

# גַּם שָׁם - אָדָם

רגעים אנושיים במציאות בלתי אנושית  
יום הזיכרון לשואה ולגבורה תשפ"ו

מְשׂוּאָה  
מכון המחקר ללימודי השואה  
International Institute for Holocaust Studies

## "להיות מענטש" - אנושיות כהתנגדות

### מערך שיעור לחט"ב

#### רציונל

השיעור עוסק במתח שבין דה-הומניזציה ושחיקה לבין הבחירה ב"להיות אדם". נבחן כיצד שמירה על אנושיות בתוך התופת הייתה פעולת התנגדות אקטיבית.

#### חלק 1: להיות אדם של טוב

פעילות: בירור מושג האנושיות ככוח התנגדות.

1. בקשי מהתלמידים מילים או ביטויים שמתאר "אדם טוב" (אפשר לערוך על הלוח שמש אסוציאציות)

לפני השואה ליהודים בכל הארצות היתה שפה מיוחדת שחיברה את התרבות והמסורת עם שפת המקום. בכל שפה יש מילה או ביטוי שמגדיר מה זה אדם טוב:

**מענטש** - מילה ביידיש, המשמעות המילולית שלה היא אדם, אבל כאשר היא נאמרה ביידיש

הכוונה היתה לאדם טוב, בעל יושרה, הגינות והתנהגות מכובדת.

**אומברה דה בייך** - בלדינו המשמעות היא אדם של טוב. לפעמים השתמשו בצירוף אומברה דה

מוסר- אדם של מוסר וערכים טובים. לדינו היתה נפוצה בקרב יהודי יוון. טורקיה והאיזור.

**ר'אל** - גבר בערבית אבל יהודי צפון אפריקה השתמשו בה כדי להגיד עם מישהו שהוא גבר אמיתי

- אדם ישר וראוי. לפעמים השתמשו פשוט בצירוף "בין אדם"

המכנה המשותף לשלושתן- היכולת להישאר אדם בעל כבוד וערך גם באירועים או זמנים

מאתגרים.

• השפות האלה כמעט ונמחקו אחרי השואה ורצח הקהילות שהשתמשו בהן.

#### 2. מחיקת האנושיות

**שאלה לתלמידים** - ממה שלמדתם על השואה באילו דרכים ניסו הנאצים למחוק את האנושיות של

יהודים וקבוצות נוספות באוכלוסיה?

**מושג הדה-הומניזציה** הנאצית היתה מנגון מתוכנן ומשוכלל מטרתו היתה מחיקת האדם שנחשב

נחות, יהודית, נכים, מתנגדי משטר, צוענים, הומוסקסואלים ועוד. הנאצים השתמשו ברעב,

צפיפות, עבודות, ומאסר במחנות כדי להפוך בני אדם ל"חפצים". המטרה הייתה לגרום ליהודים

לאבד את המהות האנושית שבהם מרוב שחיקה וייאוש.

**שאלת הרחבה** - כשלוקחים לאדם את השם, את הבגדים, את המשפחה ואת האוכל - מה נשאר

ממנו? האם בתוך התנאים האלו בכלל אפשר להיות 'מענטש'?"

# גַּם שָׁם - אָדָם

רגעים אנושיים במציאות בלתי אנושית  
יום הזיכרון לשואה ולגבורה תשפ"ו

מְשׂוּאָה MASSUAH  
מכון המחקר ללימודי תולדות  
המלחמה והשואה

2. אתגר שימור האנושיות

הציגי לתלמידים את "משוואת ההישרדות":

**לחץ החיצוני:** רעב קיצוני, קור, פחד מוות יומיומי, אובדן משפחה, ואי-ודאות שנמשכת שנים.

**השלמה הנפשית:** המוח עובר למצב "צמצום". כדי לשרוד, האדם נוטה להתרכז רק בעצמו. האחר הופך למתחרה על פרוסת לחם או על מקום מסתור.

שאלה למחשבה: "האם אפשר להאשים אדם רעב שחושב רק על עצמו? האם האנושיות היא 'לוקסוס' שיש לנו רק כ שטוב לנו, או שהיא שריר שצריך לאמן דווקא כשקשה?"

## חלק 2: גם שם - אדם

1. **צפייה מונחית בסרטון** - חפשו את הרגע שבו מישהו - יהודי, לא יהודי, או אפילו הקצין הגרמני - מחליט לעצור את ה'שחיקה' ולראות מולו אדם. שימו לב למחיר שהם שילמו על הבחירה הזו.

## 2. דיון - מחיר האנושיות במציאות לא אנושית

ראינו סיפורים של הצלה גדולה וסיפורים של מחוות קטנות (פרוסת לחם, מקום מחבוא ללילה).

- האם ובאיזה אופן מחווה קטנה הצליחה להחזיר תחושה של אנושיות לקורבן?
- איך המחווה האנושיות עזרו למי שנתן אותן (הנאצי, המשפחה הפולנית, מנהל בית היתומים היהודי) להישאר אדם?
- הדגשת השחיקה: האנשים הללו פעלו במציאות מתמשכת של רדיפה - מאיפה לדעתכם הגיע הכוח לא להפוך לאדיש מול הסבל של האחר?

## חלק 3: - המענטש כמרד בשחיקה גם ב 2026 (?)

- האם לדעתכם ניתן לשאוב השראה ממחוות בזמן השואה גם לימינו (בזמן מלחמה או בשגרה), למרות שהנסיבות שונות לחלוטין?
- האם ומתי מצאתם את עצמכם מקבלים מחווה אנושית בלתי צפויה ברגע קשה? איך הגבתם? מה הייתה תחושתכם?
- איפה בחיים שלנו יש לנו הזדמנות להושיט יד ולהעניק מחווה אנושית? למי ובאיזו צורה, ומה אנחנו נרוויח מזה?

רעיון יישומי - מענטש כתרופה: להיות מענטש היום זה המרד שלנו בניכור. זו הבחירה להושיט יד לשכן המפונה, להקשיב למישהו שלא מסכים איתנו, או פשוט לראות את האדם שמאחורי המדים או הסטיקר הפוליטי.