



# מיקרו סק;ופ

נושאים גדולים  
מחשבות רחבות  
מעט מילים

# הרפרטואר שלנו:

סק;ופ\* - מגזין חדשני, שעוסק בזוויות מגוונות,  
מקוריות וחדשניות בתחום החינוך.

מתוך הסק;ופ ועל בסיס התפיסה הזו, נולדו לנו שני  
תינוקות חדשים:

מיקרוסק;ופ\* - מגזין קצרצר שלוקח נושאים גדולים  
ומחשבות רחבות ומבטא אותן במעט מילים.

טלסק;ופ\* - מגזין ממוקד שעוזר לנו להתבונן אל  
מעבר לאופק, אל מגמות העתיד.

\*עד כה יצאו ארבעים ואחד גליונות

\*גיליון שני

\*עד כה יצא גיליון אחד

**"דמיון הוא תכונה  
שניתנה לאדם כדי  
לפצותו על מה שאינו,  
וחוש הומור -  
כדי לפצותו על  
מה שהינו"**

אוסקר ויילד

1

2

3

4

5

6

אפשר להיות רציניים לרגע...?

יכולתו של האדם לתפוס ולבטא את הצדדים המשעשעים, המגוחכים והאבסורדיים של החיים, באמצעות קישור מפתיע וחדש בין אלמנטים, שבדרך כלל לא מיועדים להתחבר.

הומור תלוי בחברה, בתרבות, באישיות ובסיטואציה - ולכן אנשים שונים במצבים שונים, ימצאו סיטואציות שונות כהומוריסטיות.

(ד"ר איריס פינטו)

# הומור

העולם מצחיק אז צוחקים 

גם במקומות לא צפויים 



## הידעת...?

אם חשבתם שיש רק מגפות כמו מגפת הקורונה,  
קבלו סיפור אמיתי ומצחיק במיוחד:  
ב- 1962 פרצה בטגנייקה מגפת צחוק,  
כששלוש ילדות התחילו לצחוק ללא הפסקה.  
הן הדביקו את חבריהן... שהדביקו בתורם את  
משפחותיהם... וכך, יותר מאלף אנשים נדבקו  
במגפה המסתורית, שהסתיימה רק לאחר 18  
חודשים (!) שבמהלכם 14 בתי ספר היו סגורים!

עוד דברים שלא ידעתם על צחוק 



די, די, עכשיו ברצינות ....

## מה, לא ידעתם? על הומור וצחוק של ילדים

למרבית האנשים בעולם יש חוש הומור. להומור תפקיד חשוב בהתפתחות המוח של התינוק והפעוט בשנים הקריטיות ביותר, בהן המוח יוצר מודלים קוגניטיביים, שבאמצעותם הוא לומד לצפות את העולם. משחקי הומור וצחוק מסייעים למוח להיות יצירתי: באמצעות שבירת הצפוי וחשיבה "מחוץ לקופסה" הומור טוב דורש שנינות, חדות, הקשבה, והכי חשוב טיימינג. ה', המוח יוצר קשרים חדשים יוצאי דופן בין הנורונים, והופך חכם יותר.

ההומור והצחוק ממשיכים להיות חשובים להתפתחותם החברתית והקוגניטיבית של ילדים גם בגילאי בית הספר, ועל המורות והמורים לדעת לשלב נכון את ההומור והצחוק שלהם במערכי השיעור, וכחלק מפסקי הזמן בכיתה.

(פרופ' אריה סובר, יו"ר האגודה הישראלית לחקר ההומור)



צחוק בצד...

## מורה אחד נכנס לבר...

ההומור נמצא בכל מקום -  
אנחנו פשוט צריכים לשים לב אליו.

רוצים לדעת איך לשלב הומור בהוראה? 



לא הבנתי מה מצחיק כאן...

## הומור הוא More

הומור מאפשר התרחבות המחשבה והלב. כשאדם צוחק הוא מרגיש קִרְבָּה אל מי שהצחיק אותו - הוא קיבל את מתנת הצחוק שגרמה לו עונג, ומאחר וכולנו שואפים להרגיש יותר עונג, אנחנו רוצים להתקרב למעניק מתנת השמחה.

לצחוק - לצ-חוק, לצחוק זה לא מותרות, לצחוק זה מוצר בסיסי. לצחוק זה חוק. חוק חיוך חובה. כשמורה מצחיק אותי אני רוצה את קרבתו יותר, ומתוך שכך, אני רוצה לקבל ממנו את מה שהוא מציע לי.

הומור פותח דרך לדלתות המחשבה ומכניס אל רחבת לב.

(שרון כהן, משמהות. מורה במרכזי מחוננים. מלמד אינטליגנציה רגשית באמצעות משחקי מילים, ומרצה למערכות יחסים מודעות)

הוא יעשה מכם צחוק 

חחחחחחח 



## **אזהרה: הצחוק מועיל לבריאות!**

- + מפחית דחפים לזלילה בלתי נשלטת.**
- + מסייע בשיכוך כאבים ובשיפור מצב הרוח.**
- + מחזק את המערכת החיסונית, ומשפר תפקודי סרעפת, כלי דם ולב.**
- + אנשים שנוטים לצחוק, מתייחסים לרוב באופטימיות לחוויות קשות.**
- + הצחוק מדבק: שמיעת צחוקו של אדם אחר, די בה בכדי לגרום לאדם השומע 'להתגלגל' מצחוק בעצמו.**



אומרים שכל אחד יכול לשחק דרמה, אבל לא כל אחד יכול להצחיק. הומור טוב דורש שנינות, חדות, הקשבה, והכי חשוב טיימינג. בפלייבק עליך לאלתר מהרגע, לשמור על כבוד המספר, ולצד זה להצחיק אותו ואת הקהל ממקום אמפטי ולא שיפוטי, תוך שאתה נוגע בהומור שמצוי בסיפור שהוא סיפר.

איך אתם עושים את זה?! (שאלה שנשאלת הרבה) ובכן, עליך לדעת: למתוח את הגבולות | לדעת אילו דמויות מהסיפור אפשר להגזים | אילו רגעים בסיפור יכולים להצחיק | מה הפואנטה בשיקוף | ומה הרגע הנכון להשתמש בדימוים, שיפתיעו את המספר עם חוויה רעננה - כך שיווצר אלמנט ההפתעה והקסם, שגורם לכל הנוכחים לחוות צחוק משחרר ומחבר.

ובסופו של דבר כולנו מחוברים לרצון טיפה להתרחק, להביט על חוויות החיים, ולרגע משותף, לצחוק יחד.



נאלתר כבר משהו... 

איך הומור וצחוק משפיעים על שורת הרווח? האם הם מעידים על מיומנות גבוהה של מנהלים? על ניבוי ביצועי העובדים? ואיפה עובר הקו?

לאווירה הומוריסטית בארגון יש רווחים נוספים על קלילות וחוויית עבודה נעימה.

מחקרים שחקרו את הנושא מראים ש...:

+ סביבה ארגונית המשלבת הומור וקלילות היא רווחית, ואף יותר

+ עובדים בעלי חוש הומור נמצאו כעובדים הטובים יותר בארגון

+ מנהלים מעדיפים לגייס עובדים בעלי חוש הומור

+ הומור מנבא ביצועי עובדים, בעיקר כשהם נדרשים ליצירתיות, גמישות מחשבתית וביקורת עצמית

ורגע של רצינות... למה בכל זאת צריך לשים לב?

שהבדיחות נאותות ולא פוגעניות ושאין שימוש מוגזם בהומור, העשוי להסיט דיונים ולבזבז זמן.

(ריבי ארצי, מערך המו"פ)

צחוק מעבודה 



הולך בזהירות בשביל עם שקיות מהסופר ומועד בדרך...הם  
מתפוצצים מצחוק...הכלב מסתובב סביב הזנב של עצמו....הם  
מתפוצצים מצחוק..."אמא תראי (עושה פרצוף מעוך) אם את  
יכולה גם לעשות פרצוף נפוח"... הם מתפוצצים מצחוק

**למהה ילדים מצליחים לצחוק כמעט מכל דבר... אנחנו  
שואלים. אנחנו צוחקים כשפעולות או  מצבים שגרתיים  
נשברים באופן אבסורדי שמפתיע אותנו, ובמיוחד  
 כשהשבר לא קרה לנו ואנחנו לא מושא הבדיחה. מסתבר  
שהעולם הרבה פעמים מפתיע ילדים - הם כנראה עוד לא  
התרגלו לכל דבר בסביבה כמונו.**

**ולאור הנתונים היבשים המראים שצחוק הוא מרפא לגוף  
ולנפש, מעודד תחושת אופטימיות ועוזר לנו להתמודד עם  
אתגרי היומיום - וגם שאדם בוגר צוחק בממוצע 15 פעם  
ביום לעומת ילד שצוחק בממוצע 400 פעם ביום -  
כדאי שנצטרף לחגיגה, ונפרד מהטונים הרוטנים שלנו על  
החיים ומהפרצוף הנפוח שלנו.**



## **בחנו את עצמכם:**

- + מה הכי מצחיק אותכם?**
- + מתי פעם אחרונה הצחקתם מישהו?**
- + כמה פעמים צחקתם היום?**
- + האם אתם נתפסים כאנשים עם חוש הומור מפותח?**
- + איך אתם מסתדרים עם אנשים שיש להם חוש הומור?**
- + עם איזו דמות קומית מוכרת אתם מזדהים?**
- + כשמישהו צוחק ליזכר, מה התגובה הראשונית שלכם?**
- + האם אתם יודעים לזהות את ההבדל בין "לצחוק עם מישהו" ל"לצחוק על מישהו"?**
- + כשאתם מקבלים הודעה עם בדיחה חדשה, האם אתם מעבירים אותה הלאה?**

אם עניתם בחיוב על 7 שאלות אתם בכיוון הנכון.  
סתתתתתתם, נראה לכם?

# הגעת עד לסוף ולא צחקת?

רוצים לגרום לעוד אנשים לצחוק?

## הפיצו את הסק; ופ

שלחו לנו את המילה

**הומור**

וקבלו הודעה להפצה

והצטרפות לסק; ופ

\*קיבלתם לראשונה את המגזין ורוצים גם להצטרף לרשימת התפוצה?  
לחצו כאן.

ובשבוע הבא...

## נדבקים למסכים