

תשמרו את הכוח למשהו טוב

פיתוח, כתיבה ועריכה: שמש זהבה - מנהלת המחלקה לחינוך לחיים בחברה באגף לחינוך יסודי
וצוות המחלקה: בלבין שושי, סגל טובה, צאירי אורית, רביב נעמי

כתובת האתר להורדת חומרים יישומיים בנושא: <http://www.education.gov.il/mashehutov>

הצעות נוספות לדין ולהרחבה: http://www.education.gov.il/yesodi/hevra_tochnit1.htm

עיצוב גראפי: פרסומי ישראל ושות'

דפוס: מאור ולך

הוצאה לאור: מחלקת הפרסומים, משרד החינוך התרבות והספורט

תשמרו את הכוח למשהו טוב

שלום רב, התכנית "תשמרו את הכוח למשהו טוב", מתרגמת ערכים כמו:

סובלנות, אחריות, כבוד, אמפתיה ועזרה לאחר להתנהגויות יישומיות הלכה למעשה ומתמקדת במסרים הבאים:

א. "סובלנות IN אלימות OUT" הפנמת התובנה כי האלימות היא לא לגיטימית.

ב. "אפשר גם אחרת" - הרחבת האלטרנטיבות לבחירה בהתנהגויות מקדמות.

ג. "זה לא ייגמר... אם לא נספר" - עידוד הפרט והקבוצה להפסיק עם השתיקה ולדווח.

ד. "מטפחים תקשורת בין-אישית ורוכשים כלים לחיים בחברה ערכית" - טיפוח כשירויות חברתיות והתנסות בכלים לניהול שיח מקדם, להליכות ולנימוסים, לניהול קונפליקטים בתפיסה גישורית, לעבודה בצוות ולקבלת החלטות הנוגעות לערכים ולמושגים מרכזיים.

התכנית תעודד את הלומדים ליצור מציאות אחרת ולהימנע מאלימות, ותשלב כחלק ממערכת השיעורים הרגילה בתכנית הפעילות הבית ספרית, לצד שיתוף פעולה עם אמצעי התקשורת, מנחים ותכניות טלוויזיה המשפיעים על הילדים.

חברת זו, ראשונה בסדרה, כוללת חומרים יישומיים ומעודדת שיח מתמשך סביב הכוח, משמעות השימוש בו במקומות, בזמנים ובאופנים שונים וחיובות הפנייתו לאפיקים חיוביים לצד המשך טיפוח תקשורת בין-אישית. כחלק מ"ארגז הכלים" שאנו מפתחים, מוצע הפעם ליצור "צרו מפתחות לחיים בחברה" שילווה את הלומדים ויעודד חשיבה על כללים/חוקים ועל דרכי אכיפתם ויישוע בניהול קונפליקטים המתעוררים בחיי היום-יום בכיתה ובבית-הספר.

בנוסף לחוברת זו, לרשותכם מגוון סדנאות לחדרי מורים וכן סדרת כרטיסי הפעלה ומשחקי פנאי שפיתחנו עבור התלמידים. החומרים ניתנים להורדה מהאתר "תשמרו על הכוח למשהו טוב", בכתובת:

<http://www.education.gov.il/mashehutov>

נשמח לפרסם באתר תוצרים שתשלחו וסיפורי הצלחה שיתארו כיצד הצלחתם לשמור את הכוח למשהו טוב וליצור מציאות ללא אלימות.

יישום מוצלח,

זהבה שמש

מנהלת המחלקה לחינוך לחיים בחברה



תשמרו את הכוח למשהו טוב

הכוח ושימושיו

רציונל

כבר מגיל צעיר אנו מגלים את קיומו של הכוח אצלנו ואצל האחרים - צעירים ומבוגרים. כוח זה מתורגם ליכולת כללית, לכושר לעשות דברים, לחוזק וליכולת להשפיע ולפעול. ככל אחד מאיתנו קיימים כוחות, ובידינו היכולת להשתמש בהם באופן חיובי אך גם באופן שלילי בתחומים שונים, למטרות שונות, בזמנים שונים ובסביבות שונות. חשוב שכל אחד מאתנו יגלה את הכוחות שיש בו ויתאמן בניתובם לשימושים חיוביים וליצירת תקשורת בין-אישית טובה יותר. הפעילות מאפשרת לבחון את מושג הכוח ומרכיביו ואת תוצאות השימוש בו לביטוי יכולות, כישורים גופניים וכן גבורה, עוצמה ועוז.

מטרות

- בחינת המושג כוח ושימושיו.
- זיהוי מצבים בהם משתמשים בכוח למטרות מקדמות ובולמות.
- העלאת המודעות ליכולת של הפרט ושל הקבוצה לבחור את אופן הפעלת הכוח למטרות שונות.

מודל ההפעלה

בחינת מצבים בכיתה/בקבוצה בהם מופעל כוח באופן חיובי ו/או שלילי למטרות שונות תוך ברור אחריות הפרט והקבוצה לתוצאות הפעלת הכוח.

מהלך הפעילות

במליאה

1. מהו "כוח" בשבילכם? מדוע? הביאו דוגמאות.
2. כוח ניתן להגדיר כיכולת, ככושר לעשות דברים ולהפעילם מתוך סמכות, כיכולת פעולה, כפייה או עוצמה. מה מוסיפה הגדרה זו על הדוגמאות שציינתם?



תשמרו את הכוח למשהו טוב

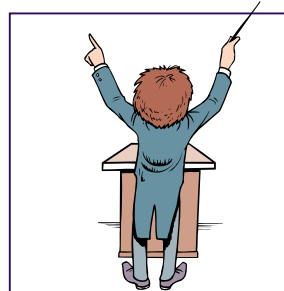
3. התכוננו באיורים הבאים ובסוגי הכוחות המתוארים ברצועות..

כוח האיפוק



כוח הזרוע

כוח השיפוט



כוח המנהיגות



כוח העמידה



כוח הרצון

כוח ההתמדה



כוח הדיבור

תשמרו את הכוח למשהו טוב

- א. התאימו לכל דמות את כל הרצעות שמתארות את סוג הכוח שהיא מפעילה.
- ב. מה ניתן ללמוד מההתאמות שיצרתם? (התייחסו לסוגי הכוח שחזרו אצל מספר דמויות)
- ג. אילו כוחות עשויים להיתפס ככוחות חיוביים ואילו עלולים להיתפס ככוחות שליליים? מדוע? (התייחסו לסיבות שבהן מופעל הכוח, לזמנים השונים, למקומות וכדומה).
- ד. כיצד ייתכן שכוח מסוים יכול לעיתים להיחשב כחיובי ולעיתים כשלילי?

בקבוצות

קבוצה א' - מצבים בהם משתמשים בכוח

לפניכם מספר אמירות המתארות מצבים בהם ניתן להשתמש בכוח.

א. בחרו את האמירות המתארות מצבים בהם אתם משתמשים בכוח (הוסיפו דוגמא במלבן הריק).

כשרוצים שיחשבו
עלינו
דברים טובים

כשרוצים לעשות
משהו בצורה
טובה יותר

כשרוצים לשכנע,
להשפיע

כשרוצים להתגבר
על הקשיים

כשמשהו
מרגיז אותנו

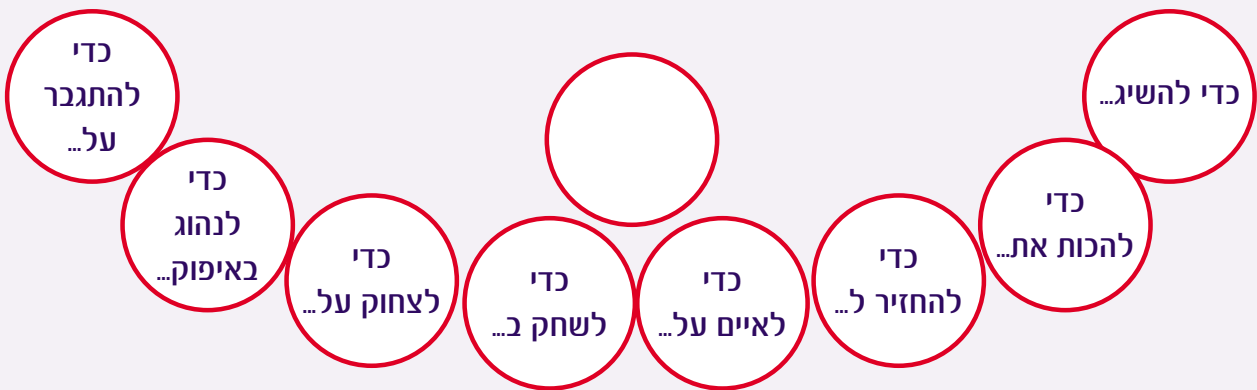
כשצוחקים
עלינו עם אחרים

- ב. מה מניע אתכם להשתמש בכוח במצבים שבחרתם? (תוכלו להתייחס לכעס, לעלבון, לחוסר אונים, לסיפוק, לנחישות להצליח, לרווח מהעניין ועוד).
- ג. התכוננו לרווח במליאה על אודות המצבים בהם אתם משתמשים בכוח באופן חיובי/שלילי.

תשמרו את הכוח למשהו טוב

קבוצה ב' - מטרות השימוש בכוח

בכוח ניתן להשתמש לחיוב או לשלילה, מסיבות שונות ולצורך השגת מטרות שונות.
 א. בחרו את האמירות המתארות מטרות שמובילות אתכם לשימוש בכוח? (הוסיפו דוגמא בעיגול הריק).
 ב. מה המשותף למטרות העשויות להוביל אתכם לשימוש חיובי/שלילי בכוח?



ג. התכוננו לדווח במליאה על אודות הכוחות הנדרשים לשימוש חיובי בכוח.

קבוצה ג' - תוצאות השימוש בכוח

לשימוש בכוח תוצאות שונות שיכולות להיות מצד אחד חיוביות, מקדמות, בונות, ומצד שני - שליליות, חוסמות.

א. בחרו אמירות המתארות את תוצאות השימוש בכוח בכיתתכם (הוסיפו דוגמא במלבן הריק).

משחקים ומבלים יחד	חברים רבים אוהבים אותו	האחרים פוחדים מאתנו	מרגישים כוגרים וגדולים	מקבלים עונשים
	מרגישים מנצחים זמנית	מפסידים ומרגישים מנוצחים	סולחים זה לזה ומחליטים להשלים שוב	מתעייפים ומאבדים את הכוחות

ב. אילו מהתוצאות שבחרתם רצויות לכם ככיתה ומדוע? על מי מוטלת האחריות להשגתן?
 ג. התכוננו לדווח במליאה כיצד החשיבה על התוצאות עשויה להשפיע על אופן השימוש בכוח.



תשמרו את הכוח למשהו טוב

במליאה

- א. דיווח על-ידי נציגי הקבוצות על אודות המצבים, המטרות והתוצאות של השימוש בכוח.
- ב. כחנו את משמעותם של המסרים הבאים בכיתתכם:
 - בכל כוח ניתן להשתמש באופן חיובי או באופן שלילי.
 - בכוחנו לבחור כיצד להפעיל את הכוחות שבנו.
 - חשיבה על המטרות ועל התוצאות תעזור לנו להשתמש בכוח בצורה נכונה.

מהלכה למעשה - יש אפשרות אחרת...

1. חשבו על מטרה כיתתית בתחום הלימודי או החברתי.
2. זהו את הכוחות הקיימים בכיתתכם העשויים לסייע לכם בהשגת המטרה.
3. העלו דרכים להפעלת הכוחות האלה באופן חיובי לצורך השגת המטרה.
4. תכננו כיצד תשיגו את המטרה תוך שימוש חיובי ומקדם בכוחות שציינתם.

להרחבה - הצעות נוספות לדין ולהפעלה

שם ההפעלה ומספרה	ציר הפעילות	מודל ההפעלה
פעילות 14. "תמרורים לחיים" חוברת 3-4.	הקבלה והסקה משפה תקשורתית סמלית המוכרת בסיטואציות מסוימות לאינטראקציות אחרות.	קריאת "תמרורים אישיים"
פעילות 20. "טיפוח תקשורת בין-אישית" חוברת 3-4.	דין והפעלה בעקבות הכרזות.	איורים מחיי ביה"ס.
פעילות 34. "יוצרים חלון הזדמנויות" - חוברת 6.	בחינת הכישורים ומשאלות הלב של חברי הקבוצה, ויצירת אפשרויות / הזדמנויות למימושם.	ממשים משאלות לב בזיקה ליזמות חברתית.
פעילות 42. "מפיקים אור" באמצעות האמנה לזכויות הילד" - חוברת 7.	הפקת מיזם שיבחן את מימוש זכויות הילד במעגל החיים הבית-ספרי ושיסייע במניעת הפרתן.	זכויות הילד בזיקה לתהליך יזמי.
פעילות 95. "חושבים תודה, מרגשים תודה ומביעים תודה" - חוברת 13.	בחינת תהליך הבעת התודה בהקשר לשיר.	לחשוב תודה, להרגיש תודה, להביע תודה, בזיקה ליום המשפחה.

* פעילויות אלו ופעילויות נוספות תוכלו למצוא בסדרת החוברות ל"טיפוח תקשורת בין-אישית" שנמצאות באתר שכתובתו: http://www.education.gov.il/yesodi/hevra_tochnit1.htm

תשמרו את הכוח למשהו טוב

תשמרו את הכוח למשהו טוב - בחיבור לשיר

רציונל

שיר בעל תכנים חברתיים-ערכיים המתאר אירועים, מצבים וזמנים המוכרים ללומדים, יכול להוות נקודת מוצא לשיח מעמיק על אודות ערכים, כשירויות ונושאים חברתיים תוך בירור הרגשות, המחשבות והשאלות שעולות.

הדין בשיר מסייע למשתתפים לעצור ולבחון את הנושא מנקודות ראות שונות ולהקשיב לצורכי האחר ולבעיותיו מתוך פתיחות והסתכלות רחבה יותר.

ההשוואה המתבקשת בין הסוגיות העולות בשיר לבין הסוגיות הבאות לידי ביטוי באורח החיים הכיתתי מזמינה את השותפים לברר את המצב, את העובדות ואת התחושות ומסייעת ליצירת תובנות חדשות והסכמות משותפות לקבוצת הלומדים.

מטרות

- הכרת המלצות העשויות לסייע בשמירת הכוח למשהו טוב ובכחינת יישומן בכיתה.
- כחינת הרווחים והמחירים של השימושים השונים בכוח.
- הרחבת הרפרטואר האישי והכיתתי של שימושים טובים אפשריים בכוח.
- היכרות עם ההמלצות העשויות לסייע בשמירת הכוח למשהו טוב ובכחינת הקשיים והרווחים הכרוכים בהתנהגות על פיהן.

מודל ההפעלה

כחינת המסר "תשמרו את הכוח למשהו טוב" - בחיבור לשיר.

מהלך הפעילות

במליאה

א. שלב א' - השמעת/הקראת השיר "תשמרו את הכוח למשהו טוב" שלהלן.
(ניתן להורידו מהאתר "תשמרו את הכוח למשהו טוב" בכתובת: www.education.gov.il/mashehutov)



תשמרו את הכוח למשהו טוב

תשמרו את הכוח למשהו טוב

מילים: רן שריג
לחן: דני רייכנטל

בדיוק כשהרגשת שנגמרו המילים
בדיוק כשחשבת שנשברו הכלים
תעצור
בתוך החושך תמצא את האור
תזכור
אם תשקיע את הכוח בלפגוע
איך יישאר לך כוח לאהוב?
אתה עוד תראה
זה ייתן לך עוד
תשמרו את הכוח למשהו טוב

בדיוק כשהרגשת שנגמרו המילים
בדיוק כשחשבת שנשברו הכלים
תעצרי
תחשבי על החלום שלך
זה יקרה. את עוד תראי
אם תשקיע את הכוח בלפגוע
איך יישאר לך כוח לאהוב
אתה עוד תראה
זה ייתן לך עוד
תשמרו את הכוח למשהו טוב

יש אפשרות אחרת
כשהמציאות עליכם סוגרת
תזכרו שרק אתם קובעים את הסרט
חמש מילים שתמיד עובדות
גם לי יש כוח לשנות

אם תשקיע את הכוח בלפגוע
איך יישאר לך כוח לאהוב?
אתה עוד תראה
זה ייתן לך עוד
תשמרו את הכוח למשהו טוב



תשמרו את הכוח למשהו טוב

ב. שלב ב' - הזמנת המשתתפים לבחור אחת מן הכרטיסיות הבאות ולשתף באמצעותן את המליאה/הכיתה בשאלות, בהרהורים ובמחשבות נוספות שעלו בעקבות השיר.



שאלות שהתעוררו אצלי



רגשות שעלו בי



זה מזכיר לי



רציתי לומר ש...



אני חושבת/ש...



תשמרו את הכוח למשהו טוב

ג. שלב ג' - דיון בעקבות המסרים בשיר.

הכוח כמילת מפתח

- המילה "כוח" מופיעה מספר פעמים בשיר. סמנו אותה בכל מקום בו היא מופיעה.
- שערו מדוע כחר המשורר להשתמש במילה "כוח" מספר פעמים בשיר?
- האם גם לדעתכם חשוב לשמור את הכוח למשהו טוב? מדוע?

הכוח לפגוע לעומת הכוח לאהוב

- אילו שימושים אפשריים בכוח מופיעים בשיר?
- המשורר מזהיר כי אם נשקיע את הכוח בלפגוע - נפסיד. מה נפסיד? מדוע?
- המשורר מציין שחשוב לשמור על "הכוח לאהוב" - מהו כוח זה? כיצד הוא בא לידי ביטוי בחיי היום יום?

שמירת הכוח למשהו טוב

- למה לדעתכם מתכוון המשורר כשהוא מבקש מאתנו לשמור את הכוח למשהו טוב? האם גם לדעתכם זה חשוב? מדוע?
- זהו בשיר המלצות העשויות לעזור לכם לשמור את הכוח למשהו טוב וסמנו אותן (תוכלו להיעזר בשורות 3-4 בבית הראשון והשני ובשורות 3-5 בבית השלישי).
- הסבירו כיצד יישום ההמלצות עשוי לסייע לכם לשמור את הכוח למשהו טוב.

הארה:

להרחבת הדיון על אודות כל המלצה עיינו בסוף החוברת ביחידה: "זעוד על אודות מפתחות/המלצות לחיים בחברה" (בעמ' 21).

מהלכה למעשה

- א. בחרו בהמלצה שעשויה לסייע לכם לשמור את הכוח בכיתתכם למשהו טוב.
- ב. חשבו: באילו מצבים חשוב ליישם המלצה זו? כיצד?
- ג. העלו קשיים שעלולים להיווצר בעת יישום המלצה זו בכיתתכם והציעו דרכים שבעזרתן תוכלו להתגבר על קשיים אלה.
- ד. שלחו אלינו את ההמלצות כקובץ "זורד" לדוא"ל - yesodi@education.gov.il -
אנו נערוך תערוכת תמונות של התוצרים שיגיעו אלינו ונפרסמם באתר.

תשמרו את הכוח למשהו טוב

תשמרו את הכוח למשהו טוב- גם במצבי קונפליקט

רציונל

באירועים שונים בהם מתעוררים קונפליקטים יש שותפים שונים, פוגעים, נפגעים וסביבה ולכל אחד מהם תפקיד משמעותי בהתפתחות הקונפליקט ובניהולו. חשוב שכל אחד מהשותפים יכיר בכוחו לעצור, לחשוב, ולבחור בהתנהגות מקדמת מתוך מגוון חלופות העומדות לרשותו. חשוב לנהל שיח על אודות אירועים אלו ואחרים בהם מתעוררים קונפליקטים שונים בחיי הלומדים, תוך ציוד הלומדים ב"צרור מפתחות לחיים בחברה" שיוכל לסייע בניהול קונפליקטים ובהפניית הכוח במעשים ובמילים לאהבה, ליצירה ולצמיחה. פעילות זו מזמנת בחינת מקומם של השותפים במצבי קונפליקט, תוך בירור מגוון התגובות האפשריות המוצגות בקליפ, באיורים, בסיפורים מקראיים, בסיפורי אירוע ועוד.

מטרות

- העלאת המודעות להשפעתם של הפוגעים, הנפגעים והסביבה על אירועים שיש בהם קונפליקט.
- הרחבת מגוון האפשרויות לניתוב הכוח לאפיקים מקדמים/חיוביים גם במצבי קונפליקט.

מודל ההפעלה

בחינת המסר "תשמרו את הכוח למשהו טוב" ויישומו במצבי קונפליקט בחיי היום יום.

מהלך הפעילות

ניהול שיח עם הלומדים בעקבות מצבי קונפליקט תוך התייחסות לנקודת הפתיחה, למהלך, לנקודת המפנה ולסיום האירוע. הדבר יכול להיעשות באמצעים שונים. לפניכם מספר אפשרויות:

