



מרכז פסגה חרדי - ירושלים
תל אביב 6109101

על המעצל



המוח שלנו גדל כמו שריד כשאנחנו מאמינים אותו

איטית? נכשלת? לא משנה. נסה שוב. היכשל שוב. היכשל שוב יותר.

מחשיבה מקובעת לחשיבה מתפתחת

שלנו

מהו דפוס החשיבה שלך?

האנשים שנכשלו בגדול לפני שהצליחו בעתיד



מרכז כלים פדגוגיים

ניסוי ותהילה

מחשיבה מקובעת לחשיבה מתפתחת

כמה מילים...

בימים שבין ראש השנה ליום הכיפורים, כשאנו עוסקים בתשובה וחשבון נפש, קל לשקוע ברגשות אשמה על הטעויות שעשינו וליפול לדכדוך... תשובה אמיתית נעוצה ביכולת לעשות שינוי. במקום להישאר בתחושת אשמה על מה שהיה, עלינו להתמקד במה שאנו יכולים ללמוד מהטעויות שלנו. עשרת ימי תשובה הם הזדמנות עבורנו ועבור תלמידותינו לצמות, להשתפר ולהתחיל לראות בכישלון שיעור חשוב בדרך לצמיחה.

בברכת שנה טובה וגשורות טובות,
אופירה אוזן, פייגי כינורי וצוות הפסל"ה

תוכן המערך

מערך השיעור המוצע מתבסס על תפיסות חינוכיות מתקדמות ומחקרים עדכניים בתחום הפסיכולוגיה החינוכית שחקרה ד"ר קארול דווק. השיעור מחולק לשלושה חלקים מרכזיים: תפיסה, למידה ויישום.

תפיסה:

העלאת המודעות לערך החיובי של כישלונות בלמידה ובהתפתחות אישית במפגש קבוצתי עם כישלונות מפוארים.

למידה:

היכרות עם דפוסי חשיבה מקובעת ומתפתחת, זיהוי דפוס החשיבה האישי ורכישת כלים לאימוץ חשיבה מתפתחת.

יישום:

יישום שלוש אסטרטגיות לקידום חשיבה מתפתחת: שיטת ה"עדיין לא", הפרדת ה"אני" מהכישלון והתמקדות בתהליך הלמידה.

קישור לנספחים

עבודה בקבוצות

עבודה בקבוצות היא שיטת למידה שמטרתה לקדם שיתוף פעולה, תקשורת בין אישית ולמידה פעילה. מטרתה העיקרית היא פיתוח מיומנויות חברתיות לצד העמקת הבנת החומר הנלמד.

יש מודלים שונים לעבודה בקבוצות בכיתה. אחד המודלים הנפוצים והישימים הוא מודל "התחנות". במודל זה התלמידות נשארות באותה קבוצה לאורך כל השיעור, אך המשימות הניתנות מתחלפות. תפקיד המורה הוא לעבור בין הקבוצות ולסייע לתלמידות לפי הצורך.

יש לתת את הדעת לחלוקת התפקידים בקבוצה שהיא אסטרטגיה חשובה להגברת המעורבות והאחריות האישית של כל תלמיד. חלוקת התפקידים מבטיחה שכל חבר בקבוצה ירגיש שותף לתהליך ולתוצאותיו. בעת חלוקת התפקידים, יש להתחשב בגיל התלמידים ובאופי המשימה.

דוגמאות לתפקידים בסיסיים בקבוצות:

(המלצה למורה: המורה תבחר מס' תפקידים כמס' התלמידות בקבוצה.)

מנהל דיון: מוביל את השיחה ומוודא שכולם משתתפים

מתעד: אחראי על כתיבת הרעיונות והמסקנות

מתזמן: שומר על לוח הזמנים ומוודא שהקבוצה עומדת ביעדים

אחראי משאבים: אחראי על איתור ועל ניהול המשאבים הדרושים לקבוצה: חומרים, מידע וכלים

מציג: אחראי להצגת תוצרי הקבוצה לפני הכיתה

מקשר: אחראי לתקשורת עם המורה או עם קבוצות אחרות

מסכם: אחראי על סיכום הדיונים והחלטות הקבוצה בסיום כל שלב

דוגמאות לתפקידים נוספים המתאימים לכיתות הגבוהות

חוקר: אוסף את המידע הנדרש למשימה

מגשר: עוזר בפתרון קונפליקטים ומקדם הסכמות בקבוצה

מעצב: אחראי לפן הוויזואלי של תוצרי הקבוצה

מתכלל: אחראי על סיכום הרעיונות וחיבור בין חלקי העבודה השונים

חשוב לזכור שהתפקידים יכולים להשתנות בהתאם לאופי המשימה, גיל התלמידים וגודל הקבוצה.

במערך שיעור זה התלמידות תתנסו בעבודה בקבוצות, ויתאפשר להן לחוות את יתרונות השיטה.

כיתה הפוכה

הכיתה ההפוכה היא שיטת הוראה שבה "הופכים" את חלוקת הזמן המקובלת של הלמידה בשיעור ובבית. בהוראה המסורתית הקניית הידע העיקרית היא בכיתה, והתרגול והיישום הם בבית, בכיתה הפוכה - זה הפוך: בבית התלמידות רוכשות את הידע בלמידה עצמית, בהרצאות מוקלטות ובקריאת חומרים עיוניים, וזמן הלימוד בכיתה מוקדש לפעילויות כמו פתרון בעיות, דיון אקטיבי או עבודה בקבוצות. במערך השיעור שלפניכן מיושמת גרסה מותאמת של הכיתה ההפוכה. רכישת הידע נעשית בהדרגה לאורך השבוע שלפני השיעור, באמצעות כרזות "הידעת?" הנתלות בכיתה ומתחלפות מדי יום. בשיעור עצמו המידע שנרכש מעובד ומיושם בפעילות חידון המאפשרת לתלמידות ליישם ולהעמיק את הבנתן בחומר הנלמד.

מטרות השיעור:

1. התלמידה תכיר בערך החיובי של הכישלון בתהליכי למידה ובהתפתחות האישית בדוגמאות מחיי היומיום וסיפורי הצלחה של אישים מפורסמים.
2. התלמידה תבחין בין חשיבה מקובעת לחשיבה מתפתחת על פי המודל של ד"ר קארול דווק ותזהה את דפוס החשיבה האישי שלה באמצעות שאלון.
3. התלמידה תיישם שלוש אסטרטגיות לפיתוח חשיבה מתפתחת: שיטת ה"עדיין לא", הפרדת ה"אני" מהכישלון והתמקדות בתהליך הלמידה.
4. התלמידה תפתח ותציג פתרונות יצירתיים להתמודדות עם כישלונות ספציפיים בחיי בית הספר בשימוש באסטרטגיות שנלמדו בשיעור.
5. התלמידה תעריך את יעילותן של האסטרטגיות השונות להתמודדות עם כישלון ותבחר את האסטרטגיה המתאימה ביותר בעבורה.
6. התלמידה תשתף פעולה עם חברותיה בקבוצה ותפתח מגוון אסטרטגיות התמודדות דוגמת מיומנויות של עבודת צוות, תקשורת בין אישית וחשיבה ביקורתית.

הכנות נדרשות:

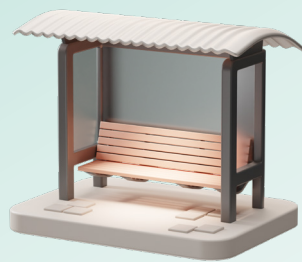
1. חלוקת הכיתה לארבע קבוצות
2. צילום וארגון החומרים
3. הצטיידות במכשירי כתיבה בצבעים שונים

אורך השיעור:

שעה וחצי

מהלך השיעור:

חלק א' - תפיסה (35 דקות)



קישור לנספחים "למידה בתחנות"

30 דקות קבוצתי

מטרה:

העלאת מודעות לערך החיובי של כישלונות בתהליכי למידה והתפתחות אישית וחשיפה לדרכים מגוונות שבהן אנשים הפכו כישלונות להזדמנויות לצמיחה.

שיטה:

למידה חווייתית בקבוצות, הכוללת חשיפה לסיפורי התמודדות עם כישלונות, דיון משותף והפקת תובנות מעשיות מהמידע הנלמד.

חומרים:

ארבע תחנות למידה, על פי החלוקה הבאה:

- תחנה אחת: דף לימוד "שבע יפול צדיק וקם" (נספח 2.1)

- תחנה שנייה: דף סיפור "סוכת דוד הנופלת" (נספח 2.2)

- תחנה שלישית: דף מידע "מוזיאון הכישלונות" (נספח 2.3)

- תחנה רביעית: דף מידע "האנשים שנכשלו בגדול לפני שהצליחו בענק" (נספח 2.4)

מהלך הפעילות:

1. חלוקת הכיתה לארבע קבוצות:

- המורה מחלקת "תגים" (נספח 1) שעליהם שמות התחנות ותפקידים אפשריים בקבוצה.

- התלמידות מתחלקות לקבוצות לפי שם התחנה המופיע על התג שקיבלו.

2. המורה מחלקת לכל תלמידה דף מלווה (נספח 2).

3. כל קבוצה מתחילה בתחנה אחרת.

4. הפעילות בתחנות (7 דקות):

- התלמידות קוראות את המידע המוצג בתחנה שאליה הגיעו (נספחים 2.1, 2.2, 2.3, 2.4)

- כל קבוצה עורכת דיון על התוכן שבדף ועונה יחד על השאלות שבדף המלווה. (נספח 2)

- המורה מלווה את הקבוצות ומסייעת בעת הצורך.

בסיום 7 דקות המורה מבקשת מהתלמידות להחליף תחנות.

המורה חוזרת על התהליך עד שכל קבוצה מבקרת בכל ארבע התחנות.

הערות למורה:

- כדי להקפיד על הזמנים מומלץ להשתמש בטיימר.
- כדאי ללמד את הבנות דרכים לניהול דיון פורה, מעשיר ומכבד.

סיכום מליאה 5 דקות

המורה מסכמת את התובנות המרכזיות שעלו ומקשרת אותן לנושא "למידה מכישלון".

חלק ב' - למידה (35 דקות)

לחלק זה שלושה חלקים:

1. **תיקוף רגשות** - שיח על תחושות ורגשות העולות בעת התמודדות עם כישלון (10 דקות)
2. **הקניית ידע** - תבניות חשיבה - חשיבה מקובעת וחשיבה מתפתחת בשיטת "הכיתה ההפוכה" או חידת טריוויה (15 דקות)
3. **שאלון אישי** - אבחון אישי של דפוס החשיבה (10 דקות)

מטרת הפעילות:

בפעילות זו התלמידות תתבקשנה להתמודד עם אתגר שאין לו פתרון מוחלט. הפעילות מעודדת חשיבה ביקורתית ויצירתית, התמודדות עם תסכול, אי ודאות וכישלון, והיא משמשת תשתית מעולה לדיון על חשיבה מתפתחת לעומת חשיבה מקובעת. נוסף על כך, היא מאפשרת לתלמידות להתנסות בניתוח מידע, זיהוי דפוסים ובחינת הנחות יסוד שהן מיומנויות חשובות בלימודים בפרט ובחיים בכלל.



1. תחושות ורגשות בעקבות התמודדות עם כישלון

קבוצתי 10 דקות

חומרים:

שתי הצעות לאתגר ללא פתרון מוחלט (נספחים 3.1, 3.2) - חידת "קוד" (נספח 3.1) או חידת היגיון (נספח 3.2).

מהלך הפעילות:

א. בקבוצות - (10 דקות)

כל קבוצה מנסה לפתור את חידת האתגר (5 דקות) יש לבחור באתגר אחד או לחלופין לתת לכל קבוצה אתגר שונה. לאחר חמש דקות המורה עוצרת את הפעילות בקבוצות, מבקשת מכל קבוצה להציג את הפתרון שלה ואת הדרך שבה הגיעו אליו.

לאחר שכל הקבוצות הציגו את הפתרון שלהן, חושפים לפני התלמידות את



העובדה שאין פתרון לקוד, וכי הוא אקראי לחלוטין.

הערות למורה:

- לא מומלץ לספק רמזים נוספים על הרמזים המופיעים בנספח.

- כדאי לעודד את הקבוצות לנסות גישות שונות.

- הפעילות היא מצע לעבודה על דינמיקה קבוצתית ועל אסטרטגיות חשיבה.

ב. דיון במליאה - (5 דקות)

- איך הרגשתן כשניסיתן לפתור בעיה שאין לה פתרון? (המורה כותבת על הלוח את הרגשות לצורך תיקוף הרגשות)

- מה גרם לכן להמשיך לנסות למרות חוסר ההצלחה?

- אילו מצבים בחיים או בלימודים מזכירים לכן את האתגר הזה? איך אתן מתמודדות במצבים אלה?



2. הקניית ידע על תבניות חשיבה - חשיבה מקובעת וחשיבה מתפתחת

קבוצתי/מליאה   **15 דקות**

מטרת הפעילות:

בפעילות זו התלמידות תיחשפנה לידע על חשיבה מקובעת וחשיבה מתפתחת, שחקרה ד"ר קארל דיוק.

חשיבה מקובעת היא האמונה שיכולות הן קבועות, והיא מובילה להימנעות מאתגרים ולכניעה בפני קשיים.

לעומתה חשיבה מתפתחת היא האמונה ביכולת לשפר מיומנויות בהשקעת מאמץ, והיא מעודדת התמודדות עם אתגרים ולמידה מכישלונות. במחקריה של ד"ר קארול דיוק נמצא כי אימוץ חשיבה מתפתחת מוביל להישגים גבוהים ולהתפתחות אישית מורגשת.

שתי הצעות להקניית הידע:



3. כרזות הידעת

בשיטת "הכיתה ההפוכה" (פירוט בחלק "אסטרטגיות הוראה")

חומרים

כרזות "הידעת" (נספח 4.1)

מהלך הפעילות

בשבוע שלפני השיעור המורה תולה בכיתה כרזות מתחלפות של "הידעת?" ובחלק זה של השיעור המורה עורכת חידון על הידע שנרכש במהלך השבוע.

שאלות לחידון:

1. מהם שני סוגי החשיבה העיקריים שזוהו במחקר?
תשובה: שני סוגי החשיבה שזוהו במחקר הם חשיבה מקובעת וחשיבה מתפתחת.
2. איזו תכונה מאפיינת אנשים בעלי חשיבה מקובעת?
תשובה: אנשים בעלי חשיבה מקובעת מאמינים שרמת המשכל היא קבועה ובלתי ניתנת לשינוי.
3. מה מאפיין אנשים בעלי חשיבה מתפתחת?
תשובה: אנשים בעלי חשיבה מתפתחת מאמינים שאפשר לפתח ולשפר יכולות במאמץ והתמדה.
4. איזו קבוצה נוטה להימנע מאתגרים?
תשובה: קבוצה הנוטה להימנע מאתגרים היא קבוצה בעלת חשיבה מקובעת.
5. מי מרבה להתמקד בתהליך הלמידה?
תשובה: אנשים בעלי חשיבה מתפתחת מרבים להתמקד בתהליך הלמידה.
6. איזו קבוצה מגלה התמדה רבה בלמידה?
תשובה: אנשים בעלי חשיבה מתפתחת מגלים התמדה רבה בלמידה.
7. איזו תכונה מחפשים מנהלים אצל העובדים שלהם?
תשובה: מנהלים מחפשים אצל העובדים שלהם חשיבה מתפתחת.
8. לפי המחקר, מהו הגורם המשפיע יותר על האינטליגנציה: טבע או למידה?
תשובה: לפי המחקר למידה משפיעה יותר מטבע על האינטליגנציה.
9. השלם את המשפט: "ניסית אי פעם? נכשלת? לא משנה. נסה שוב. היכשל שוב..."
תשובה: "היכשל טוב יותר".



ב. משחק "טריוויה קבוצתית" - נספח 4.2

חומרים

כרטיסייה ויזואלית אינפוגרפית המסכמת את המידע על חשיבה מקובעת וחשיבה מתפתחת

מהלך הפעילות

כל תלמידה או קבוצה מקבלת כרטיסיית מידע (נספח 4.2) המורה מאפשרת לרכוש את המידע שבכרטיסיית הטריוויה (5 דקות). לאחר חמש דקות המורה מבקשת להפוך את הדף. המורה עורכת חידון בעזרת השאלות המצורפות. **שאלות לחידון בעקבות כרטיסיית הטריוויה:**

1. מהם שני סוגי החשיבה המוצגים בכרטיסייה?
תשובה: שני סוגי החשיבה המוצגים בכרטיסייה הם חשיבה מקובעת וחשיבה מתפתחת.

2. איזה סמל מייצג בכרטיסייה את החשיבה המקובעת?

תשובה: הסמל מייצג בכרטיסייה את החשיבה המקובעת הוא ראש עם מנעול.

3. מהי האמונה הבסיסית של בעלי חשיבה מתפתחת?

תשובה: האמונה הבסיסית של בעלי חשיבה מתפתחת היא שאפשר לפתח ולשפר יכולות במאמץ ובהתמדה.

4. איזו קבוצה נמנעת מאתגרים?

תשובה: בעלי חשיבה מקובעת נמנים על הקבוצה הנמנעת מאתגרים.

5. מה מסמל הגרף העולה בכרטיסייה?

תשובה: הגרף העולה מסמל בכרטיסייה את השפעת החשיבה המתפתחת על הלמידה.

6. איזו קבוצה לומדת מביקורת?

תשובה: הקבוצה הלומדת מביקורת היא אנשים בעלי חשיבה מתפתחת

7. מהו הסמל הוויזואלי המייצג חשיבה מתפתחת?

תשובה: הסמל הוויזואלי המייצג חשיבה מתפתחת הוא עץ צומח.

8. כמה זמן בממוצע זקוקים בעלי חשיבה מתפתחת להתאושש מכישלון?

תשובה: בעלי חשיבה מתפתחת זקוקים ל-24 שעות במומצע כדי להתאושש מכישלון.

9. איזו תכונה מחפשות חברות עבודה אצל עובדים?

תשובה: חברות עבודה מחפשות אצל עובדים חשיבה מתפתחת.

10. כמה אחוזי רעיונות חדשניים בפתרון בעיות נמצאו אצל בעלי חשיבה מתפתחת?

תשובה: 35% רעיונות חדשניים בפתרון בעיות נמצאו אצל בעלי חשיבה מתפתחת.



3. שאלון אישי לאבחון דפוס החשיבה (10 דקות)

בחלק זה התלמידות תגלנה באמצעות שאלון אישי את דפוס החשיבה שלהן.

חומרים

שאלון דפוסי חשיבה הכולל קידוד התוצאות. (נספח 5)

מהלך הפעילות

כל תלמידה עונה לבדה על השאלון. (5 דקות)

המורה מסבירה את הדרך לקידוד התוצאות.

כל תלמידה מגלה מהו דפוס החשיבה שלה.

סיכום

המורה שואלת את התלמידות האם לדעתן דפוס חשיבה נתון לשינוי ועורכת דיון על התשובות הנשמעות.

חלק ג' - יישום - דרכים לעיצוב חשיבה מתפתחת

בחלק זה התלמידות תלמדנה שלוש אסטרטגיות לאימוץ חשיבה מתפתחת.

מבנה הפעילות:

1. דיון במליאה - דיון פתוח: הצעת אסטרטגיות לאימוץ חשיבה מתפתחת (4 דק')
2. פעילות במליאה - שלוש שיטות עיקריות לאימוץ חשיבה מתפתחת (12 דק')
3. פעילות בקבוצות ובמליאה - יישום דרכי ההתמודדות עם הכישלון בחיי בית הספר (15 דק')

1. דיון במליאה - הצעת אסטרטגיות לאימוץ חשיבה מתפתחת (4 דקות)

לאחר שהבנות הבחינו בין חשיבה מקובעת לחשיבה מתפתחת, המורה מבקשת מהן להציע אסטרטגיות לאימוץ חשיבה מתפתחת המסייעת להתמודדות עם כישלונות.

2. פעילות במליאה - שלוש שיטות עיקריות לאימוץ חשיבה מתפתחת

מליאה 12 דקות שיטת ה"עדיין לא":

שיטת "עדיין לא"? היא דרך לא שגרתית לומר לעצמנו שאנחנו בדרך להצלחה. במקום לומר: "אני לא מצליח", לומר: "אני עדיין לא מצליח". בשיטה זאת המוח קולט את השדר: "זה רק עניין של זמן ומאמץ". כך, במקום לחוש תקיעות וקיפאון בשיטת ה"עדיין לא" נחוש שיש לנו לאן וכיצד להתקדם.

תרגול

משחק סימולציות - התלמידות מסתדרות בזוגות: אחת מציגה "כישלון", והשנייה מגיבה לה בתגובת "עדיין לא". למשל: "נכשלתי במבחן במתמטיקה" - "עדיין לא הצלחת במבחן במתמטיקה".

דיון במליאה

כיצד שיטת ה"עדיין לא" משנה את הגישה שלנו?

הפרדת ה"אני" מהכישלון:

יש פעמים שבהן אנו סבורות שהכישלון הוא אנחנו. ובכן, לא כך הם פני הדברים! כישלון הוא מציאות נפרדת מאיתנו, ולא מי שאנחנו. לכן במקום לומר: "אני כישלון", "אני לא מוצלחת" מומלץ לומר: "נכשלתי הפעם", או כל ניסוח המזכיר לנו שהכישלון הוא חוויה נפרדת מאיתנו.

תרגול

"מכתב לכישלון"

המורה מנחה את התלמידות לכתוב מכתב קצר לכישלון ספציפי שחוו ולדמיין שהוא ישות נפרדת מהן לחלוטין. במכתב התלמידות מודות לכישלון על הלקח שלמדו ממנו, ואז "משחררות" אותו.

התלמידות כותבות במשך ארבע דקות. המורה יכולה להציע דוגמה:

**"כישלון יקר במבחן מתמטיקה,
תודה שהראית לי שאני צריכה להשקיע יותר זמן בתרגול.
למדתי ממך, ועכשיו אני משחררת אותך.
אני לא אתה, ואתה לא אני."**

לאחר הכתיבה התלמידות יכולות לקפל את המכתב ולשמור אותו או לקרוע אותו כאקט סמלי של שחרור.

התמקדות בתהליך:

המוח שלנו הוא כמו שריר. ככל שנפעיל אותו יותר, כך הוא יתפתח. לכן, במקום לחשוב: "אני פשוט לא טובה במתמטיקה", כדאי לחשוב: "איך אני יכולה לשכלל את הידע המתמטי שלי?". כשם שצמח שמששקים אותו גדל ומתפתח בכל יום, גם אם הגדילה כלפי חוץ נראית איטית, כך גם האימון המוח משתלם, וכלי החשיבה מתפתחים גם אם כרגע התוצאות עדיין לא מספקות. המפתח הוא למצוא את השיטה הנכונה לטפח את הלמידה שלנו ולא לוותר, גם אם לפעמים ההתקדמות שלנו איטית.

תרגול

סיעור מוחות קבוצתי או במליאה - לכל קבוצה נותנים כישלון נפוץ, למשל: "נכשלת במבחן באנגלית". התלמידות צריכות לחשוב על כמה שיותר דרכים לשפר את התהליך, במקום להאשים את עצמן בכישלון.

3. פעילות בקבוצות ובמליאה - יישום דרכי ההתמודדות עם הכישלון בחיי בית הספר (15 דקות)

מטרה:

סיוע לתלמידות לפתח מגוון אסטרטגיות להתמודדות עם סוגים שונים של כישלונות נפוצים בחיי בית הספר.

חומרים:

- המורה תכין 5 דפי A3 לכל קבוצה שעל כל אחד מופיע סוג כישלון ספציפי (ראי דוגמאות למטה)
- מכשירי כתיבה בצבעים שונים (צבע שונה לכל תלמידה בקבוצה)
- כרטיסיות קטנות (כרטיסייה אחת לכל תלמידה)
- דוגמאות לכישלונות ספציפיים (כישלון אחד בכל דף A3):

 1. "קיבלתי במתמטיקה את הציון הנמוך ביותר בכיתה".
 2. "לעולם לא אצליח לדבר אנגלית שוטפת".
 3. "נכשלתי במבחן בגיאוגרפיה על אף שחשבתי שאני שולטת בחומר".
 4. "המאמר שכתבתי לעיתון בית הספר בנושא אמונה לא התקבל".
 5. "המצגת שלי בכיתה הייתה כישלון חרוץ, כולן צחקו".
 6. "רציתי מאוד להיבחר לתפקיד בהצגה, ולא נבחרתי".



מהלך הפעילות:

הקדמה (2 דקות)

הסבר מטרת הפעילות: חקירת דרכים שונות להתמודד עם כישלונות ספציפיים

תרגול בקבוצות (15 דקות)

כל קבוצה מקבלת מכשירי כתיבה בצבעים שונים, וחמישה דפי A3 שעל כל אחד מהם מופיע כישלון ספציפי.

- כל תלמידה בקבוצה כותבת בצבע שקיבלה דרך התמודדות עם הכישלון הספציפי המופיע על הדף.

- כדאי לעודד את התלמידות לחשוב על מגוון רחב של גישות:

* הפרדת ה"אני" מהכישלון, לדוגמה: "אני לא טיפש, רק שהפעם לא הצלחתי".

* התמקדות בתהליך, לדוגמה: "איך אני יכול לשפר את שיטות הלמידה שלי?"

* "עדיין לא", לדוגמה: "אני עדיין לא הצלחתי במבחן".

שיתוף בקבוצה (5 דקות)

כל קבוצה בוחרת בכישלון אחד ומציגה את הפתרונות המעניינים ביותר שהוצעו להתמודדות איתו.

סיכום שיעור

בחירה אישית (3 דקות)

- כל תלמידה בוחרת את הדרך המועדפת עליה להתמודדות עם כישלונות.

- התלמידות כותבות את הדרך שבחרו בה על כרטיסייה קטנה.

סקר כיתתי וסיכום (5 דקות)

- המורה עורכת סקר מהיר בכיתה כדי לבדוק איזו דרך התמודדות קיבלה את מרב הקולות.

- המורה מסכמת את שלוש האסטרטגיות שנלמדו בשיעור ומדגישה שאין דרך אחת נכונה להתמודדות ושחשוב למצוא את הגישה המתאימה לכל תלמידה ולכל מצב.

קישור לנספחים