

תיכון טכנולוגי נעמת חדרה

”ההגה בידיים שלי”-

פיתוח וגיבוש תפיסת עתיד

מערכי שיעור לכיתות י”ב

שנה”ל תשפ”ג



”הדרך הטובה ביותר לחזות את העתיד, היא ליצור אותו”

(פיטר דרוקר)

רציונאל

ממצאי מחקרים מצביעים על כך שתפיסת עתיד חיובית ותחושה חזקה של מטרות ותוכניות עתיד בגיל ההתבגרות הן גורם חשוב בהסתגלות מוצלחת של המתבגר בחברה.

יתרה מכך, פיתוח וגיבוש תפיסת עתיד היא משמעותית ביותר אצל בני נוער אשר מתמודדים עם מאפייני סיכון. זאת משום שכאשר יש לבני נוער תפיסת עתיד ברורה הם מפתחים תחושת ערך ומשמעות לחייהם. תחושת המטרה יכולה להפחית התנהגויות סיכון כדי "לא לאבד" את הסיכוי להשגת המטרה.

כמו כן, לימוד הקשר בין המטרות בעתיד לבין ההתנהגות בהווה מאפשר רכישת מיומנויות וכלים להסתגלות, תחושת שליטה ואחריות אישית. כלים אלו הם מפתחות להצלחת המתבגר בתפקוד תקין ומצמיח.

לבסוף, ישנם שלושה מרכיבים אשר בונים את תפיסת העצמי העתידי, ובהם נעסוק בתוכנית זו:

- תפיסת המתבגר את עצמו- הפרט מגדיר לעצמו את נטיותיו, כישוריו וערכיו, ומגדיר לעצמו את שאיפותיו.
- תפיסת המתבגר את סביבתו- המשאבים להצלחה אשר טמונים בסביבה לצד קשיים.
- התנסות בתהליך הלמידה- למידת מיומנויות וכלים להתמודדות עם מצבים שונים, והתנסות בהם (למשל, עיבוד כישלון או רכישת אסטרטגיות התנהגות להתמודדות עם תסכול).

תוכן השיעורים

עמוד

4	מפגש מס' 1	בירור תפיסות עתיד
9	מפגש מס' 2	תמונת החזון שלי- איפה אני בעוד 5/10 שנים?
14	מפגש מס' 3	בדרך לפסגה- בורות וכוחות
16	מפגש מס' 4	גדר, כבשה ואיש עם בעיה- להתמודד עם קושי
20	מפגש מס' 5	התמודדות עם כשלון
21	מפגש מס' 6	אנשים מצליחים
24	מפגש מס' 7	סיכום – אנשים מצליחים ותכונותיהם

מפגש מס' 1: בירור תפיסות עתיד

עזרים:

1. היגדים גזורים
2. דף ציור לא גמור

מהלך הפעילות:

- ישיבה במעגל.
- א. פתיחה: פיזור של היגדים הקשורים להצלחה/ יכולת שליטה. כל תלמיד בוחר היגד שמסכים איתו או ממש לא מסכים איתו, ומסביר מדוע בחר בו.
 - דיון על יכולת האדם ליטול את גורלו בחייו ולהשפיע על האופן שבו הוא מתנהל: האם יש דבר כזה "גורל" / "מזל"?
 - האם "הכל ידוע מראש"? כמה השפעה יש לי החיים שלי?
 - הסבר- הסוגיה שעוסקת ביכולת האדם להשפיע על חייו העסיקה בני אדם מאז ומתמיד. גורל ומזל לצד יכולת אקטיבית של האדם. ביהדות אומרים "הכל ידוע מראש והרשות נתונה", כלומר: המאמינים טוענים שלמרות האמונה בגורל- "בידי שמים", לכל אחד מאיתנו יש יכולת לקבוע ולהשפיע כיצד יראו חייו. כלומר על פי היהדות, לכל אדם נקבעו בשמיים נתיבי דרך, אך זה יהיה תלוי בו ובהתנהגותו אם יבחר ללכת בנתיבי הדרך הללו או באחרים. יש לו את הרשות לקבוע את דרכו אות מהלך חייו.

ב. כל תלמיד מקבל דף "ציור לא גמור"- ומשלים אותו לפי דמיונו ובחירתו.

התלמידים ישתפו במליאה את הציורים הגמורים שלהם.

דיון:

- מדוע יצאו לנו ציורים שונים?
 - האם תחילת הציור הגבילה אותי? אפשרה לי לחשוב על כיוונים שונים?
 - מה בין התרגיל שלנו לתפיסת העתיד שלנו?
 - תשובה: בציור שלנו קיבלנו חלק/ים שלא הייתה לנו שליטה עליהם. מחקרים מלמדים אותנו שיש בכוחנו להשפיע על 43% ממה שקורה לנו בחיים, ועל 57% הנותרים, אין אנו יכולים להשפיע עליהם.
 - מה בחיים שלכם הם 43% ומה הם 57%? (שימו לב, לעיתים אנשים מייחסים דברים מסוימים ככאלה שתלויים בי ואני יכול לשנות אותם, בעוד שאנשים אחרים על אותם הדברים יגידו שהם אינם תלויים בהם ואינם ניתנים לשינוי)
- כל אחד מהתלמידים השלים את הציור בכיוונים שונים, בצורה הייחודית לו, ביצירה שהיא לגמרי שלו. כך גם העתיד- תמונת העתיד מורכבת מדברים מוכתבים שאינם ניתנים לשינוי ומדברים שהם בידיים שלנו.

סיכום: בכל אחד הכוחות והיצירתיות לבנות את עתידו בכוחות עצמו. אנשים מצליחים הם אותם אנשים שכל המוטיבציה שלהם ממוקדת בעשייה של הדברים שיש בכוחם לשנות.

**מי שמצליח הוא מי
שהמזל האיר לו פנים**

הכל תלוי בכך

**אם אעבוד קשה, אשיג
כל מה שארצה**

**אם תאמין בעצמך,
השמיים הם הגבול**

**הכל קבוע מראש
האדם קובע את גורלו**

**אין דבר העומד בפני
הרצון**

**טובתנו או רעתנו תלויה
בעצמנו בלבד**

**”הדרך הטובה ביותר
לחזות את העתיד היא
ליצור אותו” (פיטר
דרוקר)**

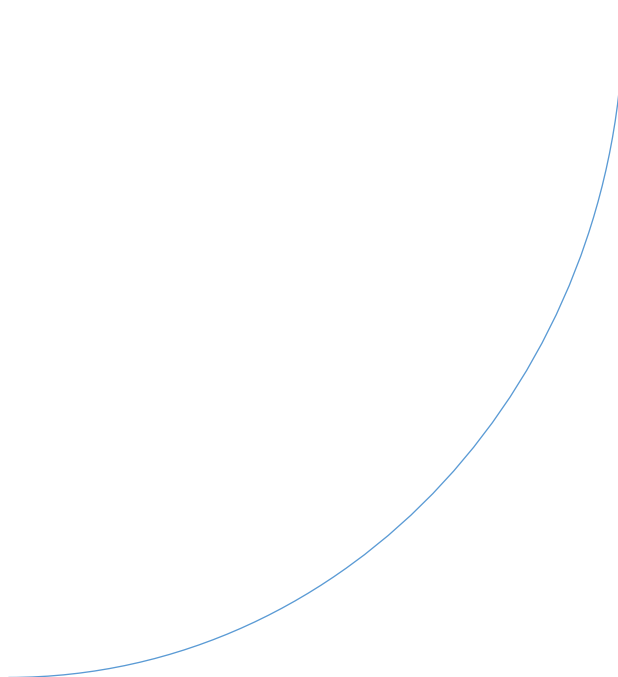
**”מי שיש לו מה לחיות
למענו, יכול לשאת**

**כמעט על איד"י
(ניטשה)**

**איש אינו אחראי לגורלו
אין זה בידינו לשנות את
גורלנו**

**אנו יוצרים את עתידנו
וקוראים לזה גורל
(ד' ישראל)**

השלם את הציור:



מפגש מס' 2: תמונת החזון שלי - איפה אני בעוד 5/10 שנים?

הכנה: פתקים וקופסא קטנה לשים פתקים מקופלים בתוכה, דף "תמונת החזון האישי שלי".
מטרות: התלמידים יחשבו על עתידם, ידמינו את תמונת העתיד האופטימלית שלהם ויגבשו מטרות עם "תחנות בדרך" להשגת השגת העתיד הרצוי.

א. פתיחה: משחק בו כל תלמיד מקבל פתק קטן שבו יכתוב **בעילום שם** מה הוא רוצה לעשות כשהיה גדול? בעוד 5 שנים? בעוד 10 שנים? ניתן גם לכתוב מה היו רוצים לעשות בצבא. להדגיש שאין לשתף עדין ואין להראות את מה שכתבו. המורה יאסוף את הפתקים המקופלים ויוציא אחד אחד או ייתן לתלמידים להוציא. על התלמידים לנחש מי רוצה להיות מה?

ב. פעילות תמונת החזון/העתיד האישית שלי: תלמידים יושבים במעגל + מוסיקת רקע שקטה. המורה: שבו בנוח בכיסא ועצמו את העיניים. אתם נכנסים לחדר שבו דלת לבנה. כשתפתחו את הדלת תהיו בני 23,25. תגיעו 5 שנים קדימה, אולי גם 10 שנים מהיום. אחזו בידית הדלת ופתחו אותה. לאן הגעתם? הסתכלו על עצמכם: איך אתם נראים? מה אתם עושים? מי איתכם שם? מה מצבכם הכלכלי? במה אתם עובדים? מה אתם לומדים או מה למדתם? איפה אתם גרים? איך אתם מרגישים? **מהי התמונה האולטימטיבית שלכם כשהצלחתם להשיג את חלומותיכם ורצונותיכם?** כשתהיו מוכנים, פתחו את העיניים לאט לאט.

- כל תלמיד מקבל דף "תמונת החזון שלי - איפה אני בעוד 5/10 שנים?" וכותב לעצמו את הדברים שראה. ניתן להוסיף חלומות נוספים או כל דבר שעולה בעקבות שקשור לשאיפות/ מטרות עתיד.

ג. דיון: איך הייתה לכם החוויה? האם הצלחתם? מה הדברים שהקשו עליכם בראיית תמונת העתיד שלכם? מה היה קל? שיתוף במליאה לפי בחירה. תלמידים שהתקשו, ניתן לשאול איך אדם מאושר היה מתנהג בעוד 5/10 שנים (או אפילו עכשיו).

שאלות שניתן לשאול אשר מסייעות בזיקוק הגרעין המשמעותי באדם, מחזירות לפוקוס ומניעות לפעולה:

1. **למה לי?** - מדוע אני עובד קשה כל כך? למה אני מתאמץ?
 2. **למה לא?** - למה שלא אתאמץ, לא אשקיע? למה שלא אהפוך לדמות מוערכת וחשובה בסביבתי? למה לא להגיע הכי רחוק שאפשר?
 3. **למה לא אני?** - למה אם X יכול, אתה לא? למה לא אני?
 4. **למה לא עכשיו?** - קריאה לפעולה!!! עכשיו עולים על המגרש ומתחילים לשחק ולפעול!!!
- לבקש מהתלמידים לחזור אל דף החזון האישי שלהם ומאחוריו לכתוב מטרות ויעדים בשנה הקרובה - עד סוף יב' בתחומים הבאים:
1. לימודי
 2. מערכות יחסים (זוגיות, משפחה)
 3. אישי (ספורט, תזונה, עישון, תחביב, עבודה)

סיכום: העתיד שלנו מתחיל בהווה. היכולת שלנו לראות את עצמנו בעתיד מבהירה לנו מה באמת אנחנו רוצים להיות ולעשות. כדי לממש את הרצונות הללו בעתיד, יש לתכנן ולכוון לשם כבר בהווה על ידי בחירת יעדים ברי השגה- יעדים שאפשר לעמוד בהם.

לוח חליון אישי -
איפה אני באזור 5/10 לניס?



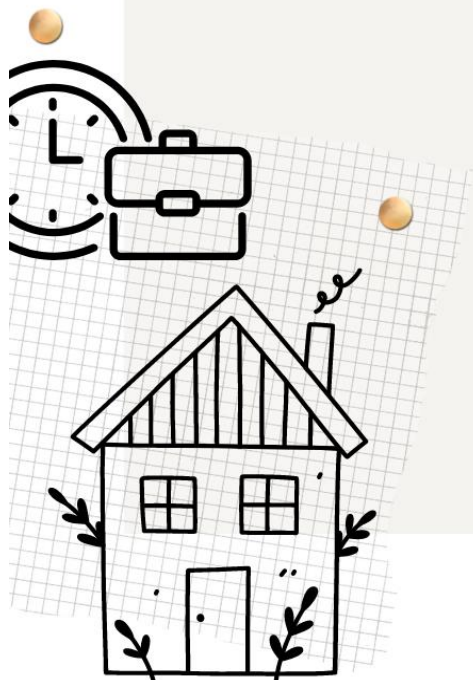
קריירה

משפחה ומערכות יחסים

מגורים

השכלה / לימודים

הרגשה כללית - הגשמה עצמית



לחלום, לתכנן, להגשים!

לוח חליון אישי -
איפה אני בסוף י"ה?

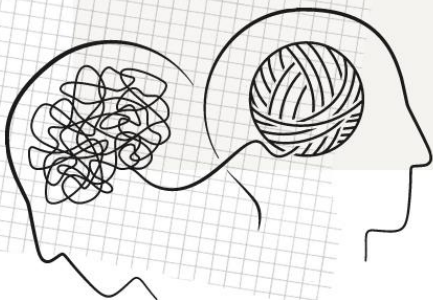


בתחום הלימודי

במערכות יחסים - משפחה, זוגיות

בתחום האישי -

כושר, תזונה, עישון, תחביבים, תעסוקה וכו'



לחלום, לתכנן, להגשים!

מפגש מס' 3: בדרך לפסגה- בורות וכוחות

מטרות:

התלמיד יכיר את הבורות, הכוחות והפסגות של חייו
התלמיד ילמד לזהות את הבורות בהם הוא נופל, מהם הכוחות שיסייעו לו לצאת מבורות אלה?
כיצד ביכולתו להימנע מהנפילה לבור?

מהלך הפעילות:

המורה יקרא את פרק 1 + שני המשפטים הראשונים של פרק 2, ויעצור.
המורה ישאל- מה לדעתכם קרה הפעם?
המורה יקרא את פרק 2 + שני המשפטים הראשונים של פרק 3, ויעצור.
המורה ישאל שוב- מה לדעתכם קרה הפעם?
כך לאורך חמשת הפרקים...

אוטוביוגרפיה בחמישה פרקים

מתוך "ספר החיים והמתים הטיבטי"

1. אני הולך לאורך הרחוב.
במדרכה יש בור עמוק.
אני נופל לתוכו.
אני אבוד...אני חסר תקווה.
זו לא אשמתי.
לוקח לי זמן אין קץ לצאת החוצה.
2. אני הולך לאורכו של אותו רחוב.
במדרכה יש בור עמוק.
אני מעמיד פנים שאינני מבחין בו.
אני נופל שוב פנימה.
אני לא מאמין שאני שוב באותו המקום.
אבל אין זו אשמתי.
זמן רב עד שאצא החוצה.
3. אני הולך באותו רחוב...
במדרכה יש בור עמוק.
אני רואה אותו.
אני נופל לתוכו בכל זאת...מתוך הרגל.
עיני פקוחות.
אני יודע היכן אני נמצא.
זוהי אשמתי.
אני יוצא מיד החוצה.
4. אני הולך באותו רחוב.
במדרכה יש בור עמוק.
אני עוקף אותו מסביב.
5. אני הולך ברחוב אחר.

שיח :

נעבור על פני הפרקים השונים שבשיר ונבחן :

- מה קורה בכל פרק? במה שונה ההתמודדות עם הבור?
- עם איזה פרק מזדהים/ות יותר ועם איזה פחות?
- האם יש אפשרויות נוספות שלא מוצגות בשיר? אפשר לנסות ולכתוב פרק נוסף

נאמר שלכל אחד ואחת מאיתנו יש "בורות" בחיים –

- בקשו מהתלמידים לתת דוגמאות לבורות שהם מכירים (הבורות יכולים להיות מתחומים שונים : משפחה, לימודים, חברים/ות, יחסים עם ההורים ועוד)
- מהו הבור הפרטי שלכם, שאלו אתם נופלים מבלי לשים לב? איך נדע לזהות אותם?
- מהם הבורות שאליהם אתם נופלים אבל מצליחים לצאת מהם מהר?
- על אילו "בורות" התגברתם בעבר? איך זה קרה? מה למדתם בדרך?
- מהם הבורות שאליהם אתם נופלים ומאשימים אחרים?
- מהם הבורות שאתם מצליחים לעקוף?
- מה/ מי עוזר לי לצאת מהבור?

חלק ב'

המורה כותב על הלוח, בגדול, שלוש מילים : פסגה, בורות, כוחות.

שאלה : כיצד שלוש מילים אלה מתקשרות לשיח הקודם שלנו?

תשובה :

פסגה- מהו היעד שאליו ארצה להגיע?

בורות- מהן הבורות שעלולים להיות בדרכי?

כוחות- מי/מהם המשאבים שייסעו לי להתגבר על הקשיים על מנת להגיע "לפסגה".

סיכום : לכולנו יש דרך לעשות בכדי להגיע אל היעד. בדרך יהיו לא מעט מכשולים ובורות. חשוב שנדע להכיר בכוחות שלנו או במשאבים שעומדים לנו לעזר.

נסיים את השיעור בדבריו של דוד בן גוריון :

”כשהאדם עולה במעלה ההר

לא די שיראה מרחוק את הפסגה

הגבוהה וישא תמיד

עיניו לקראתה, עליו

לראות את השבילים

ולבדוק אם אין בדרכים

פתחים ובורות ואם ישנם

עליו להתגבר עליהם או לעקוף אותם

אחרת לא יגיע לפסגה”

מפגש מס' 4: גדר, כבשה ואיש עם בעיה - להתמודד עם קושי

קושי הינו חלק בלתי נמנע ממהלך החיים, כל אחד מאיתנו נאלץ להתמודד לא פעם עם קשיים בהזדמנויות שונות. חשוב שנדע לזהות את דפוסי ההתמודדות שלנו עם הקושי ושנשכיל להבין האם דרך זו מקדמת אותנו.

המורה יקריא את הסיפור הבא. יש ללוות את הסיפור במצגת.

https://docs.google.com/presentation/d/1SfBwalhf1JV_5ley8lqHhdUDNbz77cUh1sfu_uS_OFPU/edit?hl=iw#slide=id.p13

גדר כבשה ואיש עם בעיה – הסיפור המלא

לאיש אחד קטן הייתה בעיה אחת גדולה. בגלל שעבד כל הימים- חשב עליה כל הלילות. חשב כל כך הרבה – עד שלא הצליח להירדם. כך שבעצם היו לו שתי בעיות.

אבל לפחות לאחת הבעיות הייתה לו דרך לפתרון כי הוא ידע שאומרים שהשיטה הכי טובה להירדם- היא לספור כבשים. למרות שהוא עצמו עוד לא ניסה את הדרך הזו, החליט שזו ההזדמנות לנסות.

בהתחלה הכבשים הסתובבו לו סתם בחדר בלי שום כיוון ומטרה, והיה לו קשה לספור אותן, אז הוא החליט להציב להן גדר, באמצע החדר, ופשוט לספור אותן כשהן עוברות אותה. הוא הזמין אותן לעבור את הגדר, מאוד בנימוס, למרות שבעצם לא הייתה להן ברירה אחרת.

עכשיו גם לכבשים הייתה בעיה. הן התחילו לעבור את הגדר- אחת, אחת, ולמרות שכל כבשה נראתה בדיוק אותו דבר, והגדר נשארה אותה גדר, כל כבשה עברה אותה בצורה אחרת... הראשונה קפצה מעל הגדר, כמו שרואים בכל הספרים, כמו שכל כבשה צריכה לעשות כשהיא נפגשת בגדר. השנייה דווקא נדחקה מתחת. אחרת, כנראה מתוך ייאוש, או בגלל שחשבה שהיא מספיק חזקה, נכנסה עם הראש בגדר.

ואחת, החליטה לא להבחין כלל שיש בעיה של גדר. היו שם שתיים, קטנות, שטיפסו אחת על השנייה ועזרו זו לזו לעבור. ואחת שאספה את כל אלו שלא הצליחו לעבור וטיפסה עליהן. הייתה אחת שניסתה לחשב איך... ואחת שהתייאשה ולא הבינה בכלל- למה?! אחרת ניסתה לשכנע את השאר שהגדר לא נחוצה כלל. אחר כך הגיעה כבשה כמו כל הקודמות, רק עם סמל קטן על הישבן. ומשום מה הגדר, כשראתה אותו- הנמיכה את עצמה בהכנעה. הייתה כבשה שוויתרה על הצמר שלה וכך יכלה לעבור בקלות את הגדר (היא קיוותה שלא קר בצד השני...). הכבשה שאחריה- במקום לעבור את הגדר, ניסתה לדחוף אותה רחוק ככל האפשר.

עכשיו כבר נמאס לכבשים לחכות, וכולן עברו ביחד ורמסו את הגדר בלי קושי. כולן... חוץ מאחת שעצרה, לקחה צעד אחד אחורה וגילתה... שלפעמים יש דרך ממש פשוטה.

כל הכבשים הללו עניינו את האיש הקטן הוא המשיך לחשוב עליהן כל הלילה: איזו כבשה הכי חכמה, ואיזו הכי יעילה, ומהטוב בכל אחת, ומה רע... ומה הוא... ולמה... ונרדם.

שאלה : על מה מספר הסיפור? וכיצד הוא קשור לחיים שלנו?
תשובה : הסיפור מתייחס למצבים בהם אנו ניצבים בפני קושי או בעיה ומציע דרכים שונות להתמודד איתן. הגדר בסיפור מתארת קושי/ בעיה. הכבשה מייצגת אותנו ואת הדרך שלנו להתמודד עם קושי.

חלוקת דף "הכבשה והגדר שלי" ובקשו מהתלמידים-

סמנו V ליד כבשה/כבשים שהרגשתם הזדהות איתה

סמנו X ליד כבשה/כבשים שהייתם רוצים להידמות לה.

דיון במליאה :

לפני הדיון מומלץ לעבור על דרכי ההתמודדות השונות ולהבין כל אחת מהן

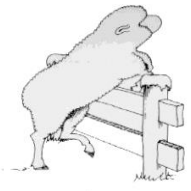
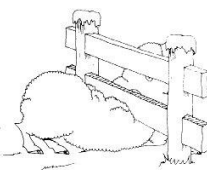


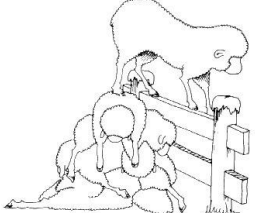
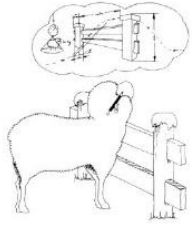
- עם איזו כבשה הרגשת הזדהות מיוחדת? מדוע?
- לאיזו כבשה היית רוצה להידמות? הסבר
- איזו כבשה נהגה נכון לדעתך? מה היו הרווחים/ המחירים להתנהגותה?
- איזו כבשה נהגה בצורה הכי פחות נכונה לדעתכם?
- איך אתם מתמודדים עם בעיה? איך לדעתכם אתם נראים בעיני האחרים בהתמודדות עם בעיה?
- תנו דוגמאות למצבים בהם אתם נוהגים כמו אחת מהכבשים?
- אילו עצות הייתם נותנים לכבשים בהתמודדות עם בעיה?
- מה למדתם מהסיפור?

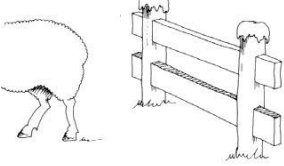
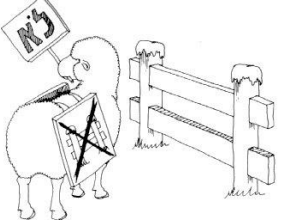
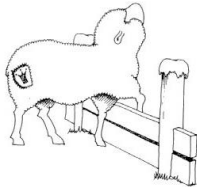
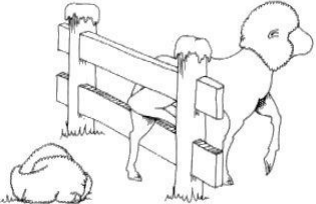
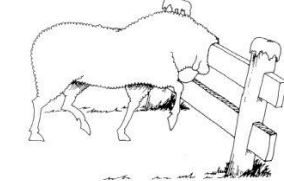
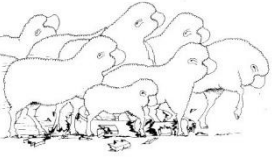
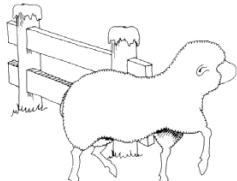
סיכום :

ישנן דרכים שונות בהן ניתן להתמודד עם קושי, למשל : התמדה, מאמץ והשקעה, כוח ואלימות, התעלמות, הכחשה, שיתוף פעולה, ניצול אחרים, שימוש בשכל הישר, ייאוש והרמת ידיים, וויתור ועוד.

לכל אחד מאיתנו סגנון התמודדות אחר ודרך אחרת לפעולה. על כל אחד מאיתנו לשאול את עצמנו מהו הרווח ומהו המחיר שיש לנו בכל בחירה שלנו. האם דרך ההתמודדות שלנו מקדמת או מעכבת אותנו? האם אנחנו פוגעים באחרים תוך כדי? האם אנחנו פוגעים בעצמנו או שאנחנו פועלים במודעות לשמור עלינו ולהגן על הסביבה שלנו?

גדר, כבשה ואיש עם בעיה

כבשה שהייתי רוצה להדמות לה...	כבשה שאני מזדהה איתה...		
		 <p>הראשונה קפצה מעל הגדר כמו שרואים בכל הספרים</p>	1
		 <p>השניה דווקא נדחקה מתחת</p>	2
		 <p>אחרת, נכנסה עם הראש בגדר</p>	3
		 <p>אחת העדיפה לא להבחין כלל שקיימת בעיה של גדר</p>	4
		 <p>אחת שאספה את כל אלה שלא הצליחו לעבור וטיפסה עליהן</p>	5
		 <p>הייתה אחת שניסתה לחשוב איך...</p>	6

כבשה שהייתי רוצה להדמות לה...	כבשה שאני מזדהה איתה...		
		 <p>ואחת שהתייאשה ולא הבינה בכלל... למה?</p>	7
		 <p>אחת ניסתה לשכנע את השאר שהגדר לא נחוצה בכלל</p>	8
		 <p>אחר כך הגיעה כבשה כמו כל הקודמות רק עם סמל קטן על הישבן. ומשום מה הגדר, כשראתה אותה, הנמיכה את עצמה</p>	9
		 <p>הייתה כבשה שוויתר על הצמר שלה</p>	10
		 <p>הכבשה שאחריה ניסתה לדחוף אותה, רחוק ככל האפשר</p>	11
		 <p>עכשיו כבר נמאס לכבשים לחכות, וכולן עברו ביחד ורמסו את הגדר בלי קושי</p>	12
		 <p>חוץ מאחת שעצרה, לקחה צעד אחד אחורה וגילתה... שלפעמים יש דרך ממש פשוטה..</p>	13

מפגש מס' 5: התמודדות עם כשלון

חווית הכשלון היא חוויה סובייקטיבית ואינדיווידואלית. כישלונות הם נחלת הכלל, גם של האנשים המצליחים ביותר. ייחוס כישלון לגורמים אישיותיים פנימיים, מרכזיים וקבועים, יוצר הרגשה קשה יותר מאשר ייחוס הכישלון לגורמים חיצוניים, צדדיים וחולפים.

מטרת הדיון בנושא היא ללמוד מה יש בחווית הכישלון שמשפיע בעוצמה רבה כל כך וללמוד כיצד להתמודד איתו.

חלק א'- המורה תכתוב על הלוח את המילה: כישלון ותבקש מהתלמידים להעלות כל מה שהמילה אומרת להם.

המורה תנהל שיח על הדברים שעלו. בדיון יש להתייחס לשתי נקודות הבאות:

- כל אחד מאיתנו חווה בחייו כישלונות.
- הכישלון הוא יחסי
- מה שנחשב כישלון אצל האחד, איננו בהכרח כישלון אצל האחר
- הכישלון הוא נקודה בדרך להצלחה.

חלק ב'- בקשו מהתלמידים להיזכר בחוויה אישית של כישלון

- מה קרה בסיטואציה?
- למה הדבר נחשב לכישלון בעיניך?
- מה הרגשת כשנכשלת?
- מי הבין אותך? מי יבין אותך?
- איזו חוויות של כישלון של אנשים אחרים אתה מכיר?
- מה אתה חושב שאנשים אחרים עושים במצב של כישלון?

דיון במליאה:

- האם יש תחומים שונים בהם קל יותר לקבל את הכישלון?
- האם אפשר לנצל כישלון באופן חיובי?
- האם כל כישלון תלוי בדך? מה זה אומר?
- האם ואיך הסביבה משפיעה על תחושת הכישלון שלך?
- מה עוזר לך להתמודד עם כישלון?
- האם להיכשל פירושו "להיות כישלון"?

<https://www.youtube.com/watch?v=qvNyxTsCk1k>

כתבה על ערב כישלונות.

מפגש מס' 6: אנשים מצליחים

המטרות:

התלמידים יכירו אנשים שהתמודדו עם קשיים וכישלונות בדרך להגשמת החלומות שלהם. שימו לב! השיעור יתקיים בספריה ובמרחב החיצוני של קומה ראשונה בבניין י'.

שלבים:

שלב ראשון:

התכנסות בספריה. ישיבה סביב שולחנות עגולים.
המורה יפתח את השיעור ויאמר שהיום נלמד שיעור חשוב לחיים באמצעות סיפורים של אנשים אחרים.
כל תלמיד או זוג תלמידים יבחר דף משימה בהתאם לנושאים שהוא מתחבר אליהם. לפי החלוקה הבאה (שימו לב- אין לומר לתלמידים את שמות האנשים, רק את הנושאים. החיפוש אחר האדם המתאים הוא שלהם...):

מנהיגים וממציאים		ספורט וצבא		מוסיקה ותקשורת	
ממציאים	מנהיגים	צבא	ספורט	תקשורת	מוסיקה
איינשטיין	דוד בן גוריון	אליס מילר	מורן סמואל	וולט דיסני	ביטלס
סטיב ג'ובס	מנחם בגין		מייקל ג'ורדן	אופרה וינפרי	אלביס
			מסי		

שלב שני:

התלמידים יצאו אל המרחב. בשלב הראשון יחפשו איש שמתאים לנושאים שבחרו, בשלב השני ימלאו את דף המשימה (ניתן בזוגות).
תלמיד שסיים את המשימה חוזר לספריה.

שלב שלישי: הצגת התוצרים ודיון:

מה המשותף לכל האנשים?

איך הם התגברו על המכשולים?

למי אתם הכי מתחברים?

הציטוט של מי הכי נגע בכם?

לסיים את השיעור בסרטון מוטיבציה-

<https://www.youtube.com/watch?v=OuKBMMjv0f8>

דף משימה בנושא מוסיקה ותקשורת

צא למרחב, ומצא את האנשים הקשורים לתחום המוסיקה. רשום מי הם :

_____ .1

_____ .2

מיהם האנשים הקשורים לתחום התקשורת והמדיה :

_____ .1

_____ .2

בחר אחד מהאנשים שכתבת את שמם, וענה על השאלות הבאות :

שם: _____

מי הוא היה? מה למדת עליו? מה היה ההישג שלו?

עם איזה קושי/ קשיים הוא התמודד?

מה אמרו עליו?

העתק את הציטוט שלו

עבודה נעימה!

דף משימה בנושא ספורט וצבא

צא למרחב, ומצא את האנשים הקשורים לתחום הספורט. רשום מי הם :

- _____ .1
- _____ .2
- _____ .3

מיהם האנשים הקשורים לתחום הצבא :

- _____ .1

בחר אחד מהאנשים שכתבת את שמם, וענה על השאלות הבאות :

שם: _____

מי הוא היה? מה למדת עליו? מה היה ההישג שלו?

עם איזה קושי/ קשיים הוא התמודד?

מה אמרו עליו?

העתק את הציטוט שלו

עבודה נעימה!

דף משימה בנושא מנהיגים וממציאים

צא למרחב, ומצא את המנהיגים. רשום מי הם :

_____ .1

_____ .2

מיהם האנשים הממציאים :

_____ .1

_____ .2

בחר אחד מהאנשים שכתבת את שמם, וענה על השאלות הבאות :

שם: _____

מי הוא היה? מה למדת עליו? מה היה ההישג שלו?

עם איזה קושי/ קשיים הוא התמודד?

מה אמרו עליו?

העתק את הציטוט שלו

עבודה נעימה!

מפגש מס' 7: סיכום – אנשים מצליחים ותכונותיהם

עזרים:

כרטיסיות עם שמות של אנשים מצליחים. ניתן לחילופין לחלק לתלמידים כרטיסיות ריקות ולאפשר להם לכתוב שמות של אנשים מצליחים או דמויות של מכרים אישיים, חברים ובני משפחה מצליחים.

מהלך הפעילות:

מפזרים את כרטיסיות על הרצפה. מבקשים מכל תלמיד לבחור דמות מהדמויות הכתובות. בסבב ישתפו התלמידים מדוע הם בחרו את הדמות המסויימת? מדוע לדעתם הצליחה דמות זו? (לנסות לברר התנהגויות שעודו הצלחה, סביבה תומכת, תכונות אופי וכו')

דיון:

- מה מסייע לאדם להצליח בחיים? מה עלול לעכב אותו? – כדאי לעודד שיתוף בסיפורים אישיים.

מתוך הדיון עורכים על הלוח רשימה של תכונות נדרשות לאדם המבקש לבנות את עתידו בכוחות עצמו (למשל: שאפתנות, עקשנות, כריזמה, סבלנות, בטחון עצמי, יוזמה, כישורים חברתיים, כוח סבל ועוד). האם התכונות הללו מולדות או נרכשות?

צפיה בסרטון "איך להצליח בחיים - 7 מאפיינים של אנשים מצליחים"

<https://youtu.be/-8nXCoumh0M>

או לחילופין הציגו את התכונות על הלוח.

עפ"י הסרטון אלו הם התכונות הנדרשות להצלחה:

1. הבנה ברורה של המטרה/ יעד שלהם
2. אמונה שהם ראויים ליעד
3. בטחון שהם מסוגלים להגיע ליעד/ למטרה
4. מלאי תשוקה
5. פועלים למרות הפחד
6. התמדה, גמישות

דיון:

- מה היו התכונות?
- באיזה אופן התכונות הללו יכולות לקדם את האנשים?
- אלו מהתכונות יש בכם? כיצד ניתן לרכוש/ לפתח תכונות שלא קיימות ב?

סיכום: בעידן החדש שבו העתיד אינו ברור, חשוב לפתח מיומנויות של הצלחה. מיומנויות אלו יכולות לבוא לידי ביטוי בכל תחומי החיים, לכן חשוב לא לחכות שנדע מה נרצה לעשות בחיים, אלא להתחיל להתאמן ולפתח את המיומנויות הנדרשות הללו כבר היום!