

רגע אחד של כישלון - הנחיות למורה

קהל יעד: חט"ב

מטרות:

1. להכיר בכך שכישלון הוא חלק בלתי נפרד מהחיים.
2. לפתח תבנית חשיבה מתפתחת שרואה בכישלון מצב זמני שניתן לשינוי.
3. לתקף תחושות ורגשות שכישלון יכול לעורר.
4. לפתח את היכולת להשתחרר מתחושת הכישלון ולהמשיך לנסות להשיג את המטרה.
5. לרכוש כלים להתמודדות עם כישלון.

רקע:

המצגת שלפניכם מלווה את הפרק "התמודדות עם כישלון", מתוך סדרת הרשת FREEZE3 הכוללת ארבעה פרקים העוסקים במצבים חברתיים מגוונים. כל אחד מפרקי הסדרה מלווה במצגת המסייעת לארגן את השיעור, להעלות שאלות, ולתת לתלמידים כלים להתמודדות בעזרת התיווך של המורה. בפרק הזה גיא, המצחיקן של החבר'ה, מתכונן למופע סטנד-אפ. כשהוא מציג את הקטע שלו בחזרות אף אחד לא צוחק והוא מרגיש כישלון. המפגש עוסק בהתמודדות עם כישלון.

מילון רב מילים מגדיר את המילה "כישלון" כך: "אי-הצלחה, אי-השגת דבר לאחר מאמץ להשיגו". כישלון, אי-הצלחה וקושי הם מצבים לא נעימים אבל הם חלק בלתי נפרד מהחיים. עם זאת, אלה אינם מצבים קבועים אלא ניתנים לשינוי. אם נפעל כדי לשנות אותם, נוכל לחוות תחושת הצלחה. סר ג'יימס דייסון, למשל, ניסה יותר מ-5,000 פעמים לבנות אב-טיפוס לשואב האבק שהמציא ונקרא על שמו: "דייסון". בסופו של דבר, בניסיון ה-5,127 וכעבור 15 שנים, הוא הצליח לייצר את שואב האבק הנמכר ביותר בעולם.

תחושת כישלון יכולה לעורר רגשות קשים – חוסר מסוגלות, פגיעה בתחושת הערך העצמי, בושה, חרדה, לחץ, חוסר אונים, ויתור, שיתוק זמני וכו'. כדי לא לחוות את הרגשות הלא נעימים האלה יש שבוחרים להימנע מפעולה ומניסיונות חוזרים, אך יש גם כאלה שמנסים שוב ועדיין נכשלים בגלל חרדה ולחץ, וכך נוצר מעגל סגור של כישלונות חוזרים. לכן חשוב להיות מודע לרגשות האלה ולתקף אותם בלי לחוש בושה או אשמה, כדי שניתן יהיה להשתחרר מהם ולהמשיך הלאה. בדרך זו ניתן להתייחס לכישלון כאל שלב זמני בדרך להצלחה.

הוויתור או אי-הוויתור על ניסיונות חוזרים לנוכח כישלון קשורים לדפוס חשיבה שלנו: האם אנחנו מחזיקים בדפוס חשיבה מקובע (Fixed Mindset) או בדפוס חשיבה מתפתח (Growth Mindset)? אנשים בעלי דפוס חשיבה מקובע מאמינים שיכולות ואינטליגנציה הם קבועים מראש, ולכן או ש"יש לך את זה" או שלא. הם מאמינים שחלק מהאנשים טובים בתחום מסוים באופן טבעי והשאר לא. לעומת זאת, אנשים בעלי דפוס חשיבה מתפתח מאמינים שאפשר לפתח יכולות ואינטליגנציה. הם מבינים שאנשים מצטיינים בתחום מסוים כי השקיעו בו מאמצים רבים ועבודה קשה. האמונה הזאת מתבססת על התפיסה שהאדם יכול לשפר את עצמו ולשכלל את יכולותיו.

הטמעת דפוס חשיבה מתפתח בקרב התלמידים והקניית היכולת להתמודד באופן חיובי עם כישלון חשובות מאוד, מפני שחוויה של כישלון עלולה לעיתים להביא להימנעות מהתנסות ולתקיעות בתחושת אי-ההצלחה. היכולת ליזום התנסויות חדשות היא חיונית ללמידה בכל תחום. תלמיד שרכש מיומנויות כיצד להתמודד עם כישלון ינסה להתמודד ולקחת סיכונים. ההצלחה בהתמודדות יוצרת חוויה של מסוגלות, וכך נבנות תפיסה עצמית חיובית ומוטיבציה גבוהה שמאפשרות להתמיד, להצליח ולהרגיש סיפוק. כאשר אדם מרגיש טוב ביחס לעצמו, בטוח במקומו בעולם וביכולתו להתפתח ולהתגבר על מכשולים, קל לו יותר להתמודד עם אתגרים ולבנות מערכות יחסים חיוביות.

התנהלות כיתתית המקנה חוויית הצלחה לתלמידים, מפחיתה תחושות של חוסר יכולת ובושה עקב כישלון, מקדמת תחושות של אוטונומיה ועניין בלמידה, ויוצרת סביבה חברתית התומכת בתחושת השייכות והמסוגלות של התלמידים.

(מקורות: [מאקו 31.05.19](#), 'הודית כץ: כך תהפכו את הכישלון שלכם להצלחה', רב מילים, [זמן חינוך](#): "הדרך בה כל תלמיד יכול להגיע למציאות", טיפוח למידה רגשית-חברתית במערכת החינוך)

מהלך ההוראה:

שקופית 1: שקופית פתיחה

שקופית זו מציגה את שם המצגת. אפשר להזמין את התלמידים לשער במה תעסוק המצגת.



שקופית 2: מוזיאון הכישלונות?

בשקופית זו התלמידים מתבקש להחליט אם ההיגד נכון או לא נכון.

לאחר סימון התשובה - הזמינו את התלמידים להשיב באמצעות סל"ב על השאלה: "מה אפשר לדעתכם לראות במוזיאון הכישלונות?"



שקופית 3: מוזיאון הכישלונות

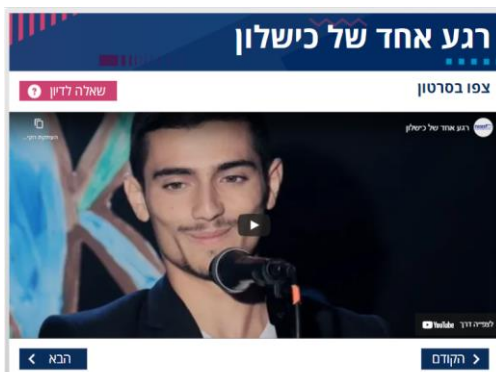
בשקופית זו נציג לתלמידים מספר מוצרים שנחלו כישלון חרוץ ואיש לא רצה לקנות אותם.

קיימו סקר כיתתי ובחנו מה לדעתם של תלמידי הכיתה התועלת במוזיאון שמציג כישלונות. לחצו על הסימן + כמספר התלמידים המסכימים עם כל אחת מהעמדות. לסיכום, תוכלו לבקש מהתלמידים להסביר את בחירתם.



שקופית 4: התמודדות עם כישלון

לאחר הצפייה בסרטון תוכלו לשאול את התלמידים מה הם מרגישים בעקבות הצפייה.



שקופית 5: מה עובר על גיא?

הזמינו את תלמידי הכיתה להתחלק לקבוצות, לסרוק את הקוד שעל גבי המצגת ולפעול בהתאם להנחיות. המטרה של הפעילות היא להראות את התהליך שגיא עובר במהלך הסרטון וכיצד הוא מגיב ומתמודד עם הכישלון.



שקופית 6: התגובות של החברה

שקופית זו מציגה את נקודות המבט של החברים בכיתה בנוגע למה שעובר על גיא. תוכלו ללחוץ על כפתור ה-PLAY כדי להאזין למחשבות של כל אחד מהחברים של גיא. לאחר מכן הנחו את התלמידים להתאים בין המחשבה לתפיסה של אותו נער לגבי כישלון על ידי גרירה של הדמות למשבצת. לאחר מכן תוכלו לקיים דיון בכיתה בעזרת השאלות הבאות:

1. איזו תפיסה נראית לכם יותר? מדוע?
2. מה יכול לעזור לנו להסתכל על הדברים בצורה פחות שיפוטית?



שקופית סיום: נופל וקם

בשקופית זו התלמידים מתבקשים להתייחס לציטוט מהשיר של שב"ק ס': "נופל וקם". להעמקת הדיון בכיתה תוכלו להיעזר בשאלות הבאות:

1. עד כמה התחושה הזו מוכרת לכם?
2. באיזו מידה אתם מוצאים בציטוט משהו מעודד או מחזק?

