



## בית ומשפחה 2

### חברות

**עריכה ועיבוד הסדנאות:** דבורה רוזנברג

**כותבים:** הרב יעקב אידלס, הרב שי יהודאי, דבורה רוזנברג

שלמי תודה לכל המחברים ובעלי זכויות הפרסום על הרשות לכלול מיצירותיהם. עשינו כל שביכולתנו לאיתור היוצרים ואם טעינו ותודיעו לנו, נדאג להסרת יצירותיהם. השימוש בחומרים של היחידה לחינוך לחיים במשפחה אפשרי עבור עובדי הוראה ותלמידים במסגרת פעילות מערכת החינוך (כיתתית/ בית ספרית/ בכנס מקצועי). חל איסור על העתקה ו/או עריכה מחדש של החומרים, בחלקם או במלואם והפצתם. אין להפיץ את התכנים בפלטפורמות הפתוחות לציבור שאינו נמנה על עובדי ותלמידי מערכת החינוך, וכל הפועל בניגוד לנ"ל, יישא באחריות. המצגות עוצבו באמצעות אתר Canva - <https://www.canva.com> © כל הזכויות שמורות למשרד החינוך, מינהל החמ"ד, היחידה לחינוך לחיים במשפחה.



# "וקנה לך חבר" – פיתוח כישורי חברות

מוריה כהן, דבורה רוזנברג

אוכלוסיית היעד: כיתות ז'–י"ב | מספר המשתתפים המומלץ: עד 30 | זמן: שיעור אחד  
ציוד נדרש: מצבעים ("טושים"), דפים, פלאפונים אישיים (לא חובה, רק אם יש).

## רציונל

"יהושע בן פרחיה אומר: עשה לך רב, וקנה לך חבר, והוי דן את כל האדם לכף זכות."  
(משנה, אבות א, ו)

"טובים השנים מן האחד אשר יש להם שכר טוב בעמלם.  
כי אם יפלו האחד יקים את חברו ואילו האחד שיפול ואין שני להקימו."  
(קהלת ד, ט–י)

מהתבוננות במקורות אלו קל לראות עד כמה היהדות מכוונת אותנו לקיים קשרי חברות טובים ותקינים. ומהי הדרך להגיע לחברות? חז"ל מדריכים אותנו: "וקנה לך חבר" – עלינו להתאמץ ולהיות פרואקטיביים, יוזמים ופעילים כדי ליהנות מחברות טובה ומצמיחה.

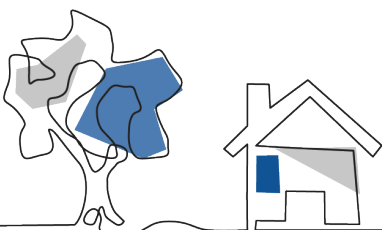
## מטרות

1. זיהוי המרכיבים או המאפיינים של קשר חברתי;
2. קיום שיח פתוח עם התלמידים על הקשרים החברתיים הקיימים שלהם ועל שינויים שהיו רוצים לחולל בהם;
3. זיהוי הכישורים הנדרשים ליצירת קשרים חברתיים חדשים ולחזוק קשרים קיימים;
4. סיוע הדדי (חברי הקבוצה יסייעו לחבריהם וגם יסתייעו בהם) בהבניית הכישורים ובהעלאת רעיונות שימשו 'טיפים' לחיזוקם.

## מהלך ההפעלה

### שלב ראשון – פתיחה

מתיישבים במעגל. כל תלמיד יחשוב על רשימת 'אנשי הקשר' בטלפון האישי שלו (אם יש לתלמידים מכשירים ניידים / טלפונים ניתן להוציאם מן התיקים), ויחפש בה 'איש קשר' אחד (יכול להיות כל אדם) שלדעתו הקשר ביניהם טוב.



## שלב שני

כל תלמיד יקבל דף ונסביר את מהלך הסדנה:

- \* חשבו על הקשר הטוב שיש ביניכם ובין אותו אדם שבחרתם.
  - \* מה מאפיין את הקשר הזה? מה יש בקשר הזה שגורם לו להיות קשר טוב?
  - \* נסו למצוא כמה מאפיינים, וערכו אותם ברשימה על הדף שקיבלתם.
- (תשובות אפשריות: עזרה הדדית, הקשבה, פתיחות, שיתוף בסודות, תחומי עניין משותפים, תחביבים דומים, פגישות רבות)
- לאחר שכולם כתבו, כל אחד יבחר מאפיין אחד מהרשימה שלו, ויכתוב אותו ב־Answer Garden (גן תשובות), וכך ייווצר לנו "ענן מילים".

### שאלות לדיון

- \* מה המאפיינים הבולטים ברוב הקשרים?
- \* האם כל המאפיינים ניתנים למימוש בכל קשר?

## שלב שלישי

התלמידים יחשבו שוב על איש הקשר שבחרו ועל הקשר ביניהם.

### שאלות לדיון

- ← האם יש מאפיין כלשהו שהייתם רוצים להוסיף לקשר / להגביר בתוך הקשר (ניתן לבחור מתוך הרשימה שעל הלוח)? ולחלופין, האם יש בקשר מאפיין שהייתם מעדיפים להעלים או להפחית את המקום שהוא תופס?

כל תלמיד יקבל דף נוסף ויכתוב עליו – בחלקו העליון, בעזרת מצבֵע ("טוש") עבה שצבעו ניכר למרחוק – את המאפיין שבחר.

### דוגמאות:

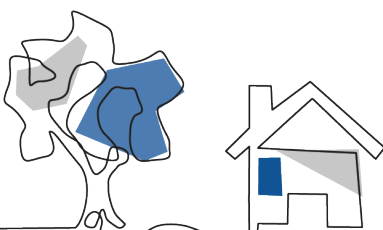
- \* אם תלמידה חשה שבקשר בינה ובין חברתה – החברה משתפת אותה בעולמה יותר משהיא משתפת את חברתה (היא בעיקר מקשיבה), והיא רוצה להיות מסוגלת לשתף יותר, היא תכתוב על הדף: "אני רוצה לשתף יותר".
- \* אם הקשר מתאפיין בהומור אך לעיתים ההומור גובל בצנינות, ולתחושת התלמיד הצנינות הזאת מפריעה לקשר, הוא יכתוב על הדף: "פחות צנינות".

בלמידה מרחוק – נפתח מצגת שיתופית, וכל משתתף יכתוב את המאפיין שיבחר על גבי שקופית אחת.

## שלב רביעי

התלמידים יניחו את הדפים שלהם על הכיסאות. כולם יסתובבו במעגל ויקראו את הרצונות שכתבו חבריהם. משתתף שלתחושתו יש לו טיפ/עצה/רעיון שעשויים לעזור לחבר להשיג את רצונו (למשל: לרכוש יכולת מסוימת), יכתוב על הדף של אותו משתתף (הדף נשאר על הכיסא) את הרעיון, בעט. אט־אט הדפים יתמלאו. כשיסיימו התלמידים לכתוב, יחזרו לשבת במקומותיהם, וכל אחד יוכל לעיין בעצות ובטיפים שחבריו כתבו על הדף שלו.

בלמידה מרחוק – כל אחד ייכנס למצגת ויוסיף טיפים בשקופיות לפי בחירתו.



## שלב חמישי

אפשר להזמין כמה מן התלמידים לקרוא לפני המליאה את מה שכתבו להם, ולפתח דיון. מומלץ לשים לב לכמה היבטים חשובים:

- \* מזיומנויות חברתיות נרכשות ונלמדות במשך החיים, ותמיד אפשר לשכלל ולפתח אותן.
  - \* אנו בונים עם אנשים בסביבתנו קשרים. הקשרים שונים זה מזה. הסיבות להבדלים מגוונות, ובהן: אופיו של השותף לקשר ורצונותיו, מטרת הקשר, הסביבה שבה אנו נמצאים ועוד.
- מובן שיש גם מאפיינים שאותם או דומים להם נזהה ברוב הקשרים שלנו עם הסובבים אותנו, ובהם:
- \* בכל קשר יש דינמיקה (תנועה): יש תקופות שהתחושות טובות ובטוחות יותר, ויש תקופות נעימות ויציבות פחות. עלינו להיות ערים לשינויים ולפתח מודעות הן לגבי התחושות שלנו הן לגבי התחושות של האחר.
  - \* בקשר בין אישי מתקיימת בדרך כלל תקשורת מילולית וגם תקשורת שאינה מילולית.
  - \* "מותר האדם מן הבהמה" - אחד ממאפייני האדם המרכזיים הוא היכולת לדבר ולקיים שיח שבונה את הקשר ומעמיק אותו.

### סבב סיכום

- \* דבר חדש שלמדתי על עצמי או על אחרים במהלך הסדנה...
- \* אני רוצה לנסות...
- \* היה לי קשה...

### סיכום

לעיסוק בכישורים חברתיים במסגרת השיעורים בבית הספר יש חשיבות רבה, ובעידן שבו הקשרים הבין-אישיים והיחסים החברתיים נעשים יותר ויותר וירטואליים ובמקרים רבים חסר להם ביסוס במציאות – חשיבותו גוברת, והוא נעשה הכרחי. בכיתה התלמידים חווים חיים חברתיים מלאים ועשירים ולא תמיד פשוטים, ולכן עלינו לסייע להם לבנות בעצמם, בעזרת ההצלחות וגם בעזרת הכישלונות והקשיים, כישורים חברתיים בסיסיים אשר ישמשו אותם בהמשך דרכם, בכל מעגלי החיים ובמיוחד בבניית המשפחה.

