



נושאים גדולים  
מחשבות רחבות  
מעט מילים

מהדורת בת ממוקדת במיוחד

# זהות

**”מה שהכרחי כדי לשנות אדם  
הוא לשנות את המודעות שלו  
כלפי עצמו”  
אברהם מאסלו**

זהות היא מכלול של מרכיבים באמצעותם  
מגדיר האדם את עצמו: מרכיבים מולדים  
כמו: מין, עדה וצבע עור; ומרכיבים נרכשים  
כמו: מקצוע, דת ואזרחות. מכונן הזהות  
המרכזי של היחיד ושל הקבוצה הוא ה'אחר' -  
מי שהוא שונה ממני - ומתוך היבדלות ממנו  
אני מכונן את את זהותי הפרטית או  
הקולקטיבית.

קטע מתוך 'להיות אזרחים בישראל: מדינה יהודית ודמוקרטית'

מי אני?  
מי את?  
מי אתה?

מי אני באמת?  
מעבר לשם,  
למצב המשפחתי,  
ללאום,  
לכתובת הבית שלי,  
לתואר שלי,  
למקצוע שלי,  
למצב חשבון הבנק שלי,  
לכישרון שלי?

מי אני באמת  
מעבר לכל הקליפות,  
מעבר לכל ההתניות  
מעבר לכל המסכות?

(מתוך מדיטציה של אוג'ס)

1

2

3

4

5

6

**אתה מוצא שלושה שמות שנקראו לו לאדם:  
אחד - מה שקוראים לו אביו ואמו,  
אחד - מה שקוראים לו בני אדם,  
ואחד - מה שקונה לו לעצמו.  
טוב מכולם מה שקונה הוא לעצמו.**  
(מדרש תנחומא פרשת ויקהל, סימן א')

הכל מתחיל בכך שתינוק מגיע לעולם. האם הוא בא אלינו עם בשורה ומזג?  
אחר כך יקראו לו בשמו אביו ואמו - בשם שדרכו יזוהה ויזדהה. מה חי בגרעין  
שמו? אולי אהבה, חלום, גאולה, דרישה, ציפייה, סוד? ואולי חגיגה?  
בהמשך הוא יצא אל שאר מעגלי חייו, ויפגוש בהם את יתר כינויו:  
"ילד טוב ירושלים", "ילדה קשה" ... ואולי אותה יכנוה "מחוננת", ועליו יאמרו  
שהוא "על הרצף"?  
בכל שלב בגדילתו הוא יכיר את עצמו דרך פני זולתו, ויבקש להרגיש ראוי  
לחוות את זהותו כמשפיעה מעצם היותו הוא.  
וכשיחוש שיש לו מקום, יעניק מעצמו ומליבו בנדיבות לאחרים.  
וכשיצמח עוד קצת - יוכל לבחור להאיר את אורו לעולם ולהתגשם דרכו.



הדס רות כהן - ליבמן  
מנחת קבוצות בין דוריות (ועוד) ומלווה הורים בגישת "הורות כמעשה ניסים".

**"להכיר את עצמי כפי שאני -  
על התפיסות, האמונות והזיכרונות שלי -  
ולתת לזהות שלי להשתנות**

**להכיר באחר כפי שהוא -  
על תפיסותיו, אמונותיו ואישיותו -  
ולאפשר לזהות שלו להשתנות**

**וביחד ניצור עולם זהויות -  
נטול הגדרות חברתיות ומאפיינים חיצוניים -  
עולם שבו לכל אחד מקום משלו  
ואפשרות לזוז ממנו"**

(רקפת גלבו, מערך המו"פ)



## **האם כל אדם הוא עולם ומלואו, או שכולנו יותר דומים מאשר שונים?**

**0.1% של ייחודיות הגנים שלנו מתקיימים לצד 99.9% של דמיון, וכנראה שזה בדיוק מה שדרוש כדי ליצור את המרקם המיוחד, שמאפשר את קיומם של שני העולמות שבנו, זה לצד זה. נראה שהייחודיות שלנו מקבלת תוקף רק בתוך הקונטקסט הרחב של סביבתנו.**

למקור



זהותנו מתעצבת דרך השתקפותנו בעיני אחרים משמעותיים - יש המעבירים לנו מסרים מעכבים, בעוד אחרים רואים אותנו בעינים טובות. ניתן לדמות זאת למקהלת קולות פנימיים, המורכבת מאנשים ומדמויות, שהולכים איתנו ובתוכנו, ולאורן מתעצבת זהותנו.

**נרצה בזה או לא - מורה מהווה דמות משמעותית להתפתחות הזהות של תלמידינו.**

ואיך נוכל לסייע בפיתוח זהות? דרך מסרים מקדמים ומודעות ליחסים האישיים שניצור עם כל אחד ואחת: הקשבה לצרכים האישיים; הכרה ביכולות, במשאלות ובפחדים; ומתן ביטוי וערך לסגולות, לדעות ולידיעות.



**תכלול הזהות והייעוד האישי הם חלק מהותי  
מפדגוגיה מוטת עתיד, ותפקידה של המסגרת  
החינוכית הוא לסייע ללומד לפתח זהות אותנטית  
ותכלית אישית, שתשמש לו כמצפן אישי לניווט  
במציאות המשתנה.**

**איך המסגרת החינוכית יכולה לעשות את  
זה? דרך קידום יכולת למודעות עצמית  
והתבוננות פנימה; בתהליכים כמו חניכה אישית  
ומפגשים שמטרתם פיתוח רגישות לזולת; ודרך  
פיתוח מיומנויות לביטוי תחושות, רגשות  
ומחשבות.**

(ריבי ארצי, מערך המו"פ)



**"מי אני?" שואל מיץ פטל את האריה והג'ירפה המסתתרים לפני ביתו בסיפורה הבלתי-נשכח של חיה שנהב. "מי אני?" שואל נונו הלא הוא אמנון, גיבור יצירתו של דוד גרוסמן "יש ילדים זיגזג", את האיש הזקן שפגש ברכבת בנסיעת בר-המצווה שלו.**

**"מי אנחנו?" שואלות את עצמן קהילות לאומיות, אתניות, מגדריות ואחרות בניסיון נואש להגדיר עצמן מחדש בתוך חברה הטרוגנית, רב-תרבותית נזילה, שגבולות הזהות המסורתיים בתוכה הולכים ומשתנים במהירות רבה, הן בארץ והן ובעולם. למקור**

**"אדם נשאר אדם, אל תקרא לי עם." שלום חנוך**



**עם? ממה הוא מורכב? (רוני לויט)**