

שיעור 1: המוגבלות התפיסתית שלי

הרעיון:

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

משך השיעור:

45 דק'

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

הנחיות למורים:

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.

הכנות נדרשות:

1. יש להכין לוח עבודה שיתופי ב padlet עבור פעילות "מה אני שואל" ** הנחיות להכנת לוחות ה- padlet מופיעות בנספח
2. יש להכין לוח עבודה שיתופי ב padlet עבור "שאלון עמדות כיתתי"
3. יש להיכנס לפגישה 10 דקות לפני התלמידים כדי לוודא שהכל תקין (וידאו, מיקרופון)
4. יש לפתוח מראש ולהכין לשיתוף את המצגת המלווה לשיעור
5. סרטון הרצאת TED של אל"מ במיל' ויו"ר עלה נגב-נחלת ערן דורון אלמוג מוכן לשיתוף: <http://goo.gl/bmuhir>
6. יש להכין לשליחה את הקישורים ללוחות ה- padlet מסעיפים 1, 2.

1. הצגת הנושא (3 דקות):

1. נשתף את המסך עם שקף השער של מצגת "המוגבלות התפיסתית שלי"
2. 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 החולייה 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 ושנאנחנו בוחרים להתרחק ממה שמפחיד אותנו.

2. תיאום ציפיות (3 דקות):

1. נפתח את השקופית הבאה "תיאום ציפיות"
2. נסביר: כדי שנוכל ליצור אווירה של הקשבה אחד לשני, אוירה של אמפתיה וקבלה חשוב שנתנהל בשיעור הזה על פי כמה כללי תקשורת:
«> כיבוי מיקרופון:
ניהול השיעור הינו באחריות המורה: כולם על mute, mute/unmute של התלמידים גם הם באחריות המורה.
«> שיח מכבד:
רק אדם אחד מדבר בכל פעם (כל השאר - על mute)
השתתפות בשיעור חיונית ורצויה אך רק בהצבעה או באמצעות צ'ט
«> התמקדות והקשבה:
התמקדות בנושא השיעור
השתתפות פעילה
דיבור ברור ולמצלמה

3. סוגי מוגבלויות (15 דקות):

1. נציג את שקף "סוגי מוגבלויות" ונשאל: אילו סוגי מוגבלויות אתם מכירים? (בקשו דוגמאות מחיי היום יום ומהתקשורת).
2. שאלון עמדות כיתתי
א. נסביר לתלמידים כי כעת נשלח להם קישור ללוח עבודה שיתופי שמטרתו לבדוק את העמדות שלהם כלפי אנשים החיים עם מוגבלות. בכל עמוד יופיע להם משפט ומתחתיו אפשרות דירוג מ-1 עד 5.
ב. נשלח לתלמידים את הקישור ללוח ה - padlet.

4. שאלות לדיון 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

5. נפתח את שקופית 5 ונעבור על הנתונים:



כדאי לדעת:

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

6. צפייה בסרטון (20 דקות)

- נציג את שקופית הרצאת TED
- נצפה בהרצאת 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: <http://goo.gl/bmuhir>
- שאלות לדיון 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? »

מתוך: הלפרין, ע., אלעד-שטרנגר י. ואנדוולט, כ. 2016. "עמדות עלפי אנשים עם מוגבלות בעשרים נבחרות בישראל". המרכז הבינתחומי הרצליה.

7. "מה אני שואל?" (10 דקות)

1. נציג את שקף "מה אני שואל?"
2. 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.
3. נסביר לתלמידים כי כל אחד צריך לרשום באופן חופשי על הלוח השיתופי, שאלה שהוא היה רוצה לשאול אדם החי עם מוגבלות.
- ** חשוב להדגיש: המטרה אינה לענות על השאלות אלא רק להסכים לשאול אותן.
4. נשלח לתלמידים במייל / וואטסאפ את הקישור לפעילות "מה אני שואל?"
- ** נסביר להם שכדי לכתוב את השאלה שלהם הם צריכים ללחוץ פעמיים על המסך או לחילופין ללחוץ על +
5. במקביל לכתובת השאלות של התלמידים נפתח את הקישור במצב שיתוף במחשב המורה בכדי לראות שהכרטיסיות מתמלאות.
6. שאלות לדוגמה:

« איך נראה יום בחייו של אדם עם מוגבלות?
« האם אדם עם מוגבלות מתחתן ומביא ילדים לעולם?
« האם אדם עם מוגבלות מרגיש שפוגעים בו?
« האם אדם עם מוגבלות מכין מה המצב שלו?



הערה חשובה: חשוב לשמור את הכרטיסיות עם השאלות של התלמידים ולהביא אותם לסיור של בית הספר באחד ממרכזי עלה או בבית ספר לחינוך מיוחד (כשיתאפשר סיור).
המטרה היא למצוא את התשובות לכמה שיותר שאלות ולכתוב את התשובות לשאלות לאורך השנה. כשכל התשובות נאספו, מומלץ להציג להם את התשובות לשאלותיהם.

8. סיכום וקריאה לפעולה (4 דקות)

- א. נציג את שקופית הסיכום ונשאל 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.