

"מילה שלי"

תכנית המשך לבוגרי "עשרת הדברות"

חוברת מערכים

הרב שלום שוורץ

הוגה ומייסד התכנית:

אילן גולדמן

ניהול התכנית:

ענבל מחלב

כתיבה והיגוי:

אשר כהן

דינה הרוש

דינה הרוש

ייעוץ פדגוגי:

אופיר בטש

עיצוב גרפי:

מהדורה רביעית

התשע"ט 2018

www.aseret.org.il , www.asereteachers.org



"מילה שלי"

תכנית המשך לבוגרי "עשרת הדברות"

רציונל התכנית

לאחר היכרות התלמידים את עשרת הדברות והערכים החשובים העומדים בבסיסם בכיתה ז', הוחלט כי בכיתות ח' נקיים העמקה בדיבור אחד והוא "לא תענה ברעך עד שקר".

הדיבור "לא תענה", כפי שנלמד בכיתה ז', עוסק בצורה רחבה **בכוח הדיבור** לטוב ולמוטב. הבחירה בדיבור זה דווקא עולה מהצורך העמוק והדחוף לתת מענה לבני הנוער המתמודדים עם בריונות ברשת, שיימינג, לייקים, שמועות, הכפשות וכו'.

מטרת התכנית

- עידוד התלמידים ליצירת שיח סובלני ומכבד, לשמירת הלשון (והאצבע המסמסת) מכל דיבור מזיק
 - יצירת אקלים בית ספרי בריא ונקי מפוגענות.
 - יצירת קבוצת מנהיגים משכבת ח' שתוביל את הנושא בבית הספר.
- כל זאת כמובן, יחד עם העמקה והקניית כלים מתוך אוצרות היהדות.

קהל יעד

כיתות ח' וט' בוגרות תכנית "עשרת הדברות"

מבנה התכנית

סדרה של חמישה מפגשים חווייתיים של 90 דקות בכיתה (שיעור כפול) + שני מפגשים לקבוצת מנהיגות נבחרת מהשכבה של 90 דק' למפגש (אופציונלי)

בתכנית יהיה שימוש במצגות, מולטימדיה, סרטונים והפעלות מגוונות.

מפגש 1- כיתתי	מפגש 2- כיתתי	מפגש 3- כיתתי	מפגש 4- כיתתי	מפגש 5- כיתתי	מפגש 6- קבוצת מנהיגות	מפגש 7- קבוצת מנהיגות
הכל דיבורים! + לוח מילים טובות	כוחה של המילה + תודה + חלוקת תודות לצוות	מי האיש החפץ חיים? + יצירת קיר כרזות/ סטיקרים/ חמשירים	אני? בריון? + אמנה כיתתית דיבור נכון ברשת	מסכמים וממשיכים עם מילה טובה + מניפת מילים טובות	דרוש מנהיג!	אמור מעט ועשה הרבה

"מילה שלי"



יחידה 1- הכל דיבורים!

מטרות היחידה:

- היכרות ושבירת קרח עם התלמידים
- רענון לנושא עשרת הדברות
- מיקוד בדיבר הנבחר "לא תענה" ועמידה על כוחו של הדיבור

מבנה:

1. "ושוב נצאה אל הדרך"
2. עשרה מי יודע? – רענון עשרת הדברות דרך חידות בציורים
3. "המשפט הכי נורא/יפה שאמרו לי אי- פעם.."- הפעלה עם פתקים בנושא עוצמת הדיבור
4. דצח"מ
5. חיבור ולימוד הדיבר "לא תענה"
6. סיפור "לשון טובה לשון רעה"
7. יישום- לוח מילים טובות
8. סיכום- סרטון "כוחן של מילים"

הפעילות בהרחבה:

1. "ושוב נצאה אל הדרך"

נציג את עצמנו: שמי _____ ואני מדריך מטעם תנועת אל-עמי שעוסקת בתכני יהדות, ערכים וציונות. בשנה שעברה השתתפתם בתכנית "עשרת הדברות", והשנה תשתתפו בתכנית המשך, שתתמקד בדיבר אחד בלבד עליו נרחיב בהמשך.

(*** למדריך- לאחר התנסות בהעברת הסדנא לראשונה, במידה ואתה שנותר זמן לכך, ניתן בסדנאות הבאות לפתוח במשחק פתיחה שובר קרח "המכנה המשותף"- הנמצא בנספח)

2. עשרה מי יודע? – רענון עשרת הדברות דרך חידות בציורים

בואו נזכר יחד בעשרת הדברות. נקרין במצגת **חידות בצירים בנושא הדברות**. לשם הגיוון- נזמין 2 מתנדבים להציג בפנטומימה את הדברות לא תרצח, לא תגנוב. לאחר זיהוי כל דיבר -נזכיר במשפט קצר את המסר שלמדנו ממנו. את הדיבר "לא תענה" לא נזכיר כלל. במידה ומישהו ייזכר בו נענה כי מיד נגיע לכך.

3. "המשפט הכי נורא/יפה שאמרו לי אי- פעם.. הפעלה עם פתקים בנושא עוצמת הדיבור.

נאמר לתלמידים כי הוחלט כי תכנית המשך זו תתמקד אך ורק בדיבר אחד. על מנת לגלות איזה, נחלק כעת 2 פתקי "ממו" לכל תלמיד, בצבעים לבן ואדום.

על הפתק הלבן התלמידים מתבקשים לכתוב את **המשפט היפה ביותר**, המחזק/המחמיא/המעודד/המפרגן שאמרו להם בחיים.

על הפתק האדום עליהם לכתוב את **המשפט הכי נוראי/פוגע/משפיל/מחליש** שנאמר להם.

חשוב! יש להדגיש כי אין לכתוב קללות ומילים בלתי הולמות, אלא מסר פוגעני שקיבלתי. האמת היא שמסר פוגעני ("לא היית חסר לאף אחד במסיבה") הוא לרוב פוגע יותר מקללה.

רצוי מאוד שהמדריך ייתן דוגמא אישית שלו למה שהיה רשם בפתק האדום/לבן כמודל לתלמידים. נידע אותם כי ייתכן שנקריא חלק מהפתקים, ויש להגיש אותם בעילום שם. נאסוף מהתלמידים את הפתקים בשתי ערימות (ניתן להכניס ב2 קופסאות שונות/2 כובעים)

כעת נבקש מהתלמידים לנשום עמוק ופשוט.. להקשיב.

ניקח את ערימת הפתקים האדומים ונתחיל להקריא את המשפטים השליליים בצורה דרמטית (כמובן נברור על המקום פתקים שנכתבו בצחוק או מילים לא ראויות).

לאחר מכן נשאל-

• **איך אתם מרגישים עכשיו? מה קרה לאוויר/לאווירה כאן בכיתה עם קריאת המשפטים?**

• **מדוע זה משפיע עלינו כך-זה סה"כ מילים..?**

נסכם כי על אף שאלו רק מילים, פגיעתן קשה וחמורה. אלו משפטים שקרוב לוודאי יהדהדו בלב התלמידים כל חייהם. הסיסמא של פרויקט עשרת הדברות היא "לבנות עולם טוב יותר". תראו איך מילים בלבד יכולות לזהם את אוויר העולם ולעשות אותו מקום רע לחיות בו.

4. דצח"מ

נקרין לתלמידים סדרת ראשי תיבות ונבקש שנפצח אותם. לבסוף נציג את ראשי התיבות דצח"מ.
 ניתן להם "לשבור את הראש" למשך דקה ואז נגלה:
 רבי יהודה הלוי חילק את הקיים בעולם לארבע דרגות:

ד - דומם
צ - צומח
ח - חי
מ - מדבר (זהו האדם)

נשים לב כי חכמינו הגדירו את האדם "מדבר". אחת ההבחנות בין האדם לבין בעלי החיים היא כוח הדיבור, זו מעלתו המיוחדת. עלינו לזכור תמיד להשתמש בדיבורנו באופן אנושי ולא באופן חיתתי.

5. חיבור ולימוד הדיבר "לא תענה"

לאיזה דיבר מתקשרת הפעילות? "לא תענה ברעך עד שקר"
 נזכיר כי הדיבר במשמעותו הקלאסית, המוכרת- עוסק באיסור לתת עדות שקר במשפט, כי המילים של העד יכולות לשנות את חיי העומד לדין מקצה לקצה.
 נזכיר ונראה את המקור של האברבנאל שמרחיב את הדיבר לעיסוק כולל בכוח הדיבור.

**" ואחר שהזהיר שלא יזיק אדם את חברו במעשה רע לא בגופו,
 לא באשתו, ולא בממונו - הזהירו... "לא תענה ברעך עד שקר".
 ומלבד שהזהיר בזה, שלא יעיד אדם שקר, נכלל בו הלועג על חברו, והמספר
 לשון הרע, והרכיל, והמלבין פני חברו ברבים ודומיהם. "
 (פירוש האברבנאל לשמות כ' יב')**

נספק לתלמידים "הצצה" אל מאחורי הקלעים של התכנית:
 ישבנו וחשבנו כיצד אפשר להמשיך אתכם את העיסוק בעשרת הדברות. ניסינו לבדוק מה הצורך הכי הכי חם של בני נוער כיום. מתוך מה שאנו קוראים בעיתונים, ושומעים בחדשות הבנו כי נושא הדיבור, בשלל צורותיו, הינו נושא קריטי וחשוב. זה כולל- בריונות ברשת, לייק בפייסבוק, וואטסאפ, שמועות, לשון הרע, רכילות..

איך אנו יכולים להתמודד עם המחלה הזו שמתפשטת בעולם ולצאת מנצחים? ולהיות בצד החיובי והמוסרי שאכן בונה עולם טוב יותר? כל זאת נלמד במהלך התכנית שלנו שתכלול 5 מפגשים חווייתיים. (אם תרצו, למרות שזו כיתה ח', נעשה כולנו בגרות 5 יחידות בלשון..)

כאן המקום להזכיר **(רק במידה שבבית הספר אכן בחרו להזמין גם את קבוצת המנהיגות!)** כי התכנית מסתיימת לאחר חמישה מפגשים אך היא ממשיכה לעוד שני מפגשים עם קבוצת מנהיגות שתכלול תלמידים נבחרים מכל כיתה (הקבוצה תבחר בתחילת התכנית ע"י המחנכת/רכזת), שיעמיקו עוד במושג המנהיגות, ייקחו אחריות ויקדמו את הנושא צעד קדימה בבית הספר.

6. סיפור "לשון טובה לשון רעה"

החזון שלנו כולל עולם טוב יותר שבו נשמע מילים ומסרים כמו..
(ניקח את ערימת הפתקים הלבנה ונקריא את המשפטים החיוביים והמעצימים שכתבו התלמידים)
תראו איך מילים בלבד, יכולות לחולל שינוי במציאות. איך מילה טובה יכולה להפוך את העולם למקום טוב יותר.
נספר סיפור מקסים שסיפרו חז"ל (מקור בנספח):

מסופר על רבי שמעון בן גמליאל שהיה לו משרת חכם בשם טבי. רבי שמעון אהב לשאול את טבי שאלות מתוחכמות ולחוד לו חידות הגיון. פעם אחת ביקש רבי שמעון מטבי- "לך לשוק והבא לי את המאכל טוב הכי טוב שתמצא". יצא טבי לשוק וחזר עם לשון.
לאחר יום ביקש שוב רבי שמעון בקשה מטבי, הפעם הפוכה "לך לשוק והבא לי את המאכל הכי רע שתמצא". יצא טבי לשוק וחזר עם.. לשון. שאל אותו רבי שמעון- מדוע כשביקשתי מאכל טוב הבאת לשון, וכשביקשתי מאכל רע הבאת גם לשון??
ענה לו טבי החכם: **"ממנה הטובה וממנה הרעה, הלשון- כשהיא טובה, אין טובה ממנה! וכשהיא רעה- אין רעה ממנה".**

7. יישום- לוח מילים טובות

***** למדריך- החלק היישומי בכל שיעור הוא משמעותי ביותר בהפנמת המסר. בחלק זה התלמידים פעילים ומעורבים יותר והחלק הפרונטלי שלך כמדריך קטן. אין לחשוש מכך כיוון שדרך המעורבות של התלמידים המסר נקלט בצורה טובה יותר מאשר בלימוד פרונטלי. יש להנחות את המשימה בהתלהבות.**

ועכשיו תלמידים יקרים, התכנית שלנו איננה רק תיאוריה אלא לגמרי מעשים. אנחנו כבר רוצים לתרגל את הכוח של המילים הטובות ולראות כיצד זה משפיע על ההרגשה שלנו.
כל תלמיד מקבל 5 פתקים ובהם עליו לרשום מילים טובות בנושא שהוגדר:

- מילים טובות על עצמי
- מילים טובות על המשפחה שלי

- מילים טובות על הכיתה שלי
- מילים טובות על בית הספר שלי
- מילים טובות על העם שלי

נדגיש כי גם אם יש מחשבות שליליות כלפי אותו נושא חשוב להתאמץ ולמצוא בכל זאת נקודה טובה באותו דבר. לדוגמא: גם אם חושב שהכיתה שלי לא מספיק מגובשת וחברית אני יכול לשבח את העובדה שיש כאן רצינות בלימודים. גם אם אני חושב שהעם שלנו הוא חצוף וכולם דוחפים בתורות ועצבנים בכביש, אני יכול לציין את העובדה שיש דאגה וערבות הדדית כמו שאנו רואים לא פעם בתקופות קשות יותר.

נקדיש לכך זמן של 10-15 דקות כשברקע מנגינה נעימה.

לאחר מכן נבקש מהתלמידים **להתחלק 5 קבוצות** ולהכין לוח מילים טובות כשכל קבוצה אחראית על לוח בנושא אחד. עליהם ללקט מכל תלמידי הכיתה את הפתק הנוגע לאותו לוח, להדביק לקשט ולתת ללוח כותרת מתאימה. לדוגמא "מילה טובה על הכיתה שלי".

המדריך יספק לקבוצות בריסטולים/לוחות a3.

חשוב מאוד להנחות כל קבוצה **לסנן פתקים לא ראויים** (באם יש בכל זאת מלל שלילי/ זלזול/ רדידות/ קללות) ולהדביק בלוח רק מילים טובות.

לאחר מכן **נזמין כל קבוצה לקדמת הכיתה על מנת להקריא את המילים הטובות שבלוח**

שלהם (ניתן לשתף את כל הקבוצה ע"י כך שכל אחד מקריא פתק אחר"

נשאל את התלמידים:

- מה עשה לכם התרגיל? מה נלמד ממנו?

שימו לב: בד"כ אנו חושבים שהסדר הנכון הוא מחשבה ואז דיבור. כלומר אני חושב אודות דבר מסוים ואז הדיבור שלי משקף את מחשבותיי. אבל כרגע בתרגיל הראנו שהתנועה היא נכונה גם בכיוון נגדי: כשאני מדבר בצורה חיובית ובוחר להתמקד בצד הטוב הקיים בנושא מסוים במציאות- הדבר פועל על המחשבות והרגשות שלי בנושא.

ולכן: ככל שנרבה למצוא טוב לדבר טוב על המציאות- ממילא נחשוב ונרגיש טוב יותר כלפיה! מהו כוח הלשון? אילו עצות טובות טמונות בעולם היהדות כדי להשתמש נכונה בכוח הלשון? כיצד להתמודד עם אתגרי העלבונות ברשת? כל זאת ועוד נלמד יחד במפגשים הבאים..

נקרין את **הסרטון המקסים "כוחן של מילים"**. הסרטון מציג קבצן עיוור ולצדו שלט "תעזרו לי". הקבצן זוכה לתרומות מועטות. כאשר מגיעה אישה וכותבת מילים אחרות על השלט, הקבצן מתחיל

לקבל תרומות רבות. רק בסוף הסרטון מתברר כי על השלט כעת כתוב "זה יום נפלא ואני לא יכול לראות את זה".. כוחן של מילים!

***** הערה למדריך:** מומלץ ביותר לקחת כמה מהלוחות שהכינו התלמידים ולגשת בהפסקה למנהלת ולרכזת להראות להן את התוצר. בפרט הלוח שמפרט "מילה טובה על בית הספר שלי" יכול לרגש אותן ובכך להלהיב אותן ולרתום אותן לתכנית.

עזרים:

- מצגת מותאמת
- פתקי ממו אדומים ולבנים כמספר התלמידים
- פתקי מילה טובה בנושאים שונים
- 5 גליונות בריסטול/ לוחות a3 צבעוניים
- 2 כובעים בצבעים שונים/ 2 שקיות בצבעים שונים/ 2 קופסאות (אפשר פלסטיק)- באחריות המדריך.
- למשחק פתיחה- רק אם יש זמן- כדור (באחריות המדריך)

נספח:

• לשון טובה לשון רעה-

אמר רבי שמעון בן גמליאל לטבי עבדו: צא וקח לי מאכל טוב מן השוק. יצא ולקח לו לשון. אמר לו: צא וקח לי מאכל רע מן השוק. יצא ולקח לו לשון. אמר לו רבי שמעון בן גמליאל: מפני מה שאמרתי לך מאכל טוב לקחת לי לשון וכשאמרתי לך מאכל רע לקחת לי לשון? אמר לו: ממנה הטובה וממנה הרעה. כשהיא טובה אין טובה ממנה וכשהיא רעה אין רעה ממנה. (ויקרא רבה ל"ג)

• משחק פתיחה- במידה ורואים שיש זמן לכך

נפתח את הפעילות במשחק חימום ושבירת קרח "המכנה המשותף":
נזרוק את הכדור לתלמיד שנבחר ונגיד דבר מה שמשותף לנו.
"אני זורק את הכדור ל___, כי לשנינו שיעור בצבע חום".
נדריך אותו לזרוק למישהו אחר בכיתה עימו יש לו מכנה משותף כלשהוא (צבע עיניים, תחביב, שם, רחוב.. וכל מה שיעלה על דעתם)



"מילה שלי"

יחידה 2- כוחה של המילה תודה

מטרות היחידה:

- הבנת כוחה של המילה "תודה" ועקרון הכרת הטוב שביסודה כבסיס לחיים טובים יותר

מבנה:

1. מודה אני- שיר, הסבר, עקרון הכרת הטוב
2. תרגול הכרת תודה לצוות ביה"ס
3. סיכום כיתתי

הפעילות בהרחבה:

1. מודה אני- שיר, הסבר, עקרון הכרת הטוב

נזכיר לתלמידים כי אנו נמצאים בפרויקט "מילה שלי" שמתמקד בכוח הדיבור כפי שלמדנו מן הדיבר "לא תענה ברעך עד שקר" המלמד אותנו כי כמו שעד בבית משפט משפיע בדיבורו בצורה קריטית על הנשפט, כך כולנו בכוח דיבורנו משפיעים על הזולת לטובה או לרעה. היום נבחר לעסוק במילה מסוימת, בעלת כוח רב, מילה שיכולה לגרום לנו להיות מלאים ברגשות חיוביים, במחשבות חיוביות ולמשוך לחיים שלנו עוד ועוד טוב.

אך לפני שנגלה את המילה נשאל את הכיתה:

- נסו להיזכר: מהי המילה הראשונה שאמרתם היום, הבוקר?
 - ע"פ היהדות, אדם יהודי פותח את הבוקר באמירת "מודה אני" ובגרסה הארוכה יותר "מודה אני לפניך, מלך חי וקיים, שהחזרת בי נשמתי בחמלה, רבה אמונתך"
 - מי יכול להסביר לי את האמירה הזו?
 - למה לדעתכם נבחרה אמירה זו דווקא להיות "הספתח" היומי שלנו?
- לפני כמה שנים יצא לאור שיר של הזמר עומר אדם שעונה לשם "מודה אני", מוזמנים להאזין לו ולדברים עליהם הוא מודה (נשמיע את השיר ונקרין את המילים).

**מודה אני
 עומר אדם
 מילים: אבי אוהיון
 לחן: אסף צרויה**

מודה אני כל בוקר
 שהחזרת את נשמת
 מודה אני על בגד
 שהנחת על גופי
 שלא יהיה לי קר אתה שומר עליי

מודה אני כל בוקר
 על האור על עצם היותי
 מודה אני על לחם
 שהנחת לשולחני
 שלא אהיה רעב שלא אדע כאב

על אין ספור חיוכיי מודה אני
 על כל כישרונותיי ועל כל שיריי
 את כולם אקדיש לך
 דע לך דע לך שמודה אני לך

אצעק לך אדיר שמך אלייך אקרא יה
 לך חיי לך ליבי ותודתי
 אליך אקרא יה אליך אקרא יה

מודה אני כל בוקר
 על כוחי על אבי ועל אמי
 מודה אני על גשם שנתת בשדותיי
 לדאוג לאוהביי נתת לי חיי

על יום המנוחה מודה אני
 על שפע וברכה על המשפחה
 כל כולי רק בזכותך
 דע לך דע לך שמודה אני לך

אצעק לך אדיר שמך אלייך אקרא יה
 לך חיי לך ליבי ותודתי
 אליך אקרא יה אליך אקרא יה

על כל כישלונותיי מודה אני
 על אכזבותיי פחדיי ומכשוליי
 הם כולם לטובתי
 אין אחר בליבי רק לך מודה אני

- אילו תחושות עורר בכם השיר?
- לאחר שמיעת השיר: המשימה שלכם הינה כתיבת בית אישי משלכם ובו הדברים שעליהם אתם מודים (לא חייבים להיות משוררים ואפילו לא חייבים לכתוב בחריזה אלא פשוט מהלב) מי מהתלמידים יכול לשתף אותנו בדברים שעליהם הוא מודה? (נשמע כמה תלמידים)

- מה עושה לנו אמירת התודה?
- איך התמונה הבאה מתחברת לאמירת תודה (מראים תמונה של כוס חצי מלאה)
 כשאדם אומר תודה הוא בוחר להתמקד בחצי הכוס המלאה.
 מה יוצרת אותה התמקדות? ידוע בחקר המוח, כי המוח האנושי מתמודד בכל שניה עם תפוצצות מידע, מיליוני גירויים שונים שנקלטים דרך חמשת החושים. כל מה שאנחנו רואים, שומעים וכו'.. המוח לא מסוגל לעמוד בכל המידע הזה לכן הוא מסנן ובוחר רק 4-5 פריטי מידע שבהם הוא מתמקד ברגע נתון. המיקוד הוא מה שיקבע את התחושה. אם נבחר להתמקד ברע שיש, נרגיש פתאום כאילו הכל רע ואין מוצא. אם נבחר להתמקד בטוב, כל התודעה שלנו תשקע בטוב הזה ותהיה לנו חוויה טובה וחיובית. "לאן שהפוקוס הולך- האנרגיה זורמת" (להרחבה: הספר "מוח מנצח" של ד"ר מרק הימן בודק מחקרים

קליניים על המחלות הפיזיות של דורנו ומציע שיטות שונות לרפואה. הוא מביא שם ציטוט מאחד מכתבי העת היוקרתיים בעולם בנושא בריאות בו נאמר כי הסיבה העיקרית לרוב המחלות שיש בעולם הינה סיבה שקשורה דווקא לתפיסה, לתודעה, למה שהמוח מתמקד בו. במילים אחרות: לראיית חצי הכוס המלאה יש חשיבות גם במובן הבריאותי בחיזוק כל המערכות הפיזיות של האדם ובמניעת מחלות!) תזכרו את זה!

רבי נחמן כותב בספר המידות בפרק על מידת העצבות:

"כל הנמשך אחר צערו יותר מדי- הצער נמשך אחריו"

כלומר: אם אתה עכשיו עסוק בבעסה שלך, ממוקד בה, אז אתה מושך אליך עוד קושי וצער, הבעסה משתלטת עליך.. ולהיפך **"כל הנמשך אחר החסד- החסד נמשך אחריו"** ובמה אתם בוחרים להתמקד??

תעשו ניסוי על עצמכם- ברגע שאתם מדוכדכים ומלאים במחשבות של עצבות וייאוש, נסו לעשות סוויצ' בראש ולהתחיל להודות על מה שיש לכם- וראו לאילו תחושות זה מביא אתכם.

- גם המילה יהודי נגזרת מהמילה תודה. אנו יהודים משבט _____ יהודה. לאה קראה לבנה יהודה ואמרה "הפעם אודה את השם" כלומר שמנו מבוסס על תודה, אנו פותחים את היום בתודה, התודה, העין הטובה וההסתכלות החיובית על העולם אמורים להיות הד.נ.א שלנו!
- נקרין לתלמידים את **הסרטון הקצר על ניק וויצ'יץ'** כדוגמא לאדם עם נסיבות חיים קשות (נולד ללא ידיים ורגליים!) שיחד עם זאת מלא בהכרת הטוב ובראיית הטוב שבחיים.

אולי להקרין מתורגם את הסרטון של הכרת תודה דנזל וושינגטון (לא הכל)

<https://www.youtube.com/watch?v=7uzynHWxn5Q>

עד עכשיו ראינו כמה המילה תודה והכרת הטוב עוזרת לנו לחיות חיים איכותיים יותר, בהרגשה טובה יותר. ומה המילה תודה עושה לאחר?

2. תרגול הכרת תודה לצוות ביה"ס- חלוקה לצוותים, כתיבת המכתבים, חלוקה בלייב

ותיעוד.

***** למדריך- חובה לתאם פעילות זו מראש עם הרכזת. יש להסביר לה על העקרון שבתרגול הכרת הטוב והמילה תודה כבסיס לדיבור טוב והתנהגות טובה. ועל הכוונה לכתוב תודות לאנשי צוות ובפרט לאנשי הצוות הפחות מוכרים לתלמידים, אלו שנלקחים כמובנים מאליהם. לבסוף- לתאם איתה באיזו**

צורה הכי נכון בעינייה לקיים את חלוקת מכתבי התודה- האם לזמן את האנשים לכיתה ע"פ הפניות שלהם? האם לצאת בקבוצות לחלוקת המכתבים? שיתוף פעולה עם הרכזת ימנע מאתנו אי נעימות. דיברנו מספיק תיאורטית. בפרויקט שלנו אנחנו רוצים גם ליישם. ראינו לנכון **לאפשר לכם היום לומר תודה למי שמשקיע בכם המון- לצוות החינוכי** (אם הפעילות נופלת בסמוך ליום המורה כדאי לקשר את זה). מה שנעשה עכשיו זו ניסוי ב lives של כוחה של תודה. כשאתם באים בשערי בית הספר מידי יום- ישנו צוות שלם שמרכיב את הפאזל הגדול שמסביבכם. חלק מן הצוות עובד מולכם בצורה ישירה כמו המחנכים והמורים המקצועיים וכמו כן ישנם עוד עובדים בבית הספר כמו- אב הבית, השומר, הספרנית, המזכירה וכו' עמם אנחנו לא תמיד בקשר רציף או מעמיק.

למי מצוות ביה"ס כולו (גם השומר, אב בית וכו') הייתם רוצים להכיר תודה בהזדמנות זו? נציין את השמות העולים על הלוח.

כעת נתחלק לצוותי כתיבה. כל כמה ילדים שמעוניינים לכתוב לדמות מסוימת מאלו שעל הלוח יכתבו יחד מכתב תודה שיכלול מילות תודה חמות ופירוט על הטוב שאנו מקבלים מאותה דמות. אפשר כמובן לקשט.

לאחר הכתיבה (כ-10 דקות) נצא בשני צוותים (אחד עם המדריך ואחד עם המורה) לחלוקת והקראת מכתבי התודה. **נדגיש** בפני התלמידים את החשיבות בנימוס ובטקט, לא להתפרץ בצורה גסה לכיתות/ לחדר אלא בנימוס.

אפשרות נוספת - נזמין את אחד מהנמענים לכיתה ונקריא בפניה/ם את מכתב התודה. **תיעוד**- נבקש שאחד מן התלמידים יתעד את הרגע ואת תגובת הדמות לתודה הזו. את הסרטון יש להעביר למדריך "מילה שלי" ולצוות פרויקט עשרת ואל עמי, וכמובן גם לרכזת/מנהלת בית הספר. אלו דברים שיכולים ליצור תהודה גדולה חיובית בבית הספר.

3. סיכום כיתתי של התחושות והמסקנות לאחר התהליך

במידה ונותר זמן, נתכנס חזרה בכיתה. נבקש מהתלמידים לשתף בתחושות, רגשות ותובנות שלהם מתרגול ה"תודה" שעשו.

נספר לתלמידים על **ניסוי שנעשה בנושא "הכרת הטוב"** ובו נמצא כי אנשים שביטאו הכרת תודה לאנשים אחרים הרגישו בעצמם **הרבה יותר מאושרים**. ממש כפי שאתם התלמידים מרגישים ברגע זה. גם תרמתם תחושה חיובית ומספקת לאלו שהודיתם להם, וגם נתרמתם בעצמכם- כולם מרוויחים! נציג בפני התלמידים שאלת אתגר-

מהן שתי המילים הראשונות שנאמרו בעולם, ביקום (ע"פ המסורת שלנו כמובן)?



"מילה שלי"

יחידה 3- מי האיש החפץ החיים

מטרות היחידה:

- היכרות מעמיקה עם דמותו של החפץ חיים כמנהיג רוחני מוביל בתחום "שמירת הלשון"
- לימוד ויישום עקרונות דיבור נכון בסיטואציות מחיי התלמידים

מבנה:

1. **קורות (חפץ) חיים** - היכרות עם דמותו
2. **מי רוצה סם חיים?** - לימוד מדרש
3. **וואטסאפ עם החפץ חיים** - דילמות מחיי התלמידים בחיבור להלכות החפץ חיים
4. **יישום - יצירת סטיקרים/ כרזות בנושא שמירת הלשון**
5. **סיכום**

הפעילות בהרחבה:

1. קורות (חפץ) חיים - היכרות עם דמותו

אנו פותחים את המפגש השלישי שלנו בתכנית "מילה שלי" - תכנית בנושא כח הדיבור כפי שנלמד מן הדיבר "לא תענה ברעך עד שקר" העוסק בכח של המילים שלנו להשפיע בצורה קריטית על הזולת ועל העולם כולו.

במפגשים הקודמים עסקנו בכוח הדיבור שיכול למקד את ההסתכלות שלנו על הטוב שבעולם והתנסנו באמירה "תודה".

כיום אציג בפניכם אדם מיוחד, שמעולם לא אמר מילה רעה על אף אדם בעולם ונמנע בכל מחיר מלשון הרע, למעשה - דיבור חיובי היה המוטו שלו בחיים.

- אדם כזה: נראה לכם שהיה שתקן או פטפטן? האמת היה שהוא היה פטפטן ואיש שיחה מרתק!
 - לאדם כזה שלא מדבר על אחרים - האם היה בעל השפעה או אדם יותר שק צנוע ולא מוכר?
- באמת היא שמדובר באחד מהמנהיגים הרוחניים של דורו, שאנשים רבים היו מבקשים את עצתו וברכתו!

- תוחלת החיים באותה תקופה היתה כ-60 שנה. כמה שנים חי אותו אדם, להערכתכם? ובכן, אותו אדם האריך ימים עד לגיל 104.

- ישנו קשר בין הדמות לציטוט הנ"ל. מהו הקשר, לדעתכם? (נציג במצגת את תמונתו של החפץ חיים, ומתחתיה את הציטוט מתהילים "מי האיש החפץ חיים- אוהב ימים לראות טוב? נצור לשונך מרע ושפתיך מדבר מרמה")

האדם בתמונה הינו מנהיג יהודי שפעל ופרץ דרך בנושא השימוש הראוי בדיבור, בו אנו עוסקים בתכנית זו.

והנה 60 שניות על הדמות הנ"ל-

"החפץ חיים", ששמו הוא רבי ישראל מאיר הכהן חי לפני כמעט 100 שנה בבלרוס, ונחשב לאחד מגדולי הדור. היה עניין אחד שפשוט לא נתן לרבי ישראל מנוח. זו היתה בעיה שנתקל בה כשהסתובב בשווקים, וכשישב בבתי הכנסת, וגם כשהיו באים להתייעץ אתו אנשים רבים. לבעיה הזו קראו- לשון הרע. רבי ישראל ראה את חטא לשון הרע בחומרה רבה כזו עד שהאמין שהצרות והגלות שעוברות על עמ"י מקורן בעיקר בחטא לשון הרע. הוא שאל את עצמו כיצד ניתן לצמצם ולמנוע את הלשון הרעה שגורמת כל כך הרבה רע בעולם?

לאחר עיון בדבר הוא החליט- נושא שמירת הלשון יהיה מפעל חייו. הוא יחפש בכל רחבי התורה- בתנ"ך, בגמרא, בהלכה וימצא את כל מה שקשור בשמירת הלשון- ואח"כ הוא יקבץ את כל אלו לספר הלכה ומוסר אחד- שמסביר מדוע חשוב להימנע מלשון הרע ומהם הכללים וההלכות לשמירת הלשון בפועל.

לספרו זה הוא קרא "חפץ חיים" על שם הפסוק שהראינו מקודם. ולספר הבא אחריו "שמירת הלשון". ספרים אלו נלמדים עד היום בכל תפוצות העם היהודי (כאן יהיה נחמד אם המדריך יציג את הספר האישי שלו של החפץ חיים

- כיום אנשים מתקשרים זה עם זה באמצעות sms , נייד, מיילים, פקסים.

בעבר כיצד תקשרו אחד עם השני? מכתבים, מברקים.

התשלום בבית הדואר לכל מברק היה שונה. לפי מה גבו תשלום? לפי מספר המילים שהיו במברק.

מספרים, כי פעם בא אחד מתושבי העיירה ראדין להתייעץ עם החפץ חיים, כיצד להינצל מלשון הרע.

שאל אותו החפץ חיים במה הוא עוסק והתברר כי אותו אדם עובד בבית הדואר המקומי. שאל החפץ חיים: "היש הבדל בין מחירי המברקים או שכל מברק עולה אותו דבר?" ענה האדם "ודאי

שיש הבדל, תלוי כמה מילים במברק. כל מילה עולה הרבה כסף. אנשים מנסים לקמץ ולחסוך במילים.

"ובכן" אמר החפץ חיים "כך גם בשמירת הלשון. אדם צריך לחשוב על כל מילה שחושב להוציא מפיו, כי על כל מילה מיותרת אנו עתידים לשלם תשלום יקר"

2. מי רוצה סם חיים?-לימוד מדרש

איך דבק ברבי ישראל מאיר הכהן מראדין הכינוי "חפץ חיים"? נספר בלשוננו את המדרש "סם חיים" (מקור בנספח):

מעשה בסוחר שהגיע לעיירה מסוימת והחל לקרוא "סם חיים! סם חיים! רק היום! מי רוצה סם חיים? מי רוצה חיים ארוכים בריאים ומאושרים?"

מובן שמהר מאוד התאספו מסביבו אנשים רבים, שמחכים לגלות מהו אותו "סם חיים".

נעמד הסוחר על ארגז גבוה, פתח את תרמילו והוציא משם...

***** נפנה לתלמידים- האם אתם מנחשים מה הוא הוציא?**

הוציא הסוחר.. ספר תהילים. פתח בפרק ל"ז וקרא את הפסוק הבא (להקריין במצגת):

" מי האיש החפץ חיים

אוהב ימים לראות טוב?

***** עצירה נוספת לתלמידים- מי הוא אותו איש לדעתכם שאוהב חיים וטוב? כיצד הוא**

מתנהג? נראה? מדבר? לאור כל מה שלמדנו בשיעורים הקודמים..

נצור לשונך מרע ושפתיך מדבר מרמה

סור מרע ועשה טוב

בקש שלום ורדפהו"

(תהילים ל"ד)

נבאר את הפסוק ונדגיש את חלקו הראשון-

• מה היה למעשה "סם החיים" של הרוכל?

= "סם החיים" הינו למעשה העצה הנפלאה של ספר תהילים לשמור על הפה מדיבור רע ודיבור שקרי.

נצור- מזכיר לנו "נצרה". הדיבור כמו רימון עלול להתפוצץ וליצור נזק אם לא ננצור אותו ברגע הנכון.

• מדוע בחר הרוכל דווקא את כוח הדיבור הנכון כ"סם חיים"? כמפתח הבסיסי לחיים טובים?

מדוע לא חכמה היא סם חיים? יצירתיות? הומור? משפחה?

= הדבר המשמעותי בחייו של אדם הוא מערכות היחסים שהוא בונה עם הזולת. לכל בן אנוש יש צורך עמוק להיות בקשר עם האחר "לא טוב היות האדם לבדו". כל קשר מושתת על **תקשורת**. כוח הדיבור הוא זה שבונה קשרים או מחריבם. לעיתים כמה מילים מעטות שיצאו מפינו יכולות להרוס קשר לחלוטין "חיים ומוות ביד הלשון". לכן רואה הרוכל בדיבור הנכון, בנצירת הלשון מרע- את סם החיים. (אגב, עם קשר או בלי, ה"חפץ חיים" עצמו זכה לחיים ארוכים ונפטר כשהוא בן 94)

• **ניתן להרחיב על הרוכל:** רוכל מזכיר לנו את המילה – רכילות. הרוכל שעובר עם סחורתו ממקום למקום ומתחכך עם אנשים רבים יכול בקלות להעביר מידע רכילותי מאדם לאדם. ובסיפור שלנו- דווקא הרוכל הוא זה שמחנך את ההמון לשמור על לשונם.

3. וואטסאפ עם החפץ חיים- דילמות מחיי התלמידים בחיבור להלכות החפץ חיים

לאחר ההיכרות עם דמות של החפץ חיים נשאלת השאלה:

האם עקרונותיו וכלליו של החפץ חיים שנכתבו לפני שנים, תקפים גם היום, בעידן התקשורת

האלקטרונית?

אולי פשוט נדבר איתו בוואטסאפ ונשאל אותו?

שלב ראשון: נחלק דף עם הלכה אחת של החפץ חיים ושאלת עיבוד לכל קבוצה. כיוון שיש 4

הלכות, נחלק כל הלכה פעמיים כך שיווצרו 8 קבוצות, בכל קבוצה עד 5 תלמידים.

על הקבוצה ללמוד את ההלכה ולענות על השאלה בתוך הקבוצה. (דפי ההלכות בנספח)

שלב שני: נקריין התכתבות וואטסאפ ובה דילמה מחיי בני הנוער הקשורה בדיבור. נזמים את

התלמידים להגיב בצורה אותנטית לדילמה- מה הם היו עושים. ולאחר מכן קבוצה שבידה יש הלכה

שעוזרת להכריע את הדילמה מתבקשת לומר זאת ולאחר מכן לקרוא את ההלכה ולהסבירה. לאחר

מכן במצגת נקריין את ההלכה כך שכולם יראו.

יש לשים לב לכך שלשון ההלכה מובנת לתלמידים ולהסביר מושגים קשים במידת הצורך.

דילמות וואטסאפ:

דילמה א'

מאיר: אתמול יגאל, החבר שיושב לידי בשולחן, לא הגיע לבי"ס. בהפסקה מישוה מהחבר'ה אמר

לי שיש שמועה שיגאל גנב אופניים, וכדאי לי להתרחק ממנו. **מה אני אמור לעשות עם המידע**

הזה? להתרחק ממנו?

החפץ חיים: המקבל לשון הרע- כלומר המאמין בליבו לדברי גנאי שספרו לו על הזולת- עובר על איסור תורה. מי שמסיבות שונות שמע לשון הרע או נאלץ לשמוע נגד רצונו, אסור לו לקבל את הסיפור ולהאמין לו. על השומע להתייחס לדברים בספק עד שתתברר לו אמיתותם.

דילמה ב'

דנית: אתמול שכחתי את הכסף בבית, שאיתו הייתי אמורה לקנות טוסט בקפיטרייה. בעסה!! פתאום ראיתי את איה עם ארטיק ביד. ביקשתי שתלווה לי 10 ש"ח. היא עשתה לי פרצוף מתנשא ואמרה "אני נראית לך כספומט שלך?". בסוף היום כשחזרתי עם חברות הביתה אמרה חברה אחת "איזו מגעילה האיה הזו, חושבת שהיא יותר טובה מכולם בכיתה. אף אחד לא סובל אותה". **ברור**

שהסכמתי עם זה, וגם סיפרתי להן מה עשתה לי איה באותו בוקר. זה בסדר, נכון?

החפץ חיים: המגנה את חברו ומספר עליו כי סרב לעזור לו, חמור עווננו. אף אם יספר על כך כבדרך אגב ולא מתוך כוונה לנקום בו על סרובו, הוא יעבור מלבד על איסור לשון הרע גם על האיסור "לא תטור" האוסר עלינו לנטור שנאה בלב למי שהרע עמנו. ואם יספר זאת לאחרים מתוך כוונה לנקום בו, יעבור בכך גם על "לא תיקום".

דילמה ג'

שניר: אחד מהילדים בכיתה העלה פוסט בפייסבוק שלו של השוואות בין תלמידים מהשכבה לתמונות מצחיקות של חיות. קורע.. תוך שעתיים היו לו 115 לייקים ושיתופים! רון החבר שלי העביר לי וביקש ממני לעשות לייק ולשתף. **לעשות לייק או לא?**

החפץ חיים: על חטא לשון הרע אפשר לעבור הן בדיבור והן בכתיבה. מידע מבזה ודברי גנאי- במכתבים אישיים, ספרים, עיתונים, מודעות קיר וכדומה- גם הם לשון הרע. כשם שאין לספר לשון הרע, כך אין להביע אותה בכל צורה של רמז, ע"י סימנים, תנועות יד או רגל והעויות פנים.

כשם שהיחיד אינו רשאי לדבר לשון הרע על הזולת, כך אסור לשנים יחד לדבר בגנות הזולת. ולא עוד אלא גדול עווננו יותר, משום שהשומעים מקבלים ביתר אמון דברים הנאמרים מפי אנשים רבים וכתוצאה מכך מושפל האיש, שמדברים בגנותו, הרבה יותר. בדיון זה אין הבדל אם השניים דבר ביחד לשון הרע, או בזה אחר זה. בכל מקרה אשם גם השני בלשון הרע, אף אם לא הוסיף דבר על דברי הראשון.

דילמה ד'

שון: אתמול דלית נכנסה לכיתה עם תספורת חדשה. כולם מיד החליפו מביטים והבינו שהתחושה דומה- התספורת הזו ממש לא מחמיאה לה. ניסים שהוא הליצן שלנו החליט להוציא לאור את

המחשבות שלו "בואנה דלית, מי הספר העיוור שסיפר אותך? את נראית בול כמו דורה!" החברים בכיתה התגלגלו מצחוק ודלית התכווצה במקום והחליפה צבעים. פתאום ניסים פנה אליי "נכון שון שהיא נראית כמו דורה?" **מה הייתי צריך לעשות? להצטרף לצחוקים?**

החפץ חיים: אסור לספר לשון הרע אפילו בצחוק בלבד. התורה אוסרת לדבר בגנותו של אדם גם אם הדברים נאמרים ללא שנאה וללא כוונה לבזות ולהשפיל. לדבר לשון הרע על אדם בפניו הוא דבר חמור מאוד, ומבחינות מסוימות אף חמור יותר מלשון הרע שלא בפניו. המדבר בגנות הזולת ומשפילו ברבים- מלבד שהוא עובר על איסור לשון הרע, הוא גורם להרבות ריב ומדנים ופעמים רבות מגיע הדבר לידי הלבנת פניו. "כל המלבין פני חברו ברבים- כאילו שופך דמים"

נדגיש בפני התלמידים את החיבור היפה בין דבריו העתיקים של החפץ חיים לבין הסיטואציות היומיומיות הרלוונטיות שאנו מכירים.

4. יישום- יצירת סטיקרים/ כרזות/ חמשירים בנושא לשון הרע

כעת נקיים יישום של הנושא שלמדנו "לשון הרע". נאפשר לכל תלמיד לבחור אם לייצר כרזה (איור/ ציור/ רק מלל) או סטיקר או חמשיר נחלק לתלמידים דפים לבנים חלקים עליהם יעבדו. כדי להדגים מהי כרזה נציג בפני התלמידים במצגת כמה כרזות הלקוחות מעולמות תוכן אחרים (על מנת לא לחסום את היצירתיות שלהם) נראה לתלמידים במצגת בין היתר את הקמפיין "לשון הרע לא מדבר אליי" בו השתתפו ידוענים רבים <https://www.youtube.com/watch?v=235hnoFlpW8>. בזמן היצירה נשמיע ברקע שירים הקשורים לכוח הדיבור "מי האיש החפץ חיים" "שיר השיימינג" מהפסטיגל, "מילה טובה" של יהודית רביץ וכדומה. לאחר 15 דקות יצירה (אם צריך אפשר להקדיש יותר זמן) נבקש מהתלמידים להציג את יצירותיהם ולהסביר אותן. כמו כן נבקש מתלמידים לומר לאיזו יצירה של תלמיד אחר הם התחברו במיוחד ומדוע. נתאם מראש עם רכזת השכבה להקדיש קיר לנושא בכניסה לבית הספר עבור יצירות אלו ונמנה מספר אחראים שייגשו לתלות את היצירות על הקיר. (מומלץ כמובן לגשת למנהלת/ רכזת בסוף היום ולהביא אותה פיזית אל הקיר על מנת שתתרשם מהנעשה)

5. סיכום

"יש החולמים על מציאות ושואלים למה - יש החולמים על מציאות אחרת ושואלים איך?"

בפעילות זו התוודענו לדמותו העצומה של החפץ חיים. החפץ חיים הוביל מהפיכה בנושא שמירת הלשון, שהלכותיה ועצותיה תקפים ומותאמים גם לאתגרי השעה (כפי שראינו בדילמות) וכמובן- הכנו בעצמנו כרזות וסטיקרים המעודדים שמירה על הלשון וזה יזכיר לנו בכל פעם שנחלוף על פניהם לשמור על לשוננו.

אם נצליח לשמור על לשוננו ולנצור אותה מכל רע- זהו סם החיים הנפלא ביותר.

עזרים:

- מצגת
- ספר תהילים להדגמת המדרש "סם החיים"- באחריות המדריך
- 8 דפי הלכות (2 מכל סוג) עבור פעילות בקבוצות
- דפים לבנים, צבעוניים, a3 שיספיקו לכיתה (מהמזכירות או מהרכזת בתיאום מראש)

נספחים:

- מדרש "סם חיים"

אמרו רבותינו: מעשה ברוכל אחד שהיה מסבב בעיירות, והיה מכריז ואומר: "מי מבקש סם חיים?". שמעה בתו של רבי ינאי, אמרה לאביה: רוכל אחד מסבב ואומר מי מבקש סם של חיים. אמר לה: לך וקראי לו; הלכה וקראה לו אצל ר' ינאי. אמר לו: איזהו סם של חיים שאתה מוכר? אמר לו אותו הרוכל: אין אתה יודע מה הסם הזה? אמר לו: אפילו כן הודיעני. אמר לו: הבא לי ספר תהילים; הביאו לו וגיללו, והוא מראה לו מה שאמר דוד: "מי האיש החפץ חיים... נצור לשונך מרע..." (תהילים ל"ד, י"ג-י"ד). מה עשה ר' ינאי? נתן לו ששה סלעים. אמרו לו תלמידיו: רבי, לא היית יודע הפסוק הזה? אמר להם: הן, אלא שבא זה וביררו בידי.

(מדרש תנחומא, פרשת מצורע סימן ה)

• דפי הלכות

המקבל לשון הרע- כלומר, המאמין בליבו לדברי גנאי שספרו לו על הזולת- עובר על איסור תורה. מי שמסיבות שונות שמע לשון הרע או נאלץ לשמוע נגד רצונו, אסור לו לקבל את הסיפור ולהאמין לו. על השומע להתייחס לדברים בספק עד שתתברר לו אמיתותם.

- הסבירו בלשונכם את ההלכה. מה רצה החפץ חיים להעביר בהלכה זו? מה המסר?

- מדוע חשוב לדעתכם לא להאמין למידע לא מבוסס בגנות אדם?
- האם קרה לכם בחיים שדבר ששמעתם בגנות אדם מסוים התברר כלא נכון? שתפו את הקבוצה בתחושות שלכם כאשר התברר לכם שדבר זה אינו נכון.

המגנה את חברו ומספר עליו כי סרב לעזור לו, חמור עונו. אף אם יספר על כך כבדרך אגב ולא מתוך כוונה לנקום בו על סרובו, הוא יעבור מלבד על איסור לשון הרע גם על האיסור "לא תטור" האוסר עלינו לנטור שנאה בלב למי שהרע עמנו. ואם יספר זאת לאחרים מתוך כוונה לנקום בו, יעבור בכך גם על "לא תיקום".

- הסבירו בלשונכם את ההלכה. מה רצה החפץ חיים להעביר בהלכה זו? מה המסר?
- מדוע לדעתכם ישנו איסור שכזה? הרי מדובר על מקרה אמיתי בו האחר גורם צער לאדם!
- נהפוך את המבט- איך הייתם רוצים שידברו עליכם כשאתם לא מתנהגים לחבריכם בצורה הכי טובה?

על חטא לשון הרע אפשר לעבור הן בדיבור והן בכתביה. מידע מבזה ודברי גנאי- במכתבים אישיים, ספרים, עיתונים, מודעות קיר וכדומה- גם הם לשון הרע. כשם שאין לספר לשון הרע, כך אין להביע אותה בכל צורה של רמז, ע"י סימנים, תנועות יד או רגל והעויות פנים.

כשם שהיחיד אינו רשאי לדבר לשון הרע על הזולת, כך אסור לשניים יחד לדבר בגנות הזולת. ולא עוד אלא גדול עוונם יותר, משום שהשומעים מקבלים ביתר אמון דברים הנאמרים מפי אנשים רבים וכתוצאה מכך מושפל האיש, שמדברים בגנותו, הרבה יותר. בדיון זה אין הבדל אם השניים דברו ביחד לשון הרע, או בזה אחר זה. בכל מקרה אשם גם השני בלשון הרע, אף אם לא הוסיף דבר על דברי הראשון.

- הסבירו בלשונכם את ההלכה. מה רצה החפץ חיים להעביר בהלכה זו? מה המסר?
- מהי החומרה בשיחה של שניים אל מול אדם שלישי/ קבוצה ובה לשון הרע?
- מה אני יכול לעשות כאשר אני שומע לשון הרע כאשר אני חלק מקבוצה?

אסור לספר לשון הרע אפילו בצחוק בלבד. התורה אוסרת לדבר בגנותו של אדם גם אם הדברים נאמרים ללא שנאה וללא כוונה לבזות ולהשפיל.

לדבר לשון הרע על אדם בפניו הוא דבר חמור מאוד, ומבחינות מסוימות אף חמור יותר מלשון הרע שלא בפניו. המדבר בגנות הזולת ומשפילו ברבים- מלבד שהוא עובר על איסור לשון הרע, הוא גורם להרבות ריב ומדנים ופעמים רבות מגיע הדבר לידי הלבנת פניו.

"כל המלבין פני חברו ברבים- כאילו שופך דמים"

- הסבירו בלשונכם את ההלכה. מה רצה החפץ חיים להעביר בהלכה זו? מה המסר?
- מה הבעיה ב"קצת צחוקים"? ענו על השאלה מ2 זוויות: הזווית של הצוחק, והזווית של מי שצוחקים עליו.

- מדוע הלבנת פנים היא כל כך חמורה עד כי משווים אותה לשפיכת דמים?



"מילה שלי"

יחידה 4- אני? בריון?

מטרות היחידה:

- עיסוק בנושא "בריונות ברשת" ובשאר המדיות הרלוונטיות לחיי הנוער, שורשי התופעה, נזקיה ומתן כלים למניעה והתמודדות.

מבנה:

1. פתיח- מי אני באמת רוצה להיות?
2. מסכימומטר- מה קורה בפועל בנושא בריונות ברשת? דיון על הפער.
3. מה מתרחש מאחורי המסך(ה)?
4. שידוכי לשון- משחק פתגמים מן המקורות בנושא הדיבור
5. יישום- יצירת אמנה כיתתית בנושא דיבור טוב
6. סיכום- בריון? לא אני!!

***** למדריך: פעילות זו מחייבת ישיבה ב"ח" על מנת להפעיל את המתודות שבו.**

הפעילות בהרחבה:

1. פתיח- מי אני באמת רוצה להיות?

נפתח את הפעילות כאשר על קירות הכיתה תלויים 20 דפי תכונות עם אפשרות לתלישה של התכונה (כמו דפים בלוח מודעות. התכונות מופיעות בנספח). התלמידים מקבלים שקיות קטנות ומקבלים הנחיה למלא את ה"סל" שלהם ב5 תכונות שמשקפות את מי שהם באמת באמת רוצים להיות בפנימיות שלהם.

*****למדריך- על הקיר תהיינה תכונות חיוביות וגם שליליות. סביר להניח שרוב התלמידים יבחרו בתכונות חיוביות**

כמשקפות את מי שהם רוצים להיות או מי שהם כבר במהות שלהם, כאשר הרצון מבטא את המהות האמיתית שלנו. הרעיון מאחורי חלק זה הוא חיבור ראשוני למהות הטובה הקיימת בכל אחד מאתנו, בלי קשר להתנהגות היומיומית. כולנו טובים בפנימיות שלנו ורוצים להיות טובים- זו רמת הזהות. משם נעבור לתרגיל השני שיביא אותנו לרמת המעשים וההתנהגות היומיומיים ואז נעמת ביניהם ונסה להבין את הפער שנוצר. לאחר שהתלמידים ממלאים את השקיות שלהם בתכונות, נבקש מכמה תלמידים לשתף בתכונות שבחרו. נסב את תשומת הלב של התלמידים לדפים התלויים על הקיר- מה היו התכונות הכי

"מבוקשות" (שמהן תלשו הכי הרבה פתקים) ומה היו התכונות שנשארו על הקיר ללא ביקוש (סביר כמובן להניח שמדובר בתכונות השליליות):

- מה זה מלמד אותנו עלינו?
- מי אנחנו באמת בפנים? מה הרצון שלנו?

נרשום בגדול (או במצגת):

מסקנה: במהות שלנו כולנו טובים ורוצים להיות טובים!

נבקש מהתלמידים לזכור את המסקנה הזו אליה נתחבר בהמשך השיעור.

2. מסכימומטר - מה קורה בפועל בנושא בריונות ברשת? דיון על הפער.

נזכיר לתלמידים כי אנו עוסקים בנושא הדיבור כפי שנלמד מן הדיבר "לא תענה ברעך עד

שקר". כיום נעסוק בנושא חם ורלוונטי מאין כמוהו בנושא הדיבור - בריונות ברשת.

לצורך כך נקיים פעילות שנקראת "מסכימומטר". בפעילות נאמר מספר היגדים ונדמיון

שהכיתה היא כמו גרף כאשר קצה אחד הוא מסמל +10 (מסכים ביותר) וקצה שני הוא -10-

(מתנגד ביותר) ומרכזו הוא 0 (אין דעה ברורה בנושא). המדריך יקרא בכל פעם היגד

והתלמידים מתבקשים להסתדר פיזית על הגרף בהתאם למידת ההסכמה שלהם עם ההיגד.

כך נקבל בעיניים מיידיית תמונה ברורה על דעותיהם של התלמידים בנושא.

ההיגדים (יוצגו במצגת בנפרד זה מזה):

א. אני מכיר תלמידים שנפגעו מבריונות ברשת

ב. אני חושב שזה בסדר להעביר ולשתף פוסט מצחיק גם אם זה פוגע במי שמדובר עליו

ג. יצא לי להתחרט על כך שכתבתי או השתתפתי בדיון פוגעני על ילד אחר

ד. כשאני נתקל בבריונות כלפי ילד אני בד"כ מגן על מי שנפגע ומנסה לעצור את הפוגעים

יש מקום לאפשר מיני-שיתוף (ולא דיון ארוך!) לאחר כל היגד. לדוגמא: פנייה של המדריך

למישהו שיושב בצורה מובהקת בשונה מהשאר - לשמוע מה דעתו בנושא ולשמוע דעה נגדית.

לשקף לכיתה את מצב הגרף - לדוגמא אם כל התלמידים נמצאים בקצה הגרף החיובי בהקשר

לאמירה "אני מכיר מישהו שנפגע מאלימות ברשת" אפשר לשקף זאת באמירה "שימו לב כיצד

כולכם נתקלתם בזה מקרוב".

דיון על הפער:

נודה לתלמידים ונבקש שישובו למקומותיהם.

נחזיר את התלמידים למסקנה מתחילת השיעור: כולנו טובים ורוצים להיות טובים.

וכעת ראינו בתרגיל את המציאות וההתנהגות היומיומית- רובנו נתקלים וחלקנו משתתפים

באלימות ברשת, בדרגות שונות. כלומר- יש רצון ויש מציאות.

- מדוע יש פער בין הרצון הטוב ובין המעשה בפועל? מה קורה לנו שם?
- כולנו יחד שותפים בבניית החברה, ובצורה מדויקת יותר- בבניית הכיתה והאקלים הבית ספרי. איך אנחנו יכולים לצמצם את הפער?
- איך הנושא של בריונות ברשת מתקשר לדיבר "לא תענה ברעך עד שקר" ולשיעור הקודם בנושא החפץ חיים?

3. מה מתרחש מאחורי המסכה?

בעידן הנוכחי שלנו, צורת התקשורת בין אנשים לבשה צורה חדשה.

אם בעבר היו שולחים מסרים בעזרת יונת דואר, מכתבים, ובעיקר רוב התקשורת נעשתה פנים אל פנים.

הרי שמאז התקדמנו גם לטלפונים, פקסים, ניידים, סמארטפונים, אינטרנט, רשתות חברתיות-

פייסבוק, וואטסאפ, אינסטגרם (תרשים הזרימה הנ"ל במצגת).

צורת התקשורת, המדיה, משפיעה גם על תוכן התקשורת.

אם בעבר התקשורת עם אדם רחוק ממך היתה יקרה ולא זמינה- אנשים נצלו אותה כדי להתעסק בדברים דחופים וחשובים.

כיום- כשהכל זמין, נוח (אפליקציות למינהן), חינמי (הכל כלול בנייד עם הודעות חינם וגלישה

חופשית)

אנשים פחות חושבים לפני כל מסר שהם שולחים. לא הכל חשוב או חיוני. היד יותר קלה על המקש.

בנוסף, התקשורת איננה מוגבלת רק למפגשי פנים בפנים. זה כל היום. זה רודף אותך לתוך החדר

שלך, גם בלילה. אפילו החדר שאמור להיות "חוף המבטחים" הופך להיות מקום לא בטוח

ברגע שהמחשב והנייד דלוקים.

נראה **קצת נתונים** (במצגת):

73% מבני הנוער נמצאים ברשתות חברתיות.

ילדים צעירים מבליים שעתיים ביום בממוצע בפעילות באינטרנט, ובני נוער – ארבע שעות.

80% מבני הנוער מעידים שקיבלו הערות מילוליות פוגעות באינטרנט.

73% מבני הנוער ציינו כי הם מכירים אחד מבני גילם שנפגע מאלימות ברשת.

16% העידו כי הם עצמם נפלו קורבן לסוג כזה של אלימות.

נשים לב לחוק של מדינת ישראל בנושא לשון הרע-

מהו חוק איסור לשון הרע?

זהו חוק שחוקקה כנסת ישראל, הקובע כי לשון הרע היא דבר שפרסומו עלול -

1. להשפיל אדם בעיני הבריות או לעשותו מטרה לשנאה, לבוז או ללעג מצדם.

2. לבזות אדם בשל מעשים, התנהגות או תכונות המיוחסים לו.

3. לפגוע באדם במשרתו, אם משרה ציבורית ואם משרה אחרת, בעסקו, במשלח ידו או במקצועו.

4. לבזות אדם בשל גזעו, מוצאו, דתו, מקום מגוריו, גילו, מינו, נטייתו המינית או מוגבלותו.

ויש עוד היבט-

תרגיל המסך

נזמין מתנדב (רצוי מישהו רציני שלא יהפוך את התרגיל לצחוק)

נעמיד לפניו תמונה של מסך מחשב (או במצגת) ונבקש ממנו להקריא מפתק מסרים פוגעניים

"יה חתיכת אפס, מי אתה חושב שאתה? יאללה לך חפש את החברים שלך, מי בכלל טובל

אותך?!"

לדיון:

- למתנדב - כיצד הרגשת כאשר אמרת מסרים אלו למסך? אילו היינו מזמינים תלמיד פה מהכיתה, והיית מתבקש להסתכל לו בעיניים ולומר מסרים אלו- האם הרגשתך הייתה שונה? מדוע?

- לכיתה כולה- מה לדעתכם רציתי להעביר בתרגיל זה?

- מה קורה לנו כשאנו מסתתרים מאחורי המסך, כשהדמות בה פוגעים נמצאת מאחורי

המסך?

= כאשר אנו לא רואים את האדם בו פוגעים מול עינינו, יותר קל לנו לפגוע. כביכול המסך מגן עלינו. (בפסיכולוגיה ידוע כי במלחמה ישנה חשיבות למדים. כאשר בעבר היו נלחמים פנים אל פנים, לבישת המדים עזרה לחייל קצת לטשטש את האנושיות שלו ושל היריב. במילים אחרות אם עכשיו היית מסתכל בעיני היריב ורואה מולך בנאדם כמון, עם משפחה וילדים, היה קשה מאוד להלחם. לכן כשרואים את כל כוח האויב תחת מדים אחידים, יש איזה שהוא טשטוש בנפש שאומר: כל אלו

הם האויב שלי. וכן"ל לבישת המדים שלך הצבא שלך אומרת: אני לא רק איציק/יוסי אני חייל של מדינתי.)

- האם העברתם/קיבלתם מסרים שלא הייתם מבטאים פנים אל פנים?
 זהו אחד משורשי התופעה של בריונות ברשת. מאחורי המסך אנו מרגישים מוגנים, האדם שמולנו הוא בלתי נראה, הפגישה בו היא בלתי נראית ולכן קל יותר לפגוע.
 תראו איך זה נראה **בסרטון הבא- "טוקבקים בחדר הישיבות" (במצגת)**

4. שידוכי לשון- משחק פתגמים מן המקורות בנושא הדיבור

נתחבר כעת למקורות היהודיים שלנו, שמהם אנו שואבים חכמה והשראה בנוגע לחיינו וכעת בפרט בתחום הדיבור. במקורות היהודיים- מהתנ"ך עד לחז"ל, ישנם פתגמים רבים בנושא הלשון. נבקש 12 מתנדבים שיגיעו לקדמת הכיתה. 6 יקבלו דפים ועליהם פתגמים, 6 יקבלו דפים ועליהם פירושי פתגמים.
 עליהם לעמוד בשורה. כעת נבקש מהתלמידים ליצור "שידוכים" ביניהם, כלומר לציין איזה פירוש מתאים לכל פתגם. כל צמד כזה צריך לעמוד זה ליד זה.

פתגמים	פירושים
שומר פיו ולשונו, שומר מצרות נפשו (משלי כ"א)	ע"י הזהירות בדיבור- אדם מגן על עצמו מצרות
חיים ומוות ביד הלשון (משלי י"ח)	למילים כוח רב שיכול לגרום אפילו להמית או להחיות את הזולת ואת המדבר
נצור לשונך מרע ושפתיך מדבר מרמה (תהילים ל"ז)	יש לעצור את הלשון מדיבור רע ושקרי
עד שלא דיברת הדיבור אסירך- וכשדיברת אתה אסירו (ספר חסידים)	ברגע שהמילה יצאה מהפה, אין דרך להשיבה והיא יכולה לגרום נזק למדבר.
אל תען כסיל כאיוולתו- פן תשווה לו גם אתה (משלי כ"ו)	אל תענה לאדם שדיבר באופן לא ראוי ומטופש באותו סגנון, כדי שלא תרד לרמתו.
דברי חכמים בנחת נשמעים (קהלת ט')	דיבור רגוע ונינוח מעיד על חוכמתו של המדבר

לאחר כל "שידוך" נשאל את התלמידים:

- כיצד הפתגם מכון אותנו בהקשר של דיבור נכון ובפרט בנושא דיבור ברשת? האם זה מתקשר לדוגמא מחייכם?

נמשיך עם המקורות:

חכמינו מצאו קשר בין הפגיעה המילולית לרצח, בין "לא תענה" ל"לא תרצח".

- מהו הפתגם המסתתר כאן?

רמז לפתגם: תמונה של סיד לבן.

נחשוף את הפתגם:

"כל המלבין פני חברו ברבים כאילו שופך דמים". (בבא מציעא נ"ח ע"ב)

הסבר: הלבנת פניו של אדם, הלעג שמוביל לבושה ולצער של האדם, לפניו הלבנות והחיוורות, היא

כמו רצח נשמתו, ולעיתים לצערנו הובילה לרצח האדם את עצמו.

- **בהתאם לזמן – יש לבחור את אחד מן המשלים הבאים**

אופציה א' (קצרה):

חכמינו גם השוו את דיבור לחץ **"חץ שחוט לשונם" (ירמיהו ט, ז)**

- מה הדומה בין דיבור לחץ?

= חד, פוגע, ומרגע שנזרק לאוויר לא ניתן להשיבו חזרה.

כדברי המדרש –

נמשל הלשון לחץ ולמה? החץ כיוון שירה אותו והלך,

אפילו מבקש להחזיר אינו יכול להחזיר (מדרש שוחר טוב, קכ)

אופציה ב' (מעמיקה יותר):

במזמור בתהילים משווים את הלשון לחיצים חדים וגם לגחלי עץ הרותם:

"חיצו גיבור שנונים עם גחלי רתמים" (תהילים ק"כ)

- מה הדומה בין דיבור לחץ?

= חד, פוגע, ומרגע שנזרק לאוויר לא ניתן להשיבו חזרה.

- ומה הקשר לגחלים של רותם? ידוע כי עץ הרותם, כאשר הוא נשרף, הגחלים שלו ממשיכות

להיות חמות ולוחשות עוד זמן רב. כאן מוסרים לנו את המסר הבא- גם אם הפגיעה המילולית

שלך בחברת כבר עברה, עדיין הכאב מורגש בליבו, שורף ולוחש- ממש כמו גחלי רתמים.

נזכיר כאן את הסרטון המוכר על האפליקציה הדמיונית "undo" שמוחקת כל מה שכבר נכתב

ומתחרטים עליו. כמובן שאין אפליקציה כזו, ולכן צריך להיזהר ולחשוב פעמיים לפני כל דיבור

שמוציאים מהפה או שולחים "סוף מעשה-במחשבה תחילה".

- מה גורם לאחד לרדת ולפגוע על השני דרך הרשת החברתית? מה הוא רוצה להרוויח מזה?

5. יצירת אמנה כיתתית בנושא דיבור טוב/ בריונות ברשת

- מי יודע מה זו אמנה? אמנה זה כמו חוקים אבל לא חוקים שמונחתים מלמעלה אלא כאלו שמגובשים מתוך הקבוצה עצמה בהסכמה. אמנה באה מלשון אמון. זה בא מאתנו ואנו מאמינים בכך שחברי הקבוצה ישמרו את הכללים ויחד נבנה קבוצה חזקה וטובה.

כל זוג תלמידים מתבקש לחשוב ולרשום לעצמו 2-3 כללים הנדרשים על מנת שכיתה זו תהיה נקייה מאלימות ברשת/ וואטסאפ וכו'. לאחר מכן כל זוג יקריא את ההצעות ונעלה אותם על הלוח ולבסוף נקיים הצבעה ונבחר עד 5 כללים המוסכמים על כולם (אלו שיקבלו את הניקוד הגבוה ביותר בהצבעה- את ההצבעה נעשה ע"י מעבר על כל כלל וכלל ושימת לב לכמות הצבעות התלמידים לכלל זה כאשר הם מתבקשים להצביע עבור 2 כללים החשובים ביותר בעיניהם).

את 5 הכללים המוסכמים נכתוב יפה באמנה ואז נקריא אותה בחגיגות ונזמין בכל פעם זוג תלמידים לחתום את שמם באמנה. כדאי לשים מוזיקה מלהיבה ברקע בזמן קריאת האמנה והחתימה עליה על מנת ליצור אפקט רשמי ומרגש. את האמנה יש לתלות בכיתה במקום בולט.

6. סיכום- בריון? לא אני!!

מול תופעת הבריונות, וכוח הדיבור בכללו מדריכה אותנו התורה "לא תענה ברעך עד שקר".

אסור שדיבורנו, מסרנו, וואטסאפנו, יגרום לעיניו, לצער, לבושה, להלבנת פנים ופגיעה בשמו הטוב של הזולת.

ראינו כי הנזק של מילה רעה יכול להיות עצום. "מה ששנוא עליך אל תעשה לחברך" "יְהִי כְבוֹד חֲבֵרְךָ חֲבִיב עֲלֶיךָ כְּשִׁלְךָ". כשם שלא היינו רוצים להיות בצד הנפגע כך עלינו "לקרוע את המסך", להבין כי מאחוריו נמצאת נפש אנושית ולהזהר מכל פגיעה.

גם במצב בו כולם נסחפים אחרי הזרם ומעליבים, החזקים ביותר והחכמים ביותר הם אלו שמבינים שלא כל זרם הוא טוב. לפעמים הזרם מוביל אותנו הישר.. לביוב. מי שבאמת רוצה לבנות את אישיותו כאישיות טובה ומיטיבה, ילמד להתאפק, לסנן מילים ולהיות בצד החיובי של המקלדת. יצרנו היום אמנה כיתתית שע"י שמירה עליה נוכל לייצר כיתה ובה סביבה טובה יותר לחיות בה. שיהיה לנו בהצלחה!

על מנת שנזכור את כל מה שדיברנו והתחייבנו אליו בסדנא זו נחלק לתלמידים מדבקה שקופה לנייד עליה כתוב "בנייד הזה מדברים רק מילים טובות".

עזרים:

- מצגת
- 20 דפי תכונות עם אפשרות לתלישה (יש לגזור בקו המקווקו). הדפים מתכלים, יש לזרוק בתום השימוש.
- תמונה a4 בצורת מסך מחשב
- 12 כרטיסיות קשיחות של פתגמים ופירושם
- אמנה חברתית כיתתית – a3 קשיח
- מדבקות לנייד לחלוקה

נספח:

- **רשימת תכונות לפעילות פתיחה:**
טוב לב, רחמנות, עדינות, נתינה, הקשבה, אכפתיות, אחריות, כנות, רגישות, סבלנות
אכזריות, שתלטנות, כעסנות, כפייתיות, התנשאות, קמצנות, עצלנות, שקר, זלזול, כפיות טובה



"מילה שלי"

יחידה 5- מסכמים וממשיכים עם מילה טובה

מטרות היחידה:

- סיכום וחזרה על הנלמד בתכנית
- הדגמה ויישום של כוח המילה הטובה במרחב הכיתתי
- הכוונה ועידוד לשינוי כיתתי וחברתי בנושא תרבות הדיבור

מבנה:

1. משחק טריוויה מסכם לתכנית
 2. רק מילה טובה- הכנה למניפת המחמאות
 3. מניפת "מילה טובה" לכל הכיתה
 4. מילוי דף סיכום אישי
 5. ברכת סיום- תפילת החפץ חיים
- *** חשוב!! חובה לשבת בצורת מעגל בפעילות זו.

הפעילות בהרחבה:

1. משחק טריוויה מסכם לתכנית

על מנת לסכם את המסלול המיוחד שעברנו נשחק משחק "קהוט" של טריוויה על התכנית. התלמידים מוזמנים להוציא טלפונים ניידים, להכנס ללינק, להתחלק ל2 קבוצות ולשחק. (השאלות מופיעות גם בנספח)

2. רק מילה טובה- הכנה למניפת המחמאות

נשמיע לתלמידים את השיר "מילה טובה":

מילה טובה
מילים: יעקב גלעד
לחן: יהודית רביץ

אפילו בשרב הכי כבד
ידעתי שהגשם עוד ירד
ראיתי בחלון שלי ציפור
אפילו במשב סופה וקור.

לא פעם זה קשה

אבל לרוב מילה טובה
מיד עושה לי טוב
רק מילה טובה
או שתיים לא יותר מזה.

אפילו ברחוב ראשי סואן
ראיתי איש יושב ומנגן
פגשתי אנשים מאושרים
אפילו בין שבילי עפר צרים.

תמיד השארתי פתח לתקווה
אפילו כשכבתה האהבה
חלמתי על ימים יותר יפים
אפילו בלילות שינה טרופים.

כפעילות מסכמת- חשוב לנו לעבור מ"לדבר על" ל"לדבר את..". לכן ניישם כעת בכיתה תרבות דיבור של מילים טובות, גם אם זה קשה, נראה איך מילה טובה או שתיים, לא יותר מזה, מיד עושות טוב.

אומר רבי אלימלך מליז'נסק את המילים הבאות:

אדרבה,

תן בלבנו שנראה כל אחד מעלות חברינו ולא חסרונם

ושנדבר כל אחד את חברו בדרך הישר והרצוי לפניך,

ואל יעלה בליבנו שום שנאה מאחד על חברו חלילה...

ז"א כשאני מפתח "עין טובה" אני רואה טוב בזולת ואז גם מבטא את זה- זו הדרך לחיים בשלום עם הסביבה. זה גם פועל בצורה הפוכה- כשאני מדבר טוב אז גם העין שלי והנפש שלי נהיות טובות יותר.

תכף נקיים כאן בכיתה יישום של מה שלמדנו בתכנית- מניפה של מילים טובות ומחמאות אחד לשני. לפני כן- נקבל השראה מאחד המקומות הנשכניים והביקורתיים שיש- כנסת ישראל. בסרטון הבא התבקשו חברי כנסת לפרגן לח"כים ממפלגות אחרות. אפשרות חלופית- סרטון פרגון של אמנים שונים.

(הסרטונים הנ"ל נעשו לרגל פרס אחדות ירושלים על שם שלושת הנערים שנרצחו בקיץ תשע"ד איל, גל-עד, נפתלי. תקופת חטיפתם והמלחמה שלאחריה אופיינו באחדות וערבות הדדית גדולה בעמ"י והמשפחות ביקשו להנציח רוח זאת בפרס זה.)

3. מניפת "מילה טובה" לכל הכיתה

נסו להזכר בפעם האחרונה שמישהו אמר לכם מילה טובה. מה זה עשה לכם? מה הרגשתם? (לשמוע כמה תשובות)

כעת יש לנו הזדמנות לעשות זאת פה בכיתה, עם החברים, ולראות כיצד בכוח המילים נוכל לקרב את הלבבות שלנו ולהיות כיתה יותר מגובשת וחברית- דבר שכולנו רוצים בו. כיצד זה מתבצע? יושבים במעגל סגור, לכל תלמיד עט ביד. כל תלמיד מקבל דף חלק ורושם את שמו בראש הדף. כאשר המדריך מוחא כף, כל התלמידים מעבירים את הדפים לתלמיד שיושב לימנים. כאשר אתה מקבל דף, עליך לרשום בתחתית הדף משפט ובו מילים טובות/ מחמאות/ פרגון לאותו תלמיד ולאחר מכן לקפל ולחכות למחאות הכף של המדריך (ואז להעביר שוב ימינה ולקבל דף חדש מהתלמיד שמשמאלך) כך לאט לאט כל תלמיד עובר על כל הדפים של חברי הכיתה וממלא אותם במילים טובות.

דגשים חשובים!

- אין שום מקום למילים לא ראויות ובטח לא מילים פוגעות בתרגיל הזה!! נזכיר שאנחנו במפגש סיום של תכנית "מילה שלי" זה הזמן ליישם את כל מה שלמדנו!
 - נסו להעמיק ולא להסתפק במילה אחת "מצחיק" "אחלה ילד". נסו לחשוב באמת מה הדבר הטוב שאתם רואים באותו תלמיד. לעזרתכם תוכלו לראות במצגת רעיונות לתכונות שונים וכן לפתיח של משפטים (בנספח).
 - גם אם מדובר בתלמיד שאיננו חבר שלכם ואפילו מישהו שאולי יש לכם איתו מתח- דווקא במקרה זה מומלץ להתעלות על עצמכם ולרשום מילה טובה על הטוב שאתם כן מוצאים בוץ ומי יודע? אולי זו הזדמנות לחברות חדשה..
- נתחיל את המעגל (יש לתזמן כחצי דקה בערך לכתיבה על כל תלמיד) כשברקע מוזיקה נעימה. בסוף הפעילות נאפשר לכל תלמיד להתייחד עם הדף שכתבו עליו וליהנות מן המילים הטובות..

4. מילוי דף סיכום אישי

נזכיר לתלמידים את שם התכנית "מילה שלי".

- מי מכיר את הביטוי "מילה שלי"? מה הוא אומר?
- מה הכוונה כאשר אומרים שלמישהו "יש מילה!"?
- מכיוון שלכולנו יש מילה- אנחנו עומדים לסכם ולהתחייב על אופן הדיבור שלנו מעתה והלאה.

תלמיד יקר!

ענה על השאלות הבאות:

מה הדבר שאני הכי אזכור מהתכנית?

מהו הדבר הכי משמעותי שלמדתי מהשיעורים האלו?

מילה שלי! מהיום אני מתחייב

לאחר מילוי הדף נבקש מהתלמידים (בהתאם לזמן הנותר) לשתף אותנו בתשובותיהם. נמליץ להם לשמור את הדף בנייד או בארנק כך שייזכרו מידי פעם בדיבור הנכון שאליו התחייבו.

5. ברכת סיום- תפילת החפץ חיים

לסיום, נציג לתלמידים את תפילת החפץ חיים.

התפילה, שלמעשה כוללת בתוכה סעיפים רבים שלמדנו בנוגע לשמירת הלשון, היא המתאימה ביותר לסיום תכניתנו. על מנת ליצור אפקט מרשים- ניתן לבקש מהתלמידים לקרוא לפי סדר ישיבתם - כל אחד שורה (זה לא מכסה את כל התלמידים, לא נורא)

רְבוֹנוֹ שֶׁל עוֹלָם,

יְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ, אֱלֹהֵי רַחוּם וְחַנּוּן,

שתזכני היום ובכל יום

לשמור פי ולשוני

מלשון-הרע ורכילות ומקבלתם.

ואזהר מלדבר אפלו על איש יחידי,

וְכָל שָׁנָה מְלַדְבֵּר עַל כָּלֵל יִשְׂרָאֵל אוֹ עַל חֵלֶק מֵהֶם.

וכל שכן מלהתרעם על מדותיו של הקדוש-ברוך-הוא.

ואזהר מלדבר דברי שקר, חנפה, לצנות, מחלקת,

כַּעַס, גֵּאוּה, אֹנֶאֶת-דְּבָרִים, הַלְבֵּנֶת-פָּנִים, וְכָל דְּבָרִים אֲסוּרִים.

וְזָכַנִי שֶׁלֹא לְדַבֵּר כִּי-אִם דְּבַר הַצָּרִיךְ לְעִנְיָנִי גּוֹפִי אוֹ נַפְשִׁי.
וְשִׁיחִיו כָּל מַעֲשֵׂי לִשְׁם שָׁמַיִם.

נשאל את התלמידים איזו שורה הם היו מוסיפים לתפילה זו כסיכום לכל מה שלמדו.

נאחל לתלמידים הצלחה רבה במשימה החשובה של שמירת הלשון, והכנסת תרבות דיבור חיובית לחייהם.

הלוואי שבעזרת הדיבר בו העמקנו "לא תענה ברעך עד שקר" נגיע באמת לבנות עולם טוב יותר!

עזרים:

- מצגת
- מחשב עם אינטרנט פעיל
- קישור למשחק קהוט
- דפים חלקים כמספר התלמידים לפעילות מניפת מילים טובות
- דף סיכום אישי

נספחים:

• מילים טובות למצגת עבור פעילות מניפת מילים טובות:

תודה, סליחה, לב טוב, מוכשר/ת, מצחיק/ה, נדיב/ה, מקשיב/ה, מתמיד/ה, מתנדב/ת, אחראי/ת, נשמה טובה, נאמן/ה, כיפי/ת, חכם/ה, רציני/ת, שקדן/ית, מנהיג/ה, גיבור/ה, מכבד/ת, בעל/ת ערכים, מסור/ה, מוצלח/ת, תומכ/ת, עוזר/ת, מעודד/ת, תודה שאת/ה..., תודה על הפעם ש..., אני לומדת ממך..., טוב שיש אותך, אין כמוך

השאלות:

1. מה זה דצח"מ ע"פ רבי יהודה הלוי?

- דומם, צומח, חי, משוגע
- דומם, צומח, חי, מהלך
- דומם, צומח, חי, מדבר
- אף תשובה איננה נכונה

2. הדיבר "לא תענה ברעך עד שקר" עוסק ב:

- איסור לתת עדות שקר בבית המשפט
- איסור "לענות" את החבר ע"י דבור רע כגון: לשון הרע, הלבנת פנים, לעג
- איסור לרמות אדם אחר
- א+ב נכונות

3. השלם: "שומר פיו ולשונו..."

- שומר על חייו
- שומר על ממונו
- שומר מצרות נפשו
- חי את החיים בסבבה

4. מה הדומה בין לשון לחץ?

- שניהם חדים (שנונים)
- שניהם פוגעים
- מרגע שיצא לא ניתן להחזיר
- הכל נכון

5. השלם: "דברי חכמים..."

- מרבים שלום בעולם
- בקול נשמעים
- הם אור העולם
- בנחת נשמעים

6. מהי קבלת לשון הרע?

- הקשבה ללשון הרע
- קבלת תוכן דברים על אדם ללא בירור הדבר
- לקבל ולהבין כי לשון הרע עושה נזק
- אף תשובה איננה נכונה

7. איזה מידע איננו נכון לגבי החפץ חיים?

- נחשב לאחד מגדולי הדור
- כתב את הספרים: משנה ברורה, שמירת הלשון, החפץ חיים
- פעל בעיירה קוצק
- שמו המלא רבי ישראל מאיר הכהן

8. מהן 2 המילים הראשונות שנאמרו בעולם?

- בראשית ברא
- יהי אור
- אנוכי ה'
- מה המצב?

9. השלם: "המלבין פני חברו ברבים כאילו..."

- שופך דמים
- רצח את נשמתו
- גנב את ממונו
- עבר על התורה כולה

10. לשון הרע כולל:

- מילים בגנות אדם שנאמרות מאחורי גבו
- פרצופים ורמיזות בגנות אדם
- מכתבים, מסרונים ששולחים בגנות אדם
- כל התשובות נכונות

11. השלם: נצור לשונך מרע ושפתיך

- מדבר מרמה
- מדיבור רע
- מרכילות
- משקר

12. מהו סם החיים שמכר הרוכל במדרש?

- תזונה טבעונית
- הפסוק: "שמע בני מוסר אביך ואל תטוש תורת אמך"
- הפסוק: "נצור לשונך מרע ושפתיך מדבר מרמה"
- העצה: "תאמין לי, אל תאמין לאף אחד"

פעילות גיבוי בעת הצורך:

מדרש "ריב האיברים"

נסכם את השיעור במדרש "ריב האיברים" בשיתוף התלמידים.

ניתן להקריאו מהמערך או לספר בע"פ בצורה דרמטית.

אופציה א: נחלק כרטיסיות תמונות איברים 51 תלמידים. נשתף אותם במהלך הסיפור.

אופציה ב: נשאיר את הכרטיסים בידינו ובזמן המתאים נציג אותם, נקרא מהם את הטקסט ונניח במרכז המעגל (אם כך יושבים) או על השולחן.

במידה ויש מספיק זמן ורצון- ניתן להפעיל זאת כהצגה, כאשר המדריך מקריא והתלמידים משחקים את התפקיד בפנטומימה ובאלתור שלהם (אביזרים בנספח)

מעשה במלך שחלה במחלה קשה. רופאים רבים מכל רחבי הממלכה הגיעו אליו אך לא הצליחו לרפאו. לבסוף הגיע רופא ישיש ואמר למלך:

"עליך לשתות חלב לביאה." אמר המלך: "מי יביא לי חלב לביאה?"

אחד מגיבורי המלך התנדב למשימה, לקח 10 עיזים והלך לדרכו לחפש חלב לביאה.

לאחר מסע ארוך הגיע האיש לגוב אריות וראה שם לביאה משחקת עם גוריה. כיוון שהלביאה חזקה ומסוכנת מצא האיש שיטה חכמה:

ביום הראשון עמד מרחוק, השליך לה עז אחת, ואכלה. כך עשה גם ביום השני, וביום השלישי והרביעי. הלביאה למדה לזהות אותו בתור האיש שמאכיל אותה ולכן לא תקפה אותו. ביום החמישי האיש החל להתקרב אליה בזהירות רבה. הוא התקרב צעד ועוד צעד ועוד צעד עד שעמד ממש לידה. הלביאה התרוממה וליקקה את כף ידו- אז הבין האיש שלא נשקפת לו סכנה וניגש בעדינות לחלוב אותה. לאחר שמילא כד עם חלב לביאה יצא שוב בדרכו חזרה לארמון המלך.

הדרך הקשה עייפה אותו והוא ישב לנוח תחת אחד העצים. והנה בחלום - דבר מוזר מתרחש. כל איבריו מתווכחים ביניהם בשאלה: מי האיבר החשוב ביותר?

(* כאן יש להנחות את התלמידים שקיבלו את תמונות האיברים לעמוד ולהקריא)**

הרגלים אמרו: אין כמונו. אם לא היינו זזות- לא היה האיש מגיע ללביאה.

אמרו הידיים: אם לא היינו חולבות את הלביאה, לא היה חלב.

אמרו העיניים: אנחנו עליונות על הכל. אם לא היינו רואות את הלביאה, לא היה חלב.

ענה המוח: אני הכי חשוב, אם לא הייתי נותן את העצה לקחת עיזים, לא היה חלב.

אמרה הלשון: אני הכי חשובה! אלמלא הדיבור, מה הייתם עושים?

לעגו כל האיברים ללשון: כיצד את משווה את עצמך אלינו? את קטנה וחסרת משמעות!

אמרה להם הלשון: עוד היום אוכיח לכם כי אני החשובה מכל האיברים!

התעורר האיש מהחלום המשונה ומיהר להגיע לארמון.



משהגיע לארמון, נכנס אל המלך, ואמר: "כבוד המלך, עשיתי מה שביקשת. הבאתי לך חלב של....כלבה."

זעם המלך עם האיש: "חצוף שכמותך! עושה צחוק מהמלך? אתה תשלם על כך!" מיד ציווה על השומרים לכלוא אותו בצינוק.

האיש המבולבל והמבוהל נזרק לצינוק ולא הבין מדוע התבלבל? מדוע כשל בלשונו?

מרוב עייפות הוא נרדם- ובחלומו- שוב מדברים האיברים זה עם זה. אך הפעם- כל האיברים רועדים מפחד.

אמרה הלשון: אתם רואים? הלוא אמרתי לכם שאני החשובה מכל. במילה אחת הפכתי את המצב לחלוטין. מילה

אחת יכולה להבדיל בין חיים ומוות!

אמרו האיברים: הצדק איתך אך אנא, תקני את הטעות.

קם האיש מחלומו ומיד קרא לשומריו "החזירו אותי אל המלך. דבר לי אליו."

כשהגיע האיש למלך אמרה הלשון: "אנו, הציידים, מבלבלים בדיבור בין כלבה ללביאה. אך האמת היא שהבאתי לך

חלב לביאה ממש כפי שציווית אותי. במו ידי חלבתי אותה. אנא ממך- שתה ותיווכח שאני דובר אמת"

שתה המלך את החלב והבריא. מיד ציווה לשחרר את האיש מהכלא ואף העניק לו שק זהובים.

ועל כך אמרו חכמינו: "**חיים ומוות ביד הלשון**" (ע"פ מדרש שוחר טוב)

"מילה שלי"



יחידה 6 (קבוצת מנהיגות) – דרוש מנהיג

מטרות היחידה:

- בירור מושג המנהיגות- תכונות נדרשות וכלים לפיתוח המנהיג שבי
- מיקוד נושא קבוצת המנהיגות: שימוש נכון בכוח הדיבור בהתאם לערך הליבה הנלמד מהדיבר 'לא תענה ברעך עד שקר'.

משך היחידה: שיעור כפול

מבנה:

1. היכרות
 2. דרוש מנהיג- דיון במושג מנהיגות דרך היגדים, משה רבינו כמודל למנהיג
 3. אתם המנהיגים!
 4. ישראל היום- ישראל מחר
- *** חשוב! חובה שתנכח דמות חינוכית מלווה מטעם בי"ס, שתלווה את קבוצת המנהיגים גם בסיום התכנית.

הפעילות בהרחבה:

1. היכרות

נקיים סבב היכרות. כל תלמיד אומר את שמו, כיתתו, ודיבר אחד שהוא הכי מתחבר אליו מבין עשרת הדברות.

2. דרוש מנהיג- דיון במושג מנהיגות דרך היגדים, משה רבינו כמודל למנהיג

נציג בפני התלמידים את שלט "דרוש מנהיג" ונקרין את סרטון הפרומו לתכנית ששודרה בעבר בשם "דרוש מנהיג" (במצגת)

בדומה למודעות ה"דרושים" בעיתון בהן מופיע המקצוע + רשימת הכישורים הנדרשים, אף אנחנו מבקשים כעת לשרטט קווים לדמותו של מנהיג.

בכדי לשרטט קווים אלו, נציג בפני התלמידים את היגדים בנושא מנהיגות שנאמרו ע"י הוגי דעות שונים. כל היגד נקרא בקול ומיד מודבק על הלוח/מונח על הרצפה (באם יושבים במעגל)

התלמידים מתבקשים להסתובב בין ההיגדים ולחתום את שמם על שלושה היגדים עמם הם הכי מזדהים.

ההיגדים-

- תפקיד המנהיג היא לייצר מנהיגים נוספים, לא מונהגים נוספים- ראלף ניידר
- אני חייב ללכת בעקבותיהם, אני המנהיג שלהם- אלכסנדר אוגוסט לדרי-רולן
- דוגמא אישית היא לא מקור ההשפעה העיקרי על אחרים- היא המקור הבלעדי אלברט שוייצר
- תפקידו של מנהיג הוא להוביל את ההולכים אחריו, מהיכן שהם נמצאים- אל מקום שלא היו בו מעולם- הנרי קיסינג'ר
- המבחן האמיתי של מנהיג הוא בהשאירו אחריו בנפשם של המונהגים, את השכנוע והרצון להמשיך- וולטר ליפמן
- לעולם אל תפחד ללכת אחרי הזרם ולעולם אל תפחד לקחת את הזרם אחריו- וינסטון צ'רצ'יל
- שום אדם אינו דגול דיו או חכם דיו כדי שמישהו מאיתנו ימסור גורלו בידו הדרך היחידה שבה אדם יכול להנהיגו הוא להחדיר בנו את האמונה בכושרנו להנהיג את עצמנו- הנרי מילר
- מנהיגים הם אלה שגורמים לאנשים ממוצעים לעשות עבודה יוצאת דופן- אלברט אינשטיין
- למנהיגים יש את היכולת להעריך, ואת האומץ לפעול- לא ידוע
- המנהיג הוא אדם שבחרים ללכת אחריו למקום שלא הולכים לבד- ג'ואל ברקר

לאחר שכל התלמידים חתמו את שמם על היגדי המנהיגות, נבחר את שלושת ההיגדים שזכו למספר

החתימות הרב ביותר, ונשאל-

- מה הסיבה שבחרתם דווקא בהיגד זה?
- אילו תכונות נדרשות ממנהיג? (יש לרשום את התכונות שנאמרות מתחת למודעת הדרושים)
- תנו דוגמא למנהיג/ה שהותיר/ה בכם רושם. מדוע בחרתם בדמות זו?
- העם היהודי לדורותיו ידע מנהיגים גדולים. מנהיג משמעותי במיוחד זכה לכינוי "רועה נאמן" מאלוקים בכבודו ובעצמו. מיהו המנהיג? **משה רבינו**. מדוע זכה לתואר זה?

המדרש מספר לנו את הסיפור הבא (מקריאים מן המצגת ומסבירים בשפה פשוטה):

"וּמֹשֶׁה הָיָה רֹעֶה" (שמות ג, א) – בְּחֶנּוּ הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא לְמֹשֶׁה בְּצֶאֱן.
אָמְרוּ רַבּוֹתֵינוּ: כְּשֶׁהָיָה מֹשֶׁה רֹבֵנוּ רֹעֶה צֹאנוּ שֶׁל יִתְרוֹ בְּמִדְבַּר בָּרַח מִמֶּנּוּ גָדִי,
וְרָץ אַחֲרָיו עַד שֶׁהִגִּיעַ לְחֶסֶת.
כֵּן שֶׁהִגִּיעַ לְחֶסֶת נִזְדַּמְּנָה לוֹ בִּרְכָה שֶׁל מִים וְעַמֵּד הַגָּדִי לִשְׁתוֹת.
כֵּן שֶׁהִגִּיעַ מֹשֶׁה אֶצְלוֹ,
אָמַר: "אֲנִי לֹא הָיִיתִי יוֹדֵעַ שָׁרֵץ הָיִיתִי מִפְּנֵי צָמָא, עַיִף אֶתֵּה".
הִרְכִּיבוֹ עַל כְּתָפוֹ וְהָיָה מְהֵלָּה.
אָמַר הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא: יֵשׁ לָךְ רַחֲמִים לִנְהַג צֹאנוּ שֶׁל בֶּשֶׂר וְדָם כָּךְ – חַיִּיךְ,
אֶתֵּה תִרְעָה צֹאנִי יִשְׂרָאֵל.

(מדרש שמות רבה, פרשה ב, ב)

- איזו תכונה של משה רבינו ניכרת במדרש?
- מה הקשר בין רעיית הצאן- להנהגת עם??

ניתן לקרוא את המילים הבאות, לקוחות מעיבוד המדרש לספר ילדים ע"י אפרים סידון:

"והביט אז משמים אל הארץ אל עליון

וראה ממרומים את משה ובני הצאן,

איך אותם הוא מנהל- מאכיל, משקה, חומל.

"אם כך בכבשים נהגת,

אם כך לעזים דאגת, אין ספק" אמר האל

"שגם ככה תטפל בעמי- עם ישראל.

וכשיצאו הם ממצרים ועוד מעט כל זה יקרה

אתה תוביל אותם, אתה תנהיג אותם

אתה תהיה להם- רועה"

נסכם- מדמותו הענקית של משה רבינו אנו מגלים כי מנהיג ראוי איננו דיקטטור, כוחני ומנותק אלא

כזה שיחד עם גדלותו שומר על רגישות לזולת, ענווה ונכונות להושיט יד לעזרה.

3. אתם המנהיגים!

נעורר בתלמידים "גאוות יחידה":

אתם התלמידים שנבחרו מכלל תלמידי השכבה משום שהמחנכת זיהתה בכם תכונה של מנהיגות. כל

אחד ואחת מכם הוא מנהיג, ויחד כקבוצה אתם תובילו שינוי בבי"ס לאור מעשרת הדיברות שלמדנו

בפרויקט עשרת הדיברות שהם השתתפו בו בכיתה ז'.

נקרין את **הסרטון** על מנהיגותו של הילד ההודי (במצגת)

4. ישראל היום- ישראל מחר

נחלק לתלמידים דף כותרת של עיתון, ערוך על ידינו ובו כתבות שונות בנושא נזקי הדיבור, אלימות

ברשת, שיימינג. ניתן הם 5 דקות לקריאה אישית של הדף.

לאחר מהם, במליאה, נציין שאלו הם פני הדברים היום. זו "ישראל היום".

סקר אקלים קצר-

- ירים אצבע מי שהיה עד לבריונות ברשת בבית הספר

- ירים אצבע מי שהיה עד לאלימות מילולית – כגון עלבונות וקללות בכיתה שלו

כפי שרואים, **המצב איננו רק במאקרו של החברה הישראלית. זה גם במיקרו, בקטן, כאן בבית**

הספר שלנו, בו אנו רוצים להתחיל שינוי.



כרגע יושבים בחדר זה קבוצה של מנהיגים, שאולי יהיו בעתיד חברי כנסת, שופטים, שוטרים,

מחנכים. אתם מנהיגי "ישראל מחר". אתם אלו שצריכים להביא את ישראל למקום אחר, חיובי,

שבו כותרות העיתון לא ידווחו מידי יום על דברים קשים כאלו.

סיפור הרבי מקוצק-

רבי מנחם מנדל מקוצק סיפר.... "כשהייתי צעיר רציתי לשנות את העולם, כשבגרתי גיליתי שקשה לשנות את העולם אז ניסיתי לשנות את העם שלי, כשראיתי שאיני יכול לשנות את העם, ניסיתי לפחות לשנות את העיר שלי, גם זה לא הצלחתי והחלטתי להתרכז במשפחה שלי. היום שאני כבר למוד ניסיון, אני מבין כי הדבר היחיד שאני יכול לשנות זה את עצמי. אני יודע שאם לפני הרבה שנים הייתי משנה את עצמי, זה היה משפיע על משפחתי, היה נוצר שינוי בעיר שלי ובעם שלי ואז העולם היה משתנה....."

ומכאן אתם יוצאים עם שיעורי בית- עליכם לחשוב על רעיונות לפתרונות יצירתיים של הבעיה, למניעה וטיפול

בה- בשלל צורות. יש להגיע מוכנים לדיון בשבוע הבא.

עזרים:

- מצגת
- סט 10 היגדים נושא מנהיגות
- דף עיתון "ישראל היום" מעוצב לכל תלמיד

"מילה שלי"



יחידה 7 (קבוצת מנהיגות) – אמור מעט ועשה הרבה

מטרות היחידה:

- העלאת המוטיבציה לגבי יכולתם של המשתתפים לבצע שינוי בסביבתם.
- העלאת יוזמות ורעיונות להמשך פעילות המנהיגים בנושא תרבות הדיבור בבית הספר.
- חשוב- הכרעה על תוצר אחד שהקבוצה תייצר בנוגע לתרבות הדיבור בבית הספר.
(במפגש תתקבל ההכרעה. העבודה וההוצאה לפועל יתבצעו עצמאית ובליזיון הרכזת ללא נוכחות המדריך)

משך היחידה: שיעור כפול

מבנה:

1. לחלום.. וללחום!- עידוד והנעה ליצירת שינוי.
 2. חלום שהופך למציאות- סיפור האבן, מודל השלבים
 3. מיקוד והגדרת צרכים ומטרות
 4. דברי סיכום
- *** חשוב! חובה שתנכח דמות חינוכית מלווה מטעם בי"ס, שתלווה את קבוצת המנהיגים גם בסיום התכנית.

הפעילות בהרחבה:

1. לחלום.. וללחום!- עידוד והנעה ליצירת שינוי.
נשמיע ונקרין במצגת את מילות השיר "מקום בלב".
מומלץ! לבקש מהתלמידים להניח את ראשם ולעצום עיניים ולהאזין לשיר. לאחר מכן לפקוח עיניים ולקרוא שוב את מילותיו.

יש צורך במיליון חולמים שלא עוצמים את עיניהם. כדי להגשים חלום אחד ישן	מקום בלב מילים: אהוד מנור לחן: ארקדי דוכין כדי להגשים חלום אחד ישן
--	---

שיכולים להתאהב, להתחייב ולגלות שעוד נשאר להם מקום בלב. מקום בלב. מקום בלב.	יש צורך במיליון חולמים שלא אוטמים את אזניהם. שמוכנים אל החלום להתקרב, שעוד זוכרים איך להקל את הכאב.
---	---

לדיון:

- מהם הדברים הנדרשים לפי השיר על מנת לייצר שינוי, להגשים חלום?
 - לשם מה אנו זקוקים ל"מקום בלב"? מה צריך להיכנס לשם?
 - האם צריך מיליון חולמים או שמספיק אחד?
 - האם יש לכם דוגמאות, אישיות או כלליות, של הצלחה ביצירת שינוי? בהגשמת חלום?
 - איזו מילה נוספת ניתן למצוא במילה "חלום"? = לוחם
- הרב נריה זצ"ל, מייסד וראש ישיבות בני עקיבא, מצא קשר מעניין בין 2 המילים הללו- חולם ולוחם.
נקריא את הקטע הבא, נבאר מילים קשות תוך כדי קריאה:

חולמים ולוחמים לוחמים וחולמים לוחם שאינו חולם אינו אלא בעל מחלוקת. חולם שאינו לוחם אינו אלא בטלן" (מתוך: הפנקס הפתוח)
--

- מה הקשר בין חולם ללוחם? מה הסדר הכרונולוגי ביניהם- מה בא ראשון? מה קשה יותר?
 - מה הכוונה באמירה כי החולם צריך ללוחם? במי או במה הוא נלחם כדי להשיג את מטרתו? (= פעמים רבות שינוי מעורר התנגדות, מהפכנים רבים בהיסטוריה זכו לבוז, לחרם ולהתנגדות מצד הציבור.. אך לימים השינוי שיצרו התקבל והפך לחלק בלתי נפרד מהמציאות שלנו)
- הרב נריה מעביר אותנו מעולם החלומות למציאות, מציאות בה נדרש מעשה, מאמץ, לעיתים מלחמה.**

2. חלום שהופך למציאות- סיפור האבן, מודל השלבים

כיצד יוצרים שינוי? איך מביאים את הרעיונות, החלומות והאידיאלים לידי מימוש?
מספר לנו רבי נחמן את הסיפור הבא:

מעשה באב ובן שהיו קשורים מאוד זה לזה. יום אחד ביקש האב מבנו לקחת אבן ענקית ולהעלות אותה לראש הגבעה. ניסה הבן שוב ושוב ולא הצליח. הצטער הבן צער גדול על שאינו יכול לעשות

את רצון אביו ולהסב לו נחת. כשראה אביו כמה בנו מצטער ניגש ואמר לו: "האם סבור אתה שבאמת חשבתי שתרים את האבן הענקית לראש הגבעה? הלא התכוונתי שתקח פטיש ותפוצץ את האבן לחתיכות קטנות, ואותן תעלה אחת אחרי השניה אל ההר".
כל שינוי הוא תהליך, זה לא "זבנג וגמרנו". את התהליך הזה אנו פורטים לאבנים קטנות, לשלבים.
ואלו השלבים (במצגת):

להרגיש-

- לזהות את הבעיה או הצורך הקיים.
- מהם הנזקים שלה?
- מה מפריע לי?
- איך זה משפיע עליי?

לדמיין-

- כיצד אני יכול לעשות שינוי?
- מדוע המצב הינו כפי שהוא?
- מי מעורב בבעיה?
- להעלות כמה שיותר פתרונות אפשריים לבעיה: בחשיבה יצירתית, בעבודת צוות, ללא שיפוטיות
- לבסוף לרכז את הרעיונות ולבצע הצבעה על מספר מצומצם של רעיונות שנוציא לפועל

לעשות-

- מי מבצע?
- מתי? מה מסגרת הזמן?
- מה נדרש? האם יש צורך במימון כספי? כמה? כיצד נשיג?
- את מי עוד כדאי לערב?

לשתף-

הצלחתם לבצע שינוי? נשמח שתכינו מצגת קצרה בנושא ותשתפו אותנו ואת בית הספר בנושא (דרך אתר ביה"ס)

רוצים להכיר נערים צעירים שיצרו באופן דומה שינוי? בבקשה!

נקרין לתלמידים את סרטון הסיכום של תלמידי בית ג'אן שיצרו שינוי סביב כבישי הגישה לבית הספר שלהם, שהיו עמוסים ומסוכנים בכל בוקר.

3. מיקוד והגדרת צרכים ומטרות

נקיים כעת את שני השלבים הראשונים של התהליך עם התלמידים, את שלבים 3,4 יעשו המנהיגים בהמשך הדרך, בליווי אשת החינוך מטעם ב"ס.

שלב 1: להרגיש-

ברצוננו ליצור שינוי בהשראת הדיבר "לא תענה ברעך עד שקר". כלומר- לשפר את תרבות הדיבור והתקשורת בקרב תלמידי ביה"ס.

- מה הייתם רוצים לשנות בבית ספר לאור הדיבר? מהן הבעיות/צרכים שישנם? דמיינו בית ספר טוב יותר מבחינת תרבות הדיבור- מה יהיה בו? מה לא יהיה בו?

שלב 2: לדמיין

כעת נמקד את המנהיגים ביצירת רעיונות, יוזמות, פרויקטים סביב הדיבר "לא תענה" והצרכים שהגדרנו. מטרתנו לצאת מפעילות זו עם רשימת רעיונות שיבוצעו בהמשך על ידכם.

נבקש מהם להתחלק לזוגות, לשבת עם דף ועט ולרשום רעיונות העולים בראשם.

כלל חשוב: בשביל היצירתיות אין להיות ביקורתיים! יש לרשום כמה שיותר רעיונות. לא לסנן- כיוון

שגם מרעיונות שנשמעים "הזויים" ניתן לדלות אח"כ משהו שיכול לעבוד.

על מנת לגרות את המחשבה **נעזר בסט תמונות** (פירוט בנספח)

נדגים לתלמידים שימוש בתמונות:

לדוגמא, תמונת המכחול יכולה להעלות בראשי רעיון של פרויקט אומנותי סביב נושא בריונות

ברשת, תחרות ציורים..

כמובן שמכל תמונה ניתן להעלות רעיונות רבים ומגוונים- **אין תשובה אחת נכונה.**

אסיף במליאה: יש להעלות את הרעיונות השונים על הלוח ולבצע הצבעה לגבי הרעיון הנבחר אותו

התלמידים יפתחו בהמשך בצורה עצמאית ובליווי הרכזת.

***** חשוב!** במידה והתלמידים לא מעלים מספיק הצעות ראויות כדאי שלך המדריך יהיה גיבוי של

רעיונות שאותם תוסיף לרשימת התלמידים/תציין כרעיון שיפתח לתלמידים את החשיבה היצירתית

שלהם.

סל רעיונות לגיבוי:

- הקמת הפנינג דיבור טוב בב"ס: שילוט, תחנות פעילות בהפסקה, כניסה להעברת

שיעורים בכיתות האחרות וכדומה.

- יצירת קיר סטיקרים בב"ס בנושא דיבור טוב

- לייצר באזז באינסטגרם של תלמידי הבי"ס כאשר עליהם להצטלם מחזיקים סלוגן שחיברו בנוגע לדיבור טוב ולתייג את התמונה #דיבורטוב או כל האשטאג אחר שתבחרו.
- יצירת תקנון בית ספרי בנוגע לדיבור. הכנת אמנות כיתתיות בכל כיתה בנוגע לכללי הדיבור הראוי
- וכן הלאה תוכל להוסיף רעיונות משלך

5. דברי סיכום

חכמינו אמרו במסכת אבות:

"במקום שאין אנשים השתדל להיות איש" (אבות, ב, ה)

כלומר: ישנם מצבים בהם קבוצה שלמה של אנשים נוהגים באופן לא ראוי. במצב כזה מנחים אותנו חכמים לא להגרר אחרי ההמון, לא להכנע ללחץ החברתי השלילי אלא להיות אנשים! להיות אנושיים! להתנהג בצורה הראויה ביותר! וכאן אנו נפרדים לשלום עם התוספת- תהיו מנהיגים! קחו את הכוחות הנפלאים שבכם ואת מלוא הידע שצברתם בתכנית זו וצאו להגשים בבית הספר את השינוי המיוחל. בהצלחה!

עזרים:

- סט תמונות לחשיבה יצירתית

נספח:

- סט תמונות לחשיבה יצירתית:

מכחול, מצלמה, קיר, שוטר, נייד, כדור, סטיקר על אוטו, כלי נגינה, יוטיוב, עפרון, משפחה, מתנה, שמש, תנ"ך, ים, קשת, גלידה, משקפיים, חץ, מעגל, אטבים, עיתון, שירותים, מסגרת תמונה