

---

**תלמידים, מורים והורים:**

**לכולנו יש סיפור היוצא מהלב  
ונכנס אל הלב**

**ד"ר עירית לצטר  
אריאלה שטורם**

---

---

הפעלה עם קלפי "אניבי" – הילד שבי :

נא לבחור בקלף המעורר בך זכרונות מתקופת  
היותך תלמיד

---

## רגש

- "האנרגיה הפנימית הדוחפת אותנו לקראת פעולה", המרכיב האנרגטי של הפעולה.

(אילוז, 2008, 17)

## חויית מפתח

- "התנסות המעוררת רגשות עזים, תובנות הכרתיות ושינויים מהירים בזהות ובהבנה העצמית."

(יאיר, 2006, 42)

---

---

**שם המחקר :**

**פיתוח שותפות בין הורים ומורים באמצעות  
דיאלוג על הנראטיב המשפחתי**

---

# מילות מפתח

---

- **אמפתיה – להרגיש ולהבין את מצבו של האחר, ולספק לו תמיכה מתוך הבנה לקשייו ורגשותיו. (קניאל, 2013)**
  - **אכפתיות – אינטראקציה רגישה של קבלה, התעניינות וחוסר שיפוטיות. מאשרת את הטוב והחיובי שבאדם. (נודינגס, 2008)**
  - **דיאלוג חינוכי – קושר בין המורה, התלמיד וההורה, וחוויותיהם הרגשיות, האישיות והמשפחתיות. (רוג'רס, בובר, קורצ'אק, בתוך אלוני, 2005)**
-

---

## הנחות יסוד

1. מחנכים בגישת דאגה ואכפתיות משתמשים  
בנראטיבים.

2. יש מה ללמוד מהבית וההורים.

3. בתיה"ס צריכים להתנהל כמו משפחה חמה ועוטפת  
(נודינגס, 2008).

---

---

4. תלמידים לומדים יחד שנים, ומרגישים זרים זה לזה,  
לעצמם, למוריהם ולהוריהם. (קורי, 2005)

5. המשפחה היא אירוע ביוגרפי שהולך אתנו כל חיינו.  
זהותנו מופעלת באמצעות הנראטיב שלנו.  
(אילוז, 2008)

---

## מתוך המחקר

**אם :** " העיסוק בסיפור המשפחתי היה מאד מרגש וגרם לבתי להכיר את העולם ממנו באתי, לכבד אותו ולא להתבייש בי בגלל שאני לא צברית. היא השתחררה מהסטיגמה של אימא "רוסיה". היום היא גאה בהורים שלה, בלי להתנצל או להרגיש שווה פחות".

---



---

**אם: "הילדה שלי אמרה לי: "אמא, הילדים אמרו לי שאני  
אתיופית שחורה".**

**דברתי עם המורה והחלטנו לא לעבור על זה בשקט"  
העברתי שיעור-הבאתי ספר על הנושא והמחזתי אותו  
ביחד עם הילדים.**

**אני לא רוצה שהילדים שלי יגדלו על אותם רגשי נחיתות  
שאני גדלתי עליהם.**

**אני רוצה להפוך את מה שנקרא חלש או שונה ולא  
מתקבל בחברה – למשהו מיוחד".**

---

---

**אב** : "הייתי ממליץ לכל הורה לבוא לכתה ולספר  
את הסיפור המשפחתי .  
זה עושה טוב לילד, מעלה את הביטחון העצמי  
שלו, הוא מבין שהוא לא השונה והזר .  
והוא לא ילד שמקללים אותו בכל מיני קללות  
מתוך בורות".

---

# רפלקציה כאמצעי לעבודה רגשית בהתנסויות למידה

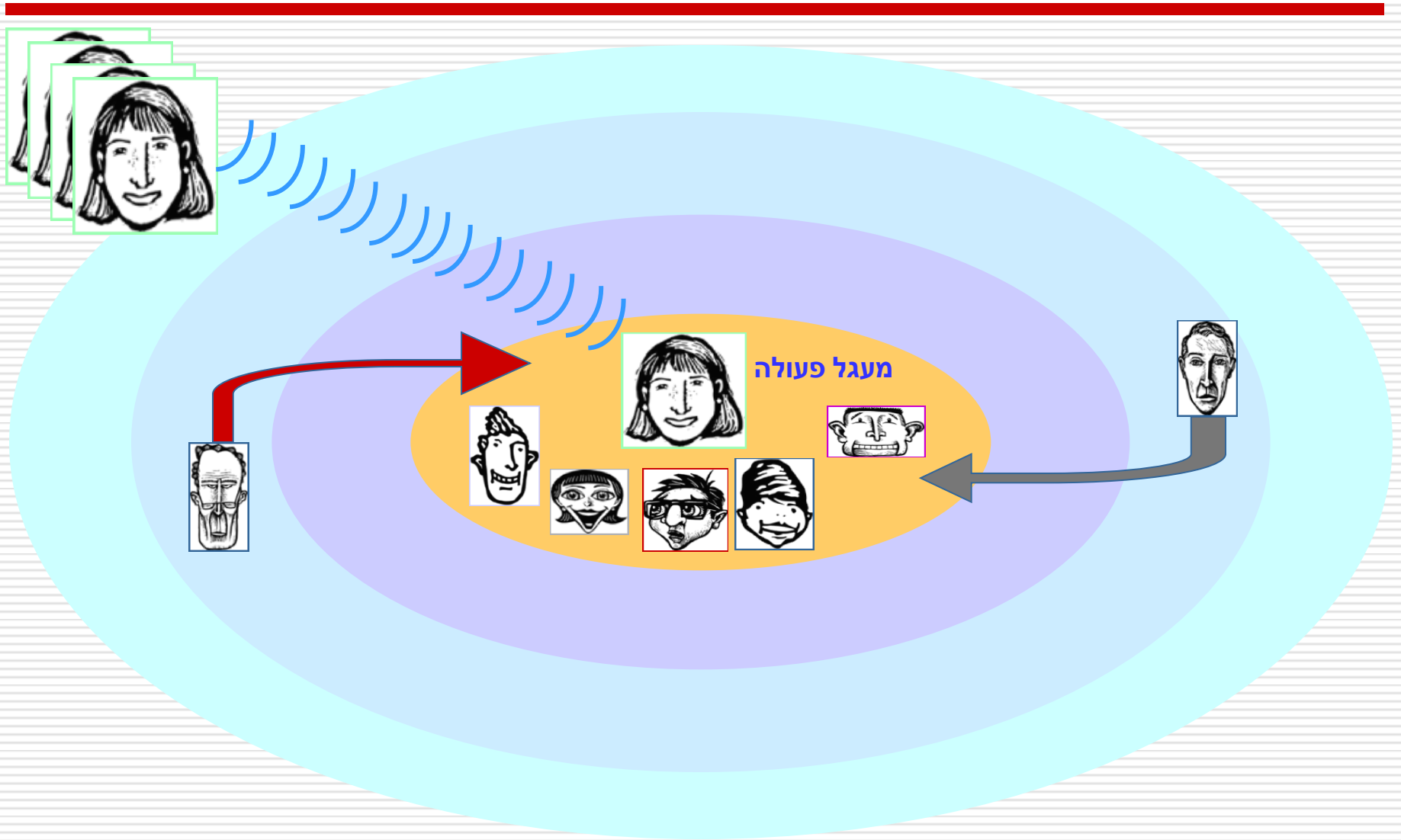
---

התנסות ורגש – ומה הלאה ?

## רפלקציה

- פעולת חשיבה מודעת וממוקדת של האדם, המופנית כלפי עצמו.
  - התבוננות מדומיינת "לאחור", כלפי פעולתו ו"פנימה", כלפי עצמו כאחר, כצופה מבחוץ על העצמי.
  - דיאלוג בין האדם לעצמו (בין "אני" ל"עצמי")
- (קניאל, 2006, 130)
-

# מעגלי רפלקציה



# התנסות, רגש - ומה הלאה? הנחות יסוד

---

- הרגש הוא מקור לפעולה אימפולסיבית ואוטומטית.
  - כדי שהפעולה תהיה שקולה, עלינו להפוך את הרגש לאנרגיה מודעת ונשלטת על ידי הקוגניציה (Lakoff, 2008)
  - התנסות לימודית חווייתית-רגשית וחיפיה של רגשות אינם מספיקים, אלא יש צורך בעיבוד שלהם על מנת שיופקו מהם תובנות.
  - הרפלקציה במהותה מהווה אמצעי לחיבור בין הרגש והפעולה לקוגניציה.
-

# מחוויה ללמידה באמצעות רפלקציה

פרויקט "כרח לניצול" [...] השפיע עליי אמוקות.  
ביני לבין שמעון התפתח קשר אישי וחם והרצתי עד  
כמה הנוכחות שלי [...] משמחת ומרצת אותו. [...]

הדבר שנאצ פלבי יותר מכא הייתה התובנה, שאנשים  
מרבית לדבר על אודותיה ולראשונה חוויתי אותה  
במצמי, על כוחו של היחיד ועל יכולתו להשפיע  
השפעה של ממש על המציאות בה הוא חי. [...]

התכנית והחוויות ממנה היו הכוח המניע לכא  
הפרויקטים החברתיים שלקחתי על עצמי בהמשק.  
(מתוך רפלקציה של תלמיד תיכון)

אתם מוזמנים להתייחס  
למפגש

בין רגשות ובין העולם המקצועי  
שלכם

