



ידע מצמיח תנוך

יחידת אני עצמי, חלק א', עולם פנימי

שיקוף פרק ועבודת העמקה.

חלק א' - שיקוף פרק (אם את רוצה, בסעיפים א-ד אפשר לענות רק על שלושה).

א. לפניך ראשי הפרקים של הנושאים בהם עסקנו:

הכרה בנשמה שיש בי, שימו לב אל הנשמה

העולם הרגשי שלנו- האם אפשר לשלוט ברגשות? השמחה כדוגמא

שביל הזהב של הרמב"ם

השתיקה

חלומות

לכל איש יש שם

השפעת המשפחה

השפעת החברה

אירועים שקרו לי בחיים

מתנת שמיים

בחרי שניים מהנושאים המופיעים ברשימה זו, למדי שוב את המקורות השונים וכתבי בכמה שורות- מהן המחשבות שהתעוררו בך בעקבות לימוד נושא זה? מה התחדש לך על הנושא? מהן השאלות שהלימוד מעורר בך?



ידע מצמיח תנוך

ב. כותרתו של חלק זה היא 'עולם פנימי'. נסי להציע כותרת אחרת שיכולה להתאים לדעתך לתכנים אלו והסבירי את הכותרת שבחרת...

ג. מבין המקורות השונים שלמדנו בחרי ארבעה משפטים (אחד מכל קטע) שהינם משמעותיים עבורך כרגע. העתיקי אותם והסבירי את בחירותייך, מה מעורר בך כל אחד מהמשפטים?

ד. לאחר חנוכה נעבור בע"ה לחלק השני ששמו 'רצון לצמיחה'. לאחר מכן נגיע לחלקה השלישי של היחידה שעוסק במידות ספציפיות. על אלו מן המידות הבאות היית רוצה שנלמד? כתבי שתי מידות שהיית רוצה במיוחד. 1. הכרת הטוב 2. שמחה 3. גבורה 4. כבוד 5. כעס 6. יושר 7. אכפתיות 8. עין טובה.

לימודנו על המידות ייפתח בע"ה במידות- הקשבה, עמל והתמדה

חלק ב' - עבודת העמקה- מה הופך אותי להיות אני?

כשם שפרצופיהם שונים כך דעותיהם שונות", כך לימודנו חז"ל במסכת ברכות, ונראה שהשוני והגיוון הקיים בין בני האדם איננו רק במראה חיצוני או בהשקפת עולם, אלא הוא מתחיל כבר בעובדה שלכל אחד מאיתנו יש עולם פנימי משלו, עולם המעצב את היחס והמפגש שלנו עם המציאות באופן הייחודי והעצמאי רק לנו. בלימודנו עסקנו בגורמים המשפיעים על עיצוב אישיותנו. לפניך תמצית הנושאים בהם עסקנו:



ידע מצמיח תנוך

המשפחה שלי

טיבו של עולם הוא שכל אדם נולד אל תוך משפחה. במובנים הפשוטים והראשוניים עובדה זו יוצרת לכל תינוק מרחב חיים הדואג לצרכיו הפיזיים והנפשיים: אמא ואבא מאכילים את ילדם, מחליפים לו חיתול ומחבקים אותו כאשר הוא בוכה. אך נראה שמעבר למילוי הצרכים שלנו בחיים, המשפחה שלנו היא גם גורם משמעותי בעיצוב האישיות שלנו. המחקר הגנטי המתפתח כל כך בעשורים האחרונים מנסה לזהות כיצד ובמה ילד מושפע מהוריו במבנה הפיזיולוגי שלו, בחלק זה דנו בהשפעת המשפחה על עיצוב אישיותנו.

החברה והסביבה בה אני חי

"אמור לי מי חבריך ואומר לך מי אתה". סיסמא עממית פשוטה אך מכילה יסוד אמיתי. כל אחד מאיתנו מבין שהחברה בה אנחנו גדלים מהווה חלק בחינוך שלנו ובבניית האישיות שלנו. לעיתים אנחנו אוהבים יותר את ההשפעה הסביבתית עלינו ולעיתים אנחנו אוהבים אותה פחות, אך כך או כך אנחנו מבינים: החברה משפיעה עלינו עמוק פנימה.

האירועים שקרו לי בחיים

ישנה תפיסה הקובעת שהאני של האדם הוא למעשה מצבור של אוסף החוויות שהוא חווה במהלך חייו. אמירה זו הגם שאיננה מכילה את האמת כולה, נוגעת בוודאי בנקודה אמיתית והיא ההבנה שהאירועים שקורים לנו בחיינו משפיעים מאד על העולם הפנימי שלנו: משפיעים על התכונות שלנו, משפיעים על המבט שלנו על העולם, משפיעים על צורת השיח שלנו עם עצמנו ועם הזולת.

מתנת שמיים

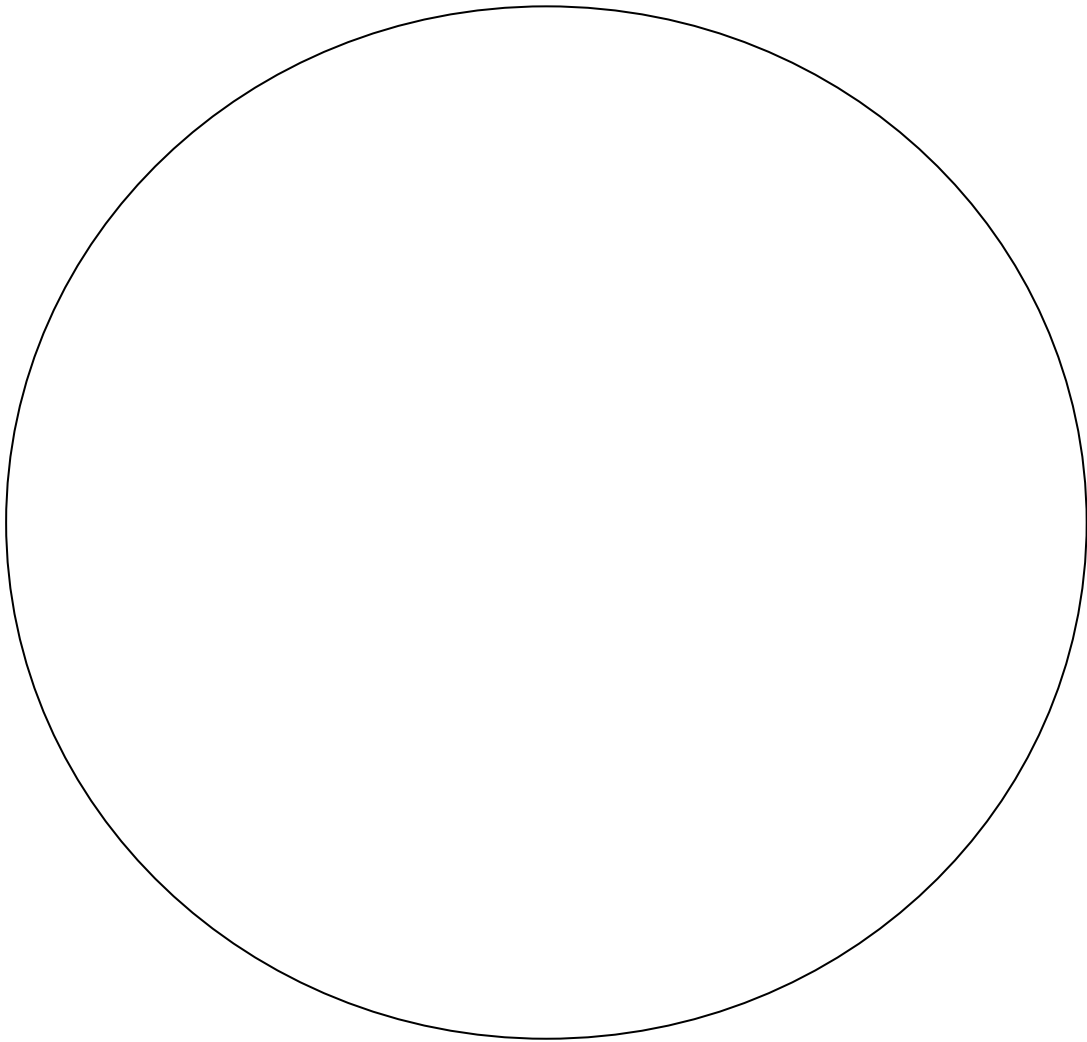
איך זה יכול להיות שאני ואחי נולדנו לאותם הורים, גדלנו באותה חברה, עברנו פחות או יותר מסלול וחוויות זהות ועדיין: אנחנו שונים כל כך...??

ייתכן ושאלת את עצמך פעם שאלה זו. מעבר לכל אותן נקודות עליהן הצבענו בחלקים הקודמים המשפיעות על עיצוב האישיות, ישנה נקודה נוספת, אולי בסיסית ועמוקה יותר בעצב עולמנו הפנימי והיא: מתנת שמיים, או בשפה פשוטה יותר: אופי ואישיות איתם נולדנו לעולם עוד לפני מפגש עם איזה שהיא מציאות ספציפית.



ידע מצמיח תנוּד:

מה הופך אותי להיות אני?





ידע מצמיח תנוך

1. לפניך "עוגה" חלקי אותה למרכיבים שלדעתך משפיעים על ה"אני" שלך. תני לכל פרוסה את הגודל המתאים לה מבחינת השפעתה על ה"אני" שלך. השתמשי בארבעת הנושאים שמופיעים לעיל. אם את רוצה, ניתן להוסיף עוד פרמטרים.

2. כעת תני לאחד מהורייך את ה"עוגה" הנפרסת למרכיבים השונים המשפיעים על ה"אני" שלנו, ובקשי ממנו להציע את פריסתו על פי ההוראות בדף.

3. השווי את גודל הנתח שנתת לגורם "המשפחה", לגודל הנתח שהורייך נתנו למרכיב זה. צייני את תוצאת השוואה.

א. אם התוצאות היו דומות, נסחו ביחד שורות אחדות המסבירות בחירה זו.

ב. אם התוצאות היו שונות, דונו על מקומם של ההורים בעיצוב האישיות של ילדיהם, לאור התוצאות השונות אליהם הגעתם. אם הגעתם לאחר הדיון להסכמה כל שהיא, הסבירי בכתב את מסקנותיכם.

4. קראי עם אמך את השיר 'תפילה לאם בטרם שחרית'.

בקשי מאמך שתשתף אותך בתפילה כלשהי, שהיא נשאת בשבילך או בשביל אחייך, וכתבי אותה. חפשי בשיר שורה המבטאת בעינייך כמיהה לקשר המשמעותי ביותר בין אם לילדה, צטטי אותה והסבירי מדוע בחרת דווקא בשורה זו למייצגת קשר זה.

5. כתבי סיכום בכמה משפטים של תחושותייך בחלק זה של העבודה- למשל: מה למדת מהתהליך? איך היתה עבורך העבודה המשותפת עם ההורים? האם משהו בתהליך הפתיע אותך? וכדומה...