

מצגת: נתינה (גם) בימי קורונה

קהל יעד: תלמידי כיתות ז-ח.

מטרות:

- התלמידות והתלמידים יזהו את המאפיינים של עשיית טוב עבור אחרים.
- התלמידות והתלמידים ידונו בסיבות ובמניעים לעשיית מעשים טובים עבור אחרים.
- התלמידות והתלמידים יבינו את החשיבות שבעשיית מעשים טובים דווקא בעת משבר.
- התלמידות והתלמידים ידונו באפשרויות לקיים נתינה כעת, באופן ממשי.

המצגת מיועדת להעברה מקרוב או מרחוק.

דגשים כלליים להעברה מרחוק:

- דיונים "מרחוק" כדאי לקיים דרך הצ'אט או לאפשר בצורה מסודרת בכל פעם רק לתלמיד אחד לדבר.
- מרחוק נבצע סקר בעזרת "סל"ב" על מנת שכולם יוכלו לשלוח את דעתם בקלות. נשתף את מסך התוצאות כך שכולם יוכלו לראותו.
- חלוקה לקבוצות תתבצע דרך ה"זום". להנחיות [לחצו](#).

רקע:

מאסופת מחקרים שעסקה בהתנהגות אלטראיסטית והקשר בינה לבין מצב בריאותי פיזי ונפשי, עולות [7 עובדות על עשיית טוב](#):

- לעשות טוב מפחית מתחים ומשפיע לטובה על הבריאות הפיזית.
- לעשות טוב לאחרים מאריך את תוחלת החיים.
- לעשות טוב לאחרים משפר את ההרגשה האישית שלנו, תחושה זו ידועה בכינויה "היי של נתינה", שמיוצרת על ידי הפרשת הורמוני עונג במוח.
- לעשות טוב לאחרים עוזר לנו להיות מאושרים יותר בעבודה.
- לעשות טוב לאחרים מקדם בריאות נפשית.
- לעשות טוב לאחרים מוביל לאושר.
- לעשות טוב לאחרים נותן מוטיבציה לעשות עוד טוב לאחרים.

ניתן לאפיין מעשים טובים כפעולות שיש בהן תרומה לאחר או לסביבה, עשייה למען הזולת, גילויי התחשבות באחר, אכפתיות, נתינה לזולת ועוד. חשוב לחנך לעשיית מעשים טובים באופן ספונטני או מתוכנן כבר מגיל צעיר ולהפנים עשייה זו כנורמת התנהגות כלפי אנשים שונים וקבוצות שונות, ובמסגרות מגוונות.

עשיית מעשים טובים כאורח חיים עשויה להעניק לפרט ולקבוצה תחושה של סיפוק והנאה, מודעות לאחר ולסביבה, והזדמנות למימוש כישורים ויכולות. חברה המתברכת במעשים טובים הנעשים על ידי פרטים וקבוצות היא חברה שנעים לחיות בה.

(נכתב על ידי צוות המחלקה לחינוך לחיים בחברה, האגף לחינוך יסודי, משרד החינוך. מנהלת המחלקה: זהבה שמש. צוות המחלקה: בלבין שושי, הוכמן טלי, סגל טובה, צאירי אורית ורביב נעמי).

הפעילות נועדה להעלות את נושא עשיית הטוב לשיח הכיתתי, במטרה לעודד ולגרות את התלמידים לפעול באופן חיובי כלפי זולתם, הן במחוות גדולות והן במחוות קטנות. במהלך הפעילות יעסקו התלמידים בהגדרות של מעשים טובים, ינסו לזקק את הקריטריונים למעשה טוב, ולהבין מדוע אנשים פועלים בדרך טובה וחיובית עבור אחרים.

עזרה הדדית בתקופת הקורונה

משבר הקורונה הביא עימו אתגרים וקשיים רבים: סגר ובידוד, קשיים כלכליים, אובדן מסגרות, לחץ, חרדה ועוד.

אפשר לראות במשבר גם הזדמנות להגביר את האחריות והמעורבות החברתית שלנו, אם נמצא את הדרך להיות שם אחד בשביל השני.

אופני הסיוע זה לזה הם רבים וכוללים תחומים שונים ומגוונים. גם תלמידים צעירים יכולים לתרום ממרצם ויכולתם לטובת סביבתם הקרובה.

ב"דברי ימי הקורונה" יכתבו סיפורים מרגשים ומעוררי השראה של גבורה, יצירתיות אנושית, מסירות והתגייסות. ההתגייסות והנתינה האנושית הן הצד היפה של טבע האדם, וככל שנחשף יותר בעיתות משבר לנרטיבים מעוררי תקווה – יגבר כוחנו הפנימי לעבור אותם (מתוך [Talk](#) [the walk: למה חשוב גם לספר על העשייה בימי הקורונה?](#)).

רצף:

שקופית פתיחה – נתינה (גם) בימי קורונה



שקופית 2 – מהם מעשים טובים?

השקף יאפשר להפריד מעשים יומיומיים בסיסיים עבור עצמי, לעומת מעשים שבהם אני פועל למען האחר.



שקופית 3 - למה לעשות מעשים טובים?



בשקופית זו נערוך סקר ולאחר מכן שיח שמעלה למודעות את הסיבות והנסיבות העומדות מאחורי הבחירה בנתינה עבור האחר.

כל הסיבות לגיטימיות, וחשוב שיעלו לדיון כדי לראות כיצד כולנו נתרמים בצורות שונות כאשר אנו מסייעים ופועלים למען הזולת.

לדיון:

- הסבירו את הבחירה שלכם בסקר. מדוע הצבעתם כך?
- מדוע לדעתכם ישנן כל מיני סיבות מאחורי הבחירה לעשות מעשים טובים?

שקופית 4 – נתינה בימי משבר?



צפייה בסרטון מעורר ההשראה:

[עזרה, חסד והתנדבות גם בימי הקורונה - כתבתו של אופיר דרעי](#)

סרטון באורך 4:47 דקות המציג באופן בהיר פעילות של נתינה והתנדבות בזמן הקורונה וגם דן ב"רווחים" עבור המתנדב.

לדיון:

- רועי טרבלסי אומר בסרטון: "דחיפה של הקהילה לאיזושהי מעורבות כזאת, שהיא חדשה לנו, שהיא מעוררת ככה רצון, לתת יותר דווקא בזמן של משבר" מה דעתכם על דבריו?
- בעת משבר הרבה יותר אנשים חווים קושי. לפי דעתכם, האם זה בכלל אפשרי לעסוק בנתינה בזמן כזה? כיצד?

שקופית 5 – איך מרגישה נתינה?



בשקופית זו נסתמך על הדמויות שראינו בסרטון ונסמן את הרגשות שלדעתנו חווים מי שעוסקים בנתינה.

לדיון:

- אילו רגשות סימנתם?
- מה לדעתכם גורם למי שעוסק בנתינה להרגיש ככה?

שקופית 6 – איך עושים את זה?



בשקופית זו נציץ בכמה דוגמאות אמיתיות של עשייה עבור הזולת בתקופת הקורונה.

בכיתה: נחלק את הכיתה לקבוצות (כל קבוצה 5-7 תלמידים). יהיו קבוצות שיתעסקו באותה הדוגמה).

את הדוגמאות ניתן לסרוק מהנייד בעזרת ברקוד (QR).

בלימוד מרחוק: נחלק לקבוצות דרך ה'זום'. נשלח לכל קבוצה דוגמה אחרת לדון בה.

אם הכיתה קטנה – אפשר לבחור דוגמה או שתיים ולדון בה יחד.

על גבי השקופית יהיו 4 "ריבועים". כל ריבוע מייצג דוגמה אחרת.

1. סיוע לחולי סרטן ומשפחותיהם:
2. נותנים בחזרה לצוותים הרפואיים...
3. סיוע לניצולי שואה
4. תמיכה במבודדי קורונה

שאלות לדיון בקבוצה:

- מה הרגשתם אחרי הקריאה?
- מה אתם חושבים על האנשים שהתנדבו באירוע גם בזמן הקורונה?
- האם האירוע מעלה בכם רעיונות משלכם לנתינה? מה למשל?

אם העבודה נעשתה בקבוצות –

חוזרים למליאה וכל קבוצה משתפת בקצרה בדוגמה שאליה נחשפה.

דיון במליאה:

- יש שאומרים כי דווקא במשבר הקורונה חשוב מתמיד לעזור לאחרים ולהתנדב. מה דעתכם על כך?
- הרבה אנשים שנוהגים לסייע ולתת לאחרים נפגעו בעצמם בתקופת הקורונה וזקוקים לעזרה (מבוגרים וילדים). מה דעתכם על מהפך כזה? האם מי שרגיל לתת יכול לבקש עזרה? הסבירו.

שקופית 7 – מה אנחנו יכולים לעשות?



בשקופית זו נבקש מהתלמידים לשתף ברעיונות שעליהם חשבו בקבוצות: איזו התנדבות//נתינה גם אנחנו כנערים ונערות יכולים לעשות?

בנוסף נתייחס לשלושה מעגלים:

בבית // בבית הספר // ביישוב.

לחיצה על כל תמונה תפתח שאלה:

- **איך ניתן לעזור בתקופה הזו בבית? מה אנחנו יכולים לתת מעצמנו? (לעזור עם אחים קטנים, לזוטר על בקשות להוצאות לא הכרחיות, לשאול את ההורים במה ניתן לעזור וכו')**
- **איך ניתן לעזור בתקופה הזו בבית הספר? (עזרה למי שמתקשה בלימודים מרחוק, שמירה על קשר, התעניינות אחד בשני)**
- **איך ניתן לעזור בתקופה הזו ביישוב שלנו? מה אנחנו יכולים לתת מעצמנו? – העלאת רעיונות וחשיבה: למי ניתן לפנות כדי לברר צרכים? אני רוצה להיות דמות משפיעה במקום שבו אני מתגורר/ת...**

חשוב לעודד את התלמידים ולהסביר להם כי אין נתינה אחת טובה מאחרת או משמעותית מאחרת. כל אחד יכול לתת כפי שמסוגל ורוצה.

*המסר הוא כי ההנאה והסיפוק מן הנתינה הם אלו שיאפשרו את ההנעה לפעולה.