

# לומדים להפריד

## נושא השיעור:

ספירת העומר

## מטרת הפעילות:

הבנת ההבדל בין תקיפה אישית (פסילת האדם) לבין ביקורת בונה (התמקדות בבעיה).

## עזרים:

דפי סיטואציות לכל תלמיד, משני סוגים שונים. (נספח 1)

## מהלך הפעילות:

1. המורה מחלק לתלמידים דפי משימה. בכל דף משימה ישנם שני תרחישים

שונים שעל התלמיד להגיב אליהם בכתיבת "הודעת ווטסאפ".

2. המורה מסביר לתלמידים שבכל התרחשות שמופיעה בדפים עליהם לנסח

שתי הודעות ווטסאפ שונות שהם שולחים בעקבות הסיטואציה:

- הודעה א' - מתייחסת רק לאישיות או לאופי של החבר ושופטת אותו באופן אישי.
- הודעה ב' - מתייחסת רק למעשה הספציפי שקרה ולרגש שלכם, בלי להתייחס לחבר באופן אישי.

3. התלמידים מקבלים כמה דקות לבצע את המשימה.

4. המורה מבקש ממתנדבים להקריא את התרחיש שקיבלו ואת "הודעה א"

שלהם. המורה כותב מילים שעלו מההודעות על הלוח (אגואיסט, צבוע, שקרן).

5. המורה מבקש מתנדבים להקריא את "הודעה ב".

בוחנים יחד איך התמקדות במעשה וברגש - משאירה פתח אמיתי לשיח.

- מקיימים דיון קצר:

◦ למה לפעמים אנחנו נוטים לתקוף את האדם ולא את המעשה?

◦ האם הרגשתם שנדרש מכם מאמץ רב יותר, כדי לנסח את "הודעה ב"?

לעומת התגובה של "הודעה א"?

◦ תכל'ס, מה יכול לעזור לנו בחיים האמיתיים לעשות את "ההפרדה" הזו,

ולעצור רגע לפני שאנחנו לוחצים על כפתור "שלח" בווטסאפ בזמן כעס?

# לומדים להפריד

## הגשת עבודה בזוגות

אתם עובדים בזוגות על עבודה שמקבלים עליה ציון משמעותי לתעודה. חילקתם את העבודה, והחבר הבטיח שהוא מסיים את החלק שלו בלילה ושולח לך. בבוקר של ההגשה, קמת וראית הודעה מ-2:00 בלילה: "סליחה, נרדמתי. לא עשיתי כלום. נגיד למורה ששכחנו"

*תאובה א- הודעה אישית*

*תאובה ב- הודעה עניינית*

ליבי

## הסוד שדלף

סיפרת לחבר הכי טוב שלך סוד ממש אישי והוא הבטיח שלא יספר לאף אחד. בהפסקה הגדולה, גילית פתאום שעוד שלוש חברים יודעים מזה, כי הוא 'פלט בטעות' בשיחת ווטסאפ בלילה.

*תאובה א- הודעה אישית*

*תאובה ב- הודעה עניינית*

# לומדים להפריד

## הכביסה המלוכלכת

חבר טוב ביקש להלוות ממך את הסוויטשירט האהוב עליך (והכי יקר). הוא מחזיר לך אותו למחרת בשקית. כשאתה פותח את השקית בבית, אתה מגלה שיש על הסוויטשירט כתם ענק של קטשופ. הוא ידע מזה, אבל בחר לשתוק ולא להגיד לך מילה כשנפגשתם.

*תאובה א- הודעה אישית*

*תאובה ה- הודעה עניינית*

ליבי

## שווארמה במרכז

סיימתם ללמוד. הלכת הביתה, ואחרי שעה ראית סטורי של כל החבורה שלך יושבת יחד לאכול שווארמה במרכז המסחרי. יצאתם ביחד מהשיעור אבל אף אחד לא הציע לך לבוא איתם אחרי הצלצול.

*תאובה א- הודעה אישית*

*תאובה ה- הודעה עניינית*