

יחידה מספר 13 - בידיים שלנו

מדריך למדריך



"אין הדבר תלוי אלא בי"

(בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

5 4 3 2 1

13. בידיים שלנו

14. הכי טוב שאפשר

15. מבט על העולם

16. לא כועסים

כתיבה והפקה:



ניהול חינוכי: הדר סופר
צוות היגוי: רוחמה ווגל, אהרון סולטן
ריכוז: חני מנצורה
כתיבה: רועי זמיר ואליסף תל-אור
עיצוב גרפי: נעמה כץ



5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא ב" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

1. התלמידים יפנימו את הרעיון: "אין הדבר תלוי אלא ב".
2. התלמידים יעריכו את הכוח שלהם לשנות מרכיבים שונים בחייהם.
3. התלמידים יקבלו אחריות לדבר אחד שבו ישתדלו להתאמץ בכל כוחם כדי להצליח, מתוך האמונה ש"אין הדבר תלוי אלא ב".

מטרות:

13

! יחידה זו, שפותחת את מעגל המידות, תעסוק בחשיבות היוזמה האישית והפעילות האקטיבית בשינוי המציאות. נלמד שלא לחכות ולהמתין שדברים שאנו חפצים בהם יתרחשו מאליהם, אלא ליזום, "להסתער" ולעמול כדי להוציא את הדברים מן הכוח אל הפועל. יחידה זו משמשת הכנה ליתר היחידות במעגל, שבהן נכוון את התלמידים לעבודה עצמית ולהשקעת מאמצים בתיקון המידות ובהתקדמות.

יחידה זו נבדלת מיחידה 2 (יגעת ומצאת - תאמין): יחידה 2 נועדה לחיזוק הביטחון העצמי של התלמיד ולהגדלת האמונה שלו בעצמו, ואילו יחידה 13 מציבה לפניו דרישה לקבל אחריות למעשיו, לנקוט יזמה ולפעול במישורים השונים של החיים כדי להגיע אל התוצאות שברצונו להשיג.

שלבי הפעילות:

- שלב א' - פתיחה (5 דק')
- שלב ב' - אין הדבר תלוי אלא ב' (12 דק')
- שלב ג' - העשרה תורנית (6 דק')
- שלב ד' - מה אפשר לעשות? לעשות! (12 דק')
- שלב ה' - יישום: משימה בלתי אפשרית - האומנם? (10 דק')

עזרים:

- חמישה דפי עבודה לקבוצות- "מה אפשר לעשות? לעשות" (לצלם)
- חבל
- אטבים
- שלטים למשחק 'על חבל דק'
- שאלון אישי (יישום)





5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא ב" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

פתיחה

אפשרות א':

נקרין קטע מהסרטון "ילדים מעשנים".



שאלות לדיון

- ? כיצד אתם מסבירים את העובדה שמצד אחד האנשים יודעים שעישון סיגריות מזיק לבריאות, אבל מצד שני הם ממשיכים לעשן?
- ? כשהילדים הביאו למבוגרים שמעשנים את הפתק בסוף הסרטון, מרביתם חייכו. מדוע לדעתכם הם חייכו? מה מסגיר החיוך שלהם?
- ? האם ישנם דברים בחיים שלכם שאתם יודעים להסביר מדוע הם שליליים, ובכל זאת אינכם מצליחים לשנות אותם ולנהוג אחרת?

חלופה סגורה

- ? במה תלויה היכולת של האנשים בסרטון להיגמל מעישון סיגריות? בידעה שהעישון מזיק לבריאות / בכוח רצון להיאבק בהרגל שלהם

המדריך יקרא בקול את ההיגדים ויבקש מהתלמידים שירימו את ידם אחרי שישמעו היגד שהם מזדהים עם תוכנו.

המדריך יספור את הילדים המצביעים בכל פעם וירשום את מספרם על הלוח.

כשאני יודע שיש דבר
שצריך לעשות או לענות -
אני מקבל עליו אחריות
ועושה זאת.

יש דברים בחיים שאני יודע
שאני צריך לקבל עליי אחריות
ואענה, וכאן זאת איני
עושה זאת.

! המסר של הסרטון הוא שלא חוסר הידיעה על הסכנה שטמונה בעישון סיגריות גורם לאנשים המעשנים להמשיך לעשן. הם ממשיכים לעשן בשל הקושי להשתנות.

סרטון זה יכול להוות דוגמה למקרים אחרים בחיים שמצריכים התמודדות, שבהם התלמידים מרגישים שלכאורה אין להם הכוח הנדרש ליצירת שינוי. אפשר לדבר גם על תכונות פנימיות, על הרגלים אישיים ועל מצבים במשפחה, בחברה, במדינה, שם הוא רואה דברים שלדעתו ראוי לתקנם, אך הוא חושש שאין לו הכוח להתערב ולשנות דברים.

במהלך לימוד היחידה ננסה לגרום לתלמידים לזנוח את הגישה הזאת ולעזור להם לפתח גישה שמאמינה ש"אין הדבר תלוי אלא ב". קום ועשה מעשה!



5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא בך" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)



שקופית מס' 2

אפשרות ב':

נצפה עם התלמידים בסרטון "מדרגות נעות".

שאלות לדין

? מה מצחיק בסרטון הזה?

? מהו הפתרון הפשוט שהאנשים יכלו לבחור בו?

חלופה סגורה

? איזה מהפריצופים שלפניכם משקף את מה שחשבתם על האנשים בסרטון?



! כשרואים את הסרטון אי אפשר שלא להעלות חיוך ואפילו לגחך לנוכח המראה של אותם אנשים שניצבים במקומם על המדרגות הנעות ומחפשים שמישהו יפתור את הבעיה שלהם בזמן שהפתרון מונח לפתחם: אם יעלו בכוחות עצמם, יגיעו חיש מהר אל הקומה העליונה.

האם אין במציאות מקרים שבהם אנו נראים כמו האנשים שבסרטון? כוונתנו למקרים שבהם במקום להבין שהדברים תלויים בנו, אנחנו מחפשים אחרים שיעשו את העבודה במקומנו.

החיים שלנו מונחים בידיים שלנו. עלינו לדעת לקבל עלינו את האחריות ולעצב את החיים כפי שאנו רוצים שהם יהיו. אם יש התנהגות שלנו שאיננו אוהבים וחושבים שאינה טובה, אם יש משהו בסביבה הקרובה שלנו שאנחנו חושבים שצריך להשתנות, עלינו לדעת ששום דבר לא ישתנה אם לא נאמין ש"אין הדבר תלוי אלא בך!"

המדריך יקרא בקול את ההיגדים ויבקש מהתלמידים שירימו את ידם אחרי שישמעו היגד שהם מזדהים עם תוכנו.

המדריך יספור את הילדים המצביעים בכל פעם וירשום את מספרם על הלוח.

כשאני יודע שאני אקבל
אחריות ואעזור, אני עושה
ואני מחפש אחרים שיעזרו
אני או שיעשו את הדברים
באקו"א.

יש דברים בחיים שאני יודע
שאני צריך לקבל עליי אחריות
ואענה, ופלא שאני
מחפש אחרים שיעשו זאת.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא בי" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

חלק ב' - אין הדבר תלוי אלא בי

אפשרות א:

נקרין על הלוח את הסיסמה המובילה של יחידה זו:

"אין הדבר תלוי אלא בי" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

נשאל את התלמידים: האם באמת "אין הדבר תלוי אלא בנו?" האם אין מקרים שבהם הדבר אינו בידיים שלנו?



על חבל דק



בין 2 כיסאות נמתח חבל ונהדק אליו אטבים. על כיסא אחד נתלה שלט: "אי אפשר לשנות" ועל הכיסא האחר נתלה שלט: "אפשר לשנות". ניתן לתלמידים פתקים והם יצטרכו לתלות אותם על החבל (שבעצם ישמש כציר). מיקום הפתק על החבל ייקבע על פי המידה שאותו פרט קרוב להגדרות הכתובות על השלטים שעל הכיסאות.

על הפתקים יהיו כתובים הדברים האלה:



שקופית
מס' 3

! שימו לב, חלק מהפתקים בוחנים את נושא היוזמה לשינוי בתוך נפש האדם וחלק את היוזמה לשנות את המציאות החברתית שסביבי.

***** בהתאם להיכרות שלכם עם תלמידי הכיתה, תוכלו להוסיף או להשמיט פתקים.



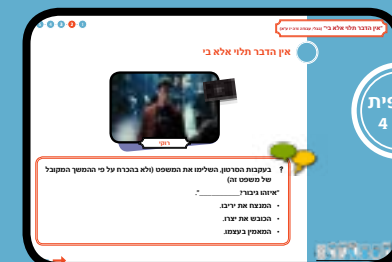
5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא בך" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

בעקבות תליית הפתקים של התלמידים, נדון בתוצאות שיוצגו לפנינו:
האם באמת אנשים עורכים שינוי בדברים שבהם קל להשתנות? במקרים בהם קשה להשתנות, מה בכל זאת יכול לגרום לשינוי?

אפשרות ב':

כהמשך לפעילות זו נצפה עם התלמידים בקטע מתוך הסרט "רוקי":



שקופית
מס' 4

שאלות לדיון

- ? רוקי אומר לבנו שרק פחדנים מאשימים את הסובבים אותם. האם אתם מסכימים לדעתו?
- ? מדוע אנחנו נוטים להאשים את הסביבה במצב שבו אנו נמצאים?
- ? איזו תכונה נדרשת לאדם כדי שיצליח לקבל אחריות לחיים שלו ולשנות אותם (ולא יאשים את הסביבה במה שקורה לו)?

נסכם את שתי האפשרויות:

הסרטון 'רוקי' מהווה תשובה לדיון שהתעורר סביב המקרים השונים בפעילות עם החבל והפתקים: הכוח להשתנות, הכוח לפעול ולעצב את המידות ואת ההתנהגות שלנו, ואת חיינו בכלל, מצוי בידיים שלנו. לפעמים אנחנו 'מרימים ידיים' מראש ולפעמים אנחנו מאשימים את הסביבה במצב שאליו הגענו (כמו בסרט רוקי). עלינו לדעת לקבל עלינו את האחריות ולנקוט יוזמה וליצור שינוי.



כדאי להתכונן מראש ולחשוב על דוגמות שונות של קשיים ואתגרים שהתלמידים יעלו כדברים שאין אפשרות לשנותם, ולנסות לראות אם יש לנו עצות או אמירות כיצד בכל זאת ניתן לצאת מהמצב המתואר.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא בי" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

חלק ג' - העשרה תורנית:

מקורות רבים מדבריהם של חכמי הדורות יכולים לבטא את הרעיון שעיצוב המידות והבחירה בהתנהגות נאותה - נתונים בשליטתו של כל אדם ואדם והאחריות להם - היא שלו. כאן בחרנו להביא שניים:

אפשרות א:

את החלק המרכזי של המשנה: "אם אין אני לי - מי לי?" אפשר ללמד גם באופן חוויתי, דרך האזנה לשירו של יובל טייב: "אם אין אני לי":

או לביצוע של אודי דויד "אם אין אני":



נבקש מהתלמידים שבזמן שיאזינו לשיר, יכתבו לעצמם על פתק דבר אחד ש"אם אין אני לי - מי לי?", כלומר: שאם הם לא יעשו את המעשה הרצוי, אף אחד אחר לא יעשה אותו במקומם.

לאחר מכן, תלמידים יוכלו לשתף את חבריהם לכיתה בדוגמה אחת או בשתיים מהדברים שכתבו.



שקופית מס' 5

"הוא (הלל) היה אומר:

אם אין אני לי - מי לי?

וכשאני לעצמי - מה אני?

ואם לא עכשיו - אימתי?"

(מסכת אבות, א' יד)

שאלות לדיון

? כיצד אתם מבינים את החלק הראשון של דבריו של הלל: "אם אין אני לי - מי לי?"

? מה מוסיפים שני החלקים האחרים של דברי הלל: "וכשאני לעצמי מה אני?" ו"אם לא עכשיו אימתי?"

? חשבו על דוגמה מהחיים שלכם שיכולה להמחיש את דבריו של הלל.

שאלה סגורה:

? לאחר שנסביר את דבריו של הלל פעם אחת, המדריך/ה י/תקרא פעם נוספת את דבריו, ותבקש מהתלמידים לקום ולעמוד אם הם סבורים שהם מיישמים בחייהם את דבריו של הלל: "אם אין אני לי", ולהישאר לשבת אם הם חושבים שאינם מיישמים אותם.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא בך" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

← בפרק הראשון במסכת אבות מובאות הדרכות להנהגות טובות: הפרק פותח בדברים שאמרו אנשי כנסת הגדולה (בימי בית המקדש השני) וממשיך בדברי תנאים.

אנו נתמקד בחלק הראשון של דבריו של הלל: "אם אין אני לי - מי לי?"

דבריו אלו של הלל הם הדרכה כללית המלמדת את האדם בראש ובראשונה שעליו לקבל אחריות למעשים שלו, ולא לצפות שאחרים יעשו את הדברים בעבורו ובמקומו. במובן של תיקון המידות - על האדם מוטלת האחריות לעמול כדי להביא את עצמו למצב הרצוי בעיניו.

שני המשפטים הנוספים של הלל מלמדים אותנו ששינוי המציאות אינו נשאר בגבול התחום שבין האדם לבין עצמו, אלא מתפשט ומתרחב גם לתחום שבין האדם לבין סביבתו. השינוי הפנימי אינו מטרה בפני עצמה, השאיפה היא לגרום לו להקרין ולפעול גם כלפי חוץ.

חשוב לשים לב להתנהלות שלנו: הלל הזקן מלמד אותנו: "ואם לא עכשיו - אימתי?" אי אפשר לדחוק ולדחות את הדרוש תיקון עוד ועוד. הדחייה לא תועיל במאומה. תחת זאת, עלינו לאזור אומץ, לגייס את כוחותינו ולפעול במלוא המרץ.





5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא ב" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

אפשרות ב:

נלמד קטע מספר הכוזרי (שחיבר ריה"ל). כדי שהלימוד יהיה חווייתי, נבקש שני תלמידים מתנדבים: האחד ימלא את תפקיד מלך כוזר, והאחר - את תפקיד החבר. השניים יעמדו לפני הכיתה ויקראו-יציגו את השיחה בין המלך לחבר.

← למדריכה: כדאי לבחור שני תלמידים שיוכלו לקרוא את הטקסט באופן כזה שימחיש וימחז מעט את הדמויות.



שקופית
מס' 6

! ספרו של רבי יהודה הלוי מבוסס על סיפורה של ממלכת כוזר, אשר המלך שלה ובעקבותיו גם מרבית נתיניו התגבירו לפני כאלף שנה. הספר בנוי כקטעי שיח: תחילה של מלך כוזר עם הפילוסופים ועם חכמי הדתות השונות (בכל פעם - עם נציג של דת אחרת) חוץ מהיהדות, ואחרי שנואש מדבריהם, עובר השיח להתנהל בינו לבין החכם היהודי - "החבר" (כך הוא מכונה בספר).

בשיחתם זו, מבקש מלך כוזר לשמוע מהחבר כיצד נראית דמותו של החסיד. החבר בוחר לתאר לו את המושל המולך על הממלכה. החבר מסביר לו שהחסיד הוא בעצם המושל - השליט, ונתיניו הם כל התכונות, המידות וההתנהגויות של האדם. החסיד אינו נותן לדחפים מכל סוג שהוא או להשפעות חיצוניות להוביל אותו ולשלוט בו, אלא הוא שמוביל אותם ושולט בהם, ועל כן, החסיד דומה למושל.

"אמר הכוזרי: תאר נא לי אפוא מה הם מעשי החסיד אצלכם.

(תתאר לי את מעשיו של האדם השלם, הצדיק, על פי האמונה היהודית)

אמר החבר: החסיד הוא האיש המפקד על מדינתו, הנותן לכל יושביה את לחם חוקם, ומספק להם כל צרכם במידה נכונה, והוא נוהג בכולם בצדק, לא יעשוק איש מהם ולא ייתן לאיש יותר ממנתו הראויה לו, כי על כן הוא מוצא את כולם, בשעה שהוא צריך להם, נשמעים לו, ממהרים להענות לקריאתו, עושים ככל אשר יצווה ונוזהרים מכל אשר יאסור עליהם. (החסיד הוא האדם ששולט על המדינה. הוא נותן לתושבי המדינה את כל צורכיהם, בצדק ובמשפט, כל אחד על פי הראוי לו. וכך, בשעה שהוא זקוק להם - נענים כל נתיניו לקריאתו וממלאים את פקודותיו)

אמר הכוזרי: לחסיד שאלתיך, לא למושל. (ביקשתי שתתאר לי את החסיד, ולא את השליט)

אמר החבר: החסיד הוא המושל, שהרי כל חושיו וכוחותיו, הנפשיים והגופניים סרים אל משמעתו, והוא מנהיג אותם...
" (החסיד הוא בעצם השליט, האדם השולט בכל כוחותיו ויודע להנהיג את עצמו, ולא לתת לדברים לקרות מאליהם, או לגרור אותם אחרי תאוותיו)

(ספר הכוזרי, מאמר שלישי, ב-ה)

שאלות לדיון

- ? הכוזרי מבקש מהחבר (היהודי) לתאר באוזניו את דמותו של החסיד, הוא האדם השלם, הצדיק, ובתגובה, החבר מתאר את מעשיו של המושל. מדוע?
- ? מה הקשר בין מעשיו של המושל במדינה למעשיו של החסיד, על פי דברי החבר?
- ? חשבו על דוגמה ספציפית שיכולה להוות דוגמה לדבריו של החבר.



חלק ד' - מה אפשר לעשות? לעשות!

נבחן מקרים מגוונים שאנו נתקלים בהם בחיים, וננסה להבין כיצד עלינו לנהוג בהם כדי להצליח לעשות את השינוי: נחלק את הכיתה לקבוצות. כל קבוצה תקבל מקרה אחד מהמקרים שיובאו להלן ותדון בו, על פי השאלות המנחות:

אני יודע/ת שזה לא טוב לשקר. אבל החיים לימדו אותי שאם משקרים - מרוויחים, ואם אומרים את האמת - מפסידים. אז התרגלתי.

מאז שאני זוכר/ת את עצמי אני מתעצבן/ת בקלות. וכשאני אומר/ת "מתעצבן/ת", אני מתכוון/ת שאני חוסף/ת קריזה. בזמן האחרון, שמתי לב שאני מפסיד/ה בגלל זה עוד ועוד חברים/ות, אבל כזה/כזאת אני, איך אני יכול/ה לשנות את זה?!

גדלנו 'על' אוכל לא בריא. בזמן האחרון, אני מנסה לאכול מזון בריא יותר וגם לשמור על כושר. אבל אין, זה טבוע בי. איך אוכל לשנות בבת-אחת את הטעם שלי, אחרי שהתרגלתי למשהו מסוים כל החיים?

בשכבה שלנו מתרחשות גנבות. זה משגע אותי. אי אפשר להשאיר משהו על השולחן או תיק ללא השגחה כי מישהו יגנוב לנו משהו. מה לעשות?

חילקו אותנו להקבצות בחשבון. ברור לי שזה מכתוב את כמות היחידות שעליהן אצטרך להיבחן בבחינת הבגרות אם בכלל. אני בהקבצה החלשה מכולן. אני יודע/ת שאני יכול/ה להתאמץ ולעלות הקבצה, אבל המורה בהקבצה שמעל ההקבצה שלי גרועה ולא מפרגנת, וברור שהיא תכשיל אותי. ואם כן, אולי עדיף להישאר בהקבצה שלי וזהו?

האם זה בידייך
על/ה?

אם לא, הן
זה גאווה?

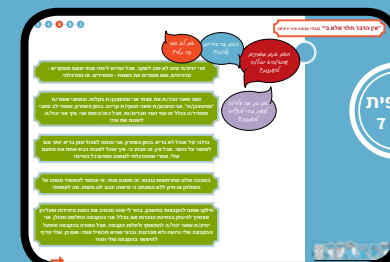
האם אדם מאמין
שהוא/היא יכול/ה
להשגות?

אם כן, מה עליו/ה
לעשות כדי להצליח
להשגות?

רשמו לפחות שלוש עצות שיוכלו לעזור לאותו/ה תלמיד/ה להצליח לחולל את השינוי בחייו/ה.

← למדריכה: בכיתות שבהן יש חשש שהעבודה בקבוצות לא תצליח מסיבה כלשהי, אפשר לפעול בחלק זה כקבוצה אחת גדולה: נקרין בכל פעם מצגת המתארת מקרה אחד, ונדון בו עם התלמידים. כשנרגיש שהדיון מוצה, נקרין את המקרה הבא וכן הלאה.

לאחר שכל קבוצה תדון בדברים בעצמה, יציגו התלמידים את המקרים ואת עמדותיהם לפני החברים בכיתה.



סיכום: סיבות מגוונות

עשויות לגרום לאדם להרגיש שאיננו מסוגל להשתנות: יכולות להיות סיבות הקשורות להרגל שרכש מגיל צעיר, למזג שעמו נולד, למשפחה, לחברים, למורים, ויכולות להיות גם סיבות אחרות. אין להקל ראש בסיבות הללו. עלינו להבין שכדי להצליח, נידרש להשקיע מאמץ רב יותר מאשר נדרשנו להשקיע אלמלא הקשיים. כדי למצוא את הדרך להשתנות, עלינו לחשוב ולעתים גם להתייעץ עם הסובבים..



5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא ב" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

חלק ה' - יישום: משימה בלתי אפשרית - האומנם?

אפשרות א': חידה

נקרין על הלוח את המילים שמובאות להלן, ובבקש מהתלמידים להרכיב מהן שלושה משפטים הגיוניים: בכל משפט - שלוש מילים:



הוא	חמוץ	דבש
לימון	מזון	מתוק
הוא	פרי	אינו

אחרי כדקה של מחשבה, נשאל את התלמידים:

שאלות לדיון

- מדוע קשה לנו לפתור את החידה הזאת?
- הייתכן שיש פעולה מסוימת שמתרחשת במוחנו באופן 'אוטומטי' שמפריעה לנו לפתור את החידה? איזו פעולה?



שקופית מס' 8



שקופית מס' 9

← למדריך/ה: באופן אוטומטי אנחנו מנסים לפתור את החידה הזאת על פי המוכר לנו ביותר: אנחנו מנסים לחבר בין שם התואר מתוק לדבש ובין שם התואר חמוץ ללימון. הניסיון הזה משאיר בידינו את המילים: "מזון" "אינו" ו"פרי" - שצירופן לא יניב משפט הגיוני.

כדי לפתור את החידה עלינו לנסות דרכים אחרות: עלינו "לחשוב מחוץ לקופסה" ולהתבונן במציאות בדרך אחרת. או אז נגלה שהחידה ניתנת לפתרון: אפשר לחלק את תשע המילים לשלוש קבוצות ולהרכיב מכל קבוצה משפט הגיוני אחד. המשפטים הם: דבש הוא מזון; חמוץ אינו מתוק (או: מתוק אינו חמוץ); לימון הוא פרי.

כמו בחידה - כך במציאות: יש במציאות דברים רבים שאף על פי שהם פוגעים באיכות החיים שלנו, כיוון שהתרגלנו לראות אותם כפי שהם, מתפתחת אצלנו המחשבה ש"ככה זה" ו"אין שום אפשרות אחרת". מחשבה כזאת גורמת לנו לנסות ולעשות משהו שיגרום לשינוי, אבל אם נבחן את המציאות באופן אחר, נגלה דרכים ליצור שינוי ואף נצליח לשנות.

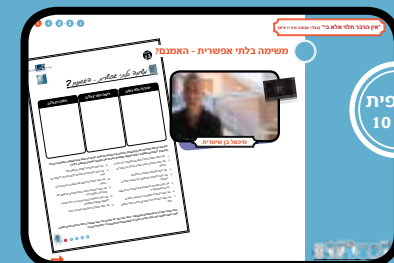


5 - 4 - 3 - 2 - 1

"אין הדבר תלוי אלא בך" (בבלי, עבודה זרה יז ע"א)

אפשרות ב':

נצפה עם התלמידים בכתבה מעוררת ההשראה המתארת את סיפורו של מיכאל בן שטרית, שהצליח לשנות את חייו ומנער בחברת 'נוער שוליים' צמח והפך למנהל תיכון! בעקבות החידה או הסרטון, נחלק לתלמידים דף ובו שאלון:



שקופית מס' 10

! נסכם את היחידה באמירה שאף אחד לא נולד מושלם ותמיד יש מה לשפר ולתקן בעצמנו או במציאות החיים בה אנו נמצאים. הנטייה 'לקטר' ולהתלונן בלי לנקוט פעולה לתיקון המצב היא קלה אך לא תקדם אותנו בחיים. אנחנו צריכים לחשוב, לאזור כוחות וליצור שינוי שרק באמצעותו נהיה אנחנו והסביבה שלנו, טובים יותר.

יחידה 13

משימה באתר אפלית - האומץ?



רוצה ולא יכול/ה	רוצה ולא יכול/ה	יכול/ה ולא רוצה

לפניכם רשימת שאיפות שכולן קשורות במידות או בהתנהגויות שלנו. שבצו כל אחת מהן במקומה המתאים בטבלה (אין צורך להעתיק המשפט. רשמו במקום המתאים בטבלה את המספר שלימין המשפט בלבד):

- אני רוצה להצליח לא לעסוק גם כשקורה דבר מרגיז.
- אני רוצה להצליח ליצור אווירה נעימה בין החברים בכיתה.
- אני רוצה להצליח להתמיד בלימודים.
- אני רוצה להצליח לא לשקר, גם אם אני עלול/ה להפסיד.
- אני רוצה להצליח להתאפק ולא לאכול דברים שאני יודע/ת שמזיקים לי.
- אני רוצה להצליח להשתפר ביחס שלי להורים.
- אני רוצה להצליח לא להתבייש וללכת לאור האמת שלי.
- אני רוצה להצליח לשלוט ברגשות שלי.
- אני רוצה להצליח לא להיכנע ללחץ חברתי ולעמוד על שלי.
- אני רוצה להצליח לרומם את האווירה הדתית בבית הספר.
- אני רוצה להצליח להגיב במתינות לדברים שאני לא מסכימ/ה עמהם כלל.
- אני רוצה להצליח להיות אמיץ/ה ד"י ולא להיגרר לעשות מעשים מסוכנים.
- אני רוצה להצליח להתחזק מבחינה דתית.

בחרו באחד מהדברים שרשמם במשבצת: "רוצה ולא יכול" או הוסיפו דבר אחר שמפריע לכם והייתם רוצים לשנות אותו. חשבו ומצאו צעד אחד שיהיה הצעד הראשון שעליכם לעשות כדי להתחיל בשינוי!



5 - 4 - 3 - 2 - 1