

שיעור חברה על 'מוגבלות שקופה' - פברואר יוצא מן הכלל "לא רואים עליך..." - הפרעות קשב

פברואר יוצא מן הכלל מזמין אותנו להרחיב את המבט על שונות ולשאול איך נראית חברה שמאפשרת לכל אחד להשתייך ולהצליח. תלמידים פוגשים יום יום אנשים שמתמודדים עם קשיים שלא רואים מבחוץ, וכשלא יודעים זה עלול להיתרגם מהר לשיפוטיות, חוסר סבלנות והדרה חברתית, גם בלי כוונה. השיח על מוגבלות שקופה עוזר לתלמידים להבין שהמאמץ של האחר לא תמיד נראה, ומפתח אחריות קבוצתית: לבחור בשפה ובתגובות שמייצרות ביטחון, ולא בושה. זו הזדמנות לחזק בכיתה תרבות של אמפתיה ונגישות חברתית, שבה לא צריך להסביר או להוכיח קושי כדי לקבל יחס אנושי והוגן.

מטרות הפעילות:

ציוד נדרש:

1. העלאת מודעות לתלמידים עם מוגבלות שקופה, זה קיים אצלנו בכיתה/בשכבה.
 2. מתן כלים לתלמידים על מנת להשפיע על החברה שלהם.
 3. להציב רף ערכי ברור, אנחנו כיתה מכילה / מגנישה.
- מצגת
פוסט-איט - פתקים דביקים
בריסטול

מהלך הפעילות:

אמור לפתיחה:

לכבוד פברואר יוצא מן הכלל, היום נדבר על מוגבלות שקופה, שילוב והכלה. נשמור על שיח מכבד, בלי לנחש על אף אחד בכיתה ובלי להפוך את זה לצחוק או לתיגו. המטרה היא להבין איך נראית כיתה שנעים ובטוח בה לכולם.

מגבלה שקופה

במצגת תמונות של שלושה בני נוער שונים מבקשים מהכיתה לנחש למי יש ולמי אין מגבלה. אוספים 2-3 תשובות, ואז חושפים: "לכולם יש מוגבלות שקופה, שלושתם עם הפרעת קשב וריכוז. היום נדבר על מה שלא תמיד רואים".

שקופית הבאה- הגדרה למגבלה שקופה- מוגדרות כמוגבלויות שאינן נראות לעין.

אמור: כלומר, יש קושי אמיתי, אבל הוא לא תמיד נראה מבחוץ, ואז אנשים מפרשים לא נכון את ההתנהגות. מבקשים מהכיתה לתת דוגמאות למגבלות שקופות (מחלות כרוניות, לקויות למידה והפרעות קשב, כאבים כרוניים, אוטיזם).

דיון:

- מה לדעתכם יכול לגרום לקושי בבית הספר עבור תלמידים עם מוגבלות שקופה? (הרי לא רואים..)
- יכולים להזדהות? יצא לכם פעם להרגיש ש'שופטים' אתכם על משהו מבלי לדעת מה באמת עובר עליכם?

למחנכת / למדריכה:

אנחנו כמעט אף פעם לא יודעים את כל הסיפור של האדם שמולנו. כשאנחנו מפרשים התנהגות מהר מדי כזלזול או עצלנות, אנחנו עלולים לפגוע. בכיתה שלנו אנחנו שואפים להחליף שיפוט מהיר בסקרנות, סבלנות ושפה מכבדת. כמו כן חשוב להקפיד שגם פה השיח נשאר מכבד, אנחנו צריכים לשמור על התלמידים שלנו עם הפרעות הקשב כך שלא ישתמשו במוגבלות שלהם כסיבה לצחוק על עליהם.

צופים בסרטון | סליחה על השאלה

צופים עם הכיתה בסרטון סליחה על השאלה- הפרעות קשב וריכוז אצל ילדים. 7:48-10:55 קישור במצגת, ניתן גם לראות את הסרטון המלא בהתאם לזמן.



דיון

- משהו הפתיע אתכם?
- אילו פעולות "פשוטות" בכיתה דורשות מאמץ כפול?
- איך זה משפיע חברתית להיות ילד שמתמודד עם הפרעות קשב?
- כשאומרים "לכולם יש" אבל בפועל 5% עד 10% - מה זה עושה למי שבאמת מתמודד?



הרוח נושבת- הזדהות

הוצא כיסא אחד מהמעגל הציגו משפטים ובקשו מהכיתה לעמוד ולהחליף מקומות אם מזדהים. מי שנשאר בלי מקום מספר על למה הזדהה עם המשפט או מעביר לחבר אחר בכיתה את הזכות לענות. אפשר גם לבקש מתלמיד נוסף לשתף

- לפעמים קורה לי שאני מנסה להתרכז בשיעור אבל הרעש של המזגן או של מישהו שלוחש לידי משגע אותי
- אני מכיר/ה באופן אישי מישהו (חבר, משפחה, אני) שמתמודד עם קושי שלא רואים מבחוץ
- קרה לי ששפטי מישהו בלב על ההתנהגות שלו, ואחר כך גיליתי שהוא מתמודד עם קושי שלא ידעתי עליו
- לפעמים הרגשתי שלא רואים את המאמץ שאני משקיע/ה.
- לפעמים אני מפחד/ת לשאול חבר 'מה יש לך' או 'איך לעזור' כדי לא להביך אותו או את עצמי
- אני חושב/ת שהאחריות להנגשה בכיתה היא על הכיתה כולה, ולא רק על המורה.



שאל:

אם אנחנו רוצים שהמפגש החברתי אצלנו בכיתה (בהפסקה, בטיול או בעבודה בקבוצות) יהיה נגיש ונעים גם לחברים עם הפרעת קשב - מה אנחנו יכולים לעשות אחרת?



במצגת | טיפים לכיתה המנגישה

מראים את הטיפים על הלוח, וכל אחד כותב על פתק דביק משהו אחד שהוא יכול לעשות מתוך מה שכתוב או לא שיעזור להנגיש את המפגש הכיתתי ותולה על בריסטול כיתתי. המורה מקריאה את הפתקים אפשר לבחור יחד 2 מעשים שמתחילים ליישם כבר השבוע.

- אפס סבלנות ל"צחוקים" על חשבון הקושי של האחר
- לשאול במקום להניח- "איך אני יכול לעזור?"
- פחות רעשי רקע בכיתה, לא תיפוף, לא לחישות.
- לא להציף את הווטסאפ הכיתתי. אם הצפנו לעשות סיכום בייניים
- להזמין חברים להשתתף, באופן ברור.
- סבלנות לכל המקצבים, האיטי או המהיר.
- לשתף בסיכומים, להציע ללמוד יחד.
- מעירים בפרטי ולא מול כולם כשאפשר.
- זוכרים: התנהגות לא תמיד שווה כוונה.
- כשעובדים בקבוצה, מחלקים תפקידים ברורים ומוודאים שכולם מבינים מה עושים.



אמרו לסיכום מוגבלות שקופה היא אתגר אמיתי, גם כשלא רואים אותו בחוץ. אנחנו לא צריכים להיות מאבחנים, אנחנו רק צריכים להיות חברים. פחות שיפוטיות, יותר סבלנות. אם כל אחד מאיתנו ישנה דבר אחד קטן בגישה שלו הכיתה הזו תהיה המקום הכי בטוח עבור כולם.