

# שיעור 3: נכנסים לנעליים של האחר

## הרעיון:

הרעיון: השיעור יתמקד בכניסה לנעליים של אנשים עם מוגבלויות ושל הקרובים אליהם, במטרה להבין את הקושי שלהם ולפתח חמלה כלפיהם.

## משך:

45 דקות.

## מטרות:

- להעמיק את ההיכרות עם הקשיים, שאיתם מתמודדים אנשים עם מוגבלויות ובני משפחותיהם.
- לעודד מעשים של אכפתיות והתחשבות כלפי אנשים עם מוגבלויות.
- לפתח חמלה כלפי אנשים עם מוגבלויות.

## ציוד וחומרים:

- 6 כרטיסי דמויות למשחק תפקידים
- כ-10 טלפונים ניידים עם מצלמה

## מהלך הפעילות:

### 1. פתיחה (5 דקות)

נזכיר את הפעילויות שעשינו במסגרת תיקון עולם על כה. היום נעמיק את ההכרות שלנו עם אנשים עם מוגבלויות, החיים שלהם והדילמות שלהם.

### 2. משחק תפקידים - מתקנים את העולם בשלישיות (25 דקות)

א. מתחלקים לקבוצות של שלושה. כל קבוצה מקבלת כרטיסייה ובה סיפור קצר עם דילמה של דמות אחרת: אדם עם מוגבלות, הורה של אדם עם מוגבלות, אחים של אדם עם מוגבלות או מתנדב בסיוע לאנשים עם מוגבלויות. מסבירים: עליכם להכין ראיון טלוויזיוני של 3 דקות לתיקון עולם. אחד מכם יהיה המראיין, השני הצלם והשלישי יגלם את הדמות שמתוארת בכרטיסייה. מטרת הסרטון לשפר את היחס לאנשים עם מוגבלויות בחברה הישראלית.

ב. בקבוצות: קוראים את הקטע על הדמות.

ג. מחליטים על חלוקת תפקידים: מי מגלם את הדמות, מי מראיין, מי מצלם.

ד. מכינים 4 שאלות ותשובות לראיון - מה המסר? מה כדאי שהמראיין ישאל את הדמות כדי שהמסר יעבור? ומה כדאי לענות? (אפשר, לדוגמה, לספר על הקושי שחווים אנשים עם מוגבלויות בשל היחס של החברה כלפיהם)

ה. מצלמים את הראיון ושולחים אותו לכתובת: [tikun.olan@aleh-israel.org](mailto:tikun.olan@aleh-israel.org)

## ו. שאלות לדין:

נשאל בנפרד כל קבוצה ששיחקה דמות זהה. לדוגמה: כל אלה ששיחקו בתפקיד של דמות ו.

- איך הרגשת?
- מה למדת מהתרגיל? מה הבנת שלא ידעת קודם לכן?
- האם היה לך קל או קשה להיכנס לנעליים של הדמות? למה?
- אנשים עם מוגבלויות לעיתים מתמודדים גם עם יחס שלילי מהחברה ועם תחושת בדידות. מה, לדעתכם, יכול לשנות את המצב?

## 3. משחק "למי אכפת?" (10 דקות)

א. במידת האפשר, סדרו את הכיתה בצורת ח (לא חובה).

ב. בסבב, התלמידים ישלימו את המשפט: "אדם עם מוגבלות מרגישה/שלאנשים אחרים אכפת ממנו, כאשר...".  
ג. שואלים:

- מה ניתן ללמוד מהמשחק הזה?
- מה המשותף בין כל המעשים שתיארתם?
- האם לדעתכם אנשים עם מוגבלויות מרגישים שלאחרים אכפת מהם?
- איך אתם מרגישים, כשאתם רואים או שומעים על מישהו שמתנדב למען אנשים עם מוגבלויות?
- מה אנחנו יכולים לעשות כדי לגרום לאנשים עם מוגבלויות להרגיש שאכפת לנו מהם?

## 4. סיכום (5 דקות)

נסביר: היום ניסינו להיכנס לנעליים של אנשים עם מוגבלויות ולהבין את הקושי שלהם. לא זו בלבד שהם מתמודדים עם המוגבלות עצמה, הם נאלצים פעמים רבות להתמודד גם עם יחס של ניכור וריחוק מהסביבה, מה שגורם להם להרגיש מנותקים ומבודדים. אבל לנו יש את היכולת לשנות את המצב, לעזור להם ולגרום להם להרגיש טוב יותר, וזאת המטרה שלנו בתיקון עולם.

מכל אחד אפשר ללמוד. לכל אדם יש מה לתת, ומכל אחד אפשר לקבל משהו ייחודי. אם נהיה פתוחים להכיר את האחר, שנראה לנו שונה מאתנו, נגלה שהדעות הקדומות שלנו ממש לא נכונות, ובתוך תוכנו כולנו דומים. רגע לפני שמסתיים השיעור אפשר לקחת ביחד נשימה עמוקה ולהודות לגוף שלנו על זה שהוא משרת אותנו בצורה תקינה.

# כרטיס דמות 1: רינת

1. קראו את הקטע וענו על השאלות:

## השארתי אותה מאחור

אני רינת. אני לא מאחלת לאף אחד לעבור את מה שאני עברתי. אחרי הריון ארוך ומתיש, לפני חודשיים ילדתי תינוקת. השמחה היתה גדולה, כי יש לי שלושה בנים וחיכינו לבת. לא עברו כמה שניות מהרגע שהיא יצאה מהבטן וקלטנו שמשוהו לא בסדר. בתוך כמה שעות היא אובחנה עם בעיה שכלית התפתחותית קשה. אמרו לנו שהיא לעולם לא תוכל להזיז את הידיים או את הרגליים, שהיא אף פעם לא תסתכל עלינו בעיניים, שהיא אף פעם לא תדבר. חטפנו הלב. בעלי לקח אותי הצידה ואמר לי בואי נמשיך הלאה בחיים שלנו ונשאיר אותה בבית החולים. הלב שלי נשבר. איך נביא אותה הביתה? מה יגידו בקהילה? איזה בושא! ואיך נטפל בה, כשבקושי אנחנו סוגרים את החודש? איך אני אטפל בילדים האחרים שלי עם ילדה שלא מתפקדת? למה זה הגיע לי? כל כך פחדתי, שאפילו לא הלכתי אליה להיפרד. פשוט ברחתי משם. מה יכולתי לעשות?

א. איך, לדעתכם, רינת מרגישה?

ב. אם הייתם מראיינים את רינת לתכנית טלוויזיה, שמטרתה לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות בחברה, מה הייתם שואלים אותה? ומה, לדעתכם, היא הייתה עונה? **כתבו 4 שאלות ותשובות אפשריות:**

שאלה 1 לרינת:

תשובה אפשרית:

שאלה 2 לרינת:

תשובה אפשרית:

שאלה 3 לרינת:

תשובה אפשרית:

שאלה 4 לרינת:

תשובה אפשרית:

2. צלמו את עצמכם כאילו הייתם בראיון בטלוויזיה, כשאחד מגלם את דמות המראיין והשני מגלם את דמותה של רינת. זכרו שמטרתכם לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות.

שלחו את הסרטון שצילמתם לכתובת: [tikun.olam@aleh-israel.org](mailto:tikun.olam@aleh-israel.org)

שיעור 3: נכנסים לנעליים של האחר

# כרטיס דמות 2: יונתן

1. קראו את הקטע וענו על השאלות:

## לא פשוט גם לי

אני יונתן, אח של אביב. אני גדול ממנו בשנתיים. אביב נולד עם שיתוק מוחין, וזה אומר שהוא לא יכול להזיז את הרגליים, ומשתמש בכסא גלגלים. חוץ מזה הוא בקושי מדבר ויש לו תנועות גוף לא רצוניות מוזרות כאלה. אני מאוד אוהב את אחי, ומעריץ את ההורים שלי על איך שהם מטפלים בו. אמא שלי לא עובדת וכל היום היא מטפלת בו. ובכל זאת, אני חייב להודות שכל הסיפור הזה די ביאס לי את הילדות. ההורים שלי כל הזמן דאגו שיהיה לאחי נוח, ולא יכולנו ללכת כמעט לשום מקום עם הכסא גלגלים שלו. אני אף פעם לא מזמין אליו חברים הביתה. אני לא רוצה שהם יראו את אחי. בחודש הבא אני חוגג 16 והחלטתי לחגוג עם חבר במועדון אצלנו במושב. אני לא יודע אם להזמין את אחי למסיבה. מה אני צריך את זה, שכל החברים שלי ייבהלו מהתנועות שלו ויתחילו לצחוק...

א. איך, לדעתכם, יונתן מרגיש?

ב. אם הייתם מראיינים את יונתן לתכנית טלוויזיה, שמטרתה לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות בחברה, מה הייתם שואלים אותו? ומה, לדעתכם, הוא היה עונה? **כתבו 4 שאלות ותשובות אפשריות:**

שאלה 1 ליונתן:

תשובה אפשרית:

שאלה 2 ליונתן:

תשובה אפשרית:

שאלה 3 ליונתן:

תשובה אפשרית:

שאלה 4 ליונתן:

תשובה אפשרית:

2. צלמו את עצמכם כאילו הייתם בראיון בטלוויזיה, כשאחד מגלם את דמות המראיין והשני מגלם את דמותו של יונתן. זכרו שמטרתכם לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות. שלחו את הסרטון שצילמתם לכתובת: [tikun.olan@aleh-israel.org](mailto:tikun.olan@aleh-israel.org)

שיעור 3: נכנסים לנעליים של האחר

# כרטיס דמות 3: אסף

1. קראו את הקטע וענו על השאלות:

## תאומים לכל החיים

אני יצאתי ראשון לאוויר העולם ואחרי כמה דקות אחותי יצאה. אחותי לא הצליחה לנשום כמו שצריך ויצאה כחולה לאוויר העולם ומאז חיינו כמשפחה השתנו ללא היכר. בגלל שלא הגיע לאחותי חמצן לראש, היא נותרה משותקת בחצי גוף ימין. היא לא שומעת באוזן ימין, היד שלה לא מתפקדת, היא צולעת כשהיא הולכת. כל החיים שלי הרגשתי שהיא מקבלת את כל היחס בבית. רק אני נותרתי לבד. איתה הולכים לטיפול בסוסים, לשחייה פעמיים בשבוע, רק איתה אבא ואמא נמצאים ואני לבד עם סבא. כשגדלתי, אמא כל הזמן רצתה שכל החברים שלי יהיו החברים שלה, כי לא היו לה חברים. ואני רק רציתי שיהיה לי משהו שלי. כשיצאתי לבלות, אמא ביקשה שאקח אותה איתי וכשלא רציתי היא הייתה כועסת עליי. כל הזמן הרגשתי אשם. שאני לא מספיק טוב. הגיע הרגע שלי לסיים את בית הספר ולהתגייס לצבא וכאן סוף סוף הגיע הרגע שלי לקבל את כל תשומת הלב. כי אני חייל קרבי. אני רוצה שאמא ואבא יהיו גאים בי בגלל מי שאני ולא בגלל שאני אח טוב. אני חושב שתמיד אצטרך לדאוג לאחותי והיא תהיה תלויה בי. למה אף אחד לא שאל אותי אם אני רוצה?

א. איך, לדעתכם, אסף מרגיש?

ב. אם הייתם מראיינים את אסף לתכנית טלוויזיה, שמטרתה לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות בחברה, מה הייתם שואלים אותו? ומה, לדעתכם, הוא היה עונה? **כתבו 4 שאלות ותשובות אפשריות:**

שאלה 1 לאסף:

תשובה אפשרית:

שאלה 2 לאסף:

תשובה אפשרית:

שאלה 3 לאסף:

תשובה אפשרית:

שאלה 4 לאסף:

תשובה אפשרית:

2. צלמו את עצמכם כאילו הייתם בראיון בטלוויזיה, כשאחד מגלם את דמות המראיין והשני מגלם את דמותו של אסף. זכרו שמטרתכם לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות.

שלחו את הסרטון שצילמתם לכתובת: [tikun.olan@aleh-israel.org](mailto:tikun.olan@aleh-israel.org)

# כרטיס דמות 4: אורי

1. קראו את הקטע וענו על השאלות:

## הגיע הזמן שלי

זה הזמן שלי לתקן את העולם. אני יודעת שזאת הולכת להיות שנה של שליחות, של חמלה. אני מגיעה בפעם הראשונה לסניף עלה גדרה. אני נכנסת ורואה ילדים מדהימים עם שמחת חיים, ילדים שמחוכרים לעובדים בצורה מעוררת השראה. אני רואה ילדים שלא מבינים סיטואציות חברתיות ולא מבינים למה בכלל הגענו לכאן. אני תוהה עם עצמי האם זה לא מפריע להם שאני כאן? פתאום אני מרגישה שבא לי לבכות ותחושת עצב מאוד גדולה מציפה אותי. קשה לי לעכל את מה שאני רואה.

אחרי הסיור אני מבינה שגם אני שונה. כל אחד מאיתנו סוחב איתו את השקית שלו, יש כאלה שיש להם שקית ויש כאלה שיש להם שק. אחרי הסיור אני מבינה שעמותת עלה עושה עבודה מדהימה, שאנשים שעובדים עם אנשים עם מוגבלות הם מיוחדים בעצמם.

אני מבינה שאין דבר כזה בעל מוגבלות, כי הם לא יכולים להיות הבעלים של שום דבר - אלא יש להם מוגבלות. אני מבינה שאני רוצה לחזור לכאן ולשמח אותם. אני יודעת שניתנה לי הזכות לעשות חסד וטוב בעולם. השנה אני מתקנת את עצמי ואז אתקן ביחד עם החברים שלי את העולם.

א. איך, לדעתכם, אורי מרגישה?

ב. אם הייתם מראיינים את אורי לתכנית טלוויזיה, שמטרתה לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות בחברה, מה הייתם שואלים אותה? ומה, לדעתכם, היא הייתה עונה? **כתבו 4 שאלות ותשובות אפשריות:**

שאלה 1 לאורי:

תשובה אפשרית:

שאלה 2 לאורי:

תשובה אפשרית:

שאלה 3 לאורי:

תשובה אפשרית:

שאלה 4 לאורי:

תשובה אפשרית:

2. צלמו את עצמכם כאילו הייתם בראיון בטלוויזיה, כשאחד מגלם את דמות המראיין והשני מגלם את דמותה של אורי. זכרו שמטרתכם לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות.

שלחו את הסרטון שצילמתם לכתובת: [tikun.olam@aleh-israel.org](mailto:tikun.olam@aleh-israel.org)

שיעור 3: נכנסים לנעליים של האחר

# כרטיס דמות 5: שמעון

1. קראו את הקטע וענו על השאלות:

## יצא גבר

לקח הרבה זמן עד שהייתי מוכן לספר את זה למישהו. עדיין קשה לי להשלים עם זה. זה קרה לפני שנה וחצי. הבן שלי היה אז בן 15. הוא יצא למחנה של שבוע עם תנועת הנוער בצפון. הם בנו מכנים מעץ לפעילות ביער, והיו צריכים לתלות משהו מגבוה. מישהו אמר, כנראה בצחוק, "מי גבר לטפס על העץ ולקשור שם את החבל?" הבן שלי רצה לצאת גבר, והתחיל לטפס על אחד העצים. בגובה 20 מטר הוא מעד ונפל. התקשרו אליי כבר מבית החולים בחיפה. כשהגעתי הוא שכב בטיפול נמרץ בלי הכרה, מחובר למלא צינורות, מורדם ומונשם. אני אדם חזק. ישר אמרתי לעצמי, הוא ייצא מזה. שום דבר לא הכין אותי למה שהרופאים עמדו לספר לי יום לאחר מכן. הם עשו לו בדיקת סיטי מוח וגילו שהמוח שלו לא מתפקד. הם הודיעו לי שהילד שלי הפך לצמח. מאז הוא נמצא בקומה. מזל שיש את עלה נגב, שם הוא יכול לקבל טיפול טוב ואהבה. אני מגיע לראות אותו 3 פעמים בשבוע. אני מדבר אליו ומקווה שיום אחד הוא יתעורר. אישתי לא מסוגלת לבוא. היא לא מסוגלת לראות אותו ככה.

א. איך, לדעתכם, שמעון מרגישה?

ב. אם הייתם מראיינים את שמעון לתכנית טלוויזיה, שמטרתה לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות בחברה, מה הייתם שואלים אותו? ומה, לדעתכם, הוא היה עונה? **כתבו 4 שאלות ותשובות אפשריות:**

שאלה 1 לשמעון:

תשובה אפשרית:

שאלה 2 לשמעון:

תשובה אפשרית:

שאלה 3 לשמעון:

תשובה אפשרית:

שאלה 4 לשמעון:

תשובה אפשרית:

2. צלמו את עצמכם כאילו הייתם בראיון בטלוויזיה, כשאחד מגלם את דמות המראיין והשני מגלם את דמותו של שמעון. זכרו שמטרתכם לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות.

שלחו את הסרטון שצילמתם לכתובת: [tikun.olam@aleh-israel.org](mailto:tikun.olam@aleh-israel.org)

# כרטיס דמות 6: מיטל

1. קראו את הקטע וענו על השאלות:

## עזבתי את בית הספר

אני מיטל. הרבה זמן התביישתי לדבר על התסמונת שיש לי. זה התחיל כשהייתי בת 3. הגוף שלי התחיל לעשות תנועות מוזרות בלי שתהיה לי על זה שליטה. אחר כך הבנתי שקוראים לזה טיקים, ומסתבר שלתסמונת הזאת קוראים טורט, ושאני אצטרך לחיות עם זה כל החיים. לפעמים יד ימין שלי קופצת בלי סיבה ולפעמים יש לי רעידות ברגל שמאל. וכאילו זה לא מספיק, אני מגמגמת, ולפעמים ממש קשה לי להוציא את המילים מהפה. כל זה מתגבר כשאני בלחץ, וזה יכול להיות ממש לא נעים.

אמא שלי רצתה שאלמד ביחד עם הילדים מהשכונה ורשמה אותי לבית ספר רגיל, אבל היה לי מאוד קשה להשתלב. אף אחד לא רצה לשבת לידי, בקושי דיברו איתי ונשארתי לבד בהפסקות. יום אחד, היה לנו מבחן בכיתה, ואני די נלחצתי מזה. בלי שרציתי, התחלתי לרעוד ולהשמיע קולות מוזרים. כולם הסתכלו עליי, והמורה הוציאה אותי מהכיתה כדי שלא אעשה רעש. הרגשתי כל כך מושפלת! ככה זה המשך לכל אורך בית הספר היסודי. הייתי כל כך בודדה. בכל פעם המצאתי סיבה להישאר בבית ולא ללכת לבית הספר, כי זה היה מזכיר לי כמה אני שונה. בכיתה ט נשברתי והפסקתי ללכת לבית הספר. אני שואלת את עצמי מה יהיה, אם אצליח אי פעם להשתלב, אם אתחנן, אם יהיו לי ילדים. הלוואי שהייתי יכולה להיות כמו כולם.

א. איך, לדעתכם, מיטל מרגישה?

ב. אם הייתם מראיינים את מיטל לתכנית טלוויזיה, שמטרתה לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות בחברה, מה הייתם שואלים אותה? ומה, לדעתכם, היא הייתה עונה? **כתבו 4 שאלות ותשובות אפשריות:**

שאלה 1 למיטל:

תשובה אפשרית:

שאלה 2 למיטל:

תשובה אפשרית:

שאלה 3 למיטל:

תשובה אפשרית:

שאלה 4 למיטל:

תשובה אפשרית:

2. צלמו את עצמכם כאילו הייתם בראיון בטלוויזיה, כשאחד מגלם את דמות המראיין והשני מגלם את דמותה שלמיטל. זכרו שמטרתכם לשפר את היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות.

שלחו את הסרטון שצילמתם לכתובת: [tikun.olam@aleh-israel.org](mailto:tikun.olam@aleh-israel.org)

שיעור 3: נכנסים לנעליים של האחר