

שם השיעור: חוסן דרך דמויות מהתנ"ך – מה אני עושה כשקשה באמת

משך: 90 דקות

כיתה: י-יב

מטרת העל:

התלמידים יבינו שחוסן הוא יכולת לפעול גם בתוך פחד, קושי וחוסר ודאות, דרך למידה מדמויות תנ"כיות והשלכה על עצמם.

מטרות ביניים :

- התלמידים יכירו דמויות תנ"כיות שפעלו מתוך חוסן.
- התלמידים יתנסו בקבלת החלטות במצבים מורכבים.
- התלמידים יקשרו בין הסיפורים לחיים שלהם.

דגשים:

לתת מקום לפרשנות אישית.

מערך שיעור:

שלב	תוכן
פתיחה 20 דקות	<p>החייל נכנס ואומר: "היום אנחנו הולכים לדבר על חוסן אבל לא דרך הגדרות, דרך אנשים אמיתיים שהיו במצבים שאין בהם תשובה טובה ובכל זאת היו צריכים לבחור"</p> <p>נתחיל בפעילות שבה נספר על דמויות מהתנ"ך ואיך הם הפגינו וגילו חוסן ונעודד את התלמידים להשתתף בה.</p> <p>בשביל הפעילות החייל יחלק את הכיתה לקבוצות של עד 10 בקבוצה. כל קבוצה תקבל דמות והיא תצטרך לדון עליה ועל השאלות הנלוות עליה. לאחר מכן כל קבוצה תשתף.</p> <p>החייל יקריא:</p> <p>דמות 1 – יעל ואוהל סיסרא</p> <p>יש שר צבא חזק מאוד בשם סיסרא – הוא מפחיד, יש לו צבא גדול, והוא רגיל לנצח.</p> <p>אבל בקרב מסוים – הוא מפסיד.</p> <p>הוא בורח. לבד. בלי צבא. בלי כוח.</p> <p>הוא מגיע לאוהל של יעל.</p> <p>יעל היא אישה פשוטה, לא לוחמת, לא מלכה – אישה בבית שלה.</p>

היא רואה אותו.  
היא מבינה מי עומד מולה – אויב מסוכן מאוד.

עכשיו תחשבו על הרגע הזה:  
היא לבד. הוא גבר, לוחם, מסוכן.  
אין לה איך להילחם בו בכוח.

מה היא עושה?  
היא לא מראה פחד.  
היא לא בורחת.  
היא מכניסה אותו לאוהל.

היא נותנת לו מים, מכסה אותו, נותנת לו להרגיש בטוח.  
הוא נרדם.

וברגע הזה – היא מקבלת החלטה.  
החלטה לא פשוטה בכלל.

היא לוקחת יתד של האוהל...  
והורגת אותו.

עכשיו השאלה היא לא אם זה נכון או לא  
השאלה היא – מה זה דורש מבן אדם להיות בתוך רגע כזה  
ולפעול"

שאלות לקבוצה:

- מה היה הסיכון שלה?
- מה היא הרגישה לדעתכם? פחד? אומץ? גם וגם?
- האם זו החלטה קלה או בלתי אפשרית?

דמות 2 – דוד מול גוליית

"עם ישראל עומד מול הפלשתים.  
יש לוחם אחד – גוליית.

הוא ענק.

חזק.

מנוסה.

כולם מפחדים ממנו.

כל יום הוא יוצא ומאתגר:  
מי מוכן להילחם בי אחד על אחד?

ואף אחד לא קם.

ואז מגיע דוד.

דוד הוא לא לוחם.

הוא רועה צאן.

ילד.

הוא אפילו לא אמור להיות שם – הוא רק הגיע להביא אוכל לאחים שלו.

אבל הוא שומע את גוליית... ..

והוא לא מבין למה כולם שותקים.

הוא מחליט לצאת מולו.

נותנים לו שריון – הוא לא מצליח ללכת איתו.

הוא מוריד אותו.

הוא יוצא מול גוליית

רק עם קלע ואבן.

עכשיו תדמיינו את הפער:

מולך עומד ענק עם נשק

ואתה עם אבן ביד

והוא לא בורח.

הוא מתקדם.

זורק את האבן

ומנצח.

והשאלה היא –

מה גורם לאדם בלי ניסיון, בלי כוח,

לקום מול פחד כזה ולהגיד – אני הולך על זה"

שאלות:

- מה היה מפחיד פה?
- למה הוא לא ויתר?
- מה נותן לאדם כוח במצב כזה?

דמות 3 – אסתר המלכה

"אנחנו בממלכת פרס.

יש מלך – אחשוורוש.

יש שר בשם המן – והוא רוצה להשמיד את כל היהודים.

יוצא צו – תאריך שבו כולם יכולים לפגוע ביהודים.

עכשיו אסתר היא המלכה.

אבל יש בעיה:

אף אחד לא יודע שהיא יהודייה.

מרדכי, הדוד שלה, אומר לה:

את חייבת ללכת למלך ולבקש להציל את העם.

אבל יש חוק ברור:

מי שנכנס למלך בלי הזמנה – דינו מוות.

אין "אולי". אין "נראה".

מוות.

אסתר יודעת את זה.

והיא מתלבטת.

זה לא רגע של גיבורה מהסרטים – זה רגע של פחד אמיתי.

ובכל זאת – היא מחליטה ללכת.

היא נכנסת בלי הזמנה

ומסכנת את החיים שלה

כדי להציל אחרים.

והשאלה היא –

מה גורם לאדם לקחת סיכון כזה

כשהוא יודע בדיוק מה המחיר

שאלות:

- מה הסיכון?
- למה היא עושה את זה למרות הפחד?
- מה זה אומר על חוסן?

דמות 4 – יוסף בכלא

"יוסף הוא בן אהוב של יעקב.

יש לו חלומות – שהוא יהיה גדול, שכולם ישתחוו לו.

האחים שלו שומעים את זה –

והם לא יכולים לשאת את זה.

יום אחד הם זורקים אותו לבור.

משאירים אותו שם.

ואז – מוכרים אותו לעבדות.

תחשבו על זה רגע:  
מהבן האהוב – לעבד.

הוא מגיע למצרים, עובד אצל פוטיפר  
ומצליח.

ואז קורה משהו נוסף –  
אשת פוטיפר מאשימה אותו בדבר שלא עשה  
והוא נשלח לכלא.

עכשיו הוא שם.  
רחוק מהמשפחה  
בלי שליטה על החיים שלו

אבל הוא לא נשבר.

הוא ממשיך לפרש חלומות לאנשים בכלא  
הוא עוזר להם  
והוא עדיין אומר –  
הכוח שלו מגיע מאלוהים

הוא לא מתנתק  
הוא לא מוותר  
הוא ממשיך לפעול

והשאלה היא –  
איך בן אדם ממשיך להאמין, לפעול,  
כשכל החיים שלו מתפרקים?"

שאלות:

- איך אדם ממשיך אחרי כזה דבר?
- מה מחזיק אותו?

החייל יסכם את הפתיחה:

כל הדמויות האלה פחדו וזה טבעי לגמרי. פחד הוא לא חולשה, הוא תגובה אנושית.  
אבל החוסן מתחיל בשאלה מה אנחנו עושים עם הפחד:  
האם אנחנו נותנים לו לעצור אותנו, או בוחרים להמשיך למרותו, וזה בדיוק חוסן לא  
להפסיק לפחד, אלא לא לתת לפחד לנהל אותנו.

<p>פעילות 1: (15 דקות)</p> <p>החייל יראה שכולם סיימו ויגיד: "עכשיו כל קבוצה תענה על השאלות האלו":</p> <p>ענו על 3 שאלות:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. מה היה הקושי הכי גדול של הדמות?</li> <li>2. מה היו 2 אפשרויות פעולה שהיו לה?</li> <li>3. למה היא בחרה דווקא במה שבחרה?</li> </ol> <p>החייל אומר:</p> <p>"אל תענו בצורה מרצה אלא תענו אמיתי – מה היה קורה אם הדמות הייתה בוחרת אחרת?"</p> <p>הקבוצות מקבלו 5 דקות לחשוב ואז הם יציגו את התשובות שלהם</p> <p>פעילות 2: (20 דקות)</p> <p>לאחר שהכיתה סיימה אתה השאלות הקודמות, כל קבוצה תקבל דילמה חדשה.</p> <p>דילמה 1:</p> <p>אתה רואה חבר שלך שמציקים לו חבורה של ביריונים, אם תתערב גם עליך יצחקו, מה אתה עושה?</p> <p>דילמה 2:</p> <p>אתה מגיע למבחן חשוב ולא מצליח לכתוב שום תשובה, אתה רואה דף תשובות של חבר חכם שמציע עזרה, מה אתה עושה?</p> <p>דילמה 3:</p> <p>יש לחץ חברתי לעשות משהו שאתה לא שלם איתו ומרגיש תחושה רעה לגביו אבל כולם עושים את זה, מה אתה עושה?</p> <p>דילמה 4:</p>	<p>גוף 50 דק</p>

אתה באימון קבוצתי ואתה רואה שכולם מצליחים בקלות ואתה לא, אתה אחרון בהכל וכבר שוקל לוותר, מה אתה עושה?

המשימה היא שכל קבוצה צריכה:

1. לכתוב 2 תגובות אפשריות (אוטומטית מול חוסן)
2. לבחור תגובה אחת
3. להסביר למה זו חוסן

החייל מדגיש:

"חוסן זה לא לבחור נכון, חוסן זה לבחור למרות שקשה"

פעילות 3: (15 דקות)

החייל אומר:

"עזבו רגע דמויות, עזבו קבוצות, עכשיו זה אתם מול עצמכם"

כל תלמיד כותב בכתיבה אישית, החייל כותב על הלוח את המשפטים הבאים:

- מצב שהיה לי קשה לאחרונה
- מה עשיתי בו
- מה הייתי רוצה לעשות אחרת

החייל יזמין את התלמידים לשתף כדי ליצור שיח עמוק וכנה

סיכום  
20 דקות

החייל מוריד טון:

"מה שראינו פה היום – זה החיים עצמם"

החייל יפתח דיון

שאלות:

- מתי הרגשתם כמו אחת הדמויות?
- מה היה הכי קשה להבין?
- מה לקחתם לעצמכם?

החייל יסכם: "חוסן זה לא להיות אמיץ בלי פחד, חוסן זה לפעול למרות הפחד"

"בסוף – כל אחד פה יגיע לרגע שהוא צריך לבחור והשאלה היא לא אם יהיה קשה,  
השאלה היא מי אתם תהיו בתוך זה"

נספחים:

לוח כיתה

טוש

כלי כתיבה לתלמידים

דפים