הבעיה' עלינו.
- אנו מוזמנים להאזין לאמירות שסותרות את מה שהיה צפוי ש'שד הבעיה' היה רוצה. כאשר נשמע אמירה כזו, כדאי לנסות להתעכב ולשאול עליה.
- ישנה נטייה להתייחס לנקודות האור וליוצאים מן הכלל כמקריים או כמובנים מאליהם. שווה לברר, להדגיש ולהאיר אותם על ידי שאלות כגון: מה עשה או חשב האדם בזמנים

- אלו שעזר לו לפעול שלא על פי מה ש'שד הבעיה' היה מכתבי?
- הבחן בין כוונות למעשים. לעיתים על אף ש'שד הבעיה' משתלט על המעשה, עדיין יש כוונה שונה והארתה וההתמקדות בה עשויים להגדילה.
- בדרך כלל ההשפעה של 'שד הבעיה' אינה סטטית. יש זמנים של השתלטות גדולה יותר ויש זמנים של פחות. שימו לב לזמנים ש'שד הבעיה' משפיע פחות. גם זמנים אלו יכולים להיות יוצא מן הכלל.
- תמיד יכול להיות גרוע יותר. אם כך נשאלת השאלה איך האדם הצליח או בחר לא להגיע למצב הגרוע יותר.
- תמיד יש לבדוק עם האדם לו אנו מקשיבים או איתו אנו משוחחים את המשמעות והערך של מה שנראה לנו כנקודת אור.

המטרות

להתאמן באיתור מקורות הכוח בסיפור
ליצור מאגר של נקודות אור במצבי קונפליקט בין תרבותי או בין קבוצתי

החומרים

דף מבנה המפגש

דפי ציור

צבעים

מבנה המפגש

א. (10 ד') הסבר לפי הרצינאל

ב. (10 ד') סיפור במליאה

אחד המשתתפים יספר על סיטואציה של קונפליקט בין תרבותי או בין הקבוצות השונות בחברה הישראלית.

ג. (20 ד') סבב:

לאחר שמיעת הסיפור יציין כל אחד מהמשתתפים נקודת אור - כוח אחת ששמע בסיפור של המרואיין.

ד. (5 ד') לראיין את המספר: איך היה לשמוע את נקודות האור שהאחרים גילו בתוך הסיפור על הקונפליקט? לאיזו מנקודות האור התחברת?

ה. (25 ד') תרגיל נקודות אור

1. להתחלק לשלוש קבוצות כאשר אחת מראיין, אחת מרואיין והשלישי מהדהד. המהדהד והמראיין יציירו את נקודות האור שהם שומעים בדברי המרואיין.

2. המראיין יראיין את המרואיין על פי השאלות המצורפות להלן המזמינות נקודות אור בסיטואציה של קונפליקט בין תרבותי או בין קבוצות שונות בחברה הישראלית.

- ספר על סיטואציה או מקרה בו בא לידי ביטוי קונפליקט בין תרבותי או בין קבוצתי.

- מה הייתה הבעיה או הרגש הקשה המרכזי בסיפור זה?

- האם היה זמן שהבעיה או הרגש יכלו להשתלט אבל לא השתלטו?

- מתי בפעם האחרונה הצלחת במצב דומה לתפקד ללא השפעת הבעיה או

הרגש הקשה?

- האם יש זמנים שהשפעת הבעיה או הרגש קטנים יותר?
 - באילו תחומים משפיעה הבעיה או הרגש הקשה יותר ובאילו פחות?
 - איך הצלחת לגרום לכך שהמצב לא נעשה יותר גרוע?
 - מה הייתה הבעיה מעוניינת שתשכח או לא תזכור?
3. על המראיין והמהדהד לשים לב לנקודות האור שעולות בסיפור ובראיון. בסוף הראיון עליהם לבחור אחת שמדברת עליהם במיוחד. כל אחד מהם יצייר אותן או מטאפורה הקשורה אליהן או כל אסוציאציה שעולה להם בהקשר לנקודות אור אלו.
4. ספרו אחד לשני את המשמעות והסיפור הקשור לציור.
5. האם מצאתם קווים משותפים בין נקודות האור והציורים? אם כן מה הם?
- ו. (15 ד') במליאה נציג מכל קבוצה יספר על הקווים המשותפים שמצאו בנקודות האור, תוך דיון בשאלות הבאות (מומלץ לרשום את המאפיינים של נקודות האור על הלוח):
1. איך הייתה התחושה לגלות את נקודות האור האישיות?
 2. איך הייתה התחושה לגלות את נקודות האור המשותפות?
 3. איך היה למספר לשמוע את נקודות האור שהמראיין והמהדהד מצאו?

טקס סיום
(5 ד') כל אחד יאמר מילה אחת שתבטא מה לקח, מה דיבר אליו, ו/או מה היה משמעות עבורו במפגש זה.

- התוצרים
1. אוסף של נקודות אור היוצאות מתוך מצבים קשים.
 2. רשימה של מילים מטקס הסיום