

## הנחיות להוראת המצגת – לשים מסכה

קהל היעד: חט"ב

### הקדמה

חג הפורים מזוהה יותר מכול עם תחפושות ומסכות. ילדי הגנים ובתי הספר מתחפשים, וגם חלק מהמבוגרים נוהגים להתחפש, להשתתף במסיבות ולקיים תחרויות תחפושות בקהילה ובמקום העבודה. מנהג התחפושות אינו מוזכר במקורות במפורש. תחילתו במאה ה-13, והוא מתבסס על שני נושאים ממגילת אסתר:

- היפוך גורל: היפוך גורלם של היהודים והיפוך הגורל בין המן למרדכי: מי שאמור היה להיתלות על עץ - ניצל, ומי שהועיד לו גורל זה – הוא זה שנתלה.
- הסתרת זהות והחלפת זהויות: אסתר מסתירה את זהותה ומצילה את עם ישראל ([מתוך אתר משרד החינוך](#)).

מסכה היא כיסוי פנים מלא או חלקי. מקורה של המילה העברית "מסכה" היא "מסך" - וילון או מחיצה. כלומר: מסכה היא אביזר המשמש להסתרת הפנים וכיסוין. בלטינית מכונה המסכה "פְּרִסוֹנָה" (על פי: [מדע לילדים: ההיסטוריה של המסכה](#), ynet, 10.3.2008).

נושא ההתחפשות מזמן בחג הפורים דיון מזווית שונה: האם אנחנו מתחפשים לא רק בפורים? האם קורה שאנחנו עוטים על עצמנו תחפושות בחברה? אילו "תחפושות חברתיות" קיימות?

המושג הלטיני "פרסונה" אומץ על ידי הפסיכולוג קארל יונג. לפי יונג, פרסונה היא מעין מסכה, שבאמצעותה ניתן להסתגל לדרישות החברה והתרבות שבקרבן אנחנו חיים. אדם החי באופן בלעדי לפי הפרסונה מתאים את עצמו באופן מושלם לדרישות החברה, ולפי יונג הוא בעצם מאבד את הקשר עם "העצמי האמיתי" שלו (על פי: [בטיפולנט](#), 24.1.2019).

בכל אחד מן המצבים החברתיים השונים (עם החברים, עם המשפחה, עם המורים) אנחנו "משחקים תפקיד" אחר ומתנהגים אחרת. לפעמים נתנהג כפי שמצופה מאיתנו או כפי שאנחנו חושבים שמצופה מאיתנו, ולפעמים נשתמש ב"מסכה" מסוימת על מנת להשיג את מטרתנו (למצוא חן, להפגין אסרטיביות מול דמות סמכות וכדומה). לעיתים נעשה זאת באופן מודע, ולפעמים באופן אוטומטי.

"המסכה" משמשת מעין מנגנון הגנה ואמורה לשמור על האדם שמשתמש בה. וכמו כל מנגנון הגנה, לעיתים היא יעילה ולעיתים היא מפריעה וגובה מחיר. לפי יונג, אחד המחירים המרכזיים להתנהגות התואמת אך ורק את דרישות החברה הוא אובדן הייחודיות והחמצת ההגשמה העצמית של הפרט.

המצגת הנוכחית מציפה את נושא המסכה – חשיבותה, כמי שעונה על צרכים מסוימים מצד אחד, וחסרונה, כמי שעלולה לגבות מחיר מצד אחר.

### מטרות

- התלמידים יהיו מודעים ל"תחפושות" ול"מסכות" המשמשות אותנו במהלך מפגשים חברתיים.
- התלמידים יזהו את הצורך העומד ברקע השימוש ב"תחפושות" או ב"מסכה" ואת מטרתה החברתית-רגשית.
- התלמידים יבינו כי לעיתים "מסכה" או "תחפושות" גובה מאיתנו מחיר.

**שקופית 1: שקופית פתיחה**  
שקופית זו מציגה את שם המצגת – **לשים מסכה**.



**שקופית 2: לשים מסכה**

בדקו עם התלמידים מה אומר להם הביטוי "לשים מסכה". ניתן לסמן את המשפטים המופיעים במצגת ולהוסיף משפטים.

הסבירו לתלמידים: יש מצבים שאנחנו "שמים מסכה" ביחסינו עם אחרים – חברים, משפחה, מורים ועוד. המסכה היא חלק מ"האני החיצוני", חלק מהתדמית שלנו כלפי חוץ, ושבעזרתה אנחנו מציגים את עצמנו בפני אחרים. כל אחד מאיתנו זקוק לעיתים ל"אני" כזה.

תוכלו לשאול את התלמידים: מתי לדעתכם "שמים מסכה"?



אפשר לגעת במקרים שבהם רוצים ליצור תדמית מסוימת, ואפשר גם להביא את הדוגמה של העלאת תמונות ברשתות החברתיות. פעמים רבות אנחנו מעלים תמונות שמציגות את התדמית שהיינו רוצים שתהיה לנו.

**שקופית 3: נעים להכיר – המסכה**

בלחיצה על התמונות ניתן לקרוא 4 תיאורי מקרה קצרים, שהדמויות שבהם בחרו "לשים מסכה".

לאחר הקריאה יתבקשו התלמידים לגרור לכל מקרה את הצורך שלפי דעתם "המסכה" משרתת.

לפני הגרירה אפשר לקיים דיון עם התלמידים על הצרכים השונים המופיעים במאגר הצרכים. כדאי להסביר חלק מהצרכים, על מנת שהתלמידים יבינו משמעותו של אותו הצורך. למשל: הצורך בתחושת מסוגלות – הרצון של האדם להרגיש שיש ביכולתו להתמודד ולהסתגל למצבים שונים. הצורך בתחושת מוגנות – הצורך להרגיש מוגן מבחינה רגשית ופיזית, שלא יכולים לפגוע בו או להזיק לו. אפשרו לתלמידים לשאול על הצרכים השונים המופיעים במאגר ועזרו להם להבין את משמעותם.

התלמידים יכולים להוסיף צורך שלא מופיע בשדה הכתיבה במקום המיועד לכך ("אחר").



#### שקופית 4: לשים מסכה ולשחק תפקיד



בשקופית זו התלמידים מוזמנים לכתוב בתיבות הכתיבה דוגמאות למקרים שבהם הם עצמם, או אנשים שהם מכירים, שמו מסכה.

כשהיו להם יותר מ-4 דוגמאות, הם יכולים להציג אותן ולספר עליהן בעל פה.

לאחר הכתיבה לחצו על כפתור "שאלות לדיון" בתחתית המסך ובקשו מהתלמידים לענות.

#### שאלות לדיון

- מדוע "לבשתם מסכה" זו או קיבלתם על עצמכם תפקיד זה?
- אילו צרכים עמדו מאחורי "המסכה" או התפקיד?

התלמידים יכולים לשתף במקרה שחוו, שבמהלכו הם עצמם או אנשים שהם מכירים "שמו מסכה". בקשו מהתלמידים לתאר את המקרה ומה הייתה "המסכה", ולכתוב בקצרה בשדות הכתיבה.

לחלופין – תוכלו לקיים את הפעילות בסל"ב ולבקש מהתלמידים לשתף באמצעות הסל"ב.

פעמים רבות "המסכה" קשורה לציפיות שלנו ולהקשרים החברתיים שבהם אנחנו נתונים. אנחנו מחליפים "מסכות" בהתאם לציפיות ולכללים החברתיים. כל "מסכה" משרתת אותנו ועוזרת לנו להסתגל לסביבה ולהתאים את עצמנו לסיטואציה.

לאחר שהתלמידים שיתפו, תוכלו ללחוץ על הכפתור "שאלות לדיון" ולדון בשאלות שיעלו.

#### שקופית 5: מחירים של מסכות



בשקופית זו יופיעו המקרים שנכתבו בשקופית הקודמת (שקופית 4). זה המקום לדון במחירים ש"מסכה" עלולה לגבות מאיתנו. בקשו מהתלמידים לדון במחירים האפשריים. למשל: החשיבה הביקורתית שלנו עלולה להיפגע. אנחנו עלולים להרגיש לא נאמנים לעצמנו ולהתנהג באופן שלא מתאים לרגשות הפנימיים שלנו אלא לציפיות החיצוניות. לדוגמה: בנים שמצפים מהם להתנהג בצורה "גברית" ולא להביע רגשות או בנות שמצפים מהן להיות "עדינות", בעוד אישיותן נוטה לקשיחות ולדיבור ישיר וגלוי. בדרך זו האותנטיות שלנו יכולה להיפגע, ואנחנו עלולים להרגיש שאיננו מגשימים את האישיות האמיתית שלנו. כשהסתרת הזהות הפנימית נובעת מבושה, הערך העצמי שלנו נפגע.

חשוב להבין את האיזון שבין "לבישת מסכה" ותפקיד מסוים – לבין נאמנות לעצמנו ולאמת הפנימית שלנו.

## שקופית 6: בין הסתרה לגילוי

התלמידים צריכים לסמן לגבי כל מקרה, אם לדעתם הדמות צריכה להמשיך "לשים מסכה" או שעליה לנהוג באופן אותנטי, אמיתי, ולגלות את הרגשות הפנימיים שלה.

תוך כדי דיון תוכלו לשאול את התלמידים:

- מדוע מיקמתם את הערכים כפי שמיקמתם?
- כיצד אתם הייתם נוהגים במצב דומה?
- האם אפשר גם "לשים מסכה" וגם להיות אמיתי?

**בין הסתרה לגילוי**  
במקרים הבאים - עד כמה נכון לדעתכם לשים מסכה או להציג את הרגשות הפנימיים?

 להציג את הרגשות הפנימיים	 לשים מסכה	 להציג את הרגשות הפנימיים	 לשים מסכה
 להציג את הרגשות הפנימיים	 לשים מסכה	 להציג את הרגשות הפנימיים	 לשים מסכה

לחצו על התמונות כדי להזכר במקרים. דרגו את תשובתכם על קווי הדיחוג מתחת לכל מקרה.

הבא    הקודם

## שקופית 7: סיכום

שאלו את התלמידים, אילו תובנות הם קיבלו מהמפגש, עם איזו הבנה חדשה הם יצאו. תוכלו להעמיק את הסיכום ולשאול:

- האם למדתם משהו חדש?
- מה המסר שקיבלתם?
- מתוך מה שכתבו תלמידים אחרים במצגת - מה נגע לליבכם במיוחד? עם מה הזדהיתם?

אם תרצו, תוכלו ללחוץ על הכפתור "מסרים" ולסכם נקודות מרכזיות מתוך המפגש.

**סיכום**  
מה אתם לוקחים מהמפגש?


הישפת זכות יצירה?

הסיכום חזק בשדות הכתובה. לאחר מכן לחצו על מסרים

להתחלה    הקודם