



בע"ה
שמחה, חומר למורים
מדריך למורה
מפתח הלב מתוך אמונה, המינהל לחינוך דתי



מדריך למורה

השמחה היא אחד התחומים המשמעותיים ביותר בחינוך. מטרת מערכי השיעורים בנושא זה היא ללמד את התלמידים כיצד להעצים ולפתח את השמחה והאופטימיות שיש בתוכם.

קיימות דרכים רבות לפתח את השמחה ולהעצים אותה, ודבר מיוחד הוא שלכל אדם הדרך המתאימה לו. יחד עם הדרכים השונות והמגוונות להגיע לשמחה, בחרנו לכוון את התלמידים לשלושה שבילים מרכזיים: **השביל הראשון** הוא השביל הפנימי, של כל אחד ביחס לעצמו. אנחנו רוצים להעמיק במושג של **"שמח בחלקו"**: לכל אדם יש שמחה טבעית, תכונות טובות ויכולות נפלאות המלוות אותו בכל עת. עלינו ללמוד להכיר אותן, לחזק אותן, להביא אותן לידי ביטוי ומתוך כך להתקדם לחיים טובים של שמחה.

השביל השני לשמחה הוא **שמחה של נתינה**. במישור הפשוט כאשר אדם נותן לזולת, הזולת שמח. כל אחד מאיתנו יכול לשמח את הסובבים אותו ועל ידי כך להרבות בשמחה. במישור העמוק יותר גם האדם עצמו מתמלא בשמחה בעצם נתינתו לאחר. כאשר אדם מקיים את **"ואהבת לרעך כמוך"** ונותן לזולת, הוא ממלא את שליחותו בעולם ודבר זה ממלאו באושר.

השביל השלישי לשמחה הוא המשכס הטבעי של השבילים הקודמים - **שמחה של מצווה**. אנחנו רוצים להראות לתלמידים כיצד המצוות אינן עול שמכריחים אותנו לקיים אלא דברים נפלאים המתאימים לנו ויכולים למלא את חיינו בשמחה מרוממת.

במסגרת המטרה לחזק ולפתח את אצל התלמידים את השמחה הנכונה, אנו רוצים להסביר שיש גם שמחה שאינה ראויה. לפעמים אנו נגררים ל"שמחה" זו ועושים דברים שאינם מתאימים לנו או שיש בהם פגיעה באחר. חשוב לשים לב ש"שמחה" מסוג זה היא רק אשליה ולהדריך את התלמידים לזהות אותה ולהימנע ממנה.

חשוב להבין ולהדגיש שהמרכיבים השונים של השמחה, אלו שנגענו בהם וכמובן גם נוספים, כרוכים זה בזה. כל תלמיד נפגש בהם במהלך חייו במעגלים שונים המשתלבים אחד בשני – אישי, משפחתי וחברתי. עלינו להיות רגישים לשילוב הזה לכל אורך לימוד הנושא. לדוגמה: כאשר אנו עוסקים בשמחה של מצווה, אנחנו חייבים להמשיך ולחזק את השמחה הפשוטה ואת החיוך הטבעי על פי אופיו של כל אחד, ובמקביל לכוון גם למצוות שיש להם זיקה למעגל המשפחתי וכו'.

בסדנא למורים, "בשבילי השמחה", יקשרו המורים בין תמונות מחייהם ובין גורמי השמחה ויבינו מהם שלושת השבילים העיקריים המובילים לשמחה, תוך לימוד מקורות הקשורים לכך.

שיעורי אמונה לשכבה הצעירה:

בשיעור מניחים יסודות, "ה' דועי לא יחסר", יזהו התלמידים את מקורות העצב ולעומתם את מקורות השמחה וילמדו כי הקב"ה שומר ודואג לנו כרועה נאמן. הלימוד יתבצע תוך עיון בפרק תהילים.

"משקפי השמחה" הוא שיעור ה"בפתח" בו ננסה לחבר את התלמידים לנושא מבחינה רגשית על ידי תרגול של התבוננות במציאות בעזרת "משקפי שמחה".

בשיעור **"מעשה אבות"** הנקרא **"התורה המשמחת"** תוצג דמותו של הרב שלמה זלמן אוירבך. במסגרת השיעור יפגשו התלמידים עם סיפורים על הרב הממחישים את מידת השמחה שהייתה לו.





בע"ה
שמחה, חומר למורים
מדריך למורה
מפתח הלב מתוך אמונה, המינהל לחינוך דתי



בשיעורי "מתבוננים ובוניים" ילמדו התלמידים על "השמח בחלקו" ויתרגלו מידה זו. ב"נתינה ברינה" יפגשו התלמידים עם השמחה שבנתינה ועם הדרכים השונות בהן ניתן לשמח את הזולת. במסגרת "שמחה גדולה להיות במצווה" נחשף לשמחה בקיום מצוות ונדון בכך שהמאמץ הנדרש לקיומן אינו גורע מהשמחה עצמה. הסתייגות מסוגי שמחה שאינם ראויים והצורך להתרחק משמחה פסולה יהיו הנושא של "ולשמחה זו מה היא עושה?". פעילות הסיכום, "כמה טוב להיטיב" תשתמש ברעיון של משחק הגמד והענק כדי ליישם את הנושאים בהם עסקו השיעורים.

שיעורי אמונה לשכבה הבוגרת:

"הרוכל המאושר" הוא שיעור "מניחים יסודות", בו ילמדו התלמידים על חשיבותה של מידת השמחה ויבינו כי יש ביכולתם לבחור במצב זה.

בשיעור "בפתח", "בשמחה תמיד", ימיינו התלמידים את גורמי השמחה לסוגים, יזהו גורמים שונים המביאים לשמחה ויבינו בעזרת "סרגל השמחה" שעוצמת השמחה גדלה ככל שנסיבות השמחה ערכיות יותר.

בשיעור "מעשה אבות" ילמדו התלמידים על "שמחת אבות" - שמחה הצומחת מתוך הקושי. התלמידים יפגשו עם אירועים שונים מהתנ"ך באמצעות כרטיסיות ועבודה בקבוצות.

שיעורי "מתבוננים ובוניים" יתחילו בשיעור "מתנת השמחה", בו יעסקו התלמידים באמרת חז"ל "איזהו עשיר - השמח בחלקו" וינסו לרכוש את נקודת המבט המביאה לשמחה והודאה לה. ב"שמחה במתנה" ימלאו התלמידים שאלון בעזרתו יזהו מהם תחומי הכישרון שלהם וכך יוכלו לשמוח בחלקם בלי לקנא באחרים. בעזרת תפילת "נשמת כל חי" וסיפורו של ילד המביא קורבן תודה נלמד על הצורך להודות לה' ולפרסם את טובו בשיעור "שמח ומשמח". אל הזהירות משמחה שאינה ראויה והצורך להתרחק ממנה נתייחס בשיעור "שמחה פורצת גדר אך לא עוברת גבולות".

פעילות הסיכום "מרבין בשמחה" תתבצע סביב הכנת תערוכה הממחישה מקורות תורניים שונים ומדגישה את חשיבות השמחה ביהדות.

השילוב עם מפתח הלב וכישורי חיים:

את היסודות הערכיים והמידתיים שיונחו בשיעורי "חינוך מתוך אמונה" נרחיב ונבסס בעזרת שיעורי "מפתח הלב" השמים דגש על יישום המיומנויות החברתיות-בינאישיות ובעזרת שיעורי "כישורי חיים" המתמקדים בביסוס הכוחות התוך אישיים.

במהלך חודש שבט שיעורי "מפתח הלב" יסייעו בפיתוח האחריות למשפחה, לסביבה הטבעית וללמידה האישית וזאת תוך זיקה לאירועי החודש - ט"ו בשבט, חלוקת תעודות ויום המשפחה. ניתן להדגיש בפני התלמידים את העובדה כי האחריות נראית לעיתים כמגבילה ומצמצמת אך בעצם בכוחה להביא לידי שמחה אמיתית - האחריות טומנת בחובה מיצוי עצמי ומביאה לסיפוק כי גורמת להתחשבות בזולת ובסביבה.

בחודש אדר מהווים השיעורים המשך טבעי לשמחה שבנתינה ומרחיבים את העיסוק בתחום זה. במסגרת המפגשים בשיעורי "כישורי חיים" ילמדו התלמידים לפתח תחומים כמו ניהול זמן, דיבור פנימי לחשיבה חיובית והתגברות על מחסומי תקשורת. בזכות כך יוכלו התלמידים לשפר את יכולותיהם, לממש את נטילת האחריות וללמוד לשמוח בחלקם.





בע"ה
 שמחה, חומר למורים
 מדריך למורה
 מפתח הלב מתוך אמונה, המינהל לחינוך דתי



בברכת "לך אכל פְּשִׁמְחָה לְחֶמֶד וְשִׂתָּה בְּלֵב טוֹב יִינֶד, כִּי כָּבֵד רָצָה הָאֱלֹקִים אֶת מַעֲשֵׂיךָ"
 (קהלת ט', ז').

