

נושא השיעור:

גוף ונשמה

מטרת הפעילות:

להמחיש את הפער בין המענה השטחי והמיידני שמציעים המסכים לבין הצרכים העמוקים והאמיתיים של הנשמה.

עזרים:

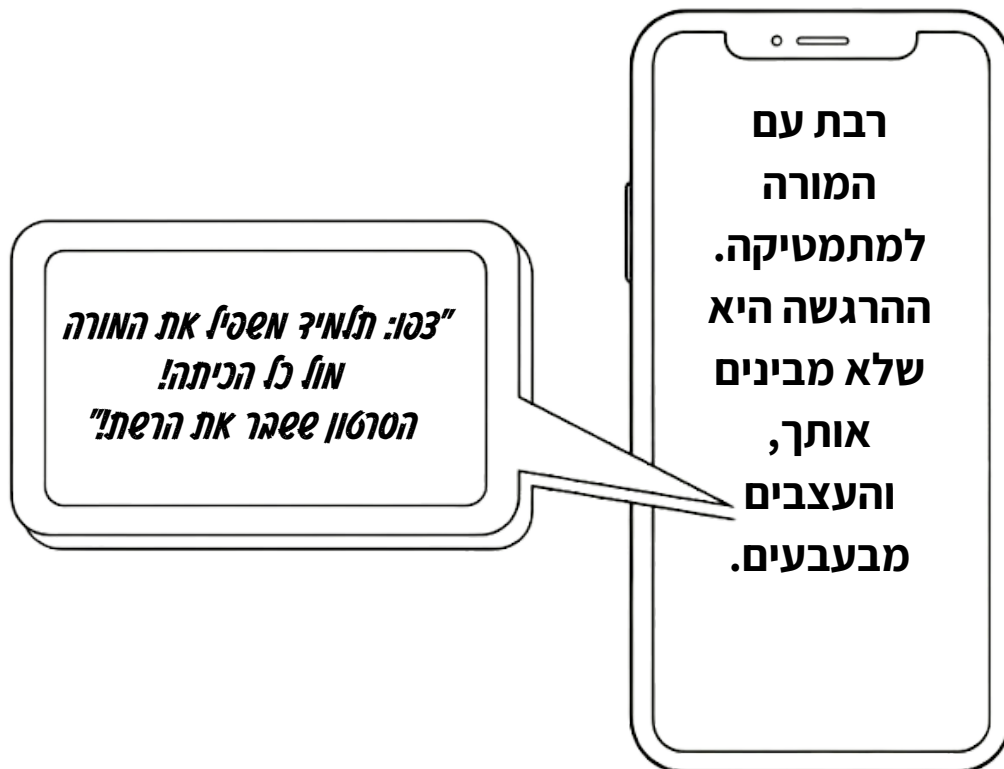
- דף עבודה "מפענח ההתראות" ב - 5 גרסאות שונות (נספח א)

מהלך הפעילות:

- מומלץ לקיים את הפעילות לאחר שהתלמידים ענו מראש על השאלון האישי בנושא.
- המנחה כותב על הלוח: "האם הטלפון שלך מכיר אותך יותר טוב מכולם?".
- עורכים דיון קצר בנושא (הוא מכיר את תחומי העניין, אך עיוור לצרכי הנשמה).
- חלוקה לקבוצות של 3-4 תלמידים. כל קבוצה מקבלת 2 דפים - בכל דף סיטואציה שונה. (נספח א).
- עבודה בקבוצות: הקבוצות דנות בסיטואציות שקיבלו ומשלימות יחד את המשימות בכל דף (מה הנשמה באמת מבקשת?).
- מקיימים דיון קצר:
 - איזו סיטואציה מהדפים הכי דיברה אליכם או הזכירה לכם את עצמכם?
 - למה לדעתכם בחיים האמיתיים כל כך קשה לנו לעצור ולהקשיב למה שאנחנו באמת צריכים ?
 - למה ברגע האמת היד שלנו נשלחת אוטומטית לטלפון?

האסוריות של הנשמה

הביטו בהתראה שקפצה: זה מה שהמדיה החברתית מציעה לכם.
עליכם להביט פנימה: כתבו בשורות למטה מה היה יכול באמת לנחם או לשמח
אתכם בסיטואציה הזו, אילו לא היה לכם טלפון.



ליבי

מה באמת יעודד אותי ?

חיבוק, מילה טובה, צדק, תזכורת מה הערך העצמי שלי, קבלה,
שיחה עם חבר טוב, חיבור לערכים שלי, חיזוק עצמי, אמונה,
משפחתיות, מחשבות טובות, רוגע, שלוה, מנוחה, משמעות

האסוריתם של הנשמה

הביטו בהתראה שקפצה: זה מה שהמדיה החברתית מציעה לכם.
עליכם להביט פנימה: כתבו בשורות למטה מה היה יכול באמת לנחם או לשמח
אתכם בסיטואציה הזו, אילו לא היה לכם טלפון.

בזמן המתנה
לאוטובוס,
אין שום דבר
מיוחד לעשות,
ופתאום עולה
תחושת ריקנות

"סרטון חדש בטוויטר:
'ערכנו את כל המסקאות המקור'
וכה מה שיצא'
ויראלי! חייבים לראות!"

מה באמת יעודד אותי ?

חיבוק, מילה טובה, צדק, תזכורת מה הערך העצמי שלי, קבלה,
שיחה עם חבר טוב, חיבור לערכים שלי, חיזוק עצמי, אמונה,
משפחתיות, מחשבות טובות, רוגע, שלוה, מנוחה, משמעות

האסוריות של הנשמה

הביטו בהתראה שקפצה: זה מה שהמדיה החברתית מציעה לכם.
עליכם להביט פנימה: כתבו בשורות למטה מה היה יכול באמת לנחם או לשמח
אתכם בסיטואציה הזו, אילו לא היה לכם טלפון.

מחר יש מבחן
ענק
בהיסטוריה,
לא למדת
והלחץ משתק
אותך. במקום
ללמוד,
עברת לגלילה
מתמשכת
לטלפון.

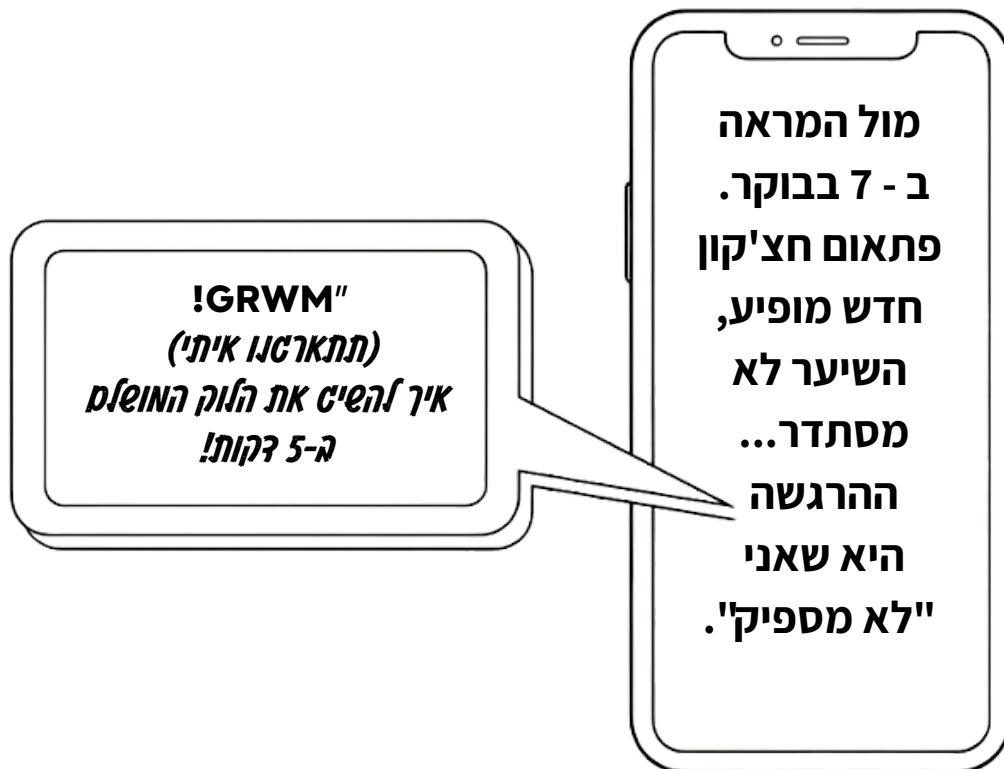
"האחו שלך צריך את כה עכשיו!
הכי ויראלי הטיקטוק!
סלייט, חיתוך סגון ורעשים..."

מה באמת יעודד אותי ?

חיבוק, מילה טובה, צדק, תזכורת מה הערך העצמי שלי, קבלה,
שיחה עם חבר טוב, חיבור לערכים שלי, חיזוק עצמי, אמונה,
משפחתיות, מחשבות טובות, רוגע, שלוה, מנוחה, משמעות

האסוריות של הנשמה

הביטו בהתראה שקפצה: זה מה שהמדיה החברתית מציעה לכם.
עליכם להביט פנימה: כתבו בשורות למטה מה היה יכול באמת לנחם או לשמח
אתכם בסיטואציה הזו, אילו לא היה לכם טלפון.



ליבי

מה באמת יעודד אותי ?

חיבוק, מילה טובה, צדק, תזכורת מה הערך העצמי שלי, קבלה,
שיחה עם חבר טוב, חיבור לערכים שלי, חיזוק עצמי, אמונה,
משפחתיות, מחשבות טובות, רוגע, שלוה, מנוחה, משמעות

האסוריות של הנשמה

הביטו בהתראה שקפצה: זה מה שהמדיה החברתית מציעה לכם.
עליכם להביט פנימה: כתבו בשורות למטה מה היה יכול באמת לנחם או לשמח
אתכם בסיטואציה הזו, אילו לא היה לכם טלפון.



ליבי

מה באמת יעודד אותי ?

חיבוק, מילה טובה, צדק, תזכורת מה הערך העצמי שלי, קבלה, שיחה עם חבר טוב, חיבור לערכים שלי, חיזוק עצמי, אמונה, משפחתיות, מחשבות טובות, רוגע, שלוה, מנוחה, משמעות