

תכנית הלימודים בפסיכולוגיה תשפ"ו

לפניכם תכנית הלימודים המעודכנת בפסיכולוגיה לשנת תשפ"ה.

הקובץ כולל את התכנית המלאה והמעודכנת (מיקוד זהה למיקוד של תחילת שנת תשפ"ד), מתוכה נגזר המיקוד לשנת תשפ"ה

התכנית מחולקת לשני חלקים: פרקי החובה למבחן הבגרות (70%) ופרקי הבחירה להערכה חלופית (30%).

תכנים שהיו בתכנית הלימודים המקורית של משרד החינוך **וירדו לצמיתות** מסומנים בתחתית כל פרק, **מודגשים בורוד** ומצויין לגביהם

מפורשות **שאין צורך ללמדם יותר.**

תכנים שירדו לשנת תשפ"ו בלבד מסומנים בתכלת.

הרציונל להפצת הקובץ הינו כדי לאפשר למורים תמונה כוללת ורחבה על תכנית הלימודים המתוכננת.

בברכת הוראה פורה ונעימה,

צוות הדרכה פסיכולוגיה

1. נושאי החובה למבחן (70%)

מבוא לפסיכולוגיה

מס' שעות הוראה משוער: 2 שעות

שם הפרק	סוגיות מרכזיות לדין	תת נושאים	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות	הערות דידקטיות
מהי פסיכולוגיה?	מהי פסיכולוגיה?		• מהי פסיכולוגיה - הגדרת המושג • מטרות הפסיכולוגיה: תיאור, הסבר, חיזוי ובקרה		הבניית המושג 'פסיכולוגיה' באמצעות הכללה והסקה	העשרה: המורה יכול להרחיב את היכרות התלמיד עם תחומי העניין והעיסוק של הפסיכולוגיה.
תהליך החשיבה המדעית בפסיכולוגיה	תהליך החקר כבסיס למדע		• תנאים למדע: אמפיריות, פומביות, אובייקטיביות • שלבי תהליך החקר: תיאוריה, גזירת השערות, בחינת ההשערות באמצעות מחקר, הסקת מסקנות		-חשיבה ביקורתית -שאלת שאלות	בפתיח אפשר להציג בפני התלמידים מחקר בתחום (לבחירת המורה) כדי להמחיש את המושגים

פסיכולוגיה קוגניטיבית (סה"כ 30 שעות הוראה)

קוגניציה

מס' שעות הוראה משוער: 2 שעות

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועקרונות עמ"ר	המלצות דידקטיות
מהי קוגניציה		• מהי קוגניציה- הגדרת המושג		הבניית המושג 'קוגניציה' באמצעות מיון, הכללה או הסקה.	אפשר לפתוח בתיאור מחקר מתחום הפסיכולוגיה הקוגניטיבית, שיאפשר לתלמידים להבנות את ההגדרה של התחום, ולהבין את הדרכים לחקר תהליכים קוגניטיביים
כיצד ניתן לחקור תהליכי עיבוד מידע קוגניטיביים	דרכים לחקר קוגניציה	שיטות לחקר הקוגניציה ○ דיווח עצמי מבוקר ○ מדדים ○ התנהגותיים ○ דימות מוח			בהתייחסות לחקר הקוגניציה יש להתייחס לקשיים הבאים: תהליכים אוטומטיים לא מודעים הקושי באובייקטיביות "נושא החקירה הוא מושא החקירה" (קשיים אלה הופיעו בעמודת המושגים אך היות ואינם מושג הם הועברו להמלצות הדידקטיות) -תבניות התנהגות לאחר פגיעה מוחית
נושאים ומושגים שירדו מתוכנית הלימודים לצמיתות	-נוירו פסיכולוגיה ופסיכופיזיולוגיה -תבניות התנהגות לאחר פגיעה מוחית				



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

תפיסה - נושא זה ירד במיקוד תשפ"ו

מס' שעות הוראה משוער: 8 שעות

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ועמ"ר	המלצות דידקטיות
מהם מקורות המידע של המוח?	גירויים פיזיקליים-תהליך החישה	● גירויים פיזיקליים: אור, לחץ אוויר, לחץ מכני, גירוי כימי.		השוואה: הבנת ההבדל בין ייצוגים תפיסתיים לבין הגירוי הפיזיקלי שמעורר אותם באמצעות עריכת ניסויים בכיתה	הדגמה של תפיסה שונה של אותו גירוי פיזיקלי: למשל קוביית Necker או השפעות הקשר; התלמיד צריך להיות מסוגל לציין את חמשת הגירויים הפיזיקליים ולפרט בקצרה כל אחד מהם לדוג': גלי אור באורכים שונים נקלטים בעין בחוש הראיה ומתורגמים לצבעים
מהם התוצרים שהמוח מפיק ממידע זה? מה ההבדל בין משקל לכובד? בין אור לצבע? איפה הצבע: אובייקט או בראש שלנו?	ייצוג נפשי תהליך התפיסה	● ייצוגים מנטליים/נפשיים: צבע, בהירות, רום קול, כובד, ריח, טעם.			
קביעות ואשליות אופטיות	קביעות ואשליות אופטיות מלמדות על תהליכי תפיסה לא נגישים למודעות	● קביעות גודל ● אשליה/אילוזיה תפיסתית ● אשליית פונזו (דוגמא לתהליך אוטומטי של קביעות גודל)			הסבר על תהליך אוטומטי של קביעות הגודל; הדגמות כיתתיות של אילוזיות הן בדרך כלל חוויות יוצרות עניין עבור התלמידים. חשוב להדגיש את ההסבר או ההשלכות הקוגניטיביות שלהן.
נושאים ומושגים שירדו מהמיקוד לצמיתות	תיאוריית הגשטלט	מהו גשטלט 3 עקרונות קיבוץ: לפי דמיון לפי קירבה לפי סגירות			דוגמאות נוספות לעקרונות הגשטלט המופיעות בספרים לא נכללות בחומר החובה לבגרות. מומלץ ללמדם כהעשרה.



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

נושאים ומושגים שירדו מתוכנית הלימודים לצמיתות	- קביעות צבע - אשליית / אילוזיית מיולר לייר - תחת גישה הגשטלט - תפיסת תבניות ולא יחידות
--	---

זיכרון

מס' שעות הוראה משוער: 8 שעות

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ועקרונות עמ"ר	הערות דידקטיות
	מהו זיכרון	הגדרת המושג זיכרון		הבניית המושג 'זיכרון' באמצעות מיון, הכללה או הסקה	התנסות חווייתית בשיעורים: חוויה אישית של תופעות הזכירה השונות בהתנסות כיתתית ממחישה את המושגים התיאורטיים.
	תהליכי הזכירה	הצפנה, אחסון, שליפה, פענוח			
כמה סוגי זיכרון יש ולמה הם משמשים	סוגי זיכרון ותפקידם	סיווג על פי זמן: מודל דו-שלבי של זכירה: 1. זיכרון קצר טווח (עבודה) 2. זיכרון ארוך טווח פרדיגמת עקומת המיקום הסדרתי: אפקט הראשונות אפקט האחרונות סיווג על פי תוכן: 1. אפיזודי, סמנטי, פרוצדורלי 2. ייצוג חזותי, ייצוג אקוסטי, ייצוגים של טעם, ריח ומגע, ייצוג ארטיקולארי.			המורה ידגים סוגי זיכרון באמצעות ניסוי כיתתי של פרדיגמת עקומת המיקום: הדגמת אחרונות וראשונות
האם הזיכרון קבוע או משתנה?	זכרונות לפי החושים				על התלמיד להיות מסוגל לבצע השוואה בין סוגי זיכרון שונים
האם ניתן לשכוח באמת?	כשלי זכירה	- שכחה - זיכרון מדומה - אמנזיה - פגיעה סלקטיבית בזיכרון אפיזודי	מחקר לופטוס על זיכרון מדומה ("הלכתי לאיבוד בקניון")	דילמה ערכית: דיון בהשלכות של ניסוי לופטוס על מערכת המשפט ועל טיפול נפשי	התלמידים יכירו את חשיבות המחקר של פגיעות מוחיות לצורך הבנת מנגנונים קוגניטיביים אמנזיה

	דיון רפלקטיבי: (עמ"ר) מהן ההשלכות החברתיות והאישיות של קביעות הזיכרון ושל שינוי זיכרונות				
עיוותי זכירה מחקר תאונת הדרכים של לופטוס (1974) אמנזיה אנטרוגרדית (טווח קצר) מקרה KF אמנזיה רטרוגרדית (טווח ארוך) מקרה HM				נושאים ומושגים בפרק זיכרון שירדו מתוכנית הלימודים לצמיתות	

קשב - נושא זה ירד לצמיתות

מס' שעות הוראה משוער: 6 שעות

סוגיות מרכזיות לדיון	נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועמ"ר	הערות דידקטיות
מהו קשב ומהם תפקידיו?	הגדרת המושג קשב	קשב		דילמות ערכיות: *מדוע בני אדם קשובים יותר לעצמם מאשר לאחרים, מהן התוצאות של מצבים כאלה? *עד כמה אדם בעל בעיות בתחום הקשב והריכוז מקבל שוויון הזדמנויות כמו אדם שאין לו בעיות בתחום זה?	התלמידים יציעו דוגמאות יומיומיות להגדרת קשב, וינתחו את השוני ביניהן ואת המשותף להן.
	מאפייני קשב	עוררות, עירנות, דריכות			התנסות חווייתית: התלמידים יתנסו בתופעות הקשורות למושגי הפרק: תופעת סטרופ ועיוורון לשינוי. מומלץ בליווי מהלך רפלקטיבי.
	תפקידי הקשב	שליטה על ביצוע העדפת משימות			מסיבת הקוקטייל היא דוגמא לקשב סלקטיבי במרחב אפקט סטרופ מדגים חוסר יכולת להתעלם מגירוי קיים

			תופעת מסיבת הקוקטייל אפקט סטרופ	קשב סלקטיבי (בררני)	
			ניסוי הגורילה של שברי וסימונס	היעדר קשב	השלכות של היעדר קשב

שיפוט וקבלת החלטות- נושא זה ירד לצמיתות

מס' שעות הוראה משוער: 6 שעות

סוגיות מרכזיות לדין	נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועמ"ר	הערות דידקטיות
כיצד אנשים מקבלים החלטות?-האם אנשים חושבים באופן לוגי? למה אנחנו טועים בפיתרון בעיות פשוטות?	שתי מערכות לקבלת החלטות ע"פ כהנמן וטברסקי 1. מערכת אינטואיטיבית 2. מערכת רציונלית	<u>מאפייני מערכת 1</u> : רושם ראשוני אינטואיציה(תחושת בטן) אוטומטית, מהירה <u>מאפייני מערכת 2</u> : מבוקרת, עיבוד סדרתי, דורשת מאמץ, שיקול דעת		דיון רפלקטיבי : (עמ"ר) מהן ההשלכות של טעויות והטיות בקבלת החלטות על התנהגות הפרט בחיי היום יום?	המורה ידגים טעויות נפוצות וקישור להטיות השונות בקבלת החלטות (באמצעות מדיה, טקסטים וכד')
	תורת הערך (כהנמן טברסקי)	"שנאת(סלידה) הפסד" כגורמת ל"נטילת סיכון"		דילמות ערכיות : *האם מנהיגות שאינה מודעת להטיות בקבלת החלטות	דיון: יתרונות וחסרונות של אינטואיציה מומלץ להפנות את התלמידים לנאום קבלת פרס הנובל של דניאל כהנמן, ולהרצאות של פרופ' דן אריאלי. כדי



לאפשר להם היכרות מעמיקה יותר עם המודלים של קבלת החלטות. משדרים מומלצים: דן אריאלי באתר TED	יכולה לקבל החלטות גורליות? כיצד? *האם קיימת אמת אחת מוחלטת שעשויה להיות מוסכמת על כולם?		אפקט הוודאות (הדגשת הוודאות)		האם קיימות מספר מערכות המעורבות בתהליכי קבלת החלטות?
			עיון והתאמה ייצוגיות נגישות השפעת המסגרת/אפקט המיסגור אפקט הבעלות	טעויות והטיות בשיפוט (יוריסטיקות)	

פסיכולוגיה חברתית (30 שעות)

מהי פסיכולוגיה חברתית - הנושא כולו ירד לצמיתות מתוכנית הלימודים

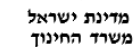
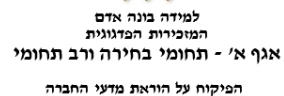
שם הפרק	סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועקרונות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהי פסיכולוגיה חברתית	הגדרת התחום, ייחודו והרלוונטיות שלו תפיסת האדם		"חיה חברתית" חוקי אצבע		הבניית המושג 'פסיכולוגיה חברתית' באמצעות מיון,	אפשר לפתוח בתיאור מחקר מתחום הפסיכולוגיה החברתית,

שיאפשר לתלמידים להבנות את ההגדרה של התחום.	הכללה או הסקה		תפיסה חברתית השפעה חברתית אינטראקציה חברתית קוגניציה מוטיבציה רגש		בפסיכולוגיה חברתית סוגיות בפסיכולוגיה החברתית תחומי הפסיכולוגיה החברתית	
--	---------------	--	--	--	---	--

עמדות

מס' שעות הוראה משוער: 5 שעות **הנושא כיצד ניתן לשנות עמדות (בלבד) ירד במיקוד תשפ"ו**

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועקרונות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהי עמדה	הגדרת המושג	עמדה		עמ"ר: איך אני יכול להתמודד עם ניסיונות להשפיע על עמדתי	הדגמה מאקטואליה: ניתן להביא דוגמאות לשינוי עמדות במקרים אקטואליים במציאות או מתוך הווי בית הספר
	מרכיבי עמדה	קוגניטיבי, רגשי, התנהגותי			

[illegible]

השפעה חברתית

מס' שעות הוראה משוער: 8 שעות

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה	הערות דידקטיות
כיצד היענות משפיעה על היחיד?	עקרונות השכנוע ע"פ ציאלדיני <u>או</u> 4 שיטות השפעה בשלבים	היענות הדדיות, עקביות, אימות חברתי, חיבה והערצה, מחסור/נדירות/קשה להשגה, <u>או</u> זה לא הכל (TNA), רגל בדלת, דלת בפרצוף, כדור נמוך			המורה יבחר ללמד אחת מבין שתי האפשרויות : 5 עקרונות השכנוע של צ'יאלדיני + מחסור <u>או</u> 4 שיטות שכנוע של השפעה בשלבים
כיצד קונפורמיות משפיעה על היחיד?		קונפורמיות, השפעה חברתית נורמטיבית, הצורך להיות אהוד השפעה חברתית אינפורמטיבית הצורך להיות צודק השוואה חברתית, נורמות גלויות וסמויות	מחקר הקווים של אש		קיים קשר בין השוואה חברתית לצורך להיות אהוד ומקובל כמו כן נורמות גלויות/סמויות גורמות לפרט להביע קונפורמיות
כיצד ציות לסמכות משפיע על היחיד? מהם התנאים/הגורמים		ציות לסמכות	מילגרם 1963 בורגר 2009		



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המוכרות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

			הצדקה אידיאולוגית הדרגתיות במתן פקודות מצבי עמימות היעדר תחושת אחריות	גורמים המשפיעים על רמת הציות	שמשפיעים על רמת האפקטיביות של ציות לסמכות?
מתוך עקרונות השכנוע של ציאלידיני - ירד המושג סמכות מתוך שיטות ההשפעה בשלבים - ירדו המושגים צנזורה והגבלת אפשרויות מתוך נושא הקונפורמיות - ירדו התנאים /גורמים המשפיעים על האפקטיביות של הקונפורמיות: אפיוני הקבוצה, אפיוני המשימה ואפיוני הפרט מתוך נושא הציות לסמכות - ירדה השאלה מה הקשר בין הדרכים הללו ובין ערוצי עיבוד המידע					נושאים ומושגים בפרק עמדות שירדו מתוכנית הלימודים לצמיתות

התנהגות פרו חברתית

מס' שעות הוראה משוער: 7 שעות

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועקרונות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהי התנהגות פרו חברתית		אלטרואיזם		אסטרטגיית שאילת שאלות	מומלץ להציג את המקרה של Genovese Kitty ב-1964 ולפתוח בדיון על הסיבות לאי מתן עזרה
באיזה תנאים תתקיים התנהגות פרו חברתית:	גישות קוגניטיביות להסבר התנהגות פרו חברתית	המודל של דארלי ולאטנה-עץ קבלת ההחלטות		דילמה ערכית: עד כמה אדם צריך לסכן את עצמו כדי לעזור לאדם אחר? (אופני ההתערבות)	בנושא התנהגות פרו חברתית התלמידים יכירו שני מודלים המסבירים הושטת עזרה וכן גורמים בודדים המשפיעים על מתן עזרה
		מודל הרווח וההפסד של פיליבין			במודל של דארלי ולאטנה ניתן להמחיש את השלבים באמצעות מחקרים המתייחסים לכל שלב.
	גורמים שמשפיעים על מתן עזרה:	עקרון ההדדיות <u>מאפייני העוזר:</u> - אישיות אלטרואיסטית - אמפתיה - דמיון בין העוזר לנעזר <u>מאפייני הנעזר:</u> - הנעזר לא אחראי למצוקתו <u>מאפייני המצב:</u> - נורמות חברתיות - אפקט העומד מהצד - בורות פלורליסטית - פיזור אחריות			המושג דמיון בין עוזר לנעזר מופיע בספרים השונים במיקומים השונים. בכל מקרה שבו יידרש התלמיד להסביר/לפרט מאפיינים של עוזר ו/או נעזר הדוגמא של דמיון תתקבל.
					כחלק מהדיון בנושא לאחר שהתלמידים למדו מהי התנהגות פרו חברתית "אפשר ורצוי לדון עם התלמידים האם נמצא התנהגות פרו חברתית בתרבויות וחברות שונות"

קונפליקטים בין אישיים ובין קבוצתיים הנושא אסטרטגיות לניהול קונפליקטים (בלבד) ירד בשנת תשפ"ו

מס' שעות הוראה משוער: 10 שעות

סוגיות מרכזיות לדין	נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה	הערות דידקטיות
כיצד מתפתח קונפליקט בין קבוצות?	תיאוריית הקונפליקט הריאליסטי	קונפליקט -אינטרסים -אתנוצנטריות -דעה קדומה -קונפליקט ריאליסטי	מחקר מחנה הקיץ שריף (1961)	האם קונפליקט הוא מצב חיובי או שלילי?	מומלץ להשתמש באירועים אקטואליים להמחשה. בנושא זה כדאי לדון עם התלמידים האם סכסוך נובע ממקור אובייקטיבי או סובייקטיבי ומה המשמעות לגבי הפתרון
	תיאוריית הזהות החברתית (Tajfel 1970)	קבוצה מינימלית -קטגוריזציה חברתית -תפיסה עצמית -השוואה חברתית -אפליה -סולידריות תוך קבוצתית			כאשר מלמדים השוואה חברתית מומלץ להתייחס לקבוצת פנים וקבוצת חוץ מומלץ לעשות שימוש בסרט המדגים אפליה כמו עיניים כחולות -עיניים חומות לזכור את הטיטניק
אסטרטגיות לניהול קונפליקטים	אסטרטגיות לניהול קונפליקטים	שיתוף פעולה לעומת תחרות והשפעתם על תפיסות, עמדות, תקשורת ויחסים (Deutsch,1972) קונפליקט - היבטים חיוביים ושליליים. אחד משני המודלים הבאים: המודל של Rahim (1983) לזיהוי סגנונות לניהול קונפליקטים. או הכלי של Kilmann & Thomas instrument mode conflict	נושא זה (אסטרטגיות לניהול קונפליקטים) ירד מחומר הלימוד במיקוד תשפ"ה		



למידה בונה אדם
המוכירות הפדגוגיות

אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי

הפיקוח על הוראת מדעי החברה



מדינת ישראל
משרד החינוך

	סגנונות לניהול קונפליקטים: תחרות, ויתור, הימנעות, פשרה ופתרון אינטגרטיבי. עקרונות מו"מ משלב לעומת תחרותי: מסגור מחדש, אמפתיה, הקשבה פעילה		
--	--	--	--

רגשות ולחץ (28 שעות)

רגשות

מס' שעות הוראה משוער: 6 שעות

סוגיה	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועקרונות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהו רגש? האם קיים 'סל' בסיסי של רגשות, המרכיבים את מכלול הרגשות שלנו?	המודל של פולצ'יק: (1984, Pultchik, 1980) מודל 'רגשות יסוד' – שמונה רגשות בסיסיים, על ארבעה צירים: שילובם ייצור את מכלול הרגשות האנושיים	מהו רגש שמחה- עצב, פחד- כעס, הפתעה- ציפייה, קבלה- דחייה.		טיעון: רגשות הם אוניברסאליים או תלויי תרבות. השוואה: יצירת תבחינים להשוואה בין מבעים שונים של רגשות; בין מבעים שונים של אותו הרגש; בין תרבויות	הועלתה האפשרות ללמד תחילה את המודל של אקמן-לבחירת המורה ניתן להיעזר במושג "צבעי היסוד" להמחשת המודל של פולצ'יק התלמידים יציגו חוויות שונות שהתנסו בהן ויתרגלו באמצעותן את ההפרדה בין מחשבות, רגשות והתנהגות.
האם ישנם 'רגשות חיוביים' ו'רגשות שליליים'? האם ניתן לחוות מספר רגשות – אפילו סותרים – בו-זמנית?	תיאור הרגש על פי כיוון (חיובי או שלילי) ועל פי עוצמה;			עמ"ר: כיצד נוכל לפתח סובלנות כלפי ביטויי רגשות בתרבויות שונות?	להדגיש את נושא עוצמת הרגשות כפי שעולה מהמודל פולצ'יק

רגשות כמקור לעיבוד מידע חברתי

מס' שעות הוראה משוער: 6 שעות הנושא מודל EASI ירד במיקוד תשפ"ו בלבד

סוגיה	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ועמ"ר	הערות דידקטיות
האם דרכי ההבעה של רגשות הן אוניברסאליות או תלויות תרבות?	האוניברסאליות של הבעות פנים: קיימות מספר 'מיקרו הבעות פנים' אוניברסליות, המבטאות רגשות אוניברסליים: גועל, פחד, כעס, עצב, שמחה, הפתעה. מרכיבים תרבותיים: הבעת רגשות בחברות שונות רגשות כמספקים מידע חברתי	מיקרו הבעות פנים	פול אקמן: אוניברסאליות של הבעות פנים	שאלת שאלות לגבי הפונקציונאליות של ביטויי רגשות	הצגה של תמונות של הבעות פנים מתרבויות שונות. התלמידים יצלמו הבעות פנים שונות, תוך הקפדה על כללי אתיקה, יציגו בפני חבריהם ואלה יפרשו אותן. צפיה מומלצת: - 'בית ספר לרגשות' - סדרה בת 19 פרקים עם יורם יובל.



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המוכרות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

האם הרגש של הפרט הוא חוויה סובייקטיבית? האם לרגשות יש גם פונקציה בין-אישית, ואם כן – מהי? מה המשמעות של ביטוי רגשות באינטראקציה חברתית, ומה תרומתו של הביטוי לתפקודו של היחיד ולתפקודה של הקבוצה החברתית?	EASI-Emotions as social information מודל תיאורטי העוסק בגישה פונקציונאלית-חברתית של הרגש המידע דו-סטרי והפרשנות שלו משפיעה על ההתנהגות (תגובה)			טיעון: האם אדם חייב להחזין את רגשותיו בכדי שהסביבה תבין אותו ותגלה כלפיו אמפתיה? הצג נימוק מסוג ראייה או הסבר לביסוס טענתך	העשרה: מחקרים נוספים בנושא: Forgas, 1999, Isard, 1990, Hobara, 2005 תצפית: התלמיד יצפה באינטראקציות בין ילדים או בני נוער במקומות ציבוריים (גן שעשועים, חצר בית הספר, בית קפה), ירשום וינסה לנתח את הרגשות המובעים ואת האינטראקציות בין המשתתפים בסיטואציה הנצפית, כפי שהם משתקפים באינטראקציה הבלתי מילולית.
נושאים ומושגים שירדו מהמיקוד לצמיתות		התיאוריה של התודעה Tom-theory of mind - פירוש מצבים מנטליים (רגשות, מחשבות וכו') ע"פ רמזים מבחן המשימות של סאלי ואן			
		הנושאים של ריגוש ו-ויסות רגשי כפי שמופיעים בתוכנית הלימוד המקורית עמ. 32-33 באתר משרד החינוך מחקרי ואן קליף (2010) העוסקים בקבלת החלטות, בסכסוך, במשא ומתן, במנהיגות ובביצועים בצוותים			

לחץ מודלים ודרכי התמודדות

מס' שעות הוראה משוער: 16 שעות

סוגיה	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ועקרונות עמ"ר	הערות דידקטיות
-------	---------	--------	--------	-------------------------------	----------------



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המוכרות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

מהו מצב לחץ	מודל התגובה	בריחה או לחימה (flight or fight), קיפאון (freeze), תגובות קוגניטיביות, רגשיות, פיזיולוגיות, התנהגותיות	מארגני חשיבה, מפות מושגים/מוח של שלושת המודלים	התלמידים יציגו בכיתה חוויות שבהן חוו לחץ, יבררו מהו מקור הלחץ וינתחו אותו על פי ארבעת המרכיבים (פיזיולוגי, רגשי, קוגניטיבי והתנהגותי)
כיצד נזהה מצב לחץ?	מודל תסמונת ההסתגלות הכללית של סלייה		דילמה ערכית: התנהגות אלטרואיסטית מול אינדבדואלית? (הצלה עצמית)	התלמידים יכולים לנתח מצב לחץ מסויים באמצעות שלושת המודלים
מה הם הגירויים שיוצרים לחץ?	מודל הגירויים: שינויים במצבי חיים כמקור ללחץ – הולמס וריי.	עומס, קונפליקט, שינוי, חוסר שליטה	פנץ ואפשטיין, 1976 גלס וזינגר, 1972 הולמס וריי 1967	התלמידים בקבוצות יציגו מצבי לחץ ויציעו דרכי התמודדות בסיום הפרק יש לחזור ולקשר בין לחץ למושגים שנלמדו בסעיפים קודמים של פרק רגשות
האם תחושת לחץ קשורה רק באירועים שליליים או שהיא יכולה להתעורר גם בנסיבות חיוביות?	מודל האינטראקציה של לזארס (שני שלבי הערכה)	הערכת המצב כמאיים יכולת התמודדות		
כיצד ניתן להתמודד עם מצבי לחץ?	דרכי התמודדות המודל החיסוני של מייכנבאום המבוסס על מודל האינטראקציה	<u>התמודדות הממוקדת</u> <u>בבעיה:</u> התמודדות מטרימה-חיסון נגד לחץ <u>התמודדות הממוקדת</u> <u>ברגשות:</u>	אגברט, 1964 (התמודדות מטרימה)	אם התלמידים למדו פרק פסיכו' חיובית ניתן להתחבר למושג חוסן ולמודל הגשר המאח"ד



			הערכה מחודש של המצב -שיטות הרגעה		
המטרה היא יצירת זיקה בין המושגים ותת הנושאים בפרק	מיפוי - מפת מושגים מו"ח של כל היחידה			מצבי לחץ עשויים לכלול: רגש, עוררות וריגוש, ויסות רגשי, הבעת רגשות כאמצעי לעיבוד מידע חברתי	סיכום - האם מצב הלחץ כולל היבטים של ריגוש ורגשות?
- מחקר של מאל - מנגנוני הגנה: הכחשה, אינטלקטואליזציה - תמיכה חברתית				נושאים ומושגים בפרק לחץ שירדו מתוכנית הלימודים לצמיתות	

פסיכולוגיה התפתחותית (30 שעות)

מהי פסיכולוגיה התפתחותית

מס' שעות הוראה משוער: 4 שעות

סוגיות מרכזיות לדיון	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועמ"ר	הערות דידקטיות
מהם המרכיבים שיש להתייחס אליהם כשרוצים להבין את התפתחות האדם? האם השינוי בהתפתחות האדם הוא כמותי או איכותי? האם השינוי בהתפתחות האדם נעשה באופן רציף או ב'קפיצות'? האם יש שינויים התפתחותיים שמתרחשים רק בתקופות מסוימות? עד איזה גיל נמשכת ההתפתחות? האם האדם ממשיך להתפתח כל חייו?	התפתחות, התפתחות נורמטיבית. תורשה (מטען גנטי) היסטוריה התפתחותית מול סביבה חברתית בהווה שינוי כמותי (גדילה) מול שינוי איכותי (בשילה) שינוי רציף הדרגתי מול שינוי ב'קפיצות' תיאוריות שלבים, תקופות קריטיות החתמה / הטבעה	המחקר של גזל ותומפסון המחקר של קונרד לורנץ	שאלת שאלות עמ"ר: האם אדם ממשיך להתפתח כל חייו? האם מצבי חיים שלי או של הסובבים אותי הם תוצר של היסטוריה התפתחותית?	מומלץ ליצור השוואה בין פרק הפסיכולוגיה ההתפתחותית לבין פרקים כגון למידה ואישיות (דגש על ציר הזמן); בסוף הפרק התלמידים יציגו דוגמאות למצבי חיים וינתחו אותם במונחים של היסטוריה התפתחותית אישית לעומת מונחים של למידה ואישיות. דוגמה לשאלת שאלות: האם המצב המתואר נובע מההיסטוריה של הפרט? האם אפשר להסביר אותו אחרת? המחקר של קונארד מדגים תקופה קריטית
מה עשויים להיות הקשיים המעשיים והאתיים במחקר התפתחותי?	כלים ושיטות מחקר בפסיכולוגיה התפתחותית:			דרכי מחקר אלה ניתנות להוראה/למידה בפרק המבוא או בכל פרק אחר שיבחר המורה.



למידה בונה אדם
המוכרות הפדגוגית

אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי

הפיקוח על הוראת מדעי החברה



מדינת ישראל
משרד החינוך

כדאי ללמד כלי מחקר אלו בצמוד למחקרים על מנת שלא יהיו תיאורטיים			תצפית, ניסוי, ראיון לסוגיו: פתוח, מובנה ומובנה למחצה. שאלוני דיווח עצמי. *מחקר אורך ומחקר רוחב	
---	--	--	--	--

התקשרות - נושא זה ירד לצמיתות

מס' שעות הוראה משוער: 6 שעות

סוגיות מרכזיות לדין	נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועמ"ר	הערות דידקטיות
האם התקשרות היא דו סטרית אם-תינוק	מהי התקשרות	התקשרות התכונות הנדרשות מדמות ההתקשרות: קשב ורגישות, היענות ונגישות, יציבות. בסיס בטוח, חוף מבטחים	מחקר הקופים של הארלו	הגדרת המושג 'התקשרות'	* התלמידים יקיימו תצפית על תינוקות וינסו לזהות את מאפייני ההתקשרות שלהם עם הדמות המטפלת * התלמידים ימצאו בעיתונות האינטרנטית כתבה העוסקת ביחסים רומנטיים/זוגיים וינסו לנתח אותם במושגים של סגנונות התקשרות.
האם יש סגנונות שונים של התקשרות	סגנונות התקשרות	זיהוי סגנונות התקשרות עפ"י איינסוורת': בטוח, מתנגד, נמנע או סגנונות התקשרות על פי פריילי ושייבר (1987) מודל אורתוגונלי על פי ציר החרדה וציר ההימנעות: סגנון מוטרד, בטוח, נמנע מפחד, ונמנע מבטל מיקולינסר: התקשרות כמודל עבודה פנימי לאורך החיים; ביטויים של דפוסי התקשרות במערכות יחסים בבגרות	הליך המצב הזר איינסוורת' או פריילי ושייבר (1987) מחקר על התקשרות ויחסים רומנטיים בבגרות	טיעון – התלמידים יתנסו בניסוח טענה לגבי חשיבות ההתקשרות בינקות והשפעתה על המשך החיים, ויתמכו בה באמצעות הסבר תיאורטי ובאמצעות מחקר אמפירי.	בסגנונות התקשרות המורה יבחר אחת מבין שתי התיאוריות ללמד: סגנונות ההתקשרות ע"פ איינסוורת' או ע"פ פריילי ושייבר ומיקולינסר * המורה ידגיש את היתרונות היחסיים גם של התקשרות חרדה, עם התפתחות המחקר השימוש במונח 'סגנונות' פוחת ומדברים יותר על רצפים. העשרה: אמית, פופר, גל, ממן וליסק (2006) הקשר בין דפוסי התקשרות

לבין התפתחותם של מנהיגים חברתיים גרנות (2008) השפעת ההתקשרות בינקות על התקשרויות מאוחרות יותר					
--	--	--	--	--	--

תיאוריות התפתחות דור ראשון

מס' שעות הוראה משוער: 12 שעות

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועמ"ר	הערות דידקטיות
מה הם המנגנונים המעצבים את התפתחות הפרט?	הגישה הפסיכו-דינאמית פרויד – חמישה שלבי ההתפתחות	קונפליקט, קיבעון, נסיגה, תקופה קריטית, לא מודע, מודע, איד, אגו, סופר אגו, מנגנוני הגנה (הדחקה, התקה), שלבי התפתחות: אוראלי, אנאלי, אדיפאלי, חביון, גניטאלי. טיפוס מכל סוג.		שאלת שאלות עמ"ר: כיצד חוויות שעברתי בשלבים מוקדמים משפיעות עליי כמתבגר ועל יחסי עם סביבתי?	בעת הוראת הגישה הפסיכודינמית והפסיכו סוציאלית יש להורות את המושגים המופיעים בעמודת המושגים. אין צורך ללמד כאן את הדינמיקה של האישיות המורה ימפה את התיאוריות באמצעות תרשים גרפי או מפת מוח כדי לסייע לתלמידים בהפנמת המידע. אפשר לעבוד בקבוצות, כשכל קבוצה מייצגת שלב אחר, מתווכת אותו באופן יצירתי, ומציגה אותו בפני הכיתה
	הגישה הפסיכו-סוציאלית אריקסון – שמונה שלבי ההתפתחות	משבר, משימה התפתחותית, דמות משמעותית, תקופה קריטית, אמון לעומת חשד, אוטונומיה לעומת		השוואה: בניית תבחינים בין תיאוריות השלבים של פרויד ושל אריקסון.	



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית

אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי

הפיקוח על הוראת מדעי החברה



מדינת ישראל
משרד החינוך

בוסה, יוזמה לעומת אשמה, חריצות לעומת נחיתות, זהות לעומת טשטוש זהות, אינטימיות לעומת בדידות, -פוריות לעומת קיפאון, שלמות לעומת ייאוש			ניתוח ויישום: המורה יעשה שימוש בסרט או במשדר תיעודי להמחשת השלבים, בתיאוריות השונות
---	--	--	---

תיאוריות התפתחות דור שני - נושא זה ירד במיקוד לצמיתות

מס' שעות הוראה משוער: 5 שעות

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה מומלצות ועמ"ר	הערות דידקטיות
כיצד משפיעה דמות ההתקשרות על המשך החיים	מושגים מרכזיים בתיאוריות דור שני (ויניקוט, מאהלר)	יחסי אובייקט עצמי אובייקט מעבר מסימביוזה לנפרדות		מארגני חשיבה – מפת מושגים (מפת מוח') ליצירת מערכת הקשרים בין המושגים עמ"ר: כיצד הקשר שלנו עם הדמות המטפלת בינקות יכול להשפיע על ההתייחסות שלנו לאנשים אחרים?	התלמידים יזהו באמצעות תצפיות את השימוש של פעוטות ב'חפץ מעבר' (יצלמו שימוש ב'שמיכי', דובי וכו' וציגו תמונות בכיתה). העשרה: מלאני קליין מסימביוזה לנפרדות – השד הטוב והשד הרע; מנגנון הפיצול
	ויניקוט	אובייקט מעבר, מרחב מעבר, אם טובה דייה, שיקוף, עצמי אמיתי ועצמי כוזב			
	מאהלר	ספרציה/אינדוודואציה			

גיל ההתבגרות - הנושא הועבר לנושאי הבחירה להערכה חלופית ולא יופיע במבחן הבגרות.

בגרות צומחת - נושא זה ירד מהמיקוד לצמיתות

מס' שעות הוראה משוער: 3 שעות

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושא	מושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה	הערות דידקטיות
כבר לא מתבגר ועוד לא מבוגר – שלב חדש בחברה המערבית וכבר שלב אוניברסאלי: האמנם שלב חדש, או הארכה של גיל ההתבגרות?	משימה התפתחותית מרכזית	בגרות צומחת משימה התפתחותית מרכזית: *גיבוש סגנון חיים, מערכת ערכים ועצמאות פיזית ורגשית; שחזור תהליך הספרציה / אינדיבידואציה מול ההורים; מאפיינים: * תהליכי חקירה (אקספלורציה) והתנסות * שונות גבוהה בתוך קבוצת הגיל, לגיטימציה לשונות בסגנונות חיים ולריבוי אפשרויות * התמקדות בעצמי (centering) לצד פיתוח מחויבות לחברה * הארכת המורטוריום * טווח הגילים והסמנים לכניסה לשלב (בארץ מתאחר בגלל השירות הצבאי) ולסיומו (המעבר להורות) * משימות מעשיות ומשימות רגשיות			ניתוח תוכן של ראיונות: התלמידים יראיינו צעירים בשנות העשרים לחייהם על תחומי העניין שלהם ויסבירו במה הם שונים מגיל ההתבגרות. למורים הבוחרים ללמד את נושא גיל ההתבגרות במסגרת ה-30% מומלץ לערוך השוואה: בין שלב ההתבגרות ושלב הבגרות הצומחת על פי תבחינים שיגדירו להעלות טיעון: *ששלב הבגרות הצומחת שונה מהותית מגיל ההתבגרות וינמקו *גם גיל ההתבגרות וגם שלב הבגרות הצומחת הם תולדה של נסיבות סביבתיות ותהליכים דמוגרפיים וטכנולוגיים בחברה, דיון: לאחר ההשוואה בין גיל ההתבגרות לבין שלב הבגרות הצומחת: האם מדובר בשני שלבים נפרדים ושונים מהותית? התלמידים לא ישאלו על כך בבחינת הבגרות

דיון: כיצד משפיעים תהליכים טכנולוגיים ודמוגרפיים על היווצרותם של שלבי חיים? ההדגמה תיעשה באמצעות אחד משני המאמרים הבאים: ארנט (2000) 23 ינר (2007) 24					
--	--	--	--	--	--

2. נושאי הבחירה להערכה חלופית (30%)

- על המורה ללמד אחד מתוך ארבעת הנושאים לבחירה המפורטים בהמשך.
- בסיום הלמידה יש לבצע הערכה חלופית על תכנית הפרק הנלמד, על פי הכללים המחייבים המופיעים באתר המפמ"ר.
- מומלץ להיעזר בחוברת [הערכות חלופיות שמופיעה באתר המפמ"ר](#).

• הנושאים לבחירה (מפורטים בהמשך):

1. תיאוריות אישיות
2. פסיכולוגיה חיובית
3. הנעה
4. פסיכולוגיה התפתחותית – גיל ההתבגרות ותיאוריות דור שלישי



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

אישיות

מהי אישיות?

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהי אישיות? האם אישיות היא מבנה תיאורטי או אמפירי? כיצד ניתן לאבחן ולאפיין את האישיות? האם ניתן להעריך את אישיותו של האדם על בסיס אמפירי על פי מדדים אובייקטיביים? האם האישיות משתנה במהלך החיים?	אישיות 'פרסונה'		הבניית המושג 'אישיות' דיון בכיתה סביב הסוגיות המרכזיות בפרק זה	הערה כללית: פרק זה נכלל כולו בהערכה חלופית. מידת העמקה בכל תיאוריה תלויה במורה. בפרק 'אישיות' יש ללמד את הבסיס של התיאוריות ורק אחר כך להתמקד בהוראה תמטית (השוואה רוחבית על פי תמות), על בסיס ידע קיים שרכשו התלמידים. בלימוד כל גישה הושם דגש על ציר תמטי אחד או שניים.

*הערות לפרק אישיות:

- על המורה ללמד שתיים מתוך שלוש תיאוריות האישיות המופיעות בפרק (התיאוריה ההומניסטית, תיאוריית התכונות, התיאוריה הנרטיבית).
- התיאוריה הפסיכואנליטית של פרויד לא מופיעה בפרק זה, מאחר והיא נלמדת בפרקי החובה (בפרק פסיכולוגיה התפתחותית)

גישה הומניסטית – קארל רוג'רס

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
דטרמיניזם מול בחירה: האם האדם מונע על ידי דחפים שאינם בשליטתו? מהי המוטיבציה המרכזית של האדם?	האדם כיצור שלם (הוליזם) שלם מול חלקים הומניזם הוליזם מושג העצמי אותנטיות חוויה סובייקטיבית מוטיבציה מרכזית: מימוש עצמי			דיון בסוגיה: האדם כבוחר לעומת האדם כמובל ע"י דחפים השוואה בין הגישה הפסיכואנליטית לבין הגישה ההומניסטית (במידה והתלמידים כבר למדו על הגישה הפסיכואנליטית בפרק התפתחותית בפרקי החובה) מורה שירצה בכך יוכל להתייחס בכיתתו גם למושג הבחירה ביהדות או למוסר ולתשובה ביהדות

גישת התכונות – BIG FIVE

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
מדידה והערכה: האם ניתן להעריך את אישיותו של האדם?	חמשת הגדולים the five big - • פתיחות • מצפוניות • מוחצנות • נינוחות (נעימות) • נירוטיות		מארגני חשיבה- שרטוט גרפי של אשכולות 'חמשת הגדולים'	יש לחדד את ההבדל בין גישת התכונות, המתבססת על מדידה וניתוח של גורמים, לבין גישה תיאורטית דוגמת הגישה הפסיכואנליטית. המחשה באמצעות התנסות במילוי שאלון שבאמצעותו נמדדת האישיות על פי ה BIG5 הפניה לשאלון - https://www.ocf.berkeley.edu/~johnlab/pdfs/BFI-Hebrew.pdf



מדינת ישראל
משרד הבריאות



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

הגישה הנרטיבית לפי מק'אדמס

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידיקטיות
אובייקטיביות מול סובייקטיביות: האם האישיות היא הדרך שבה אנו תופסים את עצמנו, או שקיימים מדדים אובייקטיביים וחיצוניים להגדרה והערכה של אישיות הפרט? יציבות מול שינוי: האם האישיות היא מבנה יציב וקבוע לאורך החיים, או שהיא נתונה לשינוי והתפתחות?	שלוש רמות האישיות: תכונות אופי מולדות traits-dispositional מנגנוני הסתגלות אופייניים Characteristic adaptations כגון: אמונות, שאיפות, דרכי התמודדות זהות נרטיבית narrative id – סיפורי חיים אישיים המקנים לכידות, משמעות ויעדים. 'סיפור חיים', 'עבר משוחזר', 'הווה נתפש' ו'עתיד מדומיין'; תבחינים לניתוח סיפורי חיים לבירור הזהות הנרטיבית: מבנה, תכנים, הקשר;		אסטרטגיית הטיעון: ניסוח טענה המציגה את העיקרון המרכזי שמאחורי המושג 'זהות נרטיבית' וביסוסה באמצעות הסבר או ראייה; רלוונטיות ומעורבות: המורה יעזר בעולם הסיפורת והקולנוע התיעודי כדי להסביר את המושג 'נרטיב': אירועים וסיטואציות המשתלבים בעלילה על ציר זמן, ומבטאים נקודת הסתכלות מסוימת עליהם; דילמה ערכית: באיזו מידה רשאית הסביבה לשנות את סיפור חייו של האדם כדי לסייע לו בהסתגלות טובה לסביבה? (הקונפליקט בין מציאות אובייקטיבית וסובייקטיבית)	ניתן להשתמש באחד המחקרים של מק'אדמס ו/או אדלר (2005) (להדגמה של ניתוח 'סיפור חיים'. אפשרי להיעזר באחד המחקרים של עמיה ליבליך. התלמידים יספרו זה לזה סיפורי חיים, או ישמעו סיפור חיים מאדם שיוזמן לכיתה, וינתחו את הסיפורים על פי תבחינים. דיון: השפעת הזהות והערכים האישיים על הנרטיב האדם והחברה מספרים לעצמם: האם תיתכן אמת אובייקטיבית? העשרה: ניתן להיעזר במודל ההתמודדות של פרופסור מולי להד, שפיתח את טכניקת 'הסיפור בשישה חלקים' (Lahad, 1992; להד, 2006), ככלי טיפולי לאיתור משאבי התמודדות המבוסס על תיאורית "הגשר המאחד". יישום אסטרטגיית ההשוואה – כיוונים אפשריים: * ההבדל בין תיאוריות תכונות אמפיריות, המתבססות על מדידה וניתוח גורמים, לבין תיאוריות תכונות תיאורטיות, דוגמת התיאוריה הפסיכואנליטית; * ההבדל בין הגישה הפסיכואנליטית לגישה הנרטיבית, לדוגמה: תפיסת טבע האדם; אובייקטיביות/סובייקטיביות; מקומו של המטפל ביחס למטופל; האפשרות לצמיחה לשינוי לעומת דטרמיניזם, ועוד;



מדינת ישראל
משרד הבריאות



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

תיאוריות האישיות בראי הסוגיות

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושאים ומושגים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
פיצול מול אינטגרציה: האם האישיות היא אוסף של תכונות? מה הופך את אוסף התכונות למבנה לכיד ושלם? יציבות מול שינוי - האם האישיות היא מבנה יציב וקבוע לאורך החיים, או שהיא נתונה לשינויי התפתחות? תורשה מול סביבה: האם ניתן להצביע על מבנה אישיות אנושי אוניברסלי שהוא תוצר של המטען הגנטי האנושי, או שהאישיות היא תוצר של המפגש עם הסביבה? האם המאפיינים האישיים של כל פרט טמונים בגנטיקה שלו, או שהם נוצקים לתוך המבנה האנושי הבסיסי בהתאם למפגש שלו עם תנאי הסביבה הפיזית והחברתית?	השוואה בין הגישות השונות לאישיות שנלמדו במהלך הפרק	אסטרטגיית השוואה: השוואה בין הגישות השונות לאישיות בזרמים השונים על פי תבחינים: • פיצול מול אינטגרציה • יציבות מול שינוי • תורשה מול סביבה • אובייקטיביות מול סובייקטיביות • יציבות מול שינוי • גלוי מול סמוי • דטרמיניזם מול שליטה אסטרטגיית שאלת שאלות: אילו שאלות מעוררת כל גישה? סוגי שאלות (על פי הרפז): שאלה פורייה, שאלה מערערת וכו' אילו ערכים מדגישה כל גישה? ערכים אפשריים לדיון: - אותנטיות, - שליטה עצמית, - מוסריות- מימוש עצמי- הכלה - אותנטיות - אהבת האדם	יישום אסטרטגיית ההשוואה - כיוונים אפשריים: * ההבדל בין תיאוריות תכונות אמפיריות, המתבססות על מדידה וניתוח גורמים, לבין תיאוריות תכונות תיאורטיות, דוגמת התיאוריה הפסיכואנליטית; * ההבדל בין הגישה הפסיכואנליטית לגישה הנרטיבית, לדוגמה: תפיסת טבע האדם; אובייקטיביות / סובייקטיביות; מקומו של המטפל ביחס למטופל; האפשרות לצמיחה ולשינוי לעומת דטרמיניזם, ועוד;



פסיכולוגיה חיובית

מהי פסיכולוגיה חיובית?

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהו ייחודה של הפסיכולוגיה החיובית לעומת גישות אחרות בפסיכולוגיה? מהי תפיסת האדם בפסיכולוגיה החיובית?	ייחודה של הפסיכולוגיה החיובית לעומת גישות אחרות בפסיכולוגיה: • הגישה הקלינית - (בעיה) • הגישה המניעתית (מניעה) • הגישה המיטבית (מיטביות) תפיסת האדם בפסיכולוגיה החיובית: הגישה הסלוטוגנית על פי אנטונובסקי תחושת קוהרנטיות כמאפיין אישיותי העומד בבסיס יכולת ההתמודדות של הפרט.	מחקר של אנטונובסקי - גישה סלוטוגנית.	אסטרטגיית ההשוואה: השוואה בין הפסיכולוגיה החיובית לבין גישות אחרות בפסיכולוגיה אסטרטגיית ניתוח אירוע על פי שלוש הגישות: כיצד ניתן לנתח את אותו אירוע על פי כל אחת משלוש הגישות? אסטרטגיית שאלת שאלות	ניתוח אירוע: התלמידים יביאו דוגמאות למצבי חיים, וינתחו אותם על פי הגישות השונות: על פי הגישה המיטבית, האדם נתפס כבעל חוזקות ועוצמות מטבעו, זאת בניגוד לגישה הקלינית, המתמקדת בחולשות, בבעיות ובפתולוגיות, ובניגוד לגישה המניעתית, המתמקדת במניעת בעיות. שאלת שאלות: התלמידים ישאלו על פי טכניקת יר"ל: (KWL) - מה אני יודע על הנושא? - מה אני רוצה לדעת? ולבסוף, אחרי הקניית הנושא: מה למדתי על הנושא / מה התחדש לי?



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

חוסן נפשי

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
ממה מורכב החוסן הנפשי? האם החוסן הנפשי הוא מולד או נלמד? מה דרוש על מנת להתמודד בהצלחה עם מצבי לחץ ומשבר?	הגדרות שונות לחוסן: היכולת להתמודד בהצלחה עם מצבי לחץ ומשבר; חוסן - הגדרות שונות; הסתגלות פנימית והסתגלות חיצונית; להד: ערוצי התמודדות - תמיכה חברתית; מיומנות בקבלת החלטות; תחושת קוהרנטיות; שני מודלים להתמודדות מוצלחת עם מצבי לחץ ומשבר: מודל להד - מודל החוסן 'גש"ר מאח"ד' - BASIC PH- על ערוצי התמודדות שונים; מודל מאסטן - גורמי סיכון וגורמי הגנה	קפלנסקי (2008) - פוטנציאל ההתמודדות וההחלמה הקיימים בשימוש בשפת הדמיון; (מדגים מודל של לה"ד) - Masten (2007) - הסתגלות חיובית בעקבות חשיפה למצוקות או לסיכונים שהם בעלי פוטנציאל לפגיעה	שאלת שאלות בנוגע לחוסן נפשי מארגני חשיבה: תרשים גרפי של גורמי סיכון וגורמי הגנה; תרשים זרימה של מצבי מצוקה ודרכי התמודדות אופציונאליות; דילמה ערכית: האם במצבי לחץ אדם צריך לדאוג לעצמו ורק אחר כך לאחרים? השוואה והסקת מסקנות: - השוואה בין הסתגלות פנימית לחיצונית; - השוואה בין סוגים שונים של משאבי התמודדות;	התלמידים יציגו דוגמאות למצבי לחץ ויעלו הצעות כיצד ניתן להתמודד במצבים אלה. בדיון ינתחו הגורמים לדחק/ לחץ/ מצוקה וינתחו משאבי התמודדות אפשריים. התלמידים יחפשו קטעי עיתונות ארכיוניים העוסקים במצב הביטחוני בקריית שמונה או ביישובי עוטף עזה, שהולידו את פעילותו של המרכז למצבי חירום (מרכזי חוסן) על פי המודל של להד. התלמידים יתנסו בהפעלה יישומית של מודל גשר מאח"ד באמצעות אירועים לדוגמה, או באמצעות טכניקת 'סיפור בשישה חלקים'. אפשרות נוספת: התלמידים ידגימו וינתחו מחקר המראה את חשיבות החוסן להתמודדות עם מצבי חיים.



	השוואה בין גורמי סיכון לגורמי הגנה			
--	---------------------------------------	--	--	--

רווחה נפשית

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהי רווחה נפשית ומהם מרכיביה? מהו ההבדל בין חוסן נפשי לרווחה נפשית? כיצד יכול האדם לפתח את הרווחה הנפשית של עצמו? כיצד יכולה הסביבה לתרום להגדלת הרווחה הנפשית?	המושג רווחה נפשית מדדים לרווחה נפשית סוגי מדדים לרווחה נפשית: 1. מדדים רגשיים, קוגניטיביים ופיזיולוגיים 2. רגשות חיוביים (הרבה) ורגשות שליליים (מעט) 3. שביעות רצון כללית מהחיים (גבוהה/נמוכה) 4. מדדים אובייקטיביים וסובייקטיביים <u>אובייקטיביים</u>: - ביטחון בדיוור- רמת בריאות- רמת תעסוקה וכלכלה- שייכות למסגרות חברתיות ומשפחתיות <u>סובייקטיביים</u>: - שביעות רצון- תחושת אמון- תחושת נתמכות- אופטימיות		הצגת טיעונים וביסוסם על סמך הנמקות תיאורטיות טיעון: האדם יכול לפתח את הרווחה הנפשית של עצמו. אסטרטגיית ההשוואה בין חוסן ורווחה נפשית (על פי המודלים) שאלת שאלות בנושא רווחה נפשית דילמה ערכית: מה יעשה אדם שרווחתו הנפשית תלויה בפגיעה בבני אדם אחרים? האם ניתן לחוש רווחה נפשית כשאחרים סביבי סובלים?	חילוץ מרכיבי רווחה נפשית מתוך אירועי חיים; התלמידים יזכרו באירועים מתקופות שבהם הרגישו טוב עם עצמם ועם סביבתם. בדיון ינתחו את הגורמים להרגשה הטובה – מרכיבי הרווחה. (יש לשים לב לנושאים המעלים רגישות ובעיות אתיות) דיון בקבוצות: אילו ממרכיבי הרווחה, על פי המודלים שנלמדו, תורמים יותר לחיים טובים? כדי להדגים מדדי רווחה שהוגדרו ע"י המדינה ניתן להיעזר בדוח המשרד להגנת הסביבה (קישור בתכנית הלימודים המקורית). דיון: האם רגשות מסוימים מהווים חסם / גורם מעכב, ומאידך, יכולים לעודד בירור אישי ולהוביל לשינוי התנהגות?



למידה בונה אדם
המוכרות הפדגוגיות

אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי

הפיקוח על הוראת מדעי החברה



מדינת ישראל
משרד החינוך

			5. מדדי רווחה שהוגדרו על יד מדינות (יעדי מדיניות חברתית)	
--	--	--	---	--



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

אושר

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהו אושר? האם האושר תלוי בגורמים חיצוניים או פנימיים? מדוע כדאי להיות מאושר? האם אושר הוא מאפיין אישיותי יציב או מצב משתנה? עד כמה צריך להיות אדם מחויב לאושר? (ערך האחריות, מחויבות לאושר)	-הגדרות לאושר -חמשת מרכיבי האושר: רגשות חיוביים, מעורבות, משמעות, מערכות יחסים חיוביות, הישגים -יתרונות האושר -האושר כמאפיין אישיותי: המודל של סליגמן לתפיסת האושר: רמת אושר בסיסית יציבה של הפרט תוך הסתגלות לשינויים, אופטימיות, חוזקות - 12 אסטרטגיות לקידום האושר הניתנות ללמידה; -מחויבות אישית לאושר -חקר הרגשות החיוביים -חקר התקווה		הצדקת טיעונים: אושר הכרחי לאדם. האושר שלך תלוי בך. אפשר ללמוד להיות מאושר בניית תבחינים להשוואה בין אושר לבין רווחה נפשית מארגני חשיבה - מפת מושגים '(מפת מוח') ליצירת מערכת הקשרים בין המושגים שנלמדו ביחידה זו; שאלת עמ"ר: האם אושר הוא ערך?	תרגיל חקר: התלמידים יתנסו בתרגיל מחקרי כמותני מצומצם, תוך שימוש בשאלונים בנושא אושר. תיעוד ואימון: התלמידים יתנסו ב'לימוד האושר' - כל תלמיד ייקח על עצמו להתאמן באסטרטגיה אחת או שתיים מאלו המוצעות על ידי ליבומירסקי במשך שלושה שבועות, וינהל יומן בנושא. במהלך לימוד הפרק מומלץ לשלב יצירות ספרות / שירים המתארים אושר ו/או חיפוש אחריו. כך תתבצע הוראה באמצעות טקסטים המערבים רגש לעידוד למידה. בנוסף לסליגמן וליבומירסקי, המורה יבחר התייחסות נוספת למושג 'אושר' מתוך: פרגר, פרידריקסון או לופז.

*הערה: במסמך תכנית הלימודים המקורי מופיעות הפניות רבות למקורות ביבליוגרפיים עבור המושגים והמחקרים המופיעים בפרק פסיכולוגיה חיובית בכלל ולנושא
האושר והרווחה הנפשית בפרט.



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המזכירות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

הנעה

מהי הנעה ?

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
כיצד מגדירים הנעה? מה הקשר בין מניע להתנהגות? מה קובע את האופי שתלבש התנהגות הנובעת ממניע מסוים? תורשה וסביבה: האם המניעים שלנו נובעים מגורמים מולדים או מגורמים תרבותיים וסביבתיים? שליטה מול דטרמיניזם: עד כמה האדם אחראי למעשיו? מהם הקשיים במדידת מניעים?	מניע אחד – התנהגויות שונות, מניעים שונים – התנהגות דומה. הנעה מניע סוגי מניעים: מניעים פיזיולוגיים (תורשה): רעב, מין מניעים חברתיים: מניע ההישג התנהגות סמויה מול התנהגות גלויה. מדידה אמפירית מול הסבר תיאורטי (המבוסס על הסקה לגבי ההתנהגות הסמויה)	מחקר אטקינסון – מניע הישג ורמת שאיפה (1947) השוואה: בין מניעים פיזיולוגיים לחברתיים טיעון + עמ"ר: התנהגות האדם מונעת מגורמים סביבתיים או תורשתיים	<u>שאלות שאלות:</u> מהן השאלות שעלינו לשאול בבואנו לברר את המושג 'הנעה'? <u>השוואה:</u> בין מניעים פיזיולוגיים לחברתיים <u>טיעון + עמ"ר:</u> התנהגות האדם מונעת מגורמים סביבתיים או תורשתיים	הערה כללית: פרק זה יילמד לאחר שהתלמיד כבר הכיר את הזרמים השונים מתוך פרקי הלימוד הקודמים. סעיף זה יילמד כסקירה כללית, בלי להיכנס לעומק של כל גישה תיאורטית, למעט הרחבת התיאוריה של דואק בהמשך. המורה ידגיש את הערכים העומדים בבסיסם של המניעים השונים.

גישות שונות להנעה

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
מהו הקשר בין תפיסת האדם כפי שהיא מתבטאת בכל אחת מהתיאוריות לבין ההסברים שכל תיאוריה מציעה בתחום ההנעה?	גישה ביולוגית -מניעים ביולוגיים – אינסטינקטים; גישה פסיכואנליטית – דחפים גישה התנהגותית – חיזוקים ותוצאות גישה קוגניטיבית – התנהגותית – פרשנות לגירויים סביבתיים גישה הומניסטית – מאסלו, פירמידת הצרכים, צרכי חסר / צרכי גדילה -תיאוריית ההנעה של קרול דווק: -דפוסי חשיבה mindset מקובעים לעומת דפוסי חשיבה צומחים. -מטרות הישג (למידה) לעומת מטרות ביצוע -אמונה ביכולת	המחקר של לורנץ (1937) – הטבעה מחקר של קרול דווק מתוך ספרה "כוחה של נחישות":	שאלת שאלות: על איזה שאלות התיאוריה הנלמדת עונה, ומהן מגבלותיה? שאלות עמ"ר: * באיזו מידה האדם אחראי על התנהגויות הנובעות ממניעים פיזיולוגיים שאין לו שליטה עליהם? * מהם הערכים העומדים בבסיסו של כל מניע? * כיצד אדם יכול לפתח את האמונה ביכולתו? מארגני חשיבה: מיפוי של גישות תיאורטיות שונות להנעה והקשרים ביניהן (מפת מוח). השוואה בין תיאוריות ההנעה השונות שנלמדו, על פי קריטריונים שהתלמידים יוצרים.	בפרק זה המורה ילמד מתוך הגישות שתי תיאוריות שונות לבחירתו + התיאוריה של קרול דווק חובה. דיון: טבע האדם – האם האדם טוב מנעוריו או רע מנעוריו? דיון: חשוב להציב לאדם מטרות גבוהות כדי להניע אותו להגיע להישגים ולתוצאות. העשרה: ריאן ודצ'י (2000, 2002): אוטונומיה, כשירות ושייכות. מוטיבציה פנימית ומוטיבציה חיצונית כקצוות של רצף. למורה מומלץ: להקרין הרצאת TED שבה מציגה דווק את מחקרה. המורה יסכם את הנושא בדיון בערכים הבאים לידי ביטוי במניעים להתנהגותם של בני אדם על פי התיאוריות השונות. למשל: מימוש עצמי, עזרה לזולת, תיקון החברה וכד'.

	טיעון: הצגת הטיעון המרכזי של תיאורית הנעה מסוימת, וביסוסו באמצעות ראיות אמפיריות או הסברים תיאורטיים			
--	--	--	--	--

פסיכולוגיה התפתחותית – גיל ההתבגרות ותיאוריות דור שלישי

גיל ההתבגרות

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושאים ומושגים	מחקרים	הערות דידקטיות
האם גיל ההתבגרות הוא אינהרנטי להתפתחות האישית, או שהוא תוצר חברתי? מהם המאפיינים הייחודיים של שלב זה בתחום הפיזי, הרגשי, החברתי והמוסרי? האם עדיין נכון לומר שגיבוש זהות הוא המשימה המרכזית של שלב זה?	סביבה ותורשה – גישת ה'סער ולחץ' של סטנלי הול לעומת הגישה החברתית של מרגרט מיד אריקסון – גיבוש זהות מרכיבי הזהות (זהות אישית, מקצועית, מינית; אבחנה בין זהות מינית ונטייה מינית (שחזור ספרציה / אינדיבידואציה) קבוצת השווים מורטוריום	מחקר אחד מתוך הבאים לפי בחירת המורה: בל גבריאלי – פריד: התנהגות הימורים בקרב בני נוער (קשור לנטילת סיכונים) יעקב הכט: הפרדוקס של הנעורים הדיגיטליים (2012)	ניתוח תוכן של ראיונות: התלמידים יראיינו צעירים בשנות העשרים לחייהם על תחומי העניין שלהם ויסבירו במה הם שונים מגיל ההתבגרות. למורים הבוחרים ללמד את נושא גיל ההתבגרות במסגרת ה-30% מומלץ לערוך השוואה: בין שלב ההתבגרות ושלב הבגרות הצומחת על פי תבחינים שיגדירו להעלות טיעון: *ששלב הבגרות הצומחת שונה מהותית מגיל ההתבגרות וינמקו



למידה בונה אדם
המוכרות הפדגוגיות

אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי

הפיקוח על הוראת מדעי החברה



מדינת ישראל
משרד החינוך

*גם גיל ההתבגרות וגם שלב הבגרות הצומחת הם תולדה של נסיבות סביבתיות ותהליכים דמוגרפיים וטכנולוגיים בחברה, דיון: לאחר ההשוואה בין גיל ההתבגרות לבין שלב הבגרות הצומחת: האם מדובר בשני שלבים נפרדים ושונים מהותית? התלמידים לא ישאלו על כך בבחינת הבגרות דיון: כיצד משפיעים תהליכים טכנולוגיים ודמוגרפיים על היווצרותם של שלבי חיים? ההדגמה תיעשה באמצעות אחד משני המאמרים הבאים: ארנט (2000) 23 יניר (2007) 24			מרסייה – מודל אורתוגונלי של ציר המשבר וציר המחויבות - מגובשי זהות, 'משועבדים', מעוכבי זהות ופזורי זהות	מהי השפעת הטכנולוגיה על מאפייני חברת המתבגרים?
--	--	--	---	---



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המוכרות הפדגוגיות
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

תיאוריות דור שלישי

סוגיות מרכזיות לדיון	תת נושאים ומושגים	מחקרים	אסטרטגיות חשיבה ועמ"ר	הערות דידקטיות
מה מייחד את תיאוריות הדור השלישי לעומת תיאוריית הדור הראשון והשני? מהם המאפיינים הייחודיים של תיאוריות הדור השלישי, ומה תרומתם הייחודית להבנת ההתפתחות? עד כמה ההתפתחות היא תהליך פנימי, ועד כמה היא קשורה במפגש עם דמויות חיצוניות? מהם המאפיינים הייחודיים של המפגש בין הפרט לזולתו בתהליך ההתפתחות של הפרט?	קוהוט (תיאוריה) גישה אינטרסובייקטיבית זולת עצמי שיקוף (mirroring) אידיאליזציה החווייה הסובייקטיבית כנקודת מוצא להתפתחות האדם תפיסת האדם כמצוי בתלות הדדית מתמדת עם הסביבה הצורך בקשר כמניע בסיסי בהתפתחות שותפות וקשר בין אדם וזולתו כשני סובייקטים אובייקט מתמיר (בולאס, 1987 ,) השלישי האנליטי (אוגדן, 1994)		מארגני חשיבה – מפת מושגים תפקידיו של האובייקט בגיבוש ה'עצמי' על פי התיאורטיקנים השונים	נושא הרחבה והעמקה. ניתן לקשר בין השיקוף בתיאוריות יחסי אובייקט בגישה הפסיכו-דינאמית לבין תיאוריית 'אני במראה' של קולי בסוציולוגיה בלימוד שותפות וקשר בין אדם וזולתו כשני סובייקטים, יש לשים דגש על ההקשר הבין-אישי, החברתי והתרבותי, ולא על קונפליקטים תוך-נפשיים



מדינת ישראל
משרד החינוך



למידה בונה אדם
המוכרות הפדגוגית
אגף א' - תחומי בחירה ורב תחומי
הפיקוח על הוראת מדעי החברה

שלבי חיים נוספים

סוגיות מרכזיות לדין	תת נושאים ומושגים	מחקרי ם	אסטרטגיות חשיבה ושאלות עמ"ר	הערות דידקטיות
האם ההתפתחות נמשכת גם בחיים עצמם?	תיאוריה: דניאל לוינסון - שלבים מגובשים של יציבות ושלבי מעבר המאופיינים בחוסר יציבות גייל שיהי - מעברים, מעברים חדשים; מאפייני שלבי החיים של מבוגרים;		שאלת עמ"ר: איך השתנתה השקפת החיים שלי כמתבגר בעקבות לימוד כל שלבי ההתפתחות של האדם?	נושא הרחבה והעמקה. המורה ידגים וידגיש את מושגי הפרק באמצעות שלבי החיים: בגרות צעירה אמצע החיים זקנה ניתוח תוכן של ראיונות: כל קבוצת תלמידים יכולה לראיין אנשים בוגרים בגילים שונים (משנות השלושים ועד זקנה), בקבוצות הטרוגניות, ולאחר מכן להציג את המאפיינים המרכזיים של כל שלב כפי שבאו לידי ביטוי בראיונות. השוואה: בסיום אפשר לערוך השוואה במליאת הכיתה. ניתן לשלב את הגישה הנרטיבית (פרק 'אישיות') ולעקוב אחר סיפור חיים לאורך תקופות חיים.