

יחידה מספר 7 - בחברה טובה

מדריך למדריך



אמור לי מי חבריך ואומר לך מי אתה

5 4 3 2 1

5. אני ומשפחתי

6. אני והחברה

7. בחברה טובה

8. לתת

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

1. התלמיד יבין את כוחו והשפעתו של לחץ חברתי.
2. התלמידים ידונו בדרכי התמודדות עם הלחץ.
3. התלמיד יבין שהאחריות למעשיו, גם לאלו שנעשו בשל השפעת לחץ חיצוני - היא שלו.

שלבי הפעילות:

- חלק א' - השפעתו של לחץ חברתי (15 דק')
- חלק ב' - יש לך אחריות! (7-8 דק')
- חלק ג' - התמודדות עם לחץ חברתי - אילו תכונות נדרשות כדי להצליח בה? (7-8 דק')
- חלק ד' - כלים להתמודדות עם לחץ חברתי (10 דק')
- חלק ה' - סיכום- בחינה אישית (5 דק')

עזרים:

- דפי A6 בצבעי ירוק תפוח ואדום (גוונים בהירים) כמספר התלמידים
- דף מצולם לבחינה אישית

! 'קבוצת השווים' (קבוצת אנשים בני אותו גיל ובעלי מעמד חברתי דומה) היא אחד הגורמים המשפיעים ביותר על עיצוב האישיות של מתבגרים כמו גם על מעשיהם ועל התנהגותם. בני הנוער בודקים את עצמם תדיר ומשווים בינם לבין חבריהם: האם הם עומדים ב'צפייה החברתית' מבחינת לבוש, התנהגות, תחומי עניין וכו'. לכן חשוב לעורר בנערים ובנערות את המודעות לקיומה של ההשפעה הזאת ולכוחה ולהקנות להם כלים להתמודדות אתה, כיצד לשמור על הרצונות ועל הצרכים שלהם, לקבל אחריות על מעשיהם ולעודד אותם לשהות בחברת בני נער שהשפעתם עליהם תהיה טובה.





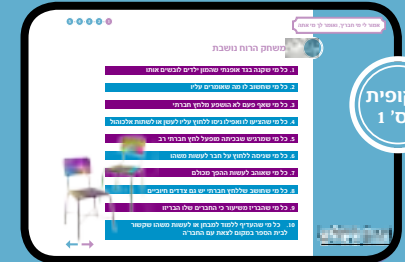
5 - 4 - 3 - 2 - 1

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה

חלק א' - השפעתו של לחץ חברתי

פתיחה

נפתח במשחק שיעלה למודעות את קיומו של הלחץ החברתי בחיים שלנו ואת כוחו.



אפשרות א': משחק הרוח נושבת

נסדר כיסאות במעגל. מספר הכיסאות קטן באחד ממספר המשתתפים. בכל פעם נאמר בקול רם הגדרה מסוימת, ועל כל המשתתפים שהגדרה מתאימה להם להחליף בניהם מקומות. במהלך המשחק אפשר לראות מעט את התלמידים ולבקש מהם להרחיב את הדיבור על הסיבה שבגללה קמו.



1. כל מי שקנה בגד אופנתי שהמון ילדים לובשים אותו
2. כל מי שחשוב לו מה שאומרים עליו
3. כל מי שאף פעם לא הושפע מלחץ חברתי
4. כל מי שהציעו לו ואפילו ניסו ללחוץ עליו לעשן או לשתות אלכוהול
5. כל מי שמרגיש שבכיתה מופעל לחץ חברתי רב
6. כל מי שניסה ללחוץ על חבר לעשות משהו
7. כל מי שאוהב לעשות ההפך מכולם
8. כל מי שחושב שללחץ חברתי יש גם צדדים חיוביים
9. כל מי שהבריז משיעור כי החברים שלו הבריזו
10. כל מי שהעדיף ללמוד למבחן או לעשות משהו שקשור לבית הספר במקום לצאת עם החבר'ה

שאלות לדיון

המדריך יבקש מהמשתתפים להעריך עד כמה (בין 1-10) קיים סביבם לחץ חברתי.

האם קשה או קל להתמודד אתו?

האם הם מרוצים מהמצב כפי שהוא?



5 - 4 - 3 - 2 - 1



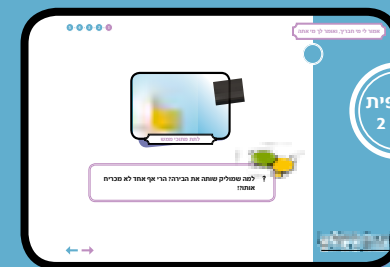
למי זה טעים?

נמשיך עם סרטון שמציג בהומור סיטואציה שבה אדם פועל מכוח לחץ חברתי

שאלות לדיון

- ? מדוע שמוליק שותה בירה אף על פי שנראה שהוא ממש לא אוהב לשתות?
- ? האם חבריו אכן מפעילים עליו לחץ?
- ? למה לדעתם אנשים פועלים מתוך לחץ חברתי גם כשלא לוחצים עליהם במפורש וכשלא דורשים מהם להתנהג באופן שונה ממה ש'מתאים' להם?

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה



שקופית
מס' 2



5 - 4 - 3 - 2 - 1

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה



שקופית
מס' 3

אפשרות ב': משחק

1. נבקש מהמורה שבזמן כניסת התלמידים לשיעור, יעכב מחוץ לכיתה 3 מהתלמידים.
2. בזמן שהתלמידים הללו בחוץ, נבקש מהתלמידים שבכיתה לעמוד ולשים לב לתנועות המדריך. בכל פעם שהמדריך יסתובב לכיוון מסוים - יסתובבו גם הם לאותו הצד.
3. נסביר לתלמידים שאנחנו רוצים לבחון את תגובתם של התלמידים שבחוץ, ולכן אנחנו מבקשים מהם שלא להסביר לחבריהם מדוע הם עושים מה שהם עושים, אלא לדרבן את התלמידים הנכנסים להצטרף אליהם ולשתף פעולה.
4. נכניס את שלושת התלמידים לכיתה. וכעת - בכל פעם שהמדריך יסתובב לכיוון אחד ואחריו התלמידים.

שאלות לדיון

- ? כיצד הגיבו שלושת התלמידים?
- ? האם הם ביצעו את ההוראה כמו כולם?
- ? עד כמה חשוב היה להם לדעת מה היא הסיבה לפעולה?
- ? ניתן לראות גם את התלמידים עצמם ולשאול אותך איך הרגישו ואיך השתלבו.

ניסוי המעלית - לחץ חברתי.

המשחק מבוסס על ההתרחשות המוצגת בסרטון המצורף. ניתן להקרין אותו לאחר המשחק ולהשוות בין הקורה בו לבין מה שהתרחש בכיתה. האם קרה אותו הדבר?

סיכום: אנו חיים בחברה ומושפעים ממנה. השפעה זו נוגעת בכל תחום בחיינו: בلبוש שלנו, בהתנהגות שלנו, בעיסוקים שאנחנו בוחרים, באמונות שלנו וכו'. חשוב שנפקח עיניים ונהיה מודעים לגורמים המשפיעים עלינו כדי שנוכל להבחין בין ההשפעה חיובית להשפעה שלילית ובמקרה שנוזהה שהשפעתו של גורם מסוים שלילית - נפעל לנטרל אותה.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה

הרחבה: לחץ טוב - לחץ רע

חשוב להעלות לפני הילדים את המורכבות של הלחץ החברתי. נציג את הפסוק מספר משלי:

"הולך את-חכמים יחכם ורעה כסילים ירוע" (משלי י"ג, כ)

נבקש מהם להסביר את הפסוק ונסביר שלחברה יכולה להיות השפעה גם חיובית וגם שלילית.

נחלק לתלמידים דפי A6 ירוקים ואדומים ונבקש מכל אחד לכתוב על דף ירוק דוגמה ללחץ חברתי חיובי שנתקל בו ועל הדף האדום דוגמה ללחץ חברתי שלילי.

אחרי שיסיימו, יפרסו התלמידים את הדפים על הרצפה ונסקור אותם יחד בקצרה.



! הערה למדריך: השאיפה

היא שהתלמידים יכתבו על הדפים האדומים: העתקה, סמים, תאונות דרכים, אלימות, פגיעה וכו'. ועל הדפים הירוקים: עזרה למסכנים, התנדבות, קהילתית, השתדלות בלימודים, שמירה על סדר וניקיון שמירה על הטבע וכו'. אם בהתחלה החניכים מתקשים להעלות רעיונות משלהם, אפשר להציע דוגמות מאלו שהוצעו כאן.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה

חלק ב' - יש לך אחריות

בשלב הזה נבקש לדון במידת האחריות של האדם לגבי פעולות שביצע בגלל לחץ חברתי. נעשה זאת באמצעות **מקרה מבחן**:

בשנת 2011 התגלה באחד מבתי הספר התיכוניים בארץ מקרה העתקה חמור של בחינות בגרות. תלמידים אחדים הצליחו להשיג את שאלון הבחינה מראש, והפיצו אותו בין חבריהם. ביום הבחינה, הגישו המפיצים וחבריהם טופסי מבחן שבהם תשובות שהוכנו מראש. משרד החינוך גילה את המעשה, פסל כ-300 בחינות בגרות וקבע שאותם 300 תלמידים שהעתיקו לא יהיו זכאים לגשת לבחינה חוזרת במשך שנתיים.

מ', תלמיד כיתה י"א, הגיש ערעור למשרד החינוך ובו טען:

"אני לא הייתי בקבוצת התלמידים שפרצו לאתר משרד החינוך וגנבו את הבחינה או שהפיצו אותה. אני גם לא התכוונתי להעתיק וידעתי את החומר, אבל כשחבר הביא לי את הטופס, הבנתי שכל הכיתה עומדת להשתמש בו לקבל ציונים מעולים, ולא יכולתי להרשות לעצמי לקבל ציון נמוך שיוריד את הממוצע הכיתתי וגם יפגע במצב הלימודי שלי. נלחצתי. אני יודע שלא בסדר להעתיק, ואני מצטער, אבל אני מבקש שתבינו את הלחץ הגדול שבו הייתי נתון, ותאפשרו לי לגשת שוב במועד הקרוב לבחינה (הפעם ביושר)".



שקופית מס' 5

שאלות לדיון

- ? מה גרם למ' להעתיק במבחן?
- ? לוי הייתם חברים בוועדת האתיקה של משרד החינוך - האם הייתם מאשרים את בקשתו של מ'?
- ? האם מ' אחראי באופן מלא למעשיו או שבגלל הלחץ שבו היה נתון צריך להקל עמו?

"אין שליח לדבר עברה"

לסיכום נביא את הכלל:



5 - 4 - 3 - 2 - 1

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה

ההלכה קובעת שבאופן בסיסי האדם אינו יכול לפטור את עצמו מאחריות בטענה שמישהו אחר שלח אותו לעשות את המעשה השלילי שעשה. מובן שלכלל הזה יש חריגים והפוסקים דנים באריכות בעניין מידת אחריותו של המשלח בכלל, ובמקרים שבהם הוא כפה ואנס את השליח לבצע את שליחותו בפרט. עם זאת, נקודת המוצא היא שהאדם הוא שנושא באחריות למעשיו.

← (העשרה למדריך על כלל זה ניתן למצוא במאמר שבקישור <http://www.daat.ac.il/mishpat-ivri/skirot/185-2.htm>)

אחת הסברות המרכזיות שבהן הגמרא משתמשת כדי לנמק את הכלל היא הסברה:

”דברי הרב ודברי התלמיד, דברי מי שומעים?”

שאלה לדיון

? מה הנמשל - מי הוא הרב ומי הוא התלמיד?

הרב הוא הקדוש ברוך הוא. בין המצוות שציווה אותנו יש מצוות 'עשה' - דברים שאנו צריכים לעשות, ומצוות 'לא תעשה' - דברים שעלינו להימנע מעשייתם = עברות.

התלמיד הוא האדם המשלח, זה שכביכול מכוחו ביצע השליח את העברה.

← משמעות הדברים היא שהמחויבות הראשונה של האדם היא כלפי הקדוש ברוך הוא "דע לפני מי אתה עתיד ליתן דין וחשבון". מכיוון שכך, הוא אינו יכול לטעון שבגלל אמירה של בשר ודם המנוגדת לערכי התורה והמוסר, הוא ביצע עברה ומשום כך האחריות לעברה אינה חלה עליו.

אמירה זו היא עשויה לשמש כלי ראשון להתמודדות עם לחץ חברתי. אדם ירא שמים, שמכוון את מעשיו לרצון ה', אמור לבחון את עצמו ואת מעשיו תדיר ולבדוק שהוא פועל לפי רצון ה'. הידיעה שמעשיו מכוונים לרצון ה' מחזקת אותו בהתמודדות מול לחץ שמופעל עליו מצד סביבתו החברתית.



שימו לב לא לגלוש עם

התלמידים לדיון בנושא

אמונה ומקומו של ה' בחיינו.

את זה נשמור ליחידה 9.

כאן רק נחדד את הנקודה

שנוכחות ה' והידיעה שאני

פועל על פי רצונו יכולה לחזק

אותי מול לחצים והשפעות

שליליות.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה

חלק ג' - חשיבה על היכולת להתמודד עם לחץ חברתי

נקרין לפני התלמידים את התמונה הזאת, שבה רואים גרמנים מצדיעים במועל יד להיטלר. נשאל אותם אם הם מצליחים לראות בתמונה משהו מוזר?



לאחר מכן נקרין להם את התמונה הזאת:



ואת זאת:

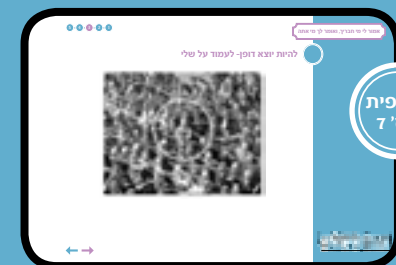
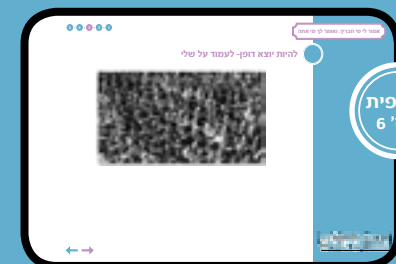


← מידע למדריך על התמונה:

“האיש המתנגד”

התמונה צולמה בטקס חנוכת ספינת מלחמה נאצית שהתקיים ב-30 ביוני 1936, אירוע שהיטלר עצמו נכח בו. בתוך מאות האנשים שמסביבו המצדיעים במועל יד בגאווה, ניתן בקושי רב לזהות איש בודד שנראה כאילו הוא מסרב במופגן להצדיע.

האיש המצולם הוא אוגוסט לנדמסר, והסיבה להתנגדותו השקטה היא ככל הנראה אהבה. ב-1931, הצטרף לנדסמר המובטל למפלגה הנאצית. הוא האמין שבעזרת קשרים נכונים שייצור, יצליח למצוא עבודה. לצד זה, היו לו גם שאיפות פוליטיות. ב-1934 הוא פגש את אירמה אקלר היהודייה והשניים התאהבו. הם התארסו והגישו בקשה להינשא. בתגובה, נזרק לנדסמר מהמפלגה, ובשל חוקי נירנברג הידועים לשמצה, שאסרו על גרמנים “טהורים” להתחתן עם יהודים, בקשתם נדחתה. ב-1937, למרות הקשיים, התעקשו לנדסמר ואקלר לחיות כזוג נשוי לכל דבר. באותה השנה נולדה להם בת, והמשפחה ניסתה לברוח לדנמרק אך נתפסה בגבול. לנדסמר הואשם בביזוי הגזע הארי, ומאוחר יותר שוחרר באזהרה. כשהחוקים הנאציים סוגרים עליהם, נטש אותם המזל: לנדסמר נכלא ונשלח למחנה עבודה לתקופה של שנתיים. יום שליחתו למחנה היה הפעם האחרונה שבה ראה את אשתו בחיים. אקלר נתפסה על ידי הגסטפו, נכלאה בבית כלא ובשהותה שם, ילדה את בתם השנייה. לאחר מכן היא נשלחה למחנה ריכוז, וב-1942, נרצחה שם על ידי הנאצים עם עוד 14 אלף אסירות יהודיות. בנותיהם הופרדו. האחת הורשתה לגור עם סבתה, והאחרת נשלחה לבית יתומים. ב-1941 שוחרר לנדסמר מהמחנה והחל לעבוד כמנהל עבודה. ב-1944 הוא גויס בכפייה לצבא הגרמני, לפלוגה שחייליה אסירים לשעבר. בעקבות פעילות צבאית הוא הוכרז כנעדר, וככל הנראה נהרג שישה חודשים בלבד לפני שהנאצים נכנעו. גופתו מעולם לא נמצאה. (מתוך כתבה באתר מאקו)





5 - 4 - 3 - 2 - 1

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה



שאלות לדיון

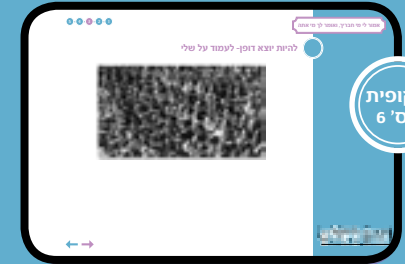
- ? מה אתם רואים בתמונה? מדוע לדעתכם היא הפכה להיות תמונה מפורסמת מאוד?
- ? אוגוסט לנדסמר המצולם בתמונה פעל נגד השלטון הנאצי, הוא נשא יהודייה לאישה ובעקבות כך סבל רבות. איזה מחיר עלול לשלם אדם שלא 'הולך עם הזרם' ופועל נגדו? האם למרות המחיר כדאי לי לעמוד על שלי? מדוע?
- ? אילו עצות הייתם נותנים לחבר שמרגיש שהוא עושה מעשים לא נכונים בעקבות לחץ חברתי?

שאלה סגורה:

? אילו 3 תכונות צריך שיהיו לאדם כדי שיוכל לנהוג אחרת מכולם?

אומץ	נטיה להתבודדות	חכמה
דאגנות	אופטימיות	ביטחון עצמי
ביקורתיות	אמונה בה'	תמימות
משהו אחר	כוח סבל	טיפשות

? האם ניחנת בתכונות הללו?



שקופית
מס' 6

! עמידה על דעתך היא מעשה לא קל, בעיקר כאשר הרוב חושב ומתנהג אחרת או מפעיל על האדם לחץ לשנות את דעתו.

כדי לעמוד בלחץ ישנן תכונות אופי שחשוב לחזק. יחד עם זאת ישנם עוד כלים להתמודד עם לחצים חברתיים, בהמשך היחידה נביא שניים מהם.



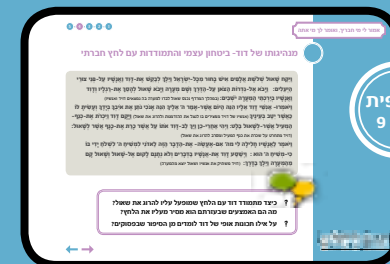
חלק ד' - דרכי התמודדות עם לחץ חברתי

בשלב זה נציע שני קטעי לימוד שמציגים שני כיוונים של התמודדות עם לחץ חברתי.

דרך התמודדות א' - ביטחון עצמי ואמונה באמת פנימית:

בספר שמואל מתוארת הרדיפה של שאול המלך אחרי דוד להרגו. באחד הימים, הסתתרו דוד ואנשיו בתוך מערה, ולפתע נכנס לאותה המערה שאול. הוא היה לבדו. זו הייתה הזדמנות מיוחדת לדוד: המלך שאול ללא שומרי, הוא יכול היה לנצל אותה לפגוע במלך ולהסיר את האיום שריחף על חייו. עוזרי דוד ניסו להניע את דוד לנצל את ההזדמנות ולהרוג את שאול, אך למרות לחצם, דוד סירב.

בסיפור זה ניתן לראות כיצד דוד המלך מתמודד עם לחץ חברתי, כיצד הוא קשוב כל הזמן למצפון, וכיצד הוא מגלה מנהיגות ואינו 'מגמגם' אלא קוטע באופן חד את הניסיון להטות אותו לעשות מעשה המנוגד לערכיו ולדרכו (אפשר גם לספר את הסיפור על פה בלי לקרוא מהפסוקים) שמואל א' פרק כ"ד פסוקים ב'-ז'.



שאלות לדיון

- ? כיצד מתמודד דוד עם הלחץ שמופעל עליו להרוג את שאול? מה הם האמצעים שבעזרתם הוא מסיר מעליו את הלחץ?
- ? על אילו תכונות אופי של דוד לומדים מן הסיפור שבפסוקים?

וַיִּקַּח שָׁאוּל שְׁלֹשֶׁת אֲלָפִים אִישׁ בַּחֹר מִכָּל-יִשְׂרָאֵל וַיֵּלֶךְ לִבְקֹשׁ אֶת-דָּוִד וְאֶנְשָׁיו עַל-פְּנֵי צוּרֵי הַיַּעְלִים: וַיָּבֹא אֶל-גְּדֵרוֹת הַצֵּאֵן עַל-הַדָּרֶךְ וְשָׁם מָעְרָה וַיָּבֹא שָׁאוּל לְהִסָּךְ אֶת-רִגְלָיו וְדָוִד וְאֶנְשָׁיו בִּירְכָתִי הַמָּעְרָה יֹשְׁבִים: (במהלך המרדף נכנס שאול לבדו למערה בה נמצאים דוד ואנשיו) וַיֹּאמְרוּ-אֲנָשֵׁי דָוִד אֵלָיו הִנֵּה הַיּוֹם אֲשֶׁר-אָמַר ה' אֵלֶיךָ הִנֵּה אֲנֹכִי נֹתֵן אֶת אִיבֶךָ בְּיָדְךָ וְעָשִׂיתָ לוֹ כְּאֲשֶׁר יִטֵּב בְּעֵינֶיךָ (אנשיו של דוד מפצירים בו לנצל את ההזדמנות ולהרוג את שאול) וַיִּקֶּם דָּוִד וַיִּכְרֹת אֶת-כֶּנֶף-הַמַּעֲיֵל אֲשֶׁר-לְשָׁאוּל בָּלֵט: וַיְהִי אַחֲרֵי-כֵן וַיָּבֶז דָּוִד אֹתוֹ עַל אֲשֶׁר כָּרַת אֶת-כֶּנֶף אֲשֶׁר לְשָׁאוּל: (דוד מתחרט על שכרת את כנף המעיל ומסרב להרוג את שאול) וַיֹּאמֶר לְאֶנְשָׁיו חָלִילָה לִּי מִה' אִם-אֶעֱשֶׂה-אֶת-הַדָּבָר הַזֶּה לְאֹדְנִי לְמֹשִׁיחַ ה' לְשַׁלַּח יָדִי בּוֹ כִּי-מֹשִׁיחַ ה' הוּא: וַיִּשְׁסַע דָּוִד אֶת-אֶנְשָׁיו בְּדָבָרִים וְלֹא נָתַנָּם לָקוּם אֶל-שָׁאוּל וְשָׁאוּל קָם מִהַמָּעְרָה וַיֵּלֶךְ בְּדָרֶךְ: (דוד משתיק את אנשיו ושאו
יוצא מהמערה)



דרך התמודדות ב' - חברה טובה:

ההשפעה הגדולה שיש לחברה על האדם מעלה את הצורך של האדם לבנות לעצמו עמוד שדרה איתן ויציב, ובד בבד ישנו גם נתיב נוסף של התמודדות שהוא יכול להיעזר בו - ללכת למקום שבו יש חברה טובה שהשפעתה עליו תהיה חיובית.

נְתַאי הָאֲרֵבֶּלִי אוֹמֵר: הָרַחֵק מִשְׁכָּן רָע, וְאֶל תַּחֲבֵר לְרָשָׁע, וְאֶל תַּתְיָאֵשׁ מִן הַפְּרַעֲנוֹת:
(אבות פרק א' משנה ז')

הרמב"ם בהלכות דעות פרק ו' מסביר:

דרך ברייתו של אדם להיות נמשך בדעותיו ובמעשיו אחר ריעיו וחבריו נוהג כמנהג אנשי מדינתו, לפיכך צריך אדם להתחבר לצדיקים ולישב אצל החכמים תמיד כדי שילמוד ממעשיהם, ויתרחק מן הרשעים ההולכים בחשך כדי שלא ילמוד ממעשיהם... וכן אם היה במדינה שמנהגותיה רעים ואין אנשיה הולכים בדרך ישרה ילך למקום שאנשיה צדיקים ונוהגים בדרך טובים.





5 - 4 - 3 - 2 - 1

אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה



אדם שבוחר לעצמו מעגל חברתי חיובי יוכל גם להתברך מהשפעתם של חבריו. נבקש מהילדים לבחור את שלושת הקריטריונים שמשפיעים עליהם במיוחד בבחירת חברים. מתוך כל התשובות נבחר אחדות, ונבקש ממי שהתשובות הללו שלהם – לנמקן.

איך אתה בוחר את החברים שלך?



נסכם את הלימוד: כדי
לעמוד מול לחץ חברתי צריך לפתח ביטחון עצמי, להיות קשוב לעצמך - לרצונות ולצרכים שלך ובמקרה הצורך להיות מוכן לשלם מחיר חברתי על האמת שלך. דווקא בגלל זה, יש חשיבות גדולה מאוד לאופן שבו אדם בוחר את חבריו. עלינו לבחון היטב אם החברה שסביבנו עלולה להוריד אותנו למטה ולהוביל אותנו למעשים שליליים או להפך אנחנו נמצאים בחברה טובה שלא רק שלא פוגעת בנו אלא ההשפעה החברתית מחזקת ומעצימה אותנו.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

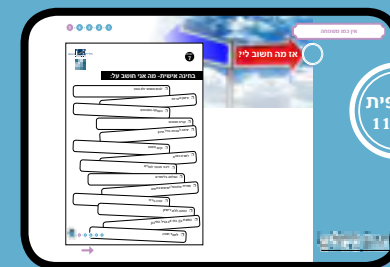
אמור לי מי חבריך, ואומר לך מי אתה

חלק ה' - סיכום

בחינה אישית

לסיכום היחידה הילדים יקבלו דף לבחינה עצמית ובו יסמנו לעצמם את האמונות שלהם, הדברים שהם אוהבים לעשות והדברים החשובים בעיניהם. הסימון נועד לחדד להם עצמם מהי ה'אמת' שלהם, על מנת שכשיעמדו מול לחצים דרכם תהיה ברורה להם והם יוכלו לעמוד עליה.

אחרי שהתלמידים סיימו למלא את השאלון באופן עצמאי כדאי לערוך שיתוף קצר (מי שמעוניין ישתף) על מנת שהמדריך יוכל לחדד את המסר שלכל אחד יש בחירות ונטיות אישיות המיוחדות לו והם שצריכים להוביל את התנהגותו ובחירותיו בחיים.



שקופית
מס' 11

! נסכם את היחידה: ביחידה פתחנו במודעות עצמית ללחץ שהחברה מפעילה עלינו וראינו שהלחץ יכול להיות חיובי או שלילי. ראינו שגם אם מופעל עלינו לחץ חברתי, האחריות למעשינו נשארת האחריות שלנו ואם נעשה מעשים שאינם טובים, איננו יכולים להטיל את האשמה על אחרים. למדנו שעל מנת להתמודד עם לחץ חברתי, חשוב להאמין בעצמנו, לברר בדיוק מה נכון ומה טוב בעינינו ולגלות עמוד שדרה יציב. צריך גם לזכור שה' איתנו ומביט בנו ולכוון את מעשינו לפי הוראותיו. עם זאת, מכיוון שישנו גם לחץ חברתי חיובי, חשוב שנבחר בקפידה את חברינו ונדאג להיות מוקפים באנשים טובים, מוסריים וערכיים שישפיעו עלינו לטובה.

חל"ד
HELED



יחידה
7

בחינה אישית- מה אני חושב על:

☐ לבוש חושפני ולא צנוע'

☐ עישון סיגריות

☐ העתקה במבחנים

☐ קניית מותגים

☐ יציאה לעבודה בגיל תיכון

☐ קיום מצוות

☐ לשרת בצבא

☐ דיבור מכובד למורים

☐ הצלחה בלימודים

☐ שתיית אלכוהול ושימוש בסמים

☐ עזרה בבית

☐ נהיגה ללא רישיון

☐ השגת בן/ בת זוג בגיל התיכון

☐ לימוד תורה



5 - 4 - 3 - 2 - 1