



מאז השבעה באוקטובר 2023, אנחנו מוצפים בתערובת של רגשות. הרגשות האלה מסעירים את הגוף, סובבים אותנו, משנים את כיוונם. הרגשות כוללים בתוכם אבל, גאווה, חרדה, הערצה, כעס, תסכול, פחד ועצב.

כיצד אנחנו יכולים לחוש גם הקלה ברגעים אינטנסיביים כל כך? כיצד נוכל למצוא לנו דרכים לנוע בטווח הרגשות בתקופה ובזמן קשים? האם משהו יכול בכלל להצחיק אותנו כשאנחנו במשבר?

הזמנה להתבוננות פנימה: האם צחקת בשבוע האחרון? מה הצחיק אותך? למה זה היה קשור?



#1 קומיקאים כבני עולם הבא

התלמוד מספר סיפור:

אליהו הנביא ור' ברוקא מהלכים בשוק.

מגיעים שניים לשוק, ואליהו הנביא אומר לר' ברוקא - [גם] אלה הם בני העולם הבא!

החכם, ר' ברוקא, [לא מבין את הכוונה של אליהו הנביא] והולך לשואל אותם - מה

מעשיהם, והם עונים שהם מבדחים את העצובים, או כאשר הם רואים שניים שיש ביניהם קטטה

הם טורחים ועושים ביניהם שלום.

היכולת לשמח אנשים, ולהתבדח איתם ברגעים ובנסיבות קשות אינו רק כלי השרדוטי התנהגותי, אלא גם

מעשה נעלה המגלה יצירתיות ותקווה. להומור תפקיד תרפויטי, לצחוק יש איכויות מרפאות.

#2 רגע של צחוק

איזה צחוק יש לך? ולאנשים סביבך? האם יש צחוק שמרתיע או מושך אותך?



#3 לצחוק מול המוות

לאחר תשעה עשר ימי אילמות חזרה ארץ נהדרת למסך ב-26 באוקטובר לשידור הראשון שאינו חדשותי מאז השבעה באוקטובר. בשבוע הראשון של נובמבר התוכנית כבר מיצבה את עצמה כמדורת השבט המנחמת למלחמה. אחד המערכונים שמשך תשומת לב היה זה שעסק ב BBC ובאופן הסיקור המוטה שלו ביחס לחמאס.



Source: [variety.com](https://www.variety.com) and [Eretz Nehederet](https://www.ereztz.com).

מתוך ראיון עם מולי שגב, במאי התוכנית. (הראיון מתמקד במערכון על ה-BBC ששודר ב-26/10/23).

למה החלטת להעלות את מערכון ה-BBC?

כמו רוב הישראלים, אנחנו מאוד מאוכזבים מהאופן החד-צדדי שהמלחמה הזו מכוסה על ידי התקשורת הבינלאומית, וה-BBC תמיד היה המקרה הקיצוני ביותר של הגישה הזו. אז כשהחלטנו לעלות לאוויר עם תוכנית מיוחדת על המצב הנוכחי הזה, היה ברור שאנחנו צריכים להתמודד עם זה, ותקרית הפיגוע בבית החולים הייתה דוגמה טובה לאופן שבו אפילו קבוצות תקשורת מבוססות כמו NYT או BBC ממהרות להסיק מסקנות כשישראל במוקד האירוע.

איך הייתה התגובה למערכון?

התוכנית ששודרה ביום רביעי הייתה השידור הראשון ללא חדשות בטלוויזיה מאז ה-7 באוקטובר. הרייטינג היה הגבוה ביותר שהיה לנו מזה שנים: 28.6% ממשקי הבית במדינה

איך זה לעבוד על תוכנית קומית בזמן שהמדינה לא רק מתכוננת למלחמה אלא עדיין בהלם מהתקפות הטרור שגבתה את חייהם של יותר מ-1200 בני אדם ויותר מ-200 בני ערובה?

במהלך עשרים השנים שאנחנו באוויר היינו גם במהלך אירועים טראומטיים, גם במהלך מגיפת ה-COVID. מעולם לא החמצנו שידור כי אנחנו באמת מאמינים שהומור הוא התרופה הטובה ביותר לפחד וחרדה. זה הסוד היהודי הישן: לצחוק מול המוות. אבל אני מודה שהפעם זה קשה מתמיד. כולם עדיין באבל, כל אחד ואחד מאיתנו איבד מישהו, או מכיר מישהו שאיבד. זה היה האירוע הנורא ביותר בהיסטוריה של האומה הזו, ועברנו הרבה לאורך השנים, כפי שאתה יודע. אבל עדיין, אנשים צריכים סוג של הקלה.

אם היית בנעליו של מולי שגב כבמאי התוכנית מה הייתה החלטתך? מדוע? ♦



#4

מה קורה לי כשצחוקים עלי או איתי?

ההומור יוצר רגשות שייכות והכלה עבור חלק מהאנשים ויכול להיות גם על חשבון אחרים. בתקופות משבר אנו נעשים רגישים ורגישות עוד יותר כלפי בדיחה שלא במקומה, והחשש שהבדיחה היא על חשבוננו נעשה מוחשי ומאיים. כשם שיש להומור פוטנציאל לאחד, הוא יכול גם לייצר עוינות. הומור יכול להיות מרושע ומלגלג, לסמן את אלה ששונים, לקבוע מי שייך ומי לא שייך לקבוצה ולהנציח סטריאוטיפים. במערכון הבא של ארץ נהדרת אנחנו נבחן אתה החברה הישראלית מבעד לסטריאוטיפים.



#5 צפו במערכון "כולם עולים לאוטובוס" של ארץ נהדרת:

נקודות למחשבה:

- ◆ על מה המערכון צחק?
- ◆ מתי במהלך הצפיה צחקת? מדוע? מתי זה הרגיש מוגזם? האם זה גרם לך להרגיש לא נוח? האם יש נושאים שאסור לצחוק עליהם? למה צחוק זה דבר מדבק?
- ◆ מה ההבדל בין לצחוק מתוך תחושת שייכות לבין לצחוק על מישהו כדי לבודד אותה או אותו?

#6

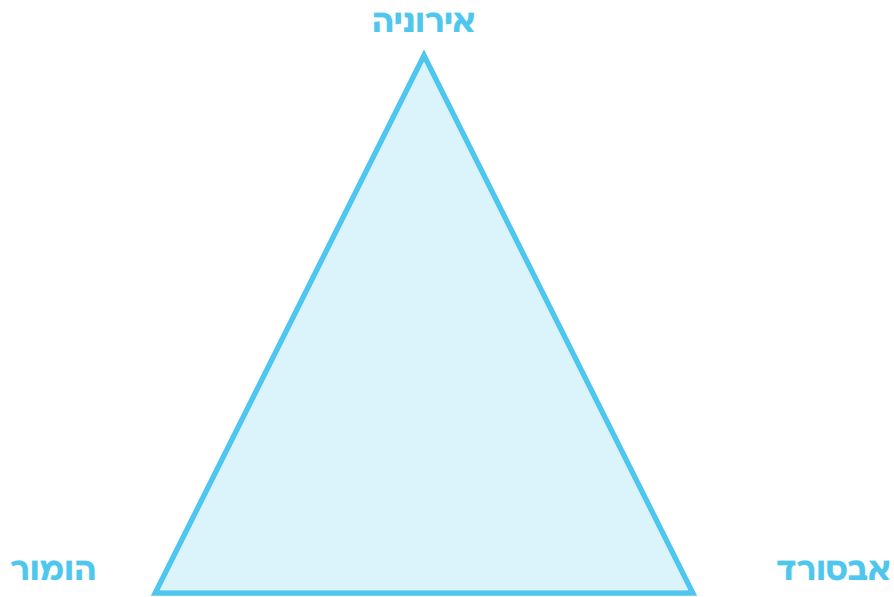
הזמנה ללמידה נוספת:

אִירוֹנְיָה – מתאר מצב מסוים ששונה מן המצב שהיה אמור להתרחש לכאורה, משמעות הפוכה ממה שנאמר בפועל; עוקצנות; לעגנות

אֶבְסוּרְד הוא סיטואציה כזו שאינה מתיישבת עם ההיגיון והשכל הישר. האדם נתקל לא פעם בתופעות אבסורדיות, ועשוי להגיב עליהן בדרכים שונות, כמו: גיחוך, פליאה, פחד או כעס. אבסורד הוא פעמים רבות עניין סובייקטיבי: סיטואציה שנראית אבסורדית בעיני צופה מסוים עשויה להיראות כהגיונית בעיני צופה אחר

הומור: כלל הפעולות המבדחות המעוררות צחוק או חיוך. הומור הוא צורת תקשורת המשמשת

m²



♦ לאחר צפיה נוספת במערכונים נוספים של ארץ נהדרת או אחרים, נסו למקם את הצחוק שלכם – האם זה ביטוי להומור, אירוניה או אבסורד.

משימת סיכום:

#7

לשמח אנשים זה דבר גדול, נכון? אז את מי תרצה או תרצי לשמח בשבוע הקרוב? ואיך?

