

45  
שנה  
גאלרון  
אורנה פוד  
לילדים ולנוער

אעש  
בדאעש

מחזה ומשחק: מור ענטר  
בימוי וייעוץ בכתיבה: יוסי ג'וז כהן



תפאורה, תלבושות ואבזרים: רוני וילוז'ני מוזיקה: נעמה רדלר תאורה: גיא גילי הדרכת קראטה: ברק גונן  
הדרכת טקסט: מרגלית גז ע' במאי: נעמה בסון

## שלום לכם,

תיאטרון אורנה פורת לילדים ולנוער שמח שבחרתם לצפות בהצגה 'אש בראש'.  
'אש בראש' היא דרמה אישית חברתית העוסקת במאבק העיקש של נערה  
לתעל את עצמה למקומות חיוביים בדרך להישגים ולדרך החדשה.

### נושאים שההצגה מעלה:

☆ דימוי עצמי

☆ סיפור אישי, סוד, בושה (התמודדות עם תחושת הבושה ושמירתה בסוד)

☆ התמודדות במצב מצוקה - עם מי מדברים? את מי משתפים?

☆ קבלת אחריות על עצמך

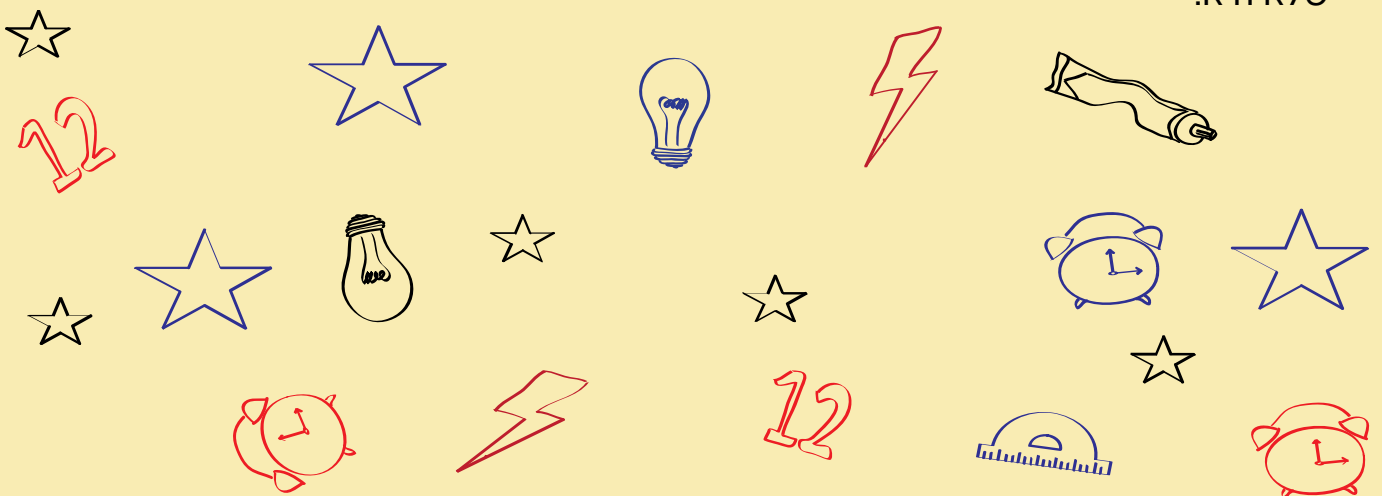
☆ לעבור שינוי חיובי בחיים

☆ התמדה בתהליך למרות הקשיים

## לקראת הצפייה בהצגה

### אנו ממליצים לקרוא בפני התלמידים תיאור קצר של העלילה

לקרולין יש אש בראש. היא עוד חודש בת 12. היא לא מבינה למה מכריחים אותה להתבגר,  
למה כולם עושים עניין מטקס ההתבגרות ואיך היא אמורה לעבור את זה עם אבא שלא  
מבין אותה. החברות לכתה (הבת-מצוות) מתנכלות לה כל הזמן ואימא עלתה לגן עדן לפני  
שהיא הספיקה להכיר אותה. כל זה גורם לה לאבד את העשתונות ולהשתמש באלומות.  
יועצת בית הספר מזהה בקרולין בעיית התנהגות ולפני שמוחלט להרחיקה מבית ספר, היא  
מציעה לקרולין להצטרף לחוג הקארטה במתנ"ס.  
קרולין מצטרפת לחוג, אך גם שם היא נתקלת בילדים שצוחקים עליה ונלחמים מולה בלי  
רחמים. רק דני, הילד המופנם של הכיתה מלמד אותה שלפי תורת הקראטה, בכל פעם  
שנופלים צריך לקום ולנסות שוב עד שמצליחים.  
קרולין לומדת לקבל אצל עצמה את האש שבראש ולתת לה ביטוי חיובי. היא מצטיינת בחוג  
הקראטה ומגיעה להישגים שאף אחד לא ציפה להם - לא אבא, לא יועצת בית הספר ובטח  
שלא היא.



## מונודרמה - הצגת יחיד

מונודרמה היא הצגת יחיד (מונו = אחד).


השחקנית מגלמת, מלבד את דמות הגיבורה, עוד 7 דמויות נוספות.

המחזה כתוב כסיפור אישי המגולל התרחשויות שעוברות על הגיבורה בחודשים האחרונים, וככה נבחר להיות מוצג כמונודרמה. הקהל חווה את הסיפור של קרולין דרך משחקה של שחקנית אחת בלבד. בדרך זו, מועצמת חווית הסיפור כסיפור אישי על הקושי וההתמודדויות הטמונות בו.

השחקנית מעבירה את הסיפור לזמן הווה באמצעות דיאלוגים בין הדמויות השונות, ובדרך זו הדרמה מתרחשת מול עיניהם של הצופים בזמן אמת ומעוררת את הזדהותם.



## לאחר הצפייה בהצגה

**האם אתם זוכרים את כל הדמויות שגילמה השחקנית?** 

קרולין, צילה היועצת, המורה ציפי, אבא של קרולין, סבתא לורנס, ושלישיית לג"ס - ליאת, גילה וסיון.

## להכיר את האחר - סטיגמות ואיך לצאת מהן

סטיגמה היא אפיון של אדם כשונה מאחרים, לרוב באופן הנתפש כשלילי. ילדים כמו מבוגרים, נוהגים לקטלג ילדים אחרים על פי מקרים בהם חזו בהתנהגות מסוימת, ולהדביק לאותו ילד סטיגמה בעקבותיה. לדוגמא - ילד מופרע, שקרן, מלשן.

קרולין סובלת מהתקפים שהיא קוראת להם: 'אש בראש' וזה גורם לה להתפרצויות על אחרים. במהלך ההצגה קרולין מגלה שיש לה עולם שלם ומיוחד משלה, שהיא מתמודדת עם דברים ובעיות שאולי אפילו יותר גדולות, שהיא בן אדם עם חלומות ושאפיות ושהיא רגישה ופגיעה. לעיתים קרובות, ילדים מתנהגים בצורה יוצאת דופן, כי הם נמצאים במצוקה. מכאן נוכל להבין כמה הטלת סטיגמות במישהו אחר יכולות להכליל ולפגוע.

כל אדם הוא עולם, ולפני שמדביקים לו הגדרה או תווית כדאי להקשיב ולהכיר אותו באמת.



## מתוך המונולוג של קרולין

"די, אני לא יכולה יותר.

אם אלוהים היה נותן לי משאלה אחת הייתי מבקשת להעלים את האש בראש. כבר לא אכפת לי שאימא לא תחזור. היא גם ככה לא יודעת מה עובר עלי: שאני כועסת כל הזמן וכולם מסתכלים עליי, מה אתם מסתכלים? שאין לי כמעט חברים בגלל ההתנהגות שלי. אף אחד לא בוחר בי למחניים, אני תמיד נשארת אחרונה. אף אחד לא רוצה לשבת לידי בכיתה, אף אחד לא רוצה לבוא אליו אחרי בית ספר... בא לי להיות ילדה רגילה, כמו כולם. ללכת עם הבנות של הכיתה לחוג ג'אז ולא לקראטה. לקבל 95 במבחן בתנ"ך, נמאס לי להיות ה"מופרעת", נמאס לי שאין לי אימא, רק אבא זה לא מספיק."

## לעשות שינוי חיובי בחיים

קרולין מחליטה לקחת את עצמה בידיים, ולעשות שינוי בחייה. לראשונה היא שואפת למטרה ונלחמת עליה.

**מתי מגיע הרגע שמחליטים לעשות שינוי? כשאדם מגיע לנקודה בה הוא לא מוכן להמשיך בדרך בה הלך. דרך שלא הביאה לו סיפוק, שמחה ואושר**

ספרו על רגע כזה שהיה לכם, שבו החלטתם שאתם רוצים לעשות שינוי, ולשנות כיוון.

## מילים במקום מכות - לספור עד 10

בהרבה מקרים כשנגמרות המלים - מתחילות המכות. כדי להמנע מכך כדאי תמיד לספור עד 10: זה אומר לנשום, להירגע ולהחליט על הצעד הבא לא מתוך רגע של רתחה וכעס.

ספרו על מקרים בהם כעסתם מאוד. מה עשיתם? האם התפרצתם או שהצלחתם להתאפק ולהפעיל שיקול דעת?

קרולין מחפשת ומוצאת את המלים הנכונות ומאושרת מכך שהצליחה להגיד לאודליה את מה שבאמת חשבה והרגישה. זה שונה מפעמים קודמות בהן נתנה לזעם להציף אותה כמו באותה פעם שהתפרצה על אודליה וגזרה לה את הצמה.



# "לפעמים, גם אם אני יודעת מה אני רוצה להגיד, מתבלבלות לי המילים בראש ואני אומרת משהו אחר לגמרי"

במצב שהמילים מתבלבלות לקרולין, היא מוצאת פתרון: היא כותבת את מה שחשוב לה להגיד על דף, זה עוזר לה לעשות סדר במחשבות. לפעמים היא לא מעזה בכלל לומר את מה שהיא חושבת, כי היא מתביישת לחשוף את רגשותיה.

האם קרה לכם שרציתם לומר משהו, אבל באותו רגע לא העזתם להגיד מה אתם חושבים ואמרתם משהו אחר? למה לפי דעתכם זה קורה? מה אפשר לעשות כדי להתגבר על זה?

## המקום הסודי שלי

לקרולין יש מקום סודי אליו היא מגיעה כדי להיות בו לבד ולהירגע. האם יש לכם מקום סודי? האם הוא בחוץ, או בתוך הבית? ספרו עליו.

## קראטה

### האג'ימה ביפנית: התחל! התחילו!

הקראטה היא אמנות לחימה מסורתית יפנית ששורשיה העתיקים הגיעו מדרום סין. החל מהאולימפיאדה שתתקיים בטוקיו יפן בשנה 2020, האמנות הזו תוכר כענף ספורט. בקראטה יש הרבה כללים, חוקים ואיסורים, המאפשרים קיום תחרויות לחימה הוגנות בלא שהדבר יגרור פציעות מוגזמות ואסונות. בנוסף, יש גם טקסים שחוזרים עליהם באימונים ובתחרויות.

כמה מהכללים המנחים הנהוגים בקארטה:

- ★ רדוף שלמות האופי ★ היה נאמן לדרכך ★ השקע מאמץ מרבי ★ כבד את הזולת
- ★ המנע מהתנהגות אלימה.

הקראטה שם דגש על פיתוח אישי והתנהלות מוסרית כאלמנטים חשובים ובלתי נפרדים מאמנות הלחימה.

### בכל פעם שנופלים - צריך לקום ולהתחיל מחדש

בקארטה יש דרגות ללוחמים המוענקות להם ככל שהם מעמיקים את המיומנות בידע ובתרגולים, ומגיעים לשלבים גבוהים. כדי להגיע לשלבים גבוהים נדרשת התמדה בתהליך.





## האמצעים האמנותיים

כדי להעביר את התחושה שהגיבורה נמצאת "בסיר לחץ", הוגבל איזור המשחק שלה למקום קטן מאוד, בו היא עוברת ממקום למקום באינטנסיביות. התפאורה מינימליסטית וכוללת אלמנט מרכזי כפול שהשחקנית מזיזה ומסדרת בכל פעם בהתאם למקום השונה שאותו הוא מסמן בכל פעם.



צילום: יוסי צוקר, עיצוב: אורנה זוסמן-נבו 06.2016

**צוות המחלקה החינוכית של התיאטרון מאחל לכם צפייה מהנה!**

משרדי תיאטרון אורנה פורת לילדים ולנוער (ע"ר): רחוב בלפור 30, תל אביב, מיקוד: 6521202, טל': 03-5111444, פקס: 03-5106928  
 מוזמנים לבקר באתר האינטרנט שלנו: [www.porat-theater.co.il](http://www.porat-theater.co.il) ולהיות חברים שלנו בפייסבוק