



# אלגואיזם

**אלגואיזם** הוא השילוב בין מעשה אלטרואיסטי (עזרה לזולת ללא תמורה) לבין אגואיזם (פעולה אנוכית למען האדם עצמו וצרכיו). הפרט מקדם את הנושאים החשובים לו וקרובים לליבו תוך התייחסות לצרכים ולאינטרסים של קבוצות רחבות, כשהוא פועל לקידום רווחתם ורווחתו במשותף.

**שאלי את הקבוצה:**  
תנו דוגמה למעשה אלגואיסטי שעשיתן (ביחד או אחת מכן)

# זירת פעולה

**זירות הפעולה** הן ערוצי ההשפעה דרכם ניתן לפעול. הזירה איננה הנושא או המטרה, אלא אופן הפעילות.

לדוגמה: סטודנט בטכניון מעוניין לפעול לשיפור איכות האוויר בעירו. הוא יכול לבחור במגוון זירות לקידום מטרה זו כמו קידום חקיקה, התנדבות למתן הרצאות בנושא, תרומה לארגון בתחום ועוד.

## משימה קבוצתית:

צעירה רוצה לפעול נגד תופעת פגיעות מיניות. באילו זירות ניתן לפעול?

# אקטיביזם

**אקטיביזם** הוא ערנות ומודעות לסובב, נקיטת עמדה או פעולה לקידום, עיכוב או הכוונה של שינויים ומצבים חברתיים, קהילתיים, פוליטיים, כלכליים או סביבתיים.

## רגע של חשיבה:

האם עזרה לאישה מבוגרת לסחוב סלים כבדים זה אקטיביזם?

# ידע ועמדות בסוגיות אזרחיות

**ידע ועמדות בסוגיות אזרחיות** הן אחת מארבע התשתיות התפיסתיות הנדרשות לאקטיביזם. האדם צריך שיהיו לו היכרות ועמדות באשר למתרחש סביבו כתנאי יסודי להנעה לאקטיביזם.

**רגע של חשיבה:**  
כקבוצה, על מה הייתן רוצות לדעת יותר – על הזירה התרבותית, הזירה הפוליטית או הזירה הקהילתית?

# תפיסת תפקיד אזרחית

**תפיסת תפקיד אזרחית** היא אחת מארבע התשתיות התפיסתיות הנדרשות לאקטיביזם. האדם צריך לתפוס עצמו כשייך לסביבה החברתית-האזרחית שבה הוא חי ולתפוס את ההשתתפות בה כחלק מתפקידו האזרחי.

**רגע של חשיבה:**  
האם הצבעה בבחירות היא אקטיביזם?

# תחושת מסוגלות לאקטיביזם

**תחושת מסוגלות לאקטיביזם**  
היא אחת מארבע התשתיות התפיסתיות הנדרשות לאקטיביזם.  
האדם צריך לחוות את עצמו כבעל יכולת השפעה על המתרחש סביבו, כתנאי לכך שיפעל בסביבתו.

## תרגיל:

כל אחת מכן צריכה להמר כמה פעמים היא יכולה לקפוץ על רגל אחת במשך 20 שניות. אחרי שכולן הימרו בצעו את התרגיל. האם אתן מסוגלות לעמוד ביעד?

# מוטיבציה לאקטיביזם

**מוטיבציה לאקטיביזם**  
היא אחת מארבע התשתיות התפיסתיות הנדרשות לאקטיביזם.  
המוטיבציה היא הרצון לפעול ולהשפיע על המתרחש סביבנו.

## רגע של חשיבה:

מאיפה באה המוטיבציה להשתתפות של 'מר אדיש'?

## מקפצה בין מפגשים

חקירה מעוררת השראה

1. בחרי דמות אקטיביסטית מעוררת השראה בעיניך (מישראל או מהעולם)
2. חקרי עליה בדרכים שונות (אינטרנט – ויקיפדיה, אתרי עיתונות, אתרים כלליים, רשתות חברתיות)
3. הכיני 'תעודת זהות' לדמות שבחרת

שם האקטיביסטית: \_\_\_\_\_

שנת לידה: \_\_\_\_\_

תקופת פעילות: \_\_\_\_\_ מקום (ארץ) פעילות: \_\_\_\_\_

תיאור הפעילות/פעילויות: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

כיצד ניתן להסביר לדעתי שדווקא היא הפכה לפעילה יותר מנשים אחרות? (משהו מיוחד באישיות שלה, בסביבה שלה, באירועים שהתרחשו בחייה. נסי להתייחס גם למידה בה מתקיימות אצלה ארבע התשתיות לאקטיביזם – (1) ידע ועמדות בסוגיות אזרחיות (2) תפיסת תפקיד אזרחית (3) תחושת מסוגלות (4) מוטיבציה לאקטיביזם.

---

---

---

---