



מדעי ההתנהגות - רמת יסוד – מסלול 8 שנות לימוד

שער ראשון: ה"אני" – 20 שעות

נושאי שער ראשון: 1- מבוא למדעי ההתנהגות, 2- זהות ודימוי עצמי,

3- תורשה מול סביבה, 4 – מוטיבציה/הנעה.

פרק רביעי: מוטיבציה/הנעה – 4-6 שעות

מה תלמדו ביחידת לימוד זו?

פירוט	מושגים	נושא
מוטיבציה / הנעה : מניע/צורך/דחף, אינסטינקט, מדרג צרכים, מניע פנימי, מניע חיצוני תיאוריית מדרג הצרכים (סולם של 5 דרגות) של מאסלו	מוטיבציה, מניע פנימי וחיצוני מדרג הצרכים של מאסלו.	מוטיבציה/הנעה

בסיום יחידה זו הלומדים:

- יבינו מהי מוטיבציה/הנעה, יכירו את כל המושגים, יוכלו ליישם את המושגים באירועי למידה.
- יכירו את מדרג הצרכים של מאסלו.

חומרי עזר: מצגת מלווה – מוטיבציה (הרחבה)

מצגת מלווה - מדרג הצרכים של מאסלו

פרק 6: הנעה

סקירת הפרק :

הפרק עוסק במניע, הנעה, סוגי מניעים (פנימיים וחיצוניים).

חסך/צורך/רצון/דחף.

הפרק דן בתהליך של טיפול בתחושת חוסר פעולה וסיפוק הצורך או החסך.

מומלץ לעסוק בהרחבה במדרג הצרכים של מאסלו – סוגי צרכים והיררכיה.

היקף: 4 שעות לימוד.

מטרות כלליות :

- ✓ להביא את הלומד להבין תהליכים המניעים אותנו לפעולה בכל מיני מקומות, תחומים ותקופות בחיים.
- ✓ להביא את הלומד לקבל את השונות הבין אישית הקשורה בהנעת אנשים בסביבתו.

מטרות אופרטיביות :

- ✓ הלומד ידע ויבין את המושגים הבסיסיים הרלוונטיים לנושא.
- ✓ הלומד יכיר מושגי יסוד בהנעה (מוטיבציה).
- ✓ הלומד יכיר סוגים שונים של מניעים ותהליכי הנעה.
- ✓ הלומד יזהה צרכים, מניעים, חסכים וסדרי עדיפויות אישיים.
- ✓ הלומד ילמד להשתמש בסוגי הנעה אחדים בתוך אינטראקציה בין אישית.

מושגים :

- הנעה** - מוטיבציה, רצון וסיבה לבצע פעולה כלשהי.
- מניע** - גורם, סיבה, דחף, צורך, הגורם לאדם לפעול בדרך כלשהי כדי להגיע לסיפוק / מילוי הצורך.
- מניע פנימי** - רצון ודחף פנימיים לעשייה מתוך הנאה, בלי ציפייה לגמול חיצוני.
- מניע חיצוני** - עשייה מתוך ציפייה לגמול חיצוני.

מדרג הצרכים של מאסלו -

תיאוריה העוסקת בסידור מניעי האדם בחייו על פי סדר צרכים חיוני, מהחשוב לחשוב פחות. התיאוריה מחלקת את מניעי האדם לקבוצות הבאות (מהחיוניים ביותר לחיוניים פחות): צרכים פיזיולוגיים/גופניים, צרכי הגנה, צרכי שייכות ואהבה, צרכי הערכה, צרכי מימוש עצמי.

מושגים	פעילות לימודית והערות זיכרונות
✓ מניע ✓ מניע פנימי ✓ מניע חיצוני	✓ לאחר קריאת הטקסט, הבנת תוכנו ועיבודו ברמה הלשונית, עוברים שוב על המושגים, כולל תרשים זרימה על הלוח: מניע - פעולה - סיפוק הדחף/הצורך: יישום תרשים זה בפעולות המתאימות: רעב - אכילה - שובע שעמום - יציאה לבילוי - תחושת סיפוק. לאחר דיון במושגים, מבקשים מהתלמידים לציין פעולות רגילות שעושים בחיי היום יום. המורה ירשום רשימה, על פי הנאמר, בצדו האחד של הלוח. בצדו השני של הלוח, לאחר סיום הרשימה, מכינים טבלה, ואז מחלקים את הפעולות יחדיו, בתוך שיחה, לכאלו שמונעות ממניעים פנימיים וכאלו המונעות ממניעים חיצוניים. בשיחה יעלו פעולות שנובעות משני סוגי המניעים. מומלץ לנסות לבדוק מה עדיף, מה יהיה גורם מניע חזק יותר, מה תואם את המוסר החברתי שלנו ועוד.



פעילות פתיחה

הסבר המושג מוטיבציה - הגדרה

מוטיבציה/הנעה/הניעה היא הדחף פנימי או/ו חיצוני שמניע אותנו לעבר המטרות שלנו, הדלק ששומר על המנוע שלנו. מוטיבציה היא הסיבה שאנחנו עושים מעשה, משקיעים מאמצים ומתמידים מול הקשיים.

מוטיבציה /הנעה, היא הכוח הדוחף אותנו לביצוע מעשה. המוטיבציה היא הנכונות והרצון לפעול ולהתאמץ בכדי להשיג משהו.

פעילות – היגדים ומה מידת ההסכמה של כל לומד להיגד

חלקו ללומדים מלבני בריסטול בצבעי הרמזור : אדום, צהוב, ירוק לאחר הקראת כל היגד כל אחד ירים את מלבן הבריסטול בהתאם למה שהוא

חושב: **ירוק = מסכים, צהוב = מתלבט, אדום = לא מסכים**

היגדים

- כדי לדעת אם הצלחתי, אני משווה את עצמי לאחרים
- מי שמאמין בעצמו מצליח
- רק מי שמתאמץ ועובד קשה מצליח
- ההצלחה שלי נמדדת ביחס לעצמי
- מי שלא מוכן לקחת סיכונים לא מצליח
- רק מי שמוכשר בדבר מסוים יכול להצליח בו
- אם אני מתכנן משהו אני בדרך כלל חושב שאצליח
- גם כשאני מתכנן, תמיד משהו לא מסתדר
- אני אדם ספונטני, לא אוהב לתכנן לטווח ארוך
- יגעת ומצאת תאמין
- לא משנה כמה מתאמצים, בסוף מי שיש לו קשרים מתקדם בקלות
- הכול תלוי במזל
- הכול משמים ואין לנו שום שליטה על מה שקורה
- מוטיבציה נובעת רק מדחף פנימי
- שאני רוצה משהו אני מוכן לוותר על דברים אחרים בתמורה

מה ניתן ללמוד מהפעילות הזו?

- + כל פעילות שהיא יציאה מאזור הנוחות, מצריכה מאמץ
- + הצלחה פירושה קס"מ = קושי, סבל ומאמץ
- + מהו הכוח המניע לקום בבוקר? הרצון להשיג הישג הנעה / הנאה



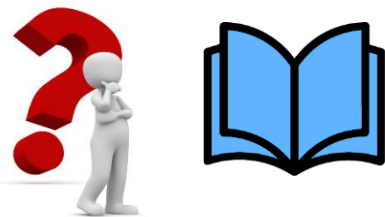
מהי מוטיבציה/הנעה? לפניכם מספר הגדרות

- 1 - המילה "מוטיבציה" נגזרת מהשורש הלטיני *motivus* שפירושו - כוח מניע. מוטיבציה היא תהליך פנימי המתרחש בתוך הפרט. אותו כוח מביא עמו את הכוונה לבצע פעולה ואת ההתמדה בביצועה.
- 2 - הנעה או מוטיבציה, היא מכלול התהליכים אשר מעוררים, מכוונים ומשמרים את ההתנהגות האנושית לעבר מטרה מסוימת.
- 3 - מוטיבציה היא הדחף הפנימי שמניע אותנו לעבר המטרות שלנו, הדלק המובנה ששומר על המנוע שלנו. זו הסיבה שאנחנו עושים מעשה, משקיעים מאמצים ומתמידים מול קשיים.
- 4 - מוטיבציה היא הכוח הדוחף אותנו לביצוע מעשה. המוטיבציה היא הנכונות והרצון לפעול ולהתאמץ בכדי להשיג משהו.



שאלה ללומדים: אילו מילים חוזרות בהגדרה של מוטיבציה?

תשובה: המילים הן: כוח, כיוון לעבר מטרה, השקעה, מאמץ ופעולה



מושגים ללמידה

מוטיבציה פנימית וחיצונית

מוטיבציה מחולקת לשתי קטגוריות – פנימית וחיצונית.

מוטיבציה פנימית

היא תשוקה, אהבה למשהו, נושא שחשוב לנו לקדם. אלה הכוחות המניעים אותנו לעסוק בפעילות כי היא מעניינת אותנו, מספקת אותנו, אנחנו נהנים, ומתענגים על החוויה.

מוטיבציה היא כל גורם שמייצר או מקיים התנהגות חיובית או התנהגות רצויה,

הגורם יכול להיות חיצוני או גורם מדרבן פנימי

מוטיבציה פנימית: הרצון לנקוט בצעד מסוים מתוך עניין, הנאה או סיפוק אותו

מקבלים מהצעד עצמו, ולא בשל תגמול חיצוני

מוטיבציה חיצונית

הרצון לבצע פעולה מסוימת, מתוך כוונה לזכות בתגמול או אישור חיצוני. לדוגמה

זכייה בסכום של כסף, העלאת משכורת, ציון טוב בקורס, מדבקה המעידה על

התנהגות טובה ועוד. מוטיבציה חיצונית נובעת מהשפעות חיצוניות כמו תגמולים

או הסיכוי להימנע מעונש. משכורת, פחד, ענישה, יצר הישרדות.

שימו לב, שכשאנחנו מדברים על מוטיבציה חיובית או שלילית, אנחנו לא מתייחסים אל זה כ- "טוב" או "רע" – ההבחנה היא רק כיוון המוטיבציה מוטיבציה אחת נובעת משאיפה לעונג, כלומר, אדם פועל כי הוא רוצה להשיג משהו שיעשה לו טוב (מוטיבציה חיובית); ואילו השנייה נובעת מהימנעות מכאב, כלומר, אדם פועל כדי להימנע מתוצאה שעלולה לפגוע בו



שיח: תנו דוגמאות לפעולות שנעשו מתוך מוטיבציה פנימית ומוטיבציה חיצונית?

מוטיבציה המקל והגזר – שיטת המקל והגזר - הרחבה

שמעתם בטח על שיטת המקל והגזר היוצאת מהנחה בסיסית של פרס/תגמול חיובי ועונש.

שיטת המקל והגזר – כינויה של שיטת שכנוע וחינוך המתבססת על מתן תגמול עבור התנהגות רצויה, וענישה בעקבות התנהגות בלתי רצויה. שיטה זו מתבססת על הנעה חיצונית: המקל מסמל את חלק הענישה, והגזר – את חלק התמריצים.

מקור השיטה אינו מהשפה העברית, אך ישנם שהפכו את משמעות הסימולים

בעברית, כך שהמקל - מלשון "הקלה", הוא התמריץ החיובי, והגזר - מלשון

"גזירה", הוא העונש



שיח במליאה: מה דעתכם על שיטת המקל והגזר לתקופה קצרה? מה דעתכם על

שיטה זו לאורך זמן? האם יהיה הבדל?

אנחנו יודעים ששיטה זו משפיעה על אילוף בעלי חיים, אך האם היא משפיעה גם

על בני אדם לאורך זמן?



סיפור קצר - למה שמישהו ישלם למי שמרעיש לו?

יום אחד, זקן שגר בקומה הראשונה התעצבן על הרעש שעשו הילדים ששיחקו לו מתחת לחלון. הוא חשב רגע, פתח את החלון וצעק: "ילדים, אם תשחקו ותעשו המון רעש תקבלו 50 שקלים". ובסוף המשחק, כפי שהובטח, שילם לכל אחד מהם את הסכום.

ביום שלאחר מכן, חזרו הילדים לשחק בקול מתחת לחלון. הזקן פתח את החלון וצעק: "ילדים, אם תשחקו ותעשו המון רעש תקבלו 20 שקלים". ובסוף המשחק, כפי שהבטיח, שילם לכל אחד מהם 20 שקלים. וכן, אני יודע שחלקכם כבר חושבים איזה קומבינה הייתם עושים. חכו

ביום השלישי, הילדים חזרו לשחק בקול, מחכים לזקן. רק שהוא, פתח את החלון וצעק: "ילדים, מתנצל, לא נשאר לי כסף לשלם לכם היום". אז הם, התבאסו והלכו משם לשחק ולהרעיש במקום אחר.



שאלה: איזה סוג מוטיבציה דירבנה את הילדים?

פירמידת הצרכים של מאסלו (לרשותכם מצגת מלווה)

הפסיכולוג והתיאורטיקן אברהם מאסלו, ממובילי זרם הפסיכולוגיה ההומניסטית, טען שמניעי האדם הם רבים ומגוונים.

תיאורית הצרכים של מאסלו מניחה כי ישנם צרכים אוניברסאליים לכלל בני האדם, וכי כולנו מונעים ע"י אותם צרכים.

הצרכים מאופיינים בהיררכיה, ואין אפשרות לדלג או "לעקוף" צורך מסוים בכדי להגיע לזה שמעליו. במילים אחרות, לא ניתן לעבור לצורך מסוים מבלי לממש את הצורך שמתחתיו. התיאוריה מתוארת כפירמידה, כאשר כל שלב בה מייצג צורך שונה:



התבוננו בפירמידת הצרכים הסבירו כל שלב שלה מהבסיס לקודקוד

מאסלו חילק את הצרכים לשתי קטגוריות עיקריות: מניעי חסך ומניעי גדילה.

מניעי החסך הם צרכים שבלעדיהם לא יוכל האדם להתקיים מבחינה פיזית ופסיכולוגית. המטרה של האדם היא להגיע באמצעותם לאיזון דרך הפחתה של מתח לא נעים. למשל, אדם רעב ישאף למלא את החסך הפיזיולוגי של הרעב באמצעות מזון, ואדם שחי באזור מלחמה ישאף למלא את תחושת חוסר הביטחון באמצעות כניסה למקלט. לעומתם, **מניעי הגדילה** הם אלו אשר מספקים לאדם את התוכן שבאמצעותו יוכל לחיות חיים מלאים ומספקים. בניגוד למניעי החסך, מילוי שלהם לא מביא לצמצום בהתנהגות, אלא להגברתה. למשל, אדם אשר נהנה מציור ימשיך לצייר עוד ועוד, וישאף לגדול ולהתפתח בתחום.

מניעי החסך נקראים **Doing needs (או בקיצור D-needs)**, היות שהם קשורים **Doing** (עשייה) - להפחית מתחים, לחיות בשביל היום, להגיע למצב של סטטוס קוו פיזי ומנטאלי.

לעומתם, מניעי הגדילה נקראים **Being needs (או בקיצור B-needs)**, היות שהם קשורים ל**Being** (היות) - להיות ספונטני, יצירתי ופתוח לחוויות, ופחות עסוק בענייני היומיום. הצרכים מסודרים בהיררכיה עולה, כאשר סיפוקם של צרכים במדרג נמוך יותר הוא חיוני להופעתם של צרכים משלב גבוה יותר. על פי מאסלו, רוב בני האדם מקדישים את מירב זמנם למילוי מניעי החסך ורק מעטים מגיעים למצב בו הם יכולים לעסוק במניעי הגדילה.

מניעי החסך (ה-D needs)

צרכים פיזיולוגיים: צרכים אלו כוללים צורך במזון ושתייה, צורך בחמצן ובסיפוק הדרישות הבסיסיות של הגוף כמו שמירה על טמפרטורה, איזון של מלחים וסוכרים, שינה, תנועה ומנוחה, היפרטרות מפסולת, הימנעות מכאב וסיפוק יצר המין. כל הצרכים פרט לאחרון הינם חיוניים, ומבלי למלא אותם האדם לא יוכל להתקיים ברמה הפיזית הבסיסית ביותר. על מנת לעבור לרמה הבאה, הצרכים הללו צריכים להיות מסופקים במידה רבה.

צרכי ביטחון: כאשר אדם פחות עסוק בצרכים הפיזיולוגיים הבסיסיים, הוא מפנה את תשומת ליבו לעבר הצורך להישמר מסכנות וליצור לעצמו סביבה בטוחה, יציבה וניתנת לניבוי באופן יחסי. למשל, בעולם המודרני יכולים צרכי הביטחון לבוא לידי ביטוי בהשגת קביעות בעבודה, מגורים בשכונה טובה, קניית ביטוח חיים וכו'. גם במקרה זה, כאשר צרכי הביטחון חזקים מדי ולא באים על סיפוקם, המעבר לשלבים הבאים מתעכב, האדם מוותר על הצרכים הגבוהים ופחות עסוק בצמיחה אישית. לעומת זאת, כאשר הצרכים הפיזיולוגיים הם חזקים מדי, הם יכולים לבוא

על חשבון צרכי הביטחון, למשל, אדם רעב שנמצא בשדה קרב עשוי לחשוף את עצמו לסכנות כדי להשיג מזון.

צרכי שייכות ואהבה: אחרי שמולאו הצרכים הפיזיולוגיים וצרכי הביטחון במידה מספקת, יתרכז האדם בבנייה של קשרים חברתיים וחיזוקם, חיבור לקהילה שהוא יכול להרגיש שייך אליה וכן חיפוש אחר בן או בת זוג והקמת משפחה. כאשר הצרכים האלה לא ממולאים במידה מספקת, נחשפים בני האדם למצבים של בדידות, הסתגרות וחרדה חברתית.

צרכי הערכה: אלו הם הצרכים של בני האדם לקבל הערכה והכרה מסביבתם ולחוש כי הם ראויים ובעלי ערך. ברמה הנמוכה יותר של הקטגוריה הזו נמצא הצורך לקבל כבוד מאחרים: תשומת לב, מוניטין מקצועי, סטטוס חברתי וכו'. ברמה הגבוהה יותר נמצאות התחושות המופנמות של מסוגלות והצלחה: ביטחון עצמי, אמונה ביכולת, מומחיות ועצמאות.

מניעי הגדילה (ה-B needs)

צרכי הגשמה עצמית: זוהי הרמה הגבוהה ביותר, שאליה מגיעים רק אנשים שהצליחו למלא כראוי את הצרכים מארבע הרמות הנמוכות יותר. הצרכים הללו לא פועלים על פי עקרון השמירה על האיזון (ההומאוסטזיס) של הרמות הקודמות, אלא ככמיהה עקבית ומתמשכת לגילוי הפוטנציאל שגלום בכל אחד מאיתנו, להיות כל מה שאנחנו יכולים להיות. מאסלו חילק צרכים אלו ל-3 קטגוריות עיקריות:

צרכים קוגניטיביים: הצורך להכיר, לדעת, להעמיק וללמוד.

צרכים אסתטיים: ההתפעלות מהיופי, מהאיזון ומהסימטריה של הטבע.

הצורך במימוש העצמי: הצורך להגשים את היכולות שלי, להיות יותר ויותר ממי שאני באמת.

מאסלו טען שהמודל ההיררכי הינו אוניברסלי ומתאים לכלל האנשים בכל התרבויות, אך בד בבד הסכים עם הביקורת שאצל אחוז קטן מהאנשים הסדר בפירמידת הצרכים מתהפך, למשל, כאלה שהצורך שלהם בהערכה גבוה יותר מהצורך בביטחון. עם זאת, הוא לא לקח בחשבון מצבים שאינם יוצאי דופן, של אנשים שעוסקים בהגשמה עצמית על אף שצרכיהם הבסיסיים אינם מסופקים, כגון אמנים שחיים בחרפת רעב.

https://www.betipulnet.co.il/lexicon/%D7%A4%D7%99%D7%A8%D7%9E%D7%99%D7%93%D7%AA_%D7%94%D7%A6%D7%A8%D7%9B%D7%99%D7%9D_%D7%A9%D7%9C_%D7%90%D7%91%D7%A8%D7%94/%D7%9D_%D7%9E%D7%90%D7%A1%D7%9C%D7%95



על פי מה שלמדת עד כה סמן את התשובה הנכונה

(השאלות לקוחות מדעי ההתנהגות)

1. מניע פנימי הוא:

- א. תיקון כללי של מנוע
- ב. רצון לעשות משהו בגלל רצון אישי, הנאה וסיפוק
- ג. רצון לעשות משהו כדי לקבל כסף

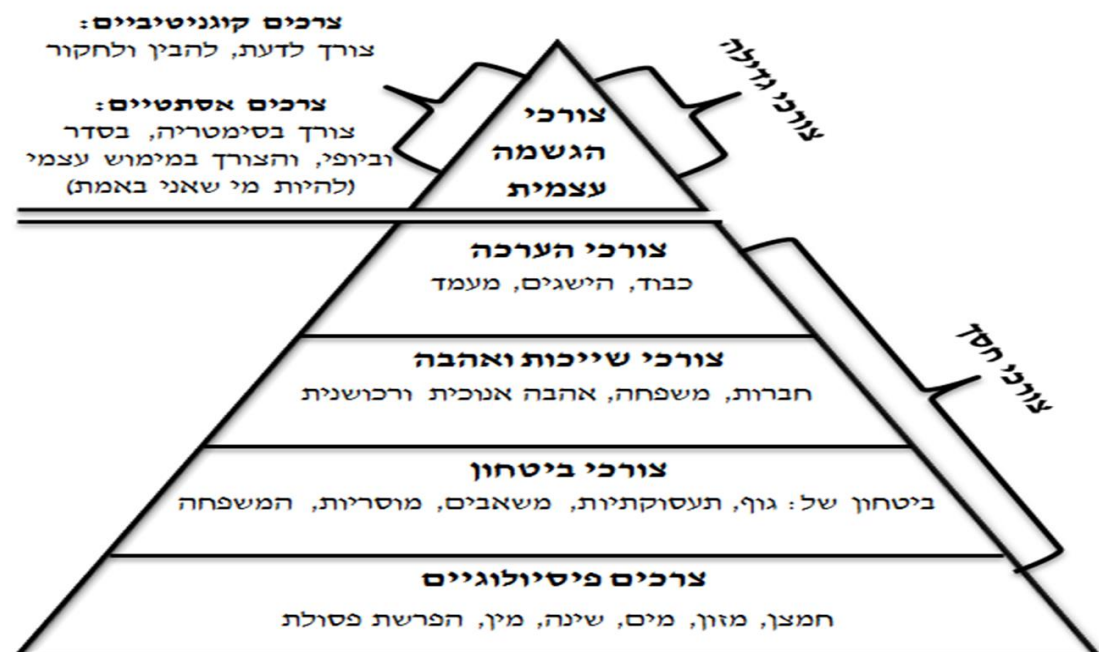
2. מניע חיצוני הוא:

- א. רצון לביצוע התלוי בתגמול מגורם חיצוני לאדם
- ב. הרגשת גאווה לאחר שמיעת עידוד
- ג. צורך פנימי לביצוע שאינו תלוי בגורם מהחוץ
- ד. תגמול רגשי עבור עשייה

3. מאסלו, הפסיכולוג החברתי, זיהה את

- א. משמעות החלום
- ב. הצורך בשליטה
- ג. פירמידת הצרכים המדרגת את צרכי האדם
- ד. השפעת ההנהגה על החברה

היררכיית הצרכים על פי מאסלו



4. ניתן להגדיר מניע כ- :

- א. צורך או דחף הגורם לאדם לפעול בדרך כלשהי
- ב. תכתיב המגדיר מה אסור לעשות
- ג. חוק הכתוב כחוק או כתקנה
- ד. זיכרון מיידי המשפיע על שיקול הדעת

נכון/לא נכון

- א. על פי מאסלו, מימוש עצמי הוא צורך חשוב יותר מרוב צרכי האדם
נכון / לא נכון
- ב. הנעה היא רצון וסיבה לבצע פעולה כלשהי.
נכון / לא נכון
- ג. מניע פנימי אינו מושפע מהסביבה.
נכון / לא נכון

הסבר את הטענה/חשיבה/אמירה המוצגת במשפט

- 1 - חיזוקים חיוביים משפיעים לטובה על בניית דימוי עצמי גבוה.
- 2 - מניע פנימי אינו קשור בתגמול כספי.
- 3 - חיזוקים חיוביים משפיעים על התפתחות דימוי עצמי טוב, ומחזקים את אמונתו של האדם ביכולותיו.

אירוע א'

יעל, דור ונעמה, הם בני נוער המתנדבים בתחנת מד"א (מגן דוד אדום) בתל אביב. יעל הגיעה להתנדבות בכיתה י' במסגרת מחויבות אישית בבית הספר. על מנת לקבל את תעודת סיום השנה היא נאלצה, כמו חבריה, למצוא מסגרת התנדבות ולהתנדב 60 שעות בשנה. לאחר שמילאה את שעות ההתנדבות להן הייתה מחויבת, היא המשיכה להתנדב וחדלה לספור שעות.

דור התנדב היות שכל תחום הסיוע הרפואי מאוד סקרן אותו, לאחר שהתנדב במשך שנתיים, החליט להמשיך ולהתנדב לאחר כיתה י"ב גם לשנת שירות במד"א, בתקווה

להתקבל אחר כך כחובש במהלך השירות הצבאי שלו. נעמה באה ממשפחה שכולם מתנדבים במד"א. אביה ואמה נהגי אמבולנסים וחובשים בכירים, ואחותה הגדולה מדריכת נוער מד"א כבר כמה שנים בהתנדבות. אף אחד מהם לא ציפה ממנה גם להתנדב, אולם עבורה מד"א הוא המשפחה שלה, והיא נולדה לתוך הארגון ומרגישה שהיא חלק ממנו.

באחת המשמרות הם הגיעו למקום של תאונה בהתרחשות. במקום הייתה מכונית בוערת ומשפחה עם ילדים קטנים העומדים לידה. דור ראה כי ילד קטן ניתק מאמו ורץ לכיוון המכונית, כנראה כדי להביא חפץ שאיבד. דור, מבלי לחשוב פעמיים, רץ למכונית, תפס את הילד הקטן והרחיק אותו משם לפני שייפגע. אחרי האירוע יעל אמרה לדור: "אני לא מבינה אותך, משוגע, זה מסוכן, מה פתאום רצת למכונית הבוערת, אפשר לחשוב שזה הבן שלך או משהו כזה..." ודור מצידו ענה לה: "אני לא חשבתי בכלל על עצמי שם, להיות חובש זה חלק ממני ומהכישרונות שלי, ואני פשוט עשיתי את זה." "הייתי אני" ולא יכולתי להיות מישהו אחר למרות הסכנה."

שאלות

- א. מהו מניע פנימי? מי מגיבורי האירוע היה בעל מניע פנימי בדוגמה שלפנינו?
- ב. מהו מניע חיצוני? מי מגיבורי האירוע היה בעל מניע חיצוני בדוגמה שלפנינו?
- ג. בשיחתם של יעל ודור, הדעה של מי משניהם מתאימה לתיאוריית מדרג הצרכים של מאסלו ומדוע?

לסיום יחידה זו

- ציין דבר חדש שלמדת ולא ידעת קודם.
- ציין דבר אחד שעניין וסקרן אותך במיוחד.
- ציין דבר שהיה לך קל ללמוד, ודבר שהיה לך קשה יותר.
- משהו יישומי שתיקח מיחידת לימוד זו לחיך
- משהו שאתה רוצה לומר, רוצה לשאול....

