



עוד זכוכית מגדלת

האמיץ הוא לא מי שאינו מפחד, אלא מי שלמרות הפחד מנסה להתמודד. חשוב לדבר על ה"אמפליפיקציה", כלומר על ההגדלה וההגברה, כתהליך לא רצוני ולא מודע ולאפשר לילדים לחבר טקסטים בהם הם מרגיעים את עצמם. למשל לזכור שתמיד קיימת האפשרות להסתכל על אותם דברים במשקפת הפוכה. זו המקטינה דברים.

איך ניתן לסלק את המגדלת ולראות את האיום במימדיו הריאליים? נכון, לא כל מה שקשור בפחד ניתן להפגה באמצעים רציונאליים, ולכן כדאי לפתח שיחה וללמוד מהילדים מה לדעתם יכול לעזור.

כל כולו שיר בן 8 מלים המצליח לתמצת מטאפורית את המהות הבסיסית של מנגנון הפחד. מגיל צעיר מלמדים אותנו להיזהר, למעשה – לפחד. התינוק האנושי נולד עם מעט פחדים מולדים שנועדו לשמור אותנו ולעזור לנו, יצורי האנוש, לשרוד. בניגוד למרבית עולם החי, עלינו, כיצורים המפותחים, ללמוד לזהות סכנה. אבל אצל כולנו ככלל ואצל הרגישים בפרט, לפעמים מנגנון הזהירות מגזים ומגדיל את עוצמת האיום בצורה מופרזת. וכך, מנגנון שנועד להגן עלינו, הופך למכשול. תארו לכם שאתם נפגשים בנמלה בגודל חתול – זו בהחלט חיה מבהילה. כמה סרטי מדע־בדיוני עשו קופה מהרעיון המפחיד הזה. אפשר לשוחח עם הילדים על:

דברים שמפחידים אותם,
מה מפחיד בהם,
למה כדאי לפחד,
ואיך ללמוד לחיות עם הפחד.



עוד זכוכית מגדלת

בזכוכית מגדלת

הפושית הגדלת.

מי צריך מגדלת –

בעצמי נבהלת!!!