



פתרון בעיות וקבלת החלטות

רציונל

יום-יום מתמודדים בני אדם עם שורת בעיות מסוגים שונים ועם הצורך לקבל החלטות ברמות שונות. המרכיב המרכזי בתהליך קבלת ההחלטות הוא הצורך לבחור במהלך רצוי מבין חלופות אחדות אפשריות. ניתן להגדיר כל התמודדות עם בעיה כקושי בבחירה בין פתרונות אפשריים. על כן קבלת החלטות היא שלב מהותי בתהליך של פתרון בעיות.

קבלת החלטות היא פרי תהליך מורכב, שבו פועלים הדדית משתנים אחדים. חלק מן המשתנים – סובייקטיביים, והם קשורים לאדם המחליט, לתכונותיו, להעדפותיו, לסגנונו ולתפיסתו את המצב, וחלקם – אובייקטיביים, ונובעים מאילוצי המצב ומאופי ההחלטה העתידה להתקבל. בכל עיון בתהליך קבלת החלטות ופתרון בעיות חייבים להתייחס לכל מערכת הגורמים המשפיעים עליו ולקשרי הגומלין שביניהם.

בספרות המחקרית פותחו מודלים שונים לקבלת החלטות ולפתרון בעיות, ששאבו את השראתם מעולם המדע, הכלכלה והמשחקים. מודלים אלה מבוססים על ההנחה, שהאדם המתלבט פועל תמיד בהיגיון, שואף להשיג את סרב הרווחים, ומסוגל לעבד נתונים ללא הגבלה. בדיקת תהליכי החשיבה האנושית מלמדת אותנו, שהחשיבה אינה חופפת בהכרח את חוקי הלוגיקה. והראיה לכך – אנשים שונים מקבלים החלטות שונות במצבים דומים.

לעיתים מקבל האדם החלטות שאינן מסתמכות על מודל לוגי, והן תוצר של מנגנונים אחרים כגון: הרגל, מנגנוני הגנה, תגובה לדיסוננס קוגניטיבי וכד'.

למרות הניסיון להבנות את תהליך קבלת ההחלטות על מודלים אובייקטיביים, חשוב להדגיש את הסובייקטיביות בתהליך. גם איסוף הנתונים, שהוא לכאורה אובייקטיבי, עובר סינון סובייקטיבי, המתבטא בפרטים שהאדם יתייחס אליהם כאל עיקר – ויציב אותם ב"דמות" מול הפרטים המשניים שיכניס ל"רקע".

הכרת תהליכים אלו הם שלב חשוב בהעשרת הידע של התלמידים בתחום קבלת החלטות. פרק זה יעסוק בהארת הקשיים הנלווים לשלבים השונים בתהליך של פתרון בעיות וקבלת החלטות, ובפיתוח מיומנויות רלוונטיות להתמודדות בשלבים השונים:

- א. **הגדרת הבעיה** - מה מקשה על ההגדרה, ובאילו כלים מתמודדים עם קושי זה, וכיצד?
- ב. **ראיית הבעיה מזוויות שונות** - הבנת הצורך בשינוי הפרספקטיבה לשם יצירת ראייה מקיפה של הבעיה, ולשם הגמשת היכולת לאתר לה חלופות שונות.
- ג. **פיתוח מיומנות של שאילת שאלות** ככלי מרכזי בחקירת הבעיה בכל שלביה, ובפיתוח חשיבה ביקורתית.
- ד. **הגמשת החשיבה** - פיתוח חשיבה יצירתית ככלי חשוב בפיתוח יכולת גמישה לראות חלופות שונות לפתרון.
- ה. **מצבים המזמנים קבלת החלטות** - אימון בקבלת החלטות במצבי חיים שונים שבהם נתקלים התלמידים.

מטרות

התלמידים:

1. יכירו תהליכי תפיסה וחשיבה, המשפיעים על תהליך קבלת החלטות.

2. יגדירו את הבעיה על סמך נתונים, ויסקדו אותה באופן שניתן יהיה לראות את השלם ולא דווקא את סך הפרטים השונים.
3. יבינו שניסוח שאלות הוא כלי חקירה של בעיה.
4. יתרגלו את המיומנות של שאילת שאלות בשלבים שונים של תהליך פתרון הבעיה וקבלת ההחלטה.
5. יתנסו בשינוי פרספקטיבות בבחינה של בעיה נתונה.
6. יכירו בחשיבות של הגמשת החשיבה בתהליך פתרון בעיות וקבלת החלטות, ובתרגול בה.

פעילות זו עוסקת בקשיים הנובעים משורה של הנחות לא הגיוניות שמחזיק בהן האדם. הנחות אשר עלולות להפריע לו להגיע לידי החלטה. לציתים נובעים הקשיים ממצבי לחץ וחרדה הנלווים לתהליך ועלולים לגרום להיסנעות מקבלת החלטה על-ידי דחייה או להפך - לקבלת החלטה מהירה כדי להיפטר מהתהליך הקשה והמייגע.

מהלך:

1. התלמידים יקבלו דף היגדים ובו הנחות שונות המשפיעות על ההתמודדות עם תהליך קבלת ההחלטות.

כולנו מתבקשים לפעמים להחליט ולעיתים מגלים קושי לעשות זאת.

ההיגדים הבאים נאמרו על-ידי ילדים שניצבו בפני בעיה והתקשו להחליט:

קראו בעיון את ההיגדים.

סמנו X ליד המשפטים, שגם אתם אמרתם פעם, או שמתוך היכרות עם עצמכם מתאים לכם להגיד.

- אני חושש/ת, שאחליט החלטה לא נכונה, ולכן אינני מחליט/ה.
- רק כשאהיה בטוח/ה שהחלטתי מושלמת, רק אז אחליט.
- זו בעיה קשה כל-כך, שאין לה פתרון. אני מרגיש/ה לכוד/ה במלכודת.
- אני פוחד/ת להיכשל.
- לבעיה זו יש רק פתרון אחד, והוא בלתי אפשרי, לכן אין מסנה מוצא.
- אינני יכול/ה להחליט, אבקש ממישהו אחר להחליט במקומי.
- אינני צריכ/ה לברר מידע כי כבר החלטתי.
- אני סומכ/ת על המזל - אטיל מטבע וחסלו.
- אם אתעלם מהבעיה, אני סאמינ/ה שהיא תחלוף.
- אני שונא/ת להתלבט, לכן אני מחליט/ה מהר.
- אני מתלבט/ת ומתלבט/ת... ומחכה עד הרגע האחרון, שלא תהיה לי ברירה.
- קשה לי להחליט, כל רגע אני משנה את דעתי.
- כשאני מחליט/ה אני חושב/ת תמיד שלו הייתי מחליט/ה החלטה אחרת, היא הייתה נכונה יותר.
- אינני אוהב/ת להיות כמו כולם, לכן אני מחליט/ה דברים שיאפשרו לי להיות שונה.
- כולם מצפים ממני שאחליט בדרך אחת.

2. שאלות לדין

- מה למדתם על עצמכם מהתנסות זו?
 - כיצד עלולים משפטים אלה להפריע בתהליך קבלת החלטות?
 - נסו לשנות הנחות אלו להנחות שאינן מפריעות.
3. בכיתה או בעבודת בית יציירו התלמידים תמרורי אזהרה (מה לא לעשות) ותמרורי הוראה (מה כן לעשות) כשנתקלים בבעיה וצריך לקבל החלטה.

מפגש מס' 17 להכיר את הגורמים השונים

המשפיעים על פתרון בעיות ועל קבלת החלטות, ואת הקשיים השונים בתהליך

אנשים שונים מקבלים החלטות שונות במצבים דומים. אמירה זו מרמזת על מורכבותו של תהליך קבלת ההחלטות, שבו פועלים משתנים אחדים. תהליך זה הוא סובייקטיבי בעיקרו, והוא קשור לאדם המחליט, לתפיסת עולמו להעדפותיו, לסגנונו האישי ולאופן שבו הוא תופס את המצב הנתון. מודעות למשתנים אלה ולאופן שבו הם משפיעים על התהליך עשויה להבהיר את הקשיים בפניהם ניצב האדם שנדרש להחליט. בין המשתנים ניתן למנות: מידת אי-הוודאות, מידת המורכבות של הבעיה, מסגרת הזמן הנתונה כדי להחליט, הסיכון שבהחלטה וכד'.

במפגש זה נציג כמה התנסויות קצרות שימחישו לתלמידים גורמים שונים המשפיעים על קבלת החלטות.

מהלך:

1. הסורה תציג בפני התלמידים את תמונת העלמה והזקנה, ותבקש מהתלמידים לרשום מה מצויר בתמונה.



2. סביר שחלק מהתלמידים יבחינו בעלמה וחלק יבחינו בזקנה.
2. התלמידים יציעו הסברים לקשר בין ההתנסות לבין קבלת החלטות.

ההתנסות ממחישה עיקרון בתפיסה הנקרא דמות ורקע. על-פי עיקרון זה יכול האדם להתמקד רק בחלק מהפרטים בתמונה, ושאר הפרטים הופכים לרקע. גם בתהליך קבלת החלטות אין אפשרות לראות את כל הפרטים. הבחירה באילו פרטים להתמקד ולהופכם לדמות ומאילו פרטים להתעלם ולהעבירם לרקע, קשורה למשתנים סובייקטיביים המשפיעים עליה.

3. התלמידים ירשמו לצצמם דוגמאות של בעיות שאתן התמודדו בעבר, ושביצעבד התברר להם שהבחינו רק בחלק מהפרטים ומהאחרים התעלמו. (אפשר כעבודת בית)
4. הסורה תציג את לוח הריבועים הבא:

- בשלב א:** תינתן להם הנחיה זו: "הסתכלו בלוח הריבועים ואמרו מהר כמה ריבועים בתמונה?"
- בשלב ב'** תינתן להם הוראה זו: "עבדו לאט ורשמו כמה ריבועים בתמונה?"

בתגובה מהירה מזהים התלמידים 16 ריבועים בתמונה. בתגובה איטית ניתן למנות 30 ריבועים. התנסות זו ממחישה את הטעות שניתן לשגות בה בפתרונות מהירים.

5. התלמידים ידונו בקשר שבין התנסות זו לבין תהליך קבלת החלטות ופתרון בעיות.

מתן פתרון מהיר לבעיה יעיל, לעיתים, במצב חירום, שבו נדרשת החלטה מהירה. סיכוייה של החלטה מהירה להיות שגויה גבוהים. תגובה מהירה אינה מאפשרת התייחסות רחבה ומעמיקה לפרטים, ומתעלמת, לעיתים, מפרטים חיוניים שהיו יכולים להתברר לו היינו משהים את התגובה וחושבים עוד רגע.

6. התלמידים יביאו דוגמה בכתב או בעל-פה סניסיונם בהחלטה מהירה שנמצאה בדיעבד כשגויה.
7. התלמידים יקבלו לקריאה את הסיפור "חמשת העיוורים", שהוא שיחה הודית, על-פי לב טולסטוי, ויתבקשו לבדוק מדוע נכשלו העיוורים בהגדרת המכשול.
8. התלמידים ידונו בקשר שבין הסיפור לבין תהליך קבלת החלטות.

שלב ראשון בפתרון בעיה הוא הגדרתה. לעיתים, ריבוי הפרטים בבעיה מקשה על ההבחנה במוקד שלה. לעיתים, עלינו להביט על הסיטואציה במבט-על כדי שנוכל לראות את הבעיה בשלמותה.

* ועדיה ד' וחובריה, הודו, (התשל"ז)

שאילת שאלות היא כלי עזר חשוב בכל השלבים בתהליכים של פתרון בעיות ושל קבלת החלטות.
 שאילת שאלות היא מיומנות על-דיסציפלינרית, ואינה ייחודית למקצוע לימוד מסוים. שליטה במיומנות זו תסייע לתלמידים בשיפור תהליך הלמידה שלהם בכלל.
 חידוד היכולת לשאול שאלות ברמות שונות הוא הבסיס לפיתוח מיומנות חקר. ברמה הראשונה ינוסחו שאלות על עובדות ועל פרטים.
 ברמה השנייה ינוסחו שאלות של קישור בין עובדות.
 ברמה השלישית ינוסחו שאלות הדורשות הכללות, הבנת עקרונות ותהליכים, הסקת מסקנות, הערכה וביקורת.
 מטרת המפגש היא ללמד את התלמידים להפיק שאלות ברמות שונות המתאימות לשלבים השונים בתהליך פתרון הבעיות.

מהלך:

1. בסיצור מוחות יעלו התלמידים סילות שאלה. בכיתה ייבנה מאגר של סילות שאלה. התלמידים יבררו איזה סוג של סידע ניתן לקבל באמצעות סילות השאלה השונות (לדוגמה: מתי - זמן; לשם מה - מטרה).
2. התלמידים ירשמו לעצמם בעיה שהם מתמודדים אתה, או שתיבחר בעיה אחת המטרידה את הכיתה וכולם יצסקו בה.
3. באמצעות מאגר סילות השאלה ינוסחו שאלות שונות על הבעיה.
 יש לשאול שאלות ברמות שונות - שאלות על עובדות, כגון: של מי הבעיה? מתי החלה הבעיה? מה אני יודע על הבעיה? שאלות המכוונות לתיאור הבעיה.
 שאלות ברמה של חיפוש קשרים בין העובדות, כגון: מה הקשר בין...? באילו נסיבות...? מה הרצף בין המרכיבים השונים?... מהו היחס בין המרכיבים השונים של הבעיה?
 שאלות ברמה של הסקת מסקנות, של חשיפת העקרונות, כגון: כיצד תשתנה הבעיה אם ישתנו הנסיבות?
4. התלמידים יקבלו דף שעליו רשומים השלבים השונים של תהליך פתרון הבעיה וקבלת ההחלטה. הם ינוסחו שאלות הנחיה לכל שלב.

תיאור הבעיה והגדרתה

- מה אני יודע על הבעיה?
- איזה מידע על הבעיה חסר לי?
- אילו ניסיונות עשיתי עד עכשיו כדי לפתור את הבעיה?
- מה חסם אותי עד עכשיו בדרך לפתרון?
- האם ניתן למצוא יתרונות עבורי לבעיה, שיסבירו את אי-יכולתי לפתור אותה בשלב הזה?

הצגת חלופות לפתרון הבעיה

- איזה פתרון אידיאלי אני רואה לבעיה?
- מה יכול להפריע לי להשיג פתרון זה?
- אילו חלופות אפשריות לפתרון הבעיה אני מזהה?

איסוף מידע על כל חלופה בנפרד וניתוחו

- איזה מידע יש לי על חלופות אלו?
- איזה מידע אני מחפש על חלופות אלו?
- מהם מקורות המידע שיש לי? מהי מידת האמינות של מקורות אלו?
- מתי אדע שיש לי מידע מספק על כל חלופה?
- מה ההשערה שלי על התוצאה הצפויה מבחירת החלופה?
- מהי מידת הסיכון בבחירת החלופה?

שקילה בין החלופות

- מה המשמעות של כל חלופה עבורי?
- במה שונות החלופות זו מזו?
- באילו תנאים יש יתרון או חיסרון לחלופה אחת על פני חלופה אחרת?
- מהם הרווח וההפסד עבורי בכל חלופה?

קבלת ההחלטה

- מתי אבצע את ההחלטה?
- אילו מטרות אציב לעצמי בדרך לביצוע ההחלטה?
- על-פי מה אדע שביצעתי את ההחלטה?

ביצוע ההחלטה

- מה יכול להפריע לי בביצוע ההחלטה?
- אילו פרטים עלי לדעת כדי לבצע למעשה את ההחלטה? למשל אל מי לפנות? באילו שעות? מה עלי להביא? עם מי אצטרך לדבר?

משוב

- האם הוגדרה הבעיה ונקבעו המטרות שרוצים להשיג?
- האם נבדק באורח יסודי מגוון רחב של קווי פעולה אפשריים?
- האם נאסף מידע על החלופות בהיקף משביע רצון?
- האם נשקלו המחירים והסיכונים הכרוכים בתוצאות השליליות או החיוביות שיכולות לנבוע מכל חלופה?
- האם הייתה התייחסות למידע רלוונטי לאורך כל התהליך, או האם התעלמו ביודעין מסידע שהפריע לתהליך?

מפגש מס' 19 כיצד מגמישים את החשיבה?

היכולת להעלות כמה פתרונות שונים לאותה בעיה, והיכולת לזהות חלופות שונות להחלטה שעומדים לקבל, תלויות בגמישות המחשבתית. פעילות זו תנסוק בתרגול להגמשת החשיבה.

מהלך:

1. התלמידים יתבקשו לרשום עשרה שימושים לנייר עיתון. בשלב השני יתבקשו להוסיף עוד חמישה שימושים, ובשלב השלישי להכפיל את הרשימה.

היכולת למצוא שימושים מגוונים לנייר עיתון מתאפשרת בעזרת שחרור מדפוס חשיבה אחד והפעלתו של אחר. ככל שמגוון עולמות התוכן, שמתוכם נובעים השימושים השונים, יהיה גדול יותר, כך נוכל להצביע על גמישות רבה יותר של החשיבה. גמישות החשיבה היא תנאי לחשיבה יצירתית, העשויה לעזור במציאת חלופות לפתרון בעיות.

2. על הלוח ייאספו השימושים השונים שהוצעו על-ידי הילדים. המאגר יהיה, כמובן, גדול יותר מהרשימות של היחידים בקבוצה, ויצביע על הפוטנציאל הטמון בהעלאת רעיונות בקבוצה.

3. חשיבה יצירתית על בעיה שואבת את ההשראה לפתרונות מסקורות רבים ומגוונים ומעבדת אותם, חשיבה של "גם וגם", בניגוד לחשיבה על בעיה המציבה בחירה בין שני פתרונות בלבד - "שחור או לבן".

התלמידים ידונו בחשיבותה של החשיבה היצירתית בתהליך פתרון בעיות וקבלת החלטות.

4. התלמידים יביאו דוגמאות לבעיות שפתרו בדרך של "גם... וגם", או יציגו בעיות שנתפסו על-ידם בחשיבה של "או... או", ויהפכו אותה לחשיבה של "גם... וגם".

5. בקבוצות יציעו הילדים רעיונות נוספים, כיצד ניתן לאמן את החשיבה כדי שתהיה גמישה יותר.

מפגש מס' 20 מצבים המזמנים קבלת החלטות - ניהול תקציב אישי

רוב הילדים בכיתה ה' כבר מנהלים לעצמם קופת דמי כיס. רבים רוכשים באופן עצמאי אביזרי לבוש אופנתיים, ציוד ללימודים ומשחקים, הפתעות, כיבוד ואביזרים למסיבות, מתנות לחברים, ציוד וקינוחים לטיולים, ועוד...
חלק מן הרכישות של ילדים בכיתה ה' נערכות בקבוצות של חברים. במסגרת היכרות עם תהליכי קבלת החלטות, נייחד מפגש זה לעיסוק בתקציב האישי.
חשיבת חיזוי נחשבת למיומנות המרכזית בעת קבלת החלטות. ניהול תקציב מזמן אימון במיומנות זו.

מתאים לכם משהו...

**אתם נראים בזה...
זו המילה אחרונה ג...**

**ילדי האלף השלישי הם אלה שקונים...
כאן זה מבצע אמיתי... קונים שניים מקבלים אחד חינם!!!**

אני חייב להופיע פיגוע!!! המסיבה מחר...

**אני חייבת לעצמי קצת כסף...
תמיד קונים לאחרים, גם לי מגיע...**

הכסף שלי ואני מחליט/ה...

מטרות

התלמידים:

1. יבחינו בין רכישות הכרחיות לבין רכישות אפשריות אך לא הכרחיות.
2. יעריכו את תרומת דחיית הסיפוקים בבואם לנהל תקציב.
3. ילמדו לצפות הוצאות עתידיות, ולתכנן את מהלכיהם בענייני כספים.

מהלך:

1. בקבוצות, יספרו התלמידים על הוצאותיהם וירשמו את הפריטים שעבורם שילמו באופן עצמאי בחודש האחרון.
 2. התלמידים ימיינו את הרכישות (בילוי, מזון, מתנות, ציוד לימודי, לבוש, אביזרי אופנה...).
 3. התלמידים ידרגו לעצמם ויסמנו בשלושה צבעים את מידת ההכרחיות של כל רכישה - מן ההכרחי ביותר ועד לבלתי הכרחי.
3. לגבי הרכישות הבלתי הכרחיות - נשחזר את הסיטואציה שבה נעשתה הרכישה:
- מה היו הדברים שהחברים, ההורים, המוכרים אמרו לכם, ששכנע אתכם לקנות?
 - הפרסומות של המוצר - מה הן שידרו לכם?
 - השוואת מחירים בין שני מקורות רכישה הוכיחה ש...
 - מה היו הדברים שאמרתם לעצמכם שהביאו לידי ההחלטה לקנות? (בכיתות של ילדים שכבר מכירים את ה"טעויות בחשיבה האוטומטית", זו הזדמנות להתאמן בתיקונה...).
 - מה מכל אלה גרם לכם לשלוח יד אל המדף ולרכוש את המוצר?

- דירגתם את הרכישה כפחות הכרחית. האם כעת בעמדתכם מול המוצר בחנות, הייתם מסוגלים להחזיר את היד, ולוותר על הרכישה הזו?
- 4. ייערך דיון שבו תוביל ההנחה, (אולי יצוין) כי לא כל רכישה מצדיקה תהליך מדוקדק שכזה, משום שהיא פצוטה או חסרת השלכות לטווח ארוך מבחינה כספית.
- 5. נשתמש **במודל לקבלת החלטות** עבור **רכישה** כלשהי:
 - רכישת מתנה לילד שעורך בביתו את מסיבת יום ההולדת שלו (מתקציב הכיתה).
 - רכישת אביזר למחשב האישי, או לציוד אלקטרוני אחר...
 - רכישת חולצה אופנתית לקראת מסיבה צפויה...

הנה השלבים בתהליך ההחלטה:

1. **הגדרת** הצורך ברכישה מסוימת (הקושי, הרצון ב...מה אנו צריכים ולשם מה?).
2. **בדיקת** מגוון של אפשרויות למילוי הצורך הנ"ל.
3. **שקילת** המחיר והרווח של כל חלופה באמצעות **חשיבת חיזוי**: "אם...אז...", תוך כדי חיפוש מידע חדש... (מאילו מקורות נשאב עוד מידע אמין? השוואת מחירים בין חנויות שונות).
4. **חזרה ובדיקה** של התוצאות החיוביות והתוצאות השליליות של כל חלופה (במי נתייעץ, כיצד נבחין במידע אמין?).
5. **בחירה בחלופה** אחת שהיא הכדאית.
 - א. **הוצאה לפועל** של הבחירה שעליה הוחלט (ביצוע).
 - ב. **הערכה** של תהליך ההחלטה ושל התוצר (כיצד החלטנו? מה היה הדבר המשפיע ביותר? איזה שלב מהשלבים הנ"ל היה החשוב ביותר? והרכישה עצמה - כיצד אנו מעריכים אותה כעת?).

מוצע, כי כל קבוצה תבנה לעצמה את תהליך קבלת ההחלטה ביחס לרכישה. ניתן לתרגל רכישה עבור משימה כיתתית כלשהי, או לחלופין, רכישה אישית בדרך של שחזור החלטה שכבר מומשה, או החלטה צפויה. כדאי לשים דגש בעיקר על מקורות מידע, ועל שיקול הדעת "אם... אז..." - שבו טמונים איפוק ודחיית סיפוקים. יש לציין, כי נושא הצרכנות הנבונה הנרמז כאן מוצע לעיבוד ולהרחבה, כמו גם העמידה בפיתויים ובהשפעות של הפרסומות (כמו ה"טרנדים" והלחץ החברתי לקונפורמיות שאליו מתייחסים פרקים אחרים).



מפגש מס' 21 מצבי חיים המזמנים קבלת החלטות בעת סכנה ואיום

קבלת החלטות במצבי סכנה ואיום אינה מאפשרת עריכת תהליך מחושב ואיטי שבו נבדקות כל החלופות. במצבים כאלה נקודת המוצא היא תחושות הבטן של האדם המכוונות תהליך שאמור להתבצע במהירות. חשיבה מראש על קבלת החלטות במצבי סכנה, כאשר הסכנה אינה מאיימת בפועל, עשויה לשמש עבור התלמיד עוגן לפעולה מהירה, מעין תפריט ידוע מראש להתנהגות בשעת סכנה או מצוקה.

מהלך:

1. הכיתה תחולק לקבוצות בנות 5 עד 6 תלמידים. התלמידים יקבלו את מודל קבלת ההחלטות (מודל הצעדים)*.

מודל "הצעדים" לקבלת החלטות



* מודל הצעדים "כישורי חיים" לכתות ה-10 (תשנ"ז), שפ"י, אגף ת"ל משרד החינוך בעמ' 452.

כל קבוצה תקבל כרטיס אירוע.

2. התלמידים יתמקדו בכל אירוע בתחושת הבטן שהוא מעורר בהם וייעזרו בה על סנת לאתר את הסכנות ואת מצבי האיום הגלומים באירוע. בהמשך, הם יבדקו פתרונות שונים למצבים האלה על-פי מודל הצעדים.

3. התלמידים יציגו בפני המליאה את האירועים שחיברו ואת הפתרונות לבעיות המוצגות בהם.

4. דיון

- מה הקשר בין תחושות בטן לבין איתור מצבי איום או סכנה?
- המשותף והשונה במצבים שונים - כגון: מצבי שוחד ופיתוי, מצבים המאיימים על ערך ה"עצמי", הפעלת לחץ חברתי ועוד.
- מה משותף לפתרונות ההתמודדות שהוצעו?
- מה יכול לעזור לכם אם תקלעו למצבים דומים?

אירוע 1

תמי, ירון וגיא חזרו מחוג המחשבים בשעה 7:30 בערב. תמר, שרצתה להספיק לראות את תכנית הטלוויזיה האהובה עליה, נפרדה מחבריה ורצה במהירות בשדה המפריד בין המתנ"ס לבין ביתה.

אירוע 2

באחרונה רינה שמה לב, שבעל המכולת בשכונתה משרת את כל הלקוחות בחנותו, והיא תמיד נשארת אחרונה. אחרי שכולם הולכים, הוא מתפנה לשרתה. הוא תמיד נותן לה חפיסת שוקולד או מסתק אחר, ותוך כדי חיבוק וליטוף על ישבנה הוא אומר: "היה כדאי לחכות, נכון?"

אירוע 3

יואב התקשה בלימודי המתמטיקה, ולכן התחיל לקבל שיעורי עזר פרטיים מאיתמר, סטודנט צעיר באוניברסיטה. יואב מרגיש את עצמו מושפל. בכל פעם שאינו מצליח לפתור תרגיל, איתמר כועס עליו, קורא לו "טמבל", "ראש בלטה" ו"אידיוט".

אירוע 4

מיכל שמה לב שמר לוי, השכן בבית שממול, מביט בה באופן מוזר. באחרונה אף החמיא לתסרוקתה החדשה. מיכל חשה גאווה במיוחד, כאשר ערב אחד הציע לה להצטרף אליו לצפות בסרט וידאו בביתו.

אירוע 5

במסיבת יום ההולדת של אמיר בערב שבת, החליטו החברים לשחק "אמת או חובה". דני אמר: "חובה על מיכל להוריד את החולצה". כל הבנים סחאו כף בשמחה ואמרו: "מיכל, את מוכרחה, אלה חוקי המשחק".



אירוע 6

יניב ועומרי חברים טובים הלומדים באותה כיתה בבית-ספר "האלונים".
הם נפגשים מדי יום אחר-הצהרים במגרש המשחקים במתנ"ס.
יום אחד, לאחר משחק הכדורסל, הציג יניב לעומרי "בוא איתי אל מאחורי אולם
הספורט, נעשה כיף".
כשהגיעו למקום הוציא יניב מהתיק קופסת דבק מגע ושפך את תוכנה לתוך שקית
ניילון. הוא הצמיד את השקית לפנים ושאף את האדים. עומרי היה מופתע, מחשבות
התרועעו במוחו.
יניב הושיט את השקית לעומרי ואמר: "קח גם אתה, כדאי לך, זה כיף, תרגיש
קול...".

מספר?



מפגש מס' 22 מצבים המזמנים קבלת החלטות

לספר או לא לספר

קיימים מצבים, בעיקר מצבי סיכון ופגיעה, המחייבים היעזרות במבוגר משמעותי על מנת לשנות מציאות שהיא קשה עבור התלמיד. חשיבות ההיעזרות במבוגר אינה צומדת בסתירה לחשיבות פיתוח העצמאות של התלמיד, אלא משלימה אותה. מפגש זה מחדד את המצבים שבהם היעזרות במבוגר היא חיונית.

מהלך:

1. התלמידים יקראו את סיפור האירוע על אמיר א' ועל אמיר ב' ויתייחסו אליהם.

לאמיר נולד אח קטן. חמש פעמים בשבוע מגיעה המטפלת לטפל באחיו הקטן עד אשר אמו חוזרת מן העבודה. כבר מן ההתחלה החלה המטפלת להעליב את אמיר ולפגוע בו. היא מדברת אליו בכעס, קוראת לו "אפס" ו"טיפש", ונותנת לו כל הזמן הוראות. השעות שבין 16:00 ל-13:00 - הופכות עבורו חמש סיוט. בזמן האחרון, מדי יום לקראת סוף הלימודים בבית-הספר הוא חש כאבי בטן, מרגיש בחילה ופוחד לחזור הביתה.

אמיר אינו יודע אם לספר את הדבר להוריו, בעיקר משום שהוא שומע את אמו מהללת את המטפלת בפני חברותיה.

להלן שתי תגובות שונות לאותו אירוע:

אמיר א' מחליט לספר להוריו.

אמיר ב' מחליט לא לספר להוריו.

2. האירוע מציג מצב לחץ שבו נתונים אמיר א' ואמיר ב' כתוצאה מפגיעה בהם על-ידי מבוגר.

ההתמודדות השונה שלהם מעידה על **פרשנות** שונה שכל אחד מהם נותן לאירוע.

א. אילו היה אפשר להקליט את "הדיבור" הפנימי של כל אחד משניהם:

■ אילו משפטים היה אומר לעצמו אמיר א'?

■ אילו משפטים היה אומר לעצמו אמיר ב'?

ב. מה יכול לשכנע את אמיר ב' לספר על האירוע?

ג. אילו **משאבים פנימיים** או **משאבים חיצוניים** יכול אמיר ב' לגייס כדי להתמודד עם המצב?

דוגמאות ל"דיבור פנימי" של אמיר א'

■ אני לא אשם, זו המטפלת שמתנהגת לא בסדר.

■ זה לא מגיע לי, אני שווה לא פחות מכל ילד אחר.

- אין לאישה הזאת זכות להרוס לי את השמחה.
- זה שהיא מבוגרת זה לא אומר שמותר לה להתייחס אלי בצורה כזו.

דוגמאות ל"דיבור פנימי" של אמיר ב'

- אני חושב שאולי אני באמת אפס.
- אני חושב שלא יאמינו לי - כי כולם חושבים שהמבוגרים תמיד צודקים.
- יחשבו עלי שאני ילד שלא מסתדר עם אנשים.

3. התלמידים יכתבו דיאלוג "דמיוני" בין אמיר א', שסיפר על אודות האירוע, לבין אמיר ב' שחושש לספר.

הערה, אמיר א' ואמיר ב' המיוצגים באירוע כשני ילדים שונים, יכולים להיות גם שני קולות של אותו ילד.
--

4. איזה אמיר "יצמח" לאחר הסיפור להורים?

הלשנה או גילוי אחריות

מפגש זה יעסוק בהבדל שבין המושג הלשנה לבין גילוי אחריות כלפי חבר. ההתייחסות למושגים אלה תהיה באמצעות סימולציה - "משפט מדומה". במהלך "המשפט" יתחלפו בתפקידיהם הטוענים לכל צד. עניין זה חשוב כדי למנוע מצב שבו ייקבעו התלמידים באחת העמדות.

מהלך:

1. סיפור הפגישה ייקרא בקול רם בכיתה.

הפגישה

דנה וגילי הלכו, על-פי הוראת המורה, לביתה של חגית שנעדרה מבית-הספר, כדי לדווח לה על שיעורי-הבית. בעומדן בפתח דלת הבית, הן שמעו צעקות של סבוגר הכועס על חגית: "איפה השלט של הטלוויזיה?", כעבור שניות אחדות נשמעה חבטה, חפץ נשבר, וקולה המתחנן והבוכה של חגית: "אבא, בבקשה... לא... אני לא לקחתי...". דנה וגילי התרחקו בבהלה, ומבעד לחלון הן ראו את אביה של חגית מניף בידו חגורה... שתיהן ברחו מהמקום.

למחרת, בבית-הספר, הן פגשו את חגית וסיפרו לה, שאמש הגיעו אליה, שמצו את הצעקות ופחדו להיכנס.

חגית התחננה שלא יספרו על כך לאיש, והן הבטיחו לה לשמור זאת בסוד.

דנה וגילי התלבטו מה לעשות, ונפרדו בלי החלטה.

דנה סיפרה לאמה מה שראתה, והתייעצה אתה מה אפשר לעשות למען חגית. גילי, לעומת זאת, החליטה לקיים את ההבטחה שלהן לחגית ולא לספר לאיש.

2. הכיתה תתחלק ל-3 קבוצות:

- קבוצה א' - תצדד בעמדתה של דנה.
- קבוצה ב' - תצדד בעמדתה של גילי.
- קבוצה ג' - השופטת.

3. כל קבוצה תכין את טיעוניה במשך 10 דקות. קבוצת השופטים תכין שאלות לכל קבוצה במטרה להכריע בדיון.

4. כל קבוצה תציג את טיעוניה, והשופטים ישאלו את חבריה שאלות הבהרה במשך כ-3 דקות (לקבוצה).



5. בשלב זה יתחלפו ביניהם הצדדים הטוענים, ויכינו טיעונים שלא נשמעו עדיין. משך עבודת ההכנה - 5 דקות.
6. חזרה על שלב 4.
7. השופטים יכריעו בדיון.
8. החלטת השופטים תוצג לדיון.
- במהלך הדיון במליאת הכיתה:
- יוצג הפירוש המילוני של המושג **הלשנה**.
 - ידובר על הקושי בהפרת אימון שניתן על-ידי חבר.
 - תהיה התייחסות לחשש מפני הלשנה, ולתוצאה האפשרית של פגיעה בחברות.

הערה,

- חשוב להבהיר סדר עדיפויות ערכי, מה עומד לפני מה: עזרה לחבר במצוקה, גילוי אחריות כלפי חבר, או פגיעה באימון שנתן בנו חבר.
- חשוב להדגיש את הסכנות הכרוכות בהעלמת אינפורמציה בדבר מצוקה. אחת הסכנות היא החמרה במצבו של החבר הנתון במצוקה. סכנה נוספת - רגשות אשמה קשים שיתפתחו אצל זה שחושש "להלשיך".

הפנייה לבקשת עזרה היא כישור חשוב במצבי מצוקה בכלל, ובמצבי התעללות בפרט. לילדים בגיל צעיר יותר, פנייה לאדם מבוגר לשם בקשת עזרה היא כמעט מובנת מאליה. אבל בגיל 10-12, גילם של הילדים בכיתות ה-ו', הופכת קבוצת העמיתים להיות כתובת לבקשת עזרה וסיוע. הסיבה לכך היא, שבגיל זה מתחיל להתפתח יחס אמביוולנטי כלפי המבוגרים, המוציא אותם מכלל הכתובות לפנייה לעזרה. עם כל חשיבות העמקת הקשר עם קבוצת העמיתים, על הילדים לדעת, שהיא אינה יכולה לשמש מקור בלעדי לעזרה במצבים המאיימים על שלומם ועל בריאותם הנפשית והגופנית. יתרה מזאת, ישנם מצבים שבהם קבוצת העמיתים, בגלל שאיפתה לקונפורמיות ובגלל הכתבת כללי משחק נוקשים, עשויה אף לחבל בניסיון להושיט סיוע לאחד מחבריה.

חשוב לעזור לתלמידים להפעיל שיקול דעת ולהבחין בין מצבים שבהם יש לקבוצת העמיתים פוטנציאל בונה, לבין מצבים אחרים, שבהם היא עלולה להיות הרסנית. כמו כן, חשוב שהילדים יכירו את מגוון מקורות העזרה הבוגרים העומדים לרשותם, שמתוכם הם יאתרו את אלה שאליהם נוח להם יותר לפנות.



מהלך:

בוחרים מבוגר להיעזר בו

1. כל תלמיד יקבל דף ובו מתוארים שני אירועים. הוא יקרא אותם ויענה לעצמו על השאלות שבסופם.
2. במליאה יתקיים דיון על תשובות התלמידים.
3. משימה לבית:
 - א. על כל תלמיד לבחור מבוגרים כרצונו (מבית-הספר, מן המשפחה, מבין השכנים וכד'), להציג בפניהם את האירועים שנידונו בכיתה, ולשאול על כל אירוע:
 - א. מה דעתך על המקרה?
 - ב. למי אפשר לפנות בבקשת עזרה? במה הוא או היא יוכלו לעזור?

להלן האירועים

אירוע 1

לפני שיעור התעמלות, בחדר ההלבשה, דני היה עד לשיחה המתרחשת בחדר הסמוך, בין אבי מכיתה ט' (אח של חברו הטוב) לבין אורי מכיתה ג'.

אבי: הבאת את השוקולד שביקשתי?

אורי: כן, קח.

אבי: יופי. תשמע, השקלים נגמרו לי, אז סחר תביא לי חמישה שקלים מדמי הכיס שלך.

אורי: (בקול מפוחד) אבל אני צריך אותם לחוברתי!

אבי: אתה לא מביין? כבר אמרתי לך כמה פעמים: אם לא תביא תיכסף, אכסח אותך במכות! שתזכור מי שולט כאן!

אורי: (בשקט) בסדר, אביא לך.

אבי: יופי! נתראה מחר באותה שעה ובאותו מקום.

- האם יש צורך בפנייה לעזרה? אם כן מדוע? אם לא מדוע?
- לאיזה סוג אנשים המבוגרים או מהילדים הבוגרים מכם הייתם פונים בבקשת עזרה?
- ציינו את הסיבות לבחירה.

אירוע 2

בקצה הרחוב בונים בניין חדש. ילדי השכונה נוהגים לבקר באתר הבנייה ולצפות בנעשה שם. שמעון, אחד הבנאים, נוהג להתקרב אליהם בחיוך ולהסביר להם את תהליך הבנייה. באחד הימים הגיע רן, בן 11, לאתר הבנייה. שמעון הבחין בו והציע לו להסתין כמה דקות עד שיסיים את עבודתו.

לאחר זמן מה הצטרף שמעון לרן והזמין אותו לביתו, לא הרחק מהשכונה. שמעון הבטיח לרן להאזין למוזיקה חדישה, לצפות בתמונות, ובכלל, בילוי נעים.

רן נענה בחיוב להצעה.

בביתו של שמעון האזינו שניהם למוזיקה ובילו שעה קלה. כאשר קם רן ללכת, שמעון התקרב אליו מאוד, ליטף וחיבק אותו, והציע לו לבוא אליו בכל יום לאחר העבודה. ונוסף לזה, הוא ביקש ממנו לשמור על פגישותיהם בסוד, כאות לידידות ולקשר אמיץ.

- האם יש צורך בפנייה לעזרה? אם כן מדוע? אם לא מדוע?
- לאיזה סוג אנשים הבוגרים מסך היית פונה בבקשת עזרה?
- ציינו את הסיבות לבחירה.

מכירים עוד כתובות לבקשת עזרה

(המשך לפעילות הקודמת)

1. התלמידים ישתפו את הכיתה במשימת הבית, ויספרו לאילו מבוגרים פנו, ואיזה אירוע הציגו בפניהם.
2. התלמידים יציגו את תשובות המבוגרים שאליהם פנו, ביחס לכל אירוע בנפרד.
3. יתקיים דיון מסכם במליאה שבו ייערך סיון של מקורות העזרה שאליהם אפשר לפנות במצבים שונים.
בכיתה יוצגו כתובות נוספות שאפשר לפנות אליהן לעזרה, ויוסברו תפקידי הנמענים.
4. בסוף הפעילות תחולק רשימת הכתובות שאליהן אפשר לפנות לביורר שאלות ולקבלת עזרה (בדף יירשחו כתובות וטלפונים של **אוזן קשבת, לשכת הרווחה, הקו הפתוח לפניות תלמידים במשרד החינוך** וכד').