חוברת עולמות נפגשים, הינה חוברת לפיתוח אקלים כיתה חברתי ולהקניית מיומנויות חברתיות-רגשיות.

חוברת עולמות נפגשים מיועדת לתלמידי העל יסודי, ובעלת 3 גרסאות למגזר הכללי, הממלכתי דתי והחרדי.

מצ"ב 2 מערכים לדוגמה

מי שמביט בי מאחור לא יודע מי אני...

**מותאם גם ללמידה מרחוק- מחולק ל2 שיעורים**

מטרת תוכן: לייצר 'שייכות' ו'נִרְאוּת' בין תלמידי הכיתה על ידי היכרות בין התלמידים.

מטרה דיאלוגית: הקשבה לאחר והבעת אמפתיה על ידי הזמנה לשיתוף בתחושות דומות או שונות.

השיעור מתבסס על שתי הפעלות: "משחק הקולאז'ים" ו"התלמיד במסכה".

המורה יבחר את ההפעלה המתאימה לפי נטיית ליבו ולפי אופי הכיתה:

### משחק הקולאז'ים:

כל תלמיד מכין קולאז' של ארבע תמונות שמאפיינות אותו. התמונות יכולות להיות מכל סוג, לדוגמה:

תמונה של שניצל – המאכל האהוב עליי.

תמונה של משפחה – המשפחה חשובה ויקרה לי.

תמונה של ים – המקום האהוב עליי.

תמונה של תווים – קוראים לי שירה.

את הקולאז' ישלחו התלמידים אל המורה בווטסאפ או בדוא"ל. בזמן השיעור יקרין המורה בכל פעם קולאז' אחד, והתלמידים יצטרכו להמר של מי הקולאז'.

בהוראה מקרוב ניתן להמר – לחלק לתלמידים מסטיקים קטנים שעליהם הם מהמרים בכל פעם לפי הסכום שהם מוכנים להסתכן ולהפסיד. בהוראה מרחוק ניתן לתת לכל תלמיד סכום וירטואלי של נקודות שבהן הוא יכול להשתמש.

ניתן כמובן גם לנסות לנחש מי התלמיד שמאחורי התמונות ללא ההימורים. במקרה זה אפשר לשחק לפי מהירות: הראשון שמזהה נכונה – זוכה. כל אחד יכול לכתוב לו בפרטי בצ'אט מה התשובה הנכונה לדעתו, על מנת שלא יושפעו זה מזה בהימור.

לאחר שמזהים נכונה את התלמיד שמאחורי התמונות, התלמיד מסביר מדוע בחר דווקא את התמונות האלה. זו ההזדמנות לתת את המקום לאלו שלא זוהו לעומת אלו שזוהו מייד בהתחלה. דרך המשחק נארג פסיפס עדין של שיתוף בעולם הפרטי היוצר 'נראות' – היכרות שמייצרת אינטימיות במרחבים בין התלמידים, וכך נוצרת 'שייכות'.

### 'התלמיד במסכה':

בהוראה מרחוק: המורה צריך לתת הנחיה ברורה לתלמידים להיכנס לקישור בזום, אבל עם מצלמה סגורה ועם שם בדוי שהם בוחרים לעצמם. השם שהם בוחרים צריך להיות קשור באופן כלשהו לעצמם, אך יכול להיות גם סתם שם להנאתם.

מהלך המשחק:

בכל פעם המורה יבחר 'משבצת' של תלמיד כלשהו, וכל התלמידים יצטרכו לשאול 21 שאלות שהתשובה עליהן היא כן או לא, על מנת לזהות מי מסתתר מאחוריה.

שאלות לדוגמה:

את/ה בן/בת? אתה יושב בשורה ראשונה בכיתה? אתה גר באזור גאוגרפי מסוים? אתה אוהב לנגן? וכן על זו הדרך.

לתלמידים ישנה אפשרות לשאול עד 21 שאלות, התלמידים יכולים לנסות לנחש באמצע אם יש להם רעיון במי מדובר. התלמיד שמסתתר עונה אך ורק בצ'אט, כדי שלא יזהו את קולו.

ניתן לשחק כך כמה וכמה סבבים.

בהוראה מקרוב: כל תלמיד יקבל דף ובו כמה שאלות 'בעוד 20 שנה'. לאחר מענה על השאלות יאסוף המורה את כל הדפים. בכל פעם יקריא המורה דף אחד ועל כלל התלמידים לזהות במי מדובר.

שאלות לדוגמה:

**בעוד 20 שנה**

איפה אגור?

כמה ילדים יהיו לי?

במה אעבוד?

מה יהיה המאכל האהוב עליי?

מה יהיה התחביב שלי?

מה הדבר הראשון שאעשה כשאקום בבוקר?

מה יהיה החלום שלי?

 **דיון דיאלוגי מסכם:**

\*\* הנחיה לקראת הדיון: על כל תלמיד לחזור בקצרה על דברי אחד מקודמיו ולנסות לזהות נקודות להזדהות בתחושותיו של האחר.

בסיום אחד משני המשחקים נשאל את התלמידים:

איך היה לכם המשחק? מה למדתם? ממה נהניתם במיוחד? איך הרגשתם כשזיהו אתכם? או כשלא זיהו אתכם?

**המלצה:**

שיעורי בית חברתיים – חלוקה לזוגות אקראיים.

משימה: עליכם למצוא הגדרה לזהות – לכתוב אותה בפנקס ולמצוא חמישה מאפיינים המשותפים לשניכם.

**שיעור 2**

### פתיח:

**קישור לשיעור הקודם – תזכורת במה עסקנו? מה היה הנושא?**

הצגת ההגדרה של 'זהות' ממילון רב-מילים:

"זהות: כלל האפיונים וסימני ההיכר הייחודיים העושים אדם מסוים או דבר מסוים למי או למה שהוא ושבאמצעותם ניתן לזהותו מבלי להחליפו באחר".

השמיעו את השיר 'עיניים אליי' מתוך פסקול הסדרה 'המפקדת' מילים ולחן: אקו מורגנשטרן ותומר כץ. [*https://youtu.be/EHLg7MzuJtg*](https://youtu.be/EHLg7MzuJtg)

ניתן להקרין על הלוח במקביל להשמעת השיר:

|  |  |
| --- | --- |
| עיניים אלייעיניים אליי מה 'תה מסתכל עליימסתכל לכיוון שליחצי מבט לכיוון שליהכול עליי הכול עלייקבל אותי כולם אחרייקריצה קטנה מבט מנצח **מי שרואה אותי גם שומע****מי שמביט בי מאחור הוא לא יודע**יום אחד כל זה יהיה שלי – בוא עולים למעלה עד לטופמרגישה גל גדות עוד עליי רק לעלות מסנוורים מהאורות הם כולם רוצים לראות | הם כולם רוצים לראות עיניים אליי - עיניים אליימה 'תה מסתכל אליייושבת בשקט פתאום היד מתהדקת תראה כיוונתי ופגעתי בול - במטרה.כל העיניים אלייאז מה קרה?כל העולם הוא במהאשכרהכולי בקצב פתאום קולטת ת'קטעמה שלא בא לי בטוב אז שילך – כפרהוהם אומרים שאני רעש וצלצולים אני שמיים – ראש בעננים שומרת על מתח מי מתגנבת לפתחכולם לשמור את העיניים אלייעיניים אליי / עיניים אליי**מה 'תה מסתכל אליי****מה אתה רואה? - מה אתה רואה** |

|  |
| --- |
|  |

פעילות :

נבקש מהתלמידים לבחור שורה בשיר שהוא מזדהה עימה או שמדברת אליו. שיתוף בקבוצות קטנות.

**המלצה: שיתוף דיאלוגי**.

נציג לתלמידים את המושגים הזדהות ושונות.

הזדהות: מסוגלות להרגיש כמו הזולת.

שונות: לא דומה, לא אותו הדבר.

במהלך השיתוף כל תלמיד יחזור בקצרה ובמילים שלו על דברי אחד מקודמיו ויתייחס לנקודות הזדהות או שונות עם רעיונותיו של האחר.

דיון:

כיצד השיר מתקשר לנושא הזהות? מהו הצורך העולה בשיר? בשיר מודגשות מספר שורות, מהי לדעתכם הכוונה בשורות אלו?

**מי שרואה אותי גם שומע**

**מי שמביט בי מאחור הוא לא יודע...**

**מה 'תה מסתכל אליי**

**מה אתה רואה? - מה אתה רואה**

דיון דיאלוגי מסכם**:**

מה היינו רוצים שיקרה בכיתה שלנו? כיצד היינו רוצים להגדיר את תחושת השייכות בכיתה שלנו ואיך? כיצד ניתן ליצור תחושת נינוחות של כל תלמיד בכיתה בתוך השייכות לכיתה כולה?

מיקוד למורה: לכל אחד בכיתה הזו יש מאפיינים ייחודיים, קסומים ומרתקים שהוא יכול להביא למארג הכיתתי. הדינמיקה החברתית הטבעית היא שאנו מצד אחד רוצים להשתייך, להתמזג עם הקבוצה, להרגיש חלק, שייכים. אך בד בבד, הרצון הטבעי הוא שיכירו במיוחדות שלנו, שתהיה לנו 'נראות'. זהו ריקוד עדין של הפרט ושל הקבוצה.

על אישורים ופידבקים חברתיים

**מותאם גם ללמידה מרחוק**

מטרת תוכן: התלמידים יכירו את המושגים 'נציבות' ו'כפיפות' בחיים החברתיים.

מטרה דיאלוגית: התלמידים יעמדו על הקשר שבין דרכי התגובה בשיח הדיאלוגי (חזרה על דברי האחר במדויק, במילים שלי, הבנת דברי האחר, שאילת שאלות הבהרה) לבין ההתמודדות חברתית.

### פתיחה: משחק חברתי בזום

המורה יכתוב על הלוח (מרחוק - בצ'אט) את שמות כל התלמידים. כל אחד מהתלמידים כותב מחמאה על הלוח/בריסטולים/בצ'אט - למי שרשום אחריו ברשימה. האחרון כותב לראשון.

דיון:

איך היה לכם? איך הרגשתם כשכולם ראו את המחמאות של כולם? מה למדתם?

בשיעור זה נדון בצורך הבלתי פוסק שלנו לקבל אישור מהסביבה לכל דבר. נדון על פידבקים מהסביבה ונברר מהו היחס שלנו לכך. הריקוד החברתי הוא כזה שהפידבק החברתי הוא חשוב. אנשים שלא מקבלים פידבק במובן העמוק לא משתנים. החברה מבקשת מאיתנו שינויים כדי שנהיה טובים יותר, אך מתן עודף משקל לפידבק החברתי גורם לנו לאבד את העצמיות שלנו. הסוד הוא באיזון.

### שלב א' - סקר

שאלון, סקר מ-1–10, עד כמה "מזיז" לך אם יקרה האירוע הבא (1 - לא מזיז לי. 10 - מאד מזיז לי).

ניתן לעשות שיעור מקוון וניתן לשים על רצפת הכיתה סרט דביק (מסקינטייפ) המסמל את הטווח – בקצה אחד המספר 1 ובקצה השני המספר 10. בכל פעם יניחו התלמידים נייר במיקום שבו הם מרגישים שהם עומדים ביחס לכל שאלה:

1. קיבלתי ציון ממש גרוע במבחן.

2. מישהו שאני לא כל כך מסתדר איתו כעס עליי הבוקר.

3. החברים מתנועת הנוער העירו לי על זה שאני כבר לא מגיע.

4. אבא העיר לי על משהו שאמרתי.

5. הייתה לי פעולה גרועה ממש בתנועת הנוער.

6. קבוצת ספורט שאני משתתף בה הפסידה במשחק.

6. חבר'ה מהכיתה העירו לי שכבר לא אכפת לי מהכיתה.

7. בוויכוח חברתי כלשהו הבעתי את דעתי וספגתי התנגדות רבה.

8. אימא ממש התאכזבה ממני שלא עשיתי משהו שהיא ביקשה.

9. מורה שלא כל כך מכירה אותי העירה לי בפני כולם.

10. מורה שאני מאוד מעריך כעסה עליי היום בשיעור.

11. אחותי הגדולה העירה לי על משהו שעשיתי ושהפריע לה.

12. יחסיי עם אחד החברים "הצטננו" קצת.

13.חבר טוב ממש כעס עליי הבוקר.

לאחר סיום השאלות נקיים דיון. בדיון זה נתרגל את מיומנות ההקשבה על ידי שימוש בפרפרזה. ננחה את התלמידים שכל דובר חוזר על דברי הדובר הקודם לו בקצרה במילותיו שלו, ורק אז ישתף את דבריו.

בכל פעם שמתייחסים לדברי האחר, פונים אליו בגוף שני ובמבט. לדוגמה: "רוני, הבנתי מדבריך שהכי חשוב לך לשתף את החברה הכי טובה שלך ולי הכי חשוב..."

מה הפתיע אתכם? מה היה צפוי? איזה מהאירועים שלעיל הכי 'מערער' ו'מטלטל' בעיניך ומדוע? איזה הכי פחות? האם מה שסימנת וענית לעיל זה המצב הרצוי, או שיש לאן לשאוף ומה לתקן?

### שלב ב'

נקרא את השיר "אישורים" / נעם חורב

כדי לחיות חיים מאושרים,

אני זקוק לאישורים.

אישור מהמורה

שאני הכי חכם,

אישור מהפייסבוק

שאני הכי חם.

אישור מההורים

שאני ילד מוצלח,

אישור מהילדים שאני אבא תותח.

אני אוסף אותם אליי,

משאיר אותם קרוב,

כדי לדעת שאולי

אני שווה, אני טוב.

אישור מהקהל

שאני הכי מוכשר,

אישור מהקואצ'ר

שאני הכי מאושר.

אני מכניס בזהירות, כל אישור כזה נוצץ

אל בועת הבטחון שלי שתכף תתפוצץ

מאמין בלי למצמץ, ותולה אותם על קיר

מילים מקושטות מאנשים שאני לא מכיר...

דיון:

מה דעתכם על השיר? מה דעתכם על התופעה שהוא מתאר? עד כמה אתם זקוקים לאישורים של החברה?

### שלב ג' - נציבות וכפיפות

נכיר לתלמידים את שני המושגים החברתיים: 'נציבות' ו'כפיפות'.

אדם חברתי הוא אדם שיש לו 'נציבות' ו'כפיפות'.

נציבות – הכוונה שיש לאדם עמוד שדרה, שהוא עומד בזכות עצמו. כפיפות - היכולת להתאים את עצמך לסביבה, להיות ער למה שאומרים עליך. מי שרוצה להצליח חברתית חייב להיות בתנועה נפשית של נציבות וכפיפות (המושגים הוטבעו על ידי ד"ר גרפי-פישר, 2020).

דיון דיאלוגי מסכם:

כיצד אישורים חברתיים קשורים לנציבות וכפיפות? מה לדעתכם מתרחש יותר בעידן שלנו, נציבות או כפיפות? האם הרשתות החברתיות חיזקו את הנציבות או הכפיפות? כיצד תגובות על פי עקרונות וכללי השיח הדיאלוגי במהלך הדיון קשורות לנציבות וכפיפות?

מיקוד למורה: כפתורי הלייק, יכולת השיתוף ובכלל התגובתיות המהירה ברשתות האלו – מחזקים אצלנו את ה'כפיפות', הצורך למצוא חן ולהגדיר את עצמנו רק על ידי מציאת חן בעיני קבוצת השווים שלנו. אנחנו משנים את עצמיותנו כדי שיאהבו אותנו וכדי לקבל פידבקים חיוביים. מצד שני, ברשת יש לנו אפשרות להעמיק בתחומי עניין אישיים ולהיות בקבוצות השתייכות שייחודיות לנו ובכך לחזק את ה'ניצבות' שלנו.

שיעורי בית חברתיים בזוגות אקראיים:

פנו לאדם כלשהו שאתם מעריכים – קרוב משפחה, חבר, מדריך, אושיית רשת וכו', ושאלו אותו מהי הדרך שלו להתמודד עם השפעה מוגזמת של פידבק חברתי.

העלו את התשובה שקיבלתם ללוח כיתתי משותף, שייתן כוח ואסטרטגיות שונות למציאת האיזון הנכון בחיים בנושא זה.