

מתחילים מהתחלה – חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה



שלום לכם ילדים יקרים.

כמידי שבוע, אני שמח להעביר לכם את קובץ כשורי החיים על פרשת השבוע. אני מקווה כי דרך השאלות והתרגילים, אתם מצליחים להכיר את עצמכם יותר ויותר ומגלים עוד כשורים ותכונות שניחנתם בהם משמים.

פרשת השבוע "וישב" עוסקת בכמה נושאים חשובים. בחרתי מתוכם את הנושאים העקריים, דרכם תלמדו על כחות הנפש שלכם ומתוכם תמצאו כלים וטכניקות להתמודד עם אתגרי החיים.

השבוע יש לי עבורכם הפתעה נעימה. לקובץ השבועי מצרף משחק משפחתי מעצים לחג החנכה. את התכן כתב חבר יקר שלי, הרב אבי אברהם מטפל רגשי ומנהל מרכז קומ"ה לקידום והעצמה. אני מאמין שתמצאו בקס דרך משחק המון כוח ועוצמה והנאה רבה.

שלכם
אוריאל

נושאים נבחרים מתוך הפרשה:

1. אחריות מול הלשנה
2. לחלום בגדול
3. קוד חברתי
4. שליטה עצמית
5. קלפים השלכתיים לחנכה – מרכז קומ"ה



מתחילים מהתחלה – חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה

אחריות מול הלשנה

"ויבא יוסף את דיבתם רעה אל אביהם". (לז' - ב') רש"י: כל מה שהיה יכול לדבר בהם רעה היה מספר.

על פי דברי הגמרא במסכת בבא בתרא דף קכג' אפשר לבאר מה ראה יוסף לספר לשון הרע על אחיו. "ראויה הייתה בכורה לצאת מרחל דכתיב "אלא תולדות יעקב יוסף" אלא שקדמתה לאה ברחמים, ומתוך צניעות שהייתה בה ברחל החזירה הקב"ה לה." הרי שיוסף נחשב בכור ולכן כנראה בעקבות חשיבותו של יוסף בעיני יעקב, שדמה לו ולימדו תורה, ראה יוסף בעצמו אח בכור ואחראי כמו שהיה ראוי להיות לכתחילה, ומתפקידו לשמור על אחיו מלחטוא. לכן כשחשב שהם חוטאים הלך ליעקב בכדי שיחזירם בתשובה. **ובכל זאת, נענש יוסף ונחבש בבית האסורים על הוצאת הדיבה על אחיו.**

הבה ונלמד כיצד מבדילים בין אחריות להלשנה.

נלמד יחד על ההבדל בין דיווח על מעשה פסול

לבין הלשנה על מעשה שאינו מזיק ממש.

נברר באילו מקרים יש חובה מוסרי

לדווח על מעשה פסול, ובאילו מקרים דיווח הוא התערבות בעניינים של אחרים.



מתחילים מהתחלה – חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה



תרגיל

מאז ומתמיד היה דניאל המוביל של הכיתה. כולם עושים תמיד את מה שהוא רוצה, מכבדים אותו וזכר... מפחדים ממנו. עד תחילת השנה הזאת התלמידים הסתדרו עם דניאל, עד שמה שהיה להכיתה, הוא היה ילד ביישן, בלי הרבה ביטחון, דניאל התחיל להציק לו. ברצונו שהמחנך יוצא מהכיתה הוא נטפל אליו, צוחק עליו, ועושה לו פרצופים ותנועות מביישות. התלמידים ראו שמה נפגע והתלבטו מה לעשות.



★ מה תיעצו לתלמידי הכיתה שרוצים לסייע למשה.

לספר למחנך?

האם זו הלשנה?

★ כתבו על הכרזות מה עוד ניתן לעשות כדי שמה יוכל להרגיש בטוח בכיתה



★ השלימו את הניסוח מהי הלשנה ומהי אחריות שיש חובה לספר ולשתף

תוכלו להיעזר במאגר המילים

פגיעה/חרם/אלימות/מעשה בניגוד לרצוני/השפלה/שימוש אסור ברכוש שלי / של אחרים/ מריבה ללא אלימות
פיזית ומילולית/מריבה בין אחים / התנהגות לא מכובדת אבל לא חוצה את הכללים ולא פוגעת באף אחד/ דחיפה
תוך כדי משחק/ זלזול ברכוש פרטי אבל בלי גרימת נזק והשחתה / פגיעה מתמשכת לאורך זמן /

★ אחריות – חובה לספר למבוגר אחראי / מחנך הורים על כל מקרה שיש בו

★ הלשנה – צורך לספר למבוגר אחראי / מחנך הורים על כל מקרה שיש בו

מתחילים מהתחלה – חומש בראשית

פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה



כתבו בשורות הצבעוניות 3 משפטים שמתייחסים לכוח הדיבור של האדם על החיים שלו ושל אחרים:

1	
2	
3	



מתחילים מהתחלה – חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה

לחלום בגדול

"ויחלום יוסף חלום ויגד לאחיו". לז' – ה'

לכל אדם יש חלומות. חלומות בלילה וחלומות ביום. החלומות הם הביטוי של המחשבות הנמצאות בתוך הנפש. המושג "חלומות" משמש גם כביטוי לשאיפות. לדוגמא: יש לכם חלום להיות גדולים בתורה, פירושו שיש לכם שאיפות להיות גדולי תורה.



תשובה ברוב יועץ – כיצד תיעצו במקרה הבא

חיים תלמיד בכיתה ח' משתף אתכם בחלום שלו להתקבל לשיבה מפורטמת, הוא בטוח שסם יצליח ללמוד ולהתעלות. יש רק כמה מהלכות קטנות

1. לשיבה המפורטמת מתקבל רק תלמיד אחד מכל כיתה.

2. רמת הלימודים בשיבה גבוהה במיוחד

3. רמת הלימודים של חיים היא בינונית, ובכיתה יש תלמידים ברמה לימודית גבוהה ממנו

4. השיבה נמצאת מחוץ לעיר והתלמידים שהאים מרחוק זרים בפנימיה, הוריו של חיים לא מוכנים שילמד בשיבה מחוץ לעיר

עזרו לחיים לחלום בגדול למרות כל המגבלות

★ 1. משפט פתיחה – השתמשו במאגר המילים

חיים היקר, מאוד _____ לשמוע ממך על החלום שלך ללמוד בשיבה הטובה, זה מראה כמה שחשוב לך _____

התרגשתי/התלהבתי/שמחתי/התרשמתי/

ללמוד במקום טוב/להצליח בלימודים/לגדול בתורה/להתחיל ברגל ימין/להצליח בחיים



מתחילים מהתחלה – חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה

★ 2. התבוננות – השתמשו במאגר המשפטים

חיים היקר, _____ מה הם התנאים להתקבל לישיבה הזו?

האם אתה יודע/האם ביררת/מה ידוע לך/ברור לך/

★ 3. האם _____ עם _____ אם _____ לרצות להתקבל רק לישיבה הזו?

התייעצת/ביררת/שאלת/

המחנך/עצמן/ההורים שלך/

כדאי לך/מתאים לך/נכון עבורך/יקדם אותך/

★ 4. הצעות – השתמשו במאגר ההצעות

חיים היקר, הייתי מציע לך _____ שובהאם נכון עבורך _____

רק על הישיבה הזו, אולי כדאי לך _____ על עוד ישיבות

לחשוב/לנסות/לבדוק/להתייעץ/

לחלום/לסגור את עצמן/לדמיין/להינעל/

לחלום בגדול/לחשוב/להתעניין/לברר

★ 5. שאלות הכוונה –

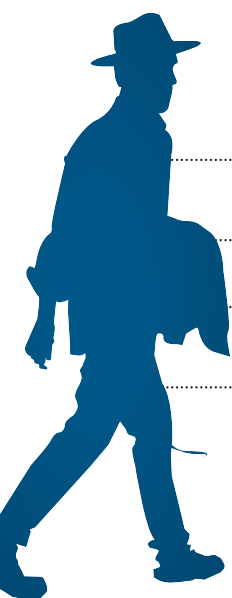
מה לדעתכם יכול להגשים לחיים את החלום שלו:

1.

2.

3.

4.



מתחילים מהתחלה – חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה

★ מה לדעתכם עלול למנוע מחיים להגשים את החלום שלו:

1.
2.
3.
4.

★ כתבו / שתפו על חלום
שהייתם מעוניינים להגשים

.....

.....

.....

.....

★ תתאמנו עם עצמכם לחלום בגדול ובדקו את החלום שלכם והגשמתו
דרך השאלות כפי שעשיתם עם החלום של חיים



מתחילים מהתחלה – חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה

קוד חברתי – כישורי חברה

יוסף הצדיק מספר לאחיו ולאביו את החלומות. האחים שלו מתחילים לשנוא אותו בגלל זה, ואביו יעקב שמר את הדבר, שתק והמתין לראות מה יתרחש בעתיד.



בתקשורת בין חברים יש **"קודים חברתיים"** – כללים שלא תמיד מדברים עליהם אבל הם ברורים לכולם. הכללים הם התנהלות חברתית בין חברים / קבוצה, תפקידים להגן ולשמור על כלל החברים / הקבוצה להתנהג בכבוד זה לזה.

לדוגמא: דיבור בכבוד/עזרה לזולת/אין סודות בחברה/לא להלבין פנים/דיבור אמת/לא לרמות/לא להתנשא/לא להרוס מסיבות

**הקיפו בעיגול משפטים שעלולים לגרום לכם לשנאה וקנאה
לא טובה כלפי חבר.**



★ אני האלוף של הכיתה בחמש אבנים

★ אין יותר מפואר מהרכב שלנו

★ אני טס כל שנה לאמריקה

★ אצלנו יש את כל הסוגים של דגני הבוקר

★ היינו בחופש במקומות הכי כיפיים שיש

★ הילקוט שקיבלתי הוא דגם הכי חדש שיש

★ אם בא לכם לשחק אחרי צהרים, בואו אליי לבית אין לי כוח ללכת לאף אחד

★ בסוף השנה אני יכול להתקבל לישיבה טובה בקלי קלות, לאבא שלי יש קשרים עם ראשי ישיבות



מתחילים מהתחלה-חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה

בחרו את המשפט הכי מקומם ?



איזה רגש אתם מרגישים ?

מה גורם לכם לקנא ?

מה יכול להרגיע את רגש הקנאה ?

נסחו את המשפט מחדש באופן שלא מעורר קנאה

איזו קנאה מותרת ?

מדוע ?



מתחילים מהתחלה - חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה

שליטה עצמית

פרשת השבוע מספרת לנו על שני אירועים שמלמדים אותנו מהי גבורה אמיתית ושליטה עצמית. הסיפור הראשון הוא עם תמר הכלה של יהודה שלא רצתה לבייש את יהודה אפילו שיכלה להינזק ולמות בגלל השתיקה שלה.

הסיפור השני הוא עם יוסף שברח מאשתו של פוטיפר שרצתה להחטיא אותו. הכוח של תמר היה בשתיקה שלה - לא לבייש ולהלבין את יהודה בשום אופן. הכוח של יוסף היה בפעולה שלו - לא לשתוק ולתת ליצר הרע לנצח אותו בשום אופן. גם השתיקה וגם הפעולה מגיעים מתוך החלטה פנימית ושליטה עצמית נכונה ברגשות הסוערים.

★ העניקו לעצמכם צל"ש - ציון לשבח

כתבו על אירוע שרציתם להגיב ובחרתם לשתוק



כתבו על אירוע שהתגברתם על היצר הרע וניצחתם

כתבו בכתרים את הגורמים שעזרו לכם להצליח ולהתגבר, כוחות נפש / תכונות / פעולות:



מתחילים מהתחלה-חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה



סקר



ילדים יקרים, אני מזמין אתכם להתנסות בביצוע סקר (שאלות עם חברים ובני משפחה) על המושג שליטה עצמית מול ניסיונות ואתגרים, תעזרו בהורים ובבני משפחה

שאלון:

האם אתה מכיר את המושג שליטה עצמית

1 כן 2 לא

מהי שליטה עצמית?

האם אתה שולט בעצמך?

1 תמיד 2 לעיתים קרובות 3 לעיתים רחוקות

האם תמליץ לחבר להיות בשליטה עצמית

1 כן 2 לא 3 רק שיש צורך

האם שליטה עצמית משפיעה לטובה על האדם?

1 כן 2 לא 3 באופן חלקי

האם שליטה עצמית משפיעה לרעה על האדם?

1 כן 2 לא 3 באופן חלקי

**בסיום הסקר תערכו סיכום של כלל התשובות שקיבלתם,
כתבו מה המסקנה שלכם על תרומתה ונחיצותה של השליטה העצמית**

1 גבוה מאוד 2 גבוה 3 בינוני 4 נמוך 5 נמוך מאוד

מתחילים מהתחלה - חומש בראשית פרשת וישב

עם היועץ החינוכי הרב אוריאל בלמס ©



לומדים להכיר את עצמנו בחברותא עם הפרשה

יאלכא טיפוצ
אופיה בשארי

פינת הבונוס

פרק לח' פסוק כט'
קראו את הפסוק.

בחרו בתכונה אחת שמייצגת כוח עוצמתי שיש בכם

בחרו בתכונת אחת שמייצגת אור זורח שיש בכם

בהצלחה!!
שבת שלום!

קלפים השלכתיים לחג החנוכה



ימי החנוכה הבאים לטובה ולברכה. מכניסים אל בתי ישראל
אור ושמחה. מצוות ומנהגי החנוכה מרבים את פרסום הניסים
והנפלאות שארעו לאבותינו בימים ההם ומשפיעים עלינו
מאותם ישועות גם לזמן הזה.

ימי החנוכה הם גם זמן משפחתי, שבת אחים גם יחד. בקלפים
שלפניכם יש שאלות המעודדות חשיבה והתבוננות פנימית
לגילוי האור המיוחד שיש בכל אחד. אור גדול שמשפיע טוב
עלינו ועל הסובבים.

מאחלים לכם הנאה והעצמה
וזמן איכותי עם עצמכם ועם בני המשפחה.

ספס
אוריאל ואבי

שתפו ברגשות שעלו בכם במהלך המשחק
שתפו בתובנות שעלו בכם לאחר המשחק

סבת ספס וחנוכה מאה



נר לי דקיק הנר שלי



אם הייתם נר
בחנוכה, במי
תבחרו שידליק
אתכם?

3 בחרו מתוך
הרשימה את
הנר שאתם
מתחברים אליו
תנו הסבר.

נר שעווה/נר צבעוני/נר
הבדלה/נר קלוע צבעוני/
נר קלוע רגיל/נר קטן/נר
גדול/נרונית/נר נשמה/
נר שפן/נר חשפלי/נר
ריחני

שתפו
כל אחד
בתורו, דבר
שמדליק
אתכם
לפעולה
טובה.

בכל יום
מימי חנוכה
מדליקים נר
כמספר הימים
של החג
איזה נר תבחרו
להיות,
תנו הסבר
לבחירה

פתי לאחרונה
ראיתם אדם עם
ניצוץ בעיניים?
מה הייתה
הסיבה לכך

פתי יש
לך ניצוץ
בעיניים?

שתפו במשהו
שמחמם לכם
את הלב

ספרו על
הזדמנות
שבה
האירו לכם
פנים, כיצד
הרגשתם?

פתי קרה
שהארתם
פנים לזולת?

שתפו, האם
קרה שגרמתם
למישהו
”להידלק” -
להרגיש טוב
עם עצמו

כמה מצוות
מקיימים
שמדליקים
את האור
בלב של
הזולת?

מהו האור
שעוזר לכם
בחושך -
במצבים לא
נעימים או
לא בטוחים



מרכז קומ"ה
חינוך העצמה ערכים

איזהו גיבור



בחרו ושתפו
בדמות שנחשב
עבורכם
”גיבור”

מהו כוח הגבורה
האישי שיש
בכם?

שתפו באירוע
שבן משפחה
או חבר הצליח
להתגבר בו
ובזכות מה
לדעתכם?

שתפו באירוע
שהצלחתם
להתגבר בו,
מה נתן לכם
כוח?

מה מפחיד
אתכם וכיצד
אתם מתמודדים
איתו?

מה הכי לא
מפחיד אתכם?

מה הם כוחות
הגבורה שלכם
להתמודדות עם
קושי וניסיון?

האם יש לכם
תפקיד מיוחד
בבית, אם
כן- מהו ומדוע
נבחרתם
לתפקיד?

האם חוויתם
חוות ניצחון,
במה?

מהו ניצחון
עבורכם?

האם חוויתם או
חווים מלחמות
בחיים שהייתם
רוצים לנצח
בהם?

מהם הדרכים
שלכם לנצח
בהתמודדויות?

מצאו כמה
מילים נגזרות
מהמילה
”חשפונאים”

על מה לא תרצו
לוותר ולהיכנע
בחיים?

על מה תרצו
לוותר ולהיכנע
בחיים?

כמה מלחמות
היסטוריות
אתם מכירים?

מצאו פסקאות
או פסוקים עם
המילים:
גבורה, גיבור,
גבר

מי להי
אלי

על הניסים



חברו תפילת
הודיה קצרה על
הטוב שהעניק
לכם הקב"ה
בחייכם

שתפו על
נס משפחתי
שארע לכם

שתפו על נס
אישי שארע
לכם

אילו יכולתם
לחזור
אל העבר
שלכם,
מה הייתם
משנים או
מוסיפים?

אילו פגשתם
אדם יקר לכם
(כל אדם,
גם אלו שלא
חיים) בדרך
נס, מה הייתם
אומרים לו?

אילו הייתם
יכולים לעשות
נס. לפי הייתם
עושים, מה
הייתם עושים
ומדוע?

מהו הנס
שאתם
מתפללים
אליו?

אלו יכולתם
להיות אדם אחר
ליום אחד, במי
הייתם בוחרים
ומדוע?



סביבון סוב וטוב שם משמן טוב



איזה סוג שמן
מזכיר אתכם

כמה סוגי שמנים
אתם מכירים

חפשו מכנה
משותף
בינכם
לסביבון

חפשו מכנה
משותף בינכם
לשמן



חברו מילים
מעצמכם
לאותיות
נ' ג' ה' פ'

מהו הסביבון
האהוב
עליכם ובמה
אתם דומים
לו

כמה סוגי
סביבונים
אתם מכירים



מהו המאכל
המשמין
האהוב
עליכם

מה הם
השימושים
שיש בשמן



ספרו על
משהו
שאתם
"יודעים
טוב"
ומצויינים בו

חפשו את
המספר
שמונה
בכם או בבן
משפחה





כד קטן



חשבו על כמה
שימושים
יצירתיים בהם
ניתן להשתמש
בכד

בחרו
במשהו
חיובי שיש
בכם להעניק
לזולת

אלו הייתם
כד מה היה
בתוכו?

אלו יצרתם
לעצמכם
"חותמת"
מה היה
כתוב בה?

בחרו בתכונה/
מידה טובה
שיש בכם
שהייתם רוצים
לשתף

בחרו בתכונה/
מידה טובה
שיש בכם
שהייתם
בוחרים
להסתיר

מה תרצו
להיות/
משהו
שיהיה בכם
כאשר תהיו
כד גדול?

איזו 'חותמת'
יש עליכם
מהסביבה? האם
אתם מרוצים
ממנה?