

# שיעור 1: המוגבלות התפיסתית שלי

## הרעיון:

כל תהליך שינוי מתחיל במודעות עצמית, בזיהוי החסמים הקיימים והפחדים רגע לפני שהשינוי מגיע.

## משך:

45 דקות.

## מטרות:

- לזהות את הגישה שלי ביחס לאנשים עם מוגבלות.
- להבין שמוגבלות יכולה גם להתבטא בתפיסה המצומצמת של מי שנרתע מאנשים עם מוגבלויות.
- לתת לגיטימציה לפחד שחווים לעיתים כשפוגשים אנשים עם מוגבלויות.

## ציוד וחומרים:

- שאלון עמדות מקוון בשילוב הטלפון הנייד (או רשימת משפטים להקראה כחלופה)
- קלפי שאלה: מה אני שואל?
- גישה למחשב ולאיינטרנט
- טלפונים ניידים
- אופציונלי: חבל / גיר / נייר דבק
- אופציונלי: מחורר דפים וחוט צמר לקשירת הקלפים

## הנחיות למורים:

1. לפני השיעור, כדאי שתבדקו עם עצמכם מהן האמונות המגבילות שלכם לגבי אנשים עם מוגבלויות. האם אתם נמצאים בקשר עם אנשים שיש להם מוגבלות? איך אתם מרגישים כשאתם פוגשים אדם בעל מוגבלות? חשוב שתהיו כנים עם עצמכם ועם התלמידים, ולא תשפטו אותם או את עצמכם. כדי להיות בחמלה לאחר חשוב קודם כל שנהיה בחמלה לעצמנו.

2. לא לשכוח לבקש מהתלמידים להביא לשיעור זה טלפונים חכמים.

## מהלך הפעילות:

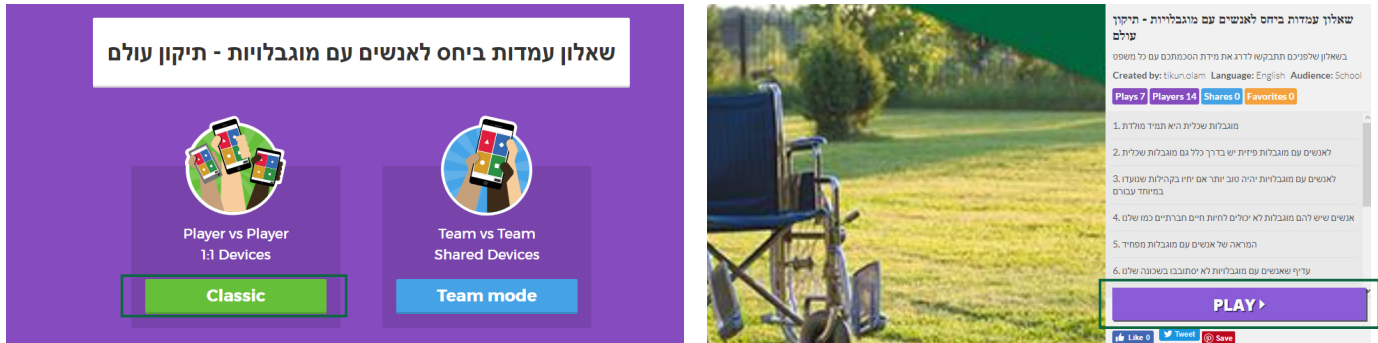
### 1. הצגת הנושא (10 דקות)

א. נסביר: השיעור שלנו היום הוא חלק ממיזם "תיקון עולם", שנועד לטפח חמלה ויחס מכבד כלפי אנשים עם מוגבלויות. במסגרת תיקון עולם, תלמידי מערכת החינוך נחשפים לראיית האחר והשונה כחלק מהמרקם האנושי, מתוך הבנה כי שינוי היחס והעשייה למען החוליה החלשה בשרשרת החברתית מחזק את השרשרת כולה ויוצר חברה חזקה יותר וערכית יותר. נזכיר את הפעילויות שעשינו במסגרת תיקון עולם על כה. היום נתבונן בעצמנו, בדרך שבה אנחנו תופסים אנשים עם מוגבלויות. יכול להיות שנגלה שיש בנו פחד, אולי לא נאהב לגלות את המחשבות שיש לנו כשאנחנו מדברים על הנושא הזה. חשוב שתדעו שכל מה שיעלה כאן היום הוא בסדר. זה טבעי שיש לנו חששות ושאנחנו בוחרים להתרחק ממה שמפחיד אותנו.

ב. נשאל: אילו סוגי מוגבלויות אתם מכירים? (בקשו דוגמאות מחיי היום יום ומהתקשורת - אפשר לעבור על הטבלה שמופיעה בהקדמה, בעמ' 2)

## 2. שאלון עמדות כיתתי (15 דקות)

א. המורה נכנס לקישור: <https://goo.gl/hKTsA5>, לוחץ על play ולאחר מכן לוחץ על classic.  
לאחר כמה רגעים יופיע על המסך מספר.



ב. נבקש מהתלמידים להוציא טלפונים חכמים, להיכנס לקישור <https://kahoot.it> ולהקליד את השם שלהם (אפשר גם שם בדוי) ואת המספר שמופיע על המסך שעל הלוח.

ג. כשכל התלמידים הצליחו להיכנס לשאלון, נלחץ על כפתור start והשאלון מתחיל.

### חלופה:

יוצרים על הרצפה ציר (אפשר בעזרת גיר, עם דבק נייר או עם חבל), שיש מספיק מקום לעמוד לידו. על הציר כותבים ברווחים אחידים את המספרים 1-5 משמאל לימין. מקריאים כל אחד מהמשפטים שמופיעים בהמשך לאט, ומבקשים מהתלמידים לעמוד ליד המספר שמייצג את מידת הסכמתם איתו. חשוב לתת לתלמידים רגע להבחין מה היו הבחירות של החברים שלהם. עדיף לבצע את התרגיל בשקט, בלי לדבר.

### המשפטים להקראה:

- לאנשים עם מוגבלות פיזית יש בדרך כלל גם מוגבלות שכלית.
- מוגבלות שכלית היא תמיד מולדת.
- לאנשים עם מוגבלויות יהיה טוב יותר אם יחיו בקהילות שנועדו במיוחד עבורם.
- אנשים שיש להם מוגבלות לא יכולים להיות חיים חברתיים כמו שלנו.
- המראה של אנשים עם מוגבלות מפחיד.
- עדיף שאנשים עם מוגבלויות לא יסתובבו בשכונה שלנו.
- כשרואים אדם עם מוגבלות שכלית התפתחותית עדיף להתרחק מהמקום.
- להתנדב עם אנשים עם מוגבלויות נשמע משעמם.
- אנשים עם מוגבלויות הם אנשים פחות מצליחים.
- לא כדאי להיות בקשר עם נער או נערה עם מוגבלות.
- לאנשים עם מוגבלויות מגיע ליהנות מהחיים בדיוק כמו לנו.
- כדאי שיצטרפו לבית הספר תלמידים נוספים עם מוגבלות.

ד. שאלות לדין לאחר השאלון:

- מה הפתיע אתכם בשאלון?
- האם היו מקרים שרציתם לסמן "מסכים" ובכל זאת סימנתם "לא מסכים" או ההפך?
- מה אפשר ללמוד מהתשובות שסימנו עלינו כקבוצה?
- אם היינו שמים מצלמה נסתרת בבית הספר, שקולטת תלמיד נכה על כסא גלגלים שנוסע במסדרון, מה לדעתכם המצלמה היתה מתעדת? איך לדעתכם התלמידים היו מגיבים לנוכח התלמיד הנכה?
- האם התשובות שסימנו מייצגות לדעתכם את הדעה הרווחת בחברה?

חשוב להדגיש: השאלון שערכנו המחיש לנו את האמונות שיש לנו לגבי אנשים עם מוגבלויות, אמונות שלא תמיד מקדמות אותנו, וגם לא עוזרות לנו לקבל אחרים ולעזור להם. עצם זה שזיהינו את המחשבות האלה ואת הרגשות שהן מעלות בנו - זה כבר צעד ענק לקראת שינוי.

### כדאי לדעת<sup>1</sup>:



- 42% מתושבי ישראל מאמינים שאנשים עם מוגבלויות הם אנשים עם יכולות נמוכות.
- 50% לא היו מוכנים להיות בני/בנות זוג של אדם עם מוגבלות.
- 16% לא היו מוכנים להתנדב בסיוע לאנשים עם מוגבלויות.
- 7% לא היו מוכנים להיות חברים של אנשים עם מוגבלויות.

### 3. צפייה בסרטון (20 דקות)

צפו בהרצאת ה-TED של אל"מ במיל' ויו"ר עלה נגב-נחלת ערן דורון אלמוג, אבא לילד עם מוגבלות שפועל במשך שנים למען קידום היחס כלפי אנשים עם מוגבלויות בישראל: <https://goo.gl/bmuhir>

### שאלות לדין לאחר הצפייה:

- מה ריגש אתכם בהרצאה?
- דורון מציג בהרצאה את נקודת המבט של ההורים. איך לדעתכם מרגיש הורה לילד או לילדה עם מוגבלות? מה הקשיים שאיתם ההורה צריך להתמודד?
- למה דורון אומר שערן היה המורה הכי גדול שלו? מה הוא למד ממנו?
- אם הייתם פוגשים את דורון, מה הייתם רוצים להגיד לו?
- דורון מציין שחברה חזקה היא חברה שדואגת לחלשים שבה. מה דעתכם על המשפט?

### 4. מה אני שואל? משחק בזוגות (10 דקות)

- נסביר: הרבה פעמים אנחנו נרתעים מאנשים שנראים לנו שונים מאיתנו, פשוט מפני שאנחנו לא מכירים אותם. השונה מעורר בנו פחד ודחייה. בתרגיל הבא נציף את סימני השאלה שלנו לגבי אנשים עם מוגבלויות.
- מתחלקים לזוגות.
- כל תלמיד/ה מקבלת/ת 10 קלפים ריקים.
- ד. יושבים זה מול זה ושואלים זה את זה:
  - מה אתה שואל בנוגע לאנשים עם מוגבלות?
  - מה היית רוצה לדעת?
  - אם היית יכול לדבר עם אדם עם מוגבלות בחופשיות, מה היית שואל אותו?
- ה. כותבים את השאלות שעולות על הקלפים. חשוב להדגיש: המטרה אינה לענות על השאלות אלא רק להסכים לשאול אותן.

<sup>1</sup>מתוך: הלפרין, ע., אלעד-שטרנגר י. ואנדולוט, כ. 2016. "עמדות עלפי אנשים עם מוגבלות בעשרים ערים נבחרות בישראל". המרכז הבינתחומי הרצליה.

שאלות לדוגמה:

- איך נראה יום בחייו של אדם עם מוגבלות?
- האם אדם עם מוגבלות מתחנך ומביא ילדים לעולם?
- האם אדם עם מוגבלות מרגיש שפוגעים בו?
- האם אדם עם מוגבלות מבין מה המצב שלו?

**הערה חשובה:** חשוב לאסוף ולשמור את הקלפים שיצרו התלמידים ולהביא אותם לסיור של בית הספר באחד ממרכזי עלה או בבית ספר לחינוך מיוחד. המטרה היא למצוא את התשובות לכמה שיותר שאלות ולכתוב את התשובות שנמצאו על הקלפים לאורך השנה. כשכל התשובות נאספו, מומלץ לתלות את התוצרים על לוח ההנחה של תיקון עולם בבית הספר.

## 5. דיון מסכם (5 דקות)

א. נשאל את התלמידים:

- איך הרגשתם במהלך השיעור?
- מה למדתם בשיעור היום שלא ידעתם קודם לכן?
- מה אתם לוקחים איתכם?

ב. נסכם: בשיעור הבנתם מה קורה לכם כשאתם פוגשים אדם עם מוגבלות, מה האמונות המגבילות שיש לכם על הנושא הזה. הבנו שבמידה מסוימת החשיבה שלנו מוגבלת, כי אנחנו רואים רק את המוגבלות של האחר ולא את האדם כולו. אבל עצם זה שאנחנו שמים לב לכך, זה כבר חלק גדול מהפתרון למצב.

# קלפי שאלה