מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- לזהות מה בונה תחושת שייכות בקבוצה
- לתרגל שפה לשיחה על לחץ חברתי וגבולות בחברות
- לחשוב על דרכים לכלול מי שנשאר בחוץ

גרסת חנ"מ – פחות פריטים, עד 3 אפשרויות בחירה, בנק מילים, גופן מוגדל ושורות כתיבה רחבות. מומלץ להקריא את ההוראות בקול ולעבוד חלק אחר חלק, בלי הגבלת זמן.

חלק א' – הבנת מושגים

1. א – להרגיש שאתה חלק אמיתי ממנה
2. ב – לעשות משהו רק כי כולם עושים, גם אם לא בא לך
3. ב – לגשת ולדבר איתו/ה או להזמין אותו/ה

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. נכון – אפשר להשתייך למספר קבוצות בלי לאבד את עצמך
2. נכון – הדרה לא חייבת להיות קולנית כדי לפגוע

חלק ג' – השלמת מילים

1. שייכות
2. לחץ

חלק ד' – התאמת מושגים

- 1 – ג (להרגיש חלק אמיתי מקבוצה)
- 2 – א (דחף לעשות משהו כדי להתאים לקבוצה)
- 3 – ב (לפעול כדי שמישהו ירגיש חלק)

חלק ה' – כתיבה קצרה

1. תיאור מצב שבו הרגישו מקובלים, שותפים לפעילות או מוערכים על ידי הקבוצה

חלק ו' – כתיבה מורחבת

כרטיס יציאה – מה לחפש

- תשובה אישית המראה הבנה של המושג שייכות
- הבחנה ברורה בין לחץ חיובי לשלילי עם דוגמה מתאימה
- צעד מעשי וקונקרטי, לא כללי מדי

טיפים להפעלה:

- לפני תחילת הדף להזכיר את הזכות לומר 'עובר' ואת כללי השיח הבטוח
- לא לבקש שמות של תלמידים ספציפיים כשמדברים על חרם או בדידות
- אם עולה סיפור אישי כואב, להפנות בעדינות ליועצת או לנאמני החוסן

דף תרגול: חברות ושייכות

דף התלמיד/ה חנ"מ

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

בדף הזה נתרגל מושגים הקשורים לחברות ולשייכות בקבוצה: מה גורם לנו להרגיש חלק, מהו לחץ חברתי, ואיך אפשר לעזור למי שנשאר בחוץ. תמיד יש זכות לומר 'עובר' כשלא נעים לכם לענות.

בנק מילים: לחץ | שייכות

1 חלק א' – הבנת מושגים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה הכוונה ב'שייכות' לקבוצה?

א) להרגיש שאתה חלק אמיתי ממנה ב) להיות הכי חזק בקבוצה

ג) לדעת הכי הרבה סודות

2. מהי דוגמה ללחץ חברתי שלילי?

א) חברים מעודדים אותך ללמוד למבחן

ב) לעשות משהו רק כי כולם עושים, גם אם לא בא לך ג) חבר ממליץ על סרט טוב

3. מה אפשר לעשות כשרואים תלמיד/ה לבד בהפסקה?

א) להתעלם כי זה לא עניינך ב) לגשת ולדבר איתו/ה או להזמין אותו/ה

ג) לצלם ולשלוח לקבוצה

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	תחושת שייכות יכולה להתקיים גם בכמה קבוצות שונות בו זמנית.	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
2	התעלמות שקטה ממישהו יכולה להיחשב סוג של פגיעה.	☐	☐

3 חלק ג' – השלמת מילים

השלימו את המילה החסרה.

1. מי שמרגיש/ה חלק אמיתי מקבוצה חווה תחושת _____ .

2. לעשות משהו רק כי כולם עושים אותו נקרא _____ חברתי.

4 חלק ד' – התאמת מושגים

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. שייכות	___	**א.** דחף לעשות משהו כדי להתאים לקבוצה
2. לחץ חברתי	___	**ב.** לפעול כדי שמישהו ירגיש חלק
3. הכלה	___	**ג.** להרגיש חלק אמיתי מקבוצה

5 חלק ה' – כתיבה קצרה

ענו בקצרה.

1. כתבו על רגע שבו הרגשתם שייכים באמת לקבוצה - מה קרה שם?

6 חלק ו' – כתיבה מורחבת

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

כרטיס יציאה

מה גורם לך להרגיש שייך/ת לקבוצה?

תנו דוגמה אחת ללחץ חברתי חיובי ואחת לשלילי.

איך הרגשתי בשיעור? 😕 😐 🙂 😀