

# הנחיות להוראת המצגת

## "להיות חלק מ..." – שייכות והשתייכות

קהל היעד: כיתות ו-ז

משך השיעור: 45 דקות

### רקע

השאיפה להשתייך לקבוצה חברתית, וליצירת קשר עם אחרים, היא מהשאיפות האנושיות הבסיסיות של האדם. קבוצה מוגדרת כיחידה חברתית בת שלושה אנשים או יותר, שמקיימים ביניהם יחסי גומלין, שיש להם מטרה משותפת, מערכת היחסים ביניהם מובנית ויציבה יחסית ויש ביניהם תלות הדדית והם תופסים עצמם כחלק מקבוצה.

כל אחד מאיתנו חבר בכמה קבוצות, במסגרות שונות של חיי היום-יום. פעמים רבות עלינו להתאים עצמנו לרצון הקבוצה, ולפיכך החברות בקבוצה מגבילה את חירותנו ומקשה עלינו לפעול בחופשיות לפי ראות עינינו. נראה שאנשים מצטרפים לקבוצות בשל כמה סיבות:

1. הקבוצה מספקת צרכים חברתיים ופסיכולוגיים חשובים, כמו למשל הצורך בחברות או הצורך בתשומת לב ובחיבה.
2. השייכות לקבוצה מאפשרת השגת מטרות וביצוע מטלות שלא היה אפשרי לבצען לבד. כמו כן, קבוצה עשויה לספק ידע שלא היה אפשר לרכוש ללא השתייכות אליה.
3. להשתייכות לקבוצה יכולה להיות השפעה על דימויו העצמי של האדם, ועל הדרך שבה הוא מגדיר את עצמו. ככל שהאדם חבר בקבוצות רבות יותר הנחשבות בעיניו, או בעיני החברה, כך משתפרת הערכתו העצמית.

\*מתוך הספר: פסיכולוגיה חברתית, יחידה 7: הקבוצה. אריאל להמן ורותי גונט, האוניברסיטה הפתוחה, 2000.

### מטרות

- התלמידים יהיו מודעים לצורך בהשתייכות לקבוצה, למניעים לכך ולרווחים שאפשר להפיק מהשתייכות לקבוצה.
- התלמידים יכירו את המחיר שאנחנו משלמים לא פעם בהשתייכות לקבוצות שונות.
- התלמידים יכירו דרכי התמודדות אפשריות וסגנונות תגובה למצב של היעדר השתייכות או של רצון להשתייך לקבוצות חברתיות מסוימות.

## מהלך הפעילות:

### שקופית 1: "להיות חלק מ..." – שייכות והשתייכות

שקופית זו פותחת את נושא השיעור והמצגת. אפשר לומר לתלמידים שהיום נדבר על השתייכות לקבוצות חברתיות שונות. אפשר לומר שהכיתה היא קבוצה אחת שאליה כולנו משתייכים, ומעבר לכך – כל אחד משתייך לקבוצות נוספות שייחודיות לו.



### שקופית 2: נטע

בשקופית זו יובא סיפורה של נטע, תלמידה שעברה דירה עם משפחתה והגיעה לבית ספר חדש, שם היא אינה מכירה אף אחד מהתלמידים. נטע מרגישה זרה ולא שייכת. אפשר להקריא לתלמידים את הסיפור או לבקש מאחד התלמידים או התלמידות להקריא אותו בקול רם.



### שקופית 3: רגשותיה של נטע

בשקופית זו המטרה היא לנסות ולהבין איך נטע מרגישה עם הגעתה לכיתה החדשה, כפי שהוצג בשקופית הקודמת. בראש השקופית מוצגת השאלה "מה לדעתכם נטע הרגישה?", ותחתיה מופיעה רשימה של רגשות. לחיצה על כל רגש תסמן אותו בצבע. הזמינו את התלמידים לסמן במחשב את הרגשות שלדעתם נטע חוותה בעקבות הכניסה לבית ספר חדש ולכיתה חדשה.

לאחר סימון הרגשות, שאלו את התלמידים:

- למה אתם חושבים שכך הרגישה נטע?
- האם התמודדתם בעבר עם מקרה דומה לזה של נטע? איך הרגשתם?
- אם הייתם פוגשים את נטע, מה הייתם רוצים לומר לה?



#### שקופית 4: מה אפשר לעשות?

לאחר שביררנו את תחושותיה של נטע, ננסה יחד עם התלמידים לחשוב על דרכי פעולה אפשריות עבורה, ולאחר מכן, להחליט על דרך הפעולה המיטבית לדעתם. בשקופית זו ארבע הצעות לדרכי פעולה אפשריות, ומקום ריק לכתוב הצעות של תלמידים לדרכי פעולה נוספות. עודדו את התלמידים לחשוב מה כדאי לנטע לעשות בסיטואציה שאיתה היא מתמודדת. לאחר שיחליטו התלמידים על דרך הפעולה הנכונה ביותר עבור נטע לדעתם – סמנו זאת על גבי השקופית.

#### שקופית 5: לאן אני מרגיש שייך?

בשקופית זו נבקש מהתלמידים לחשוב על כל הקבוצות שאליהן הם משתייכים. באמצעות סקר לייקים, שאלו את התלמידים מי משתייך לאיזו קבוצה. הקריאו בכל פעם שם אחר של קבוצת השתייכות, ובקשו מהתלמידים להצביע, אם הם משתייכים לקבוצה כזו. לבסוף, כדאי לבקש מהתלמידים לציין קבוצות שייכות נוספות שלא מופיעות על גבי השקופית, ולעודד אותם לספר על הקבוצות הייחודיות להם.

שאלו את התלמידים:

- האם הקבוצות שאתם משתייכים אליהן הן קבוצות שאתם בחרתם להשתייך אליהן או שצורפתם אליהן?
- איך אני בוחר את הקבוצות שאליהן אני רוצה להשתייך?

#### שקופית 6: הרגשות שלכם

לאחר שבשקופית הקודמת ביררנו עם התלמידים לאילו קבוצות הם משתייכים, כעת ננסה לברר איתם את התחושות שלהם ביחס לקבוצות הללו. בקשו מהתלמידים לחשוב על קבוצה אחת מבין אלו שהם משתייכים אליהן ולומר איזה רגש עולה בהם כשהם חושבים על ההשתייכות לקבוצה הזאת. כשתופיע על גבי השקופית רשימה של רגשות, שאלו את התלמידים: "איך זה מרגיש להיות שייך?". לחיצה על כל רגש תסמן אותו בצבע. בתום סימון הרגשות, אפשר ללחוץ על הכפתור "שאלות לדיון" המופיע בתחתית המסך, משמאל, ולשאל

את התלמידים: האם בקבוצות השתייכות שונות אתם מרגישים אחרת? מדוע זה כך לדעתכם?



## שקופית 10: טיפים



**טיפים**  
חשבו על מצבים שבהם הרגשתם חוסר שייכות או על חברים שחשים כך, והציעו טיפים כיצד להתמודד במצבים מהסוג הזה

**טיפ 1:**

**טיפ 2:**

**טיפ 3:**

הרשימת זכויות יוצרים

הקודם      הוספו תוכן בתיבות הכתיבה.      להתחלה

שקופית סיכום שבה התלמידים יחליטו על כמה טיפים אפשריים להתמודדות עם מצב של חוסר השתייכות. בקשו מהתלמידים לחשוב על עצמם במצבים שבהם הרגישו חוסר שייכות, או לחשוב על חברים שלהם שחשים כך, ובקשו מהם לנסות ולנסח טיפים להתמודדות במצבים כאלה.

### שאלות לדין:

- האם ייתכן שאחד הטיפים לא יעבוד במקרים מסוימים? מדוע?
- מה עושים כאשר טיפ אינו מתאים ואינו עוזר?
- האם כדאי לפנות לעזרה כשאנו מרגישים שאחד מהטיפים או יותר לא עובדים?
- למי נפנה? למה לאדם הזה?