



שיעור 17 - דימוי עצמי

*שיעור זה נכתב בשיתוף עם אביה אלימלך

תלמידה יקרה

נבחרת להוביל את השיעור הזה. זה שיעור מיוחד שדורש בגרות ופתיחות ברמה גבוהה. השיעור מכיל 3 תרגילים, ואנחנו סומכים עליך שתובילי אותו מעולה ;)

מהלך השיעור

למידה בחברותא (20 דקות):

קראו יחד את הכתבה על אביה אלימלך, שנכונתה ב-75% מגופה בגיל 4, הקפידו שכל אחד בקבוצה יקרא חלק מהכתבה בקול כך שכולם יהיו פעילים.
<https://xnet.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5782813,00.html>



דיון (20 דקות):

קעת החלו לדון על הכתבה ועל הנושא של דימוי עצמי. במהלך הדיון, נסו לענות השאלות הבאות:



[1] מהן התחושות האישיות שלכם כשאתם קוראים על מקרה כזה?

[2] האם נחשפתם לעלבונות של אנשים "השונים" מכם?

[3] מה הרגשתם באותו רגע? איך/האם הגבתם?

[4] האם לדעתכם כל אחד יכול להיות בעל ביטחון עצמי? אז מה מונע את זה?

אם אחד מחברי הקבוצה לא משתף פעולה, יש לנסות להפנות אליו שאלות באופן ישיר. הקפידו על שיח מכבד בלי ציניות ובלי שיפוטיות בין חברי הקבוצה.

תרגיל סיום - מעגל פרגון (5 דקות):

קעת עברו תלמיד תלמיד, כל אחד יגיד משהו טוב על עצמו ומשהו טוב על כל אחד מחברי הקבוצה האחרים. מי שמתקשה להגיד משהו טוב על עצמו, עודדו את חברי הקבוצה להוסיף דברים טובים נוספים על אותו אדם.



סומכת עליכם שתעבירו את השיעור בצורה מדהימה!

נועה