

## הנחיות להוראת המצגת "ביקורת בונה"

קהל יעד: כיתות ו' ומעלה

**הרעיון:** הצורך להעיר לאדם אחר הוא טבעי ועולה מעת לעת. לעתים מדובר בהתנהלות לא נכונה של מישהו, בטעות שמישהו עושה, התנהגות לא ראויה, ועוד. אף אחד אינו מושלם, וטעויות והערות עליהן הן חלק מהחיים בחברה.

השאלה אם להעביר ביקורת על התנהלות של אדם אחר או לשמור את הביקורת לעצמנו עולה לעתים קרובות, והתשובה אינה חד-משמעית. לעתים הביקורת יכולה לסייע לאחר לשפר את התנהלותו ולעתים היא מיותרת ואינה תורמת דבר. אף אחד לא אוהב שמבקרים אותו, וביקורת, גם אם היא נאמרת ללא כוונות זדון, עלולה לפגוע מאוד. אם כן, חשוב להבחין מתי כדאי להעיר ומתי לא.

(מתוך [חלי ברק](#), 2010)

פעילות זו מציעה לתלמידים כלים שיסייעו להם להבחין מתי כדאי להעביר ביקורת ומתי מוטב להימנע ממנה, ובמקרים שבהם היא נחוצה – איך לעשות זאת באופן שמפחית מגננות אצל השומע, כדי שיהיה פתוח לשמוע את המסרים שמבקשים להעביר.

### המטרות:

1. התלמידים יבינו שיש מצבים שבהם העברת ביקורת היא בלתי נמנעת.
2. התלמידים יכירו את המאפיינים וההשלכות של ביקורת שלילית לעומת ביקורת בונה.
3. התלמידים יבחינו בין מצבים שבהם שיתוף האחר בביקורת יתרום לו לעומת מצבים שבהם הביקורת מיותרת ומוטב לזנוח עליה.
4. התלמידים ירכשו כלים להעברת ביקורת בונה ויתנסו בשימוש בה.
5. התלמידים יבינו מדוע קשה לקבל ביקורת.

## שקופית 1

### שקופית פתיחה - ביקורת בונה

בשקופית זו מוצג נושא המצגת – ביקורת בונה, ומופיע הציטוט: "קשה לקבל ביקורת, בעיקר אם היא מגיעה מקרוב משפחה, ידיד, מכר או זר מוחלט".

שאלו את התלמידים:

- מהי ביקורת בונה?
- במה ביקורת בונה שונה מביקורת אחרת? הסבירו.
- שתפו בדוגמה לביקורת בונה שקיבלתם.
- מה גורם לכם להגדירה כביקורת בונה? במה הביקורת הזו קידמה אתכם? קראו את הציטוט – מה דעתכם עליו? הסבירו.

## שקופית 2

### ביקורת

בשקופית זו מוצג תיאור מקרה שבו יואב מעביר ביקורת על רון, שהחל לנגן בכינור.

בקשו מאחד התלמידים להקריא את תיאור המקרה.

שאלו את התלמידים: מה דעתכם על הביקורת שיואב העביר על רון? הסבירו.

## שקופית 3

### איך מגיבים לביקורת

**איך מגיבים לביקורת**  
איך הייתם מרגישים אילו הייתם בנעליו של רון?

רון היה פשוט חצוף, במקום לפרגן לי שאני מתאמץ להתמיד...	לא נעים אבל אמרתי להבין שכשמתאמנים על...	ממש מביך. לא הייתי מודע כמה רע זה נשמע מחמד.	סבבה זו דעתו אבל לי טוב לנגן בכינור...
--	--	--	--

לחץ על ההיגדים כדי לקרוא אותם במלאם. כתבו תג'ול מ'ל הונד את מספר התלמידים שהגיבו עמוח ואחר כך לחצו על Enter.

הבא      הקודם

מטרת שקופית זו היא להעלות למודעות התלמידים את הקושי שבקבלת ביקורת, ולסייע לכל אחד ואחת מהם לזהות היכן הוא או היא נמצאים על הסקאלה:

- כיצד הם מגיבים לביקורת?
- האם היא משתקת אותם בעשייה או מקדמת את עשייתם?
- האם אופן העברת הביקורת יגרום לכעס על מעביר הביקורת בלי שיתייחסו לעצם הביקורת באופן ענייני?

התלמידים מתבקשים לבחור את העמדה המשקפת את דעתם בצורה הטובה ביותר.

איך הייתם מרגישים אילו הייתם בנעליו של רון?

- סבבה. זו דעתו, אבל לי טוב לנגן בכינור ולא כל כך אכפת לי מה הוא חושב.
- ממש מביך. לא הייתי מודע כמה רע זה נשמע מהצד, מהיום אני מפסיק.
- לא נעים, אבל אפשר להבין שכשמתאמנים על כינור זה חורק ולא נשמע טוב, אשתדל להתאמן מעכשיו בממ"ד כדי שלא יפריע לשכנים.
- רון הזה פשוט חצוף, במקום לפרגן לי שאני מתאמץ להתמיד במשהו חדש, הוא מנסה לפגוע לי במוטיבציה.

שאלו כמה מהתלמידים בנוגע לכל עמדה:

- האם ביקורת מסוג זה הייתה משפיעה עליך עד כדי כך שהיית מפסיק לנגן?
- איך ביקורת מסוג זה הייתה גורמת לך להרגיש כלפי יואב?
- מה בביקורת עורר בך את התגובה הזו?

השאלה האחרונה תעלה למודעות התלמידים את העובדה שצורת העברת הביקורת יכולה לחסום את המאזין מלשמע אותה. בהמשך הם יתוודעו לאופן המיטבי שבו כדאי להעביר ביקורת.

## שקופית 4

### טיפוסי מבקרים

**טיפוסי מבקרים**

דרגו את טיפוסי המבקרים בסדר עולה  
1 = אלה שאיתם הכי קל לי  
7 = אלה שאיתם הכי קשה לי

1. אלה ששותקים אבל אתה מרגיש שמשוהו מפריע להם.
2. אלה שנותנים לך ביקורת עניינית אך בצורה לא נעימה כל כך.
3. אלה שנותנים לך ביקורת עניינית וממוקדת ואתה מרגיש שהם בעדך.
4. אלה שאתה יודע שמדברים עליך מאחורי גבך אבל בפניך לא יאמרו לך כלום.
5. אלה שמעבירים ביקורת בהרמת קול וצעקות ולא מקשיבים לצד השני.
6. אלה שיש להם מה להגיד על כל דבר, ושום דבר לא מוצא חן בעיניהם.
7. אלה שקצת מונעים אבל אתה מרגיש שהביקורת שלהם באה ממקום אכפתי.

הקודם הבא

נרצו את תיאור המבקרים והציב אותם בהתאם לדרגת שלכם.

העברת ביקורת יכולה להיעשות באופנים שונים. חלק מהאנשים בוחרים לבקר בלי הבחנה, ואילו אחרים שומרים את הביקורת לעצמם אבל היא ניכרת על פניהם.

מטרת שקופית זו היא לסייע לתלמידים להכיר את סגנון הביקורת הרצוי, והם מתבקשים לדרג סוגי מבקרים שונים לפי סיכוייה להתקבל.

על התלמידים לדרג את טיפוסי המבקרים בסדר עולה, מ-1 עד 6 (1 - הטיפוס שאיתו הכי קל לי, 6 - הטיפוס שאיתו הכי קשה לי):

1. אלה שיש להם מה להגיד על כל דבר וששום דבר לא מוצא חן בעיניהם.
2. אלה שקצת פוגעים אבל אתה מרגיש שהביקורת שלהם באה ממקום אכפתי.
3. אלה שמעבירים ביקורת בהרמת קול וצעקות ולא מקשיבים לצד השני.
4. אלה ששותקים אבל אתה מרגיש שמשוהו מפריע להם.
5. אלה שנותנים לך ביקורת עניינית אך בצורה לא נעימה כל כך.
6. אלה שנותנים לך ביקורת עניינית וממוקדת ואתה מרגיש שהם בעדך.
7. אלה שאתה יודע שמדברים עליך מאחורי גבך אבל בפניך לא יאמרו לך כלום.

פעילות זו היא הזדמנות מצוינת לניהול דיאלוג מכבד בין התלמידים, משום שיש להניח שלא כולם יסכימו על סדר המבקרים. כדאי לנווט את הדיון כך שתתאפשר שמיעה של כמה שיותר קולות, ותגובה של אחרים על קולות שנשמעים. למשל: רעות אומרת שהכי קל לה עם אלה שבחיים לא תשמע מהם ביקורת, וליונה הכי קל עם אנשים שנותנים לה ביקורת עניינית וממוקדת.

- האם יש עוד תלמידים בדעה של רעות?
- הסבירו. האם יש עוד תלמידים בדעה של יונה? הסבירו.
- האם אפשר לקבוע איזו דעה היא הדעה הנכונה?

דיאלוג מסוג זה יאפשר לתלמידים להכיל שונות ולאפשר אותה ביתר קלות.

## שקופית 5

### מתי הביקורת נחוצה ומתי היא מיותרת

**מתי הביקורת נחוצה ומתי היא מיותרת**

לפניכם כמה תיאורי מקרה. מיינו בין המקרים שלדעתכם הביקורת נחוצה ויכולה לתרום לצד השני לבין המקרים שבהם עדיף לותר על הביקורת.

המצב: עידו משתלט על השיחה ואינו מאפשר לאף אחד אחר לדבר. הביקורת: "עידו, נסה להקשיב, גם לאחרים יש מה להגיד".

המצב: שרון צוחקת בקול רם ממשוה מצחיק שנאמר בכיתה. הביקורת: "יש לך צחוק ממש מעצבן".

המצב: חמר פוגשת את שרון במסיבת סיום. הביקורת: "OMG, הצבע של השמלה לא עושה לך טוב".

המצב: רויטל הזמינה למסיבה את כל הננות מהכיתה חוץ מאת הילה. הביקורת: "רויטל, את לא יכולה להזמין את כולן חוץ מאחת - זה חכם, לא מתנהגים ככה".

גרר V למקרים בהם הביקורת נחוצה X למקרים בהם הביקורת מיותרת.

הקודם הבא

לעתים הצורך לשתף את האחר בנקודת המבט שלנו היא מיותרת מבחינתו ורק תפגע בו, משום שאין למושא הביקורת אפשרות לעשות שינוי לאור המסר, אם בגלל התזמון של הביקורת, ואם מפני שמדובר במאפיינים מולדים שאין לו השפעה עליהם. במקרים כאלה עדיף לחסוך את הביקורת מהצד השני.

בשקופית זו מופיעים מספר תיאורי מצב ולצדם ביקורת. התלמידים יתבקשו לקרוא כל צמד ובאמצעות דיון להחליט האם מדובר בביקורת בונה ונחוצה או בביקורת מיותרת.

כל ביקורת שתוגדר כבונה תסומן ב-V, וכל ביקורת שתוגדר כמיותרת תסומן ב-X.

## שקופית 6

### צעדים בהעברת ביקורת

**צעדים בהעברת ביקורת**

גררו את הצעדים הנחוצים להעברת ביקורת ברצף הכוון כך שהמאזין יהיה פנוי לשמוע אותה:

1. לבקש רשות מהמאזין לבטא ביקורת.
2. להבהיר למאזין שברור לנו שלא התכוון להרע.
3. להתייחס למקרה מסוים ולהימנע מהכללה.
4. לחדר למאזין שאנו מאמינים ביכולתו לשנות את המצב.
5. להסביר למה כדאי לשנות.
6. למצוא מקום פרטי לנהל את השיחה (לא לפני סיום).

גרר את הצעדים לפי סדר הספרות העולה, כך שמבנה הביקורת יהיה נכון לדעתכם.

הקודם הבא

מטרת שקופית זו היא לסייע לתלמידים להבנות את תהליך העברת הביקורת בצורה המיטיבית.

התלמידים מתבקשים לגרור את הצעדים הנחוצים להעברת ביקורת ברצף הנכון, כך שהמאזין יהיה פנוי לשמוע אותה. אין רצף נכון או לא נכון, אלא העדפה ותכנון לפי רציונל.

1. לבקש רשות מהמאזין לבטא ביקורת.
2. להבהיר למאזין שברור לנו שלא התכוון להרע.
3. להתייחס למקרה מסוים ולהימנע מהכללה.
4. לחדר למאזין שאנו מאמינים ביכולתו לשנות את המצב.
5. להסביר למה כדאי לשנות.
6. למצוא מקום פרטי לנהל את השיחה (לא לפני סיום).

## שקופית 7

### יישום



**יישום**

יהי זה קטן קטן, הכדורסל מספרו האחד (1) דודי. מהפסקה דודי לא יתן אופן אופן זהו מה שאמק טעם החברים אקס, הכדורסל "קאמ, אג דודי אקדרד? הוא אש אקרה אסוד. כל פשם אהכדור אקש אלו כפר הודי א אספרטו."

המליצו לרועי איך להעביר ביקורת על דודי לפי הכללים שהגדרתם בשקופית הקודמת:

הקודם

נסחו וכתבו את הביקורת מחדש באזור הטקסט החופשי.

הבא

בשקופית זו התלמידים יתנסו בתרגול העברת ביקורת בונה על פי הכללים שרכשו, בתיאור של מקרה מהחיים.

תיאור המקרה: רועי הוא קפטן קבוצת הכדורסל וחברו הטוב של דודי. בהפסקה דודי שמע את רועי לועג לצורת המשחק שלו בפני החברים לקבוצה: "קלטתם את דודי מכדרר? הוא ממש מקרה אבוד. כל פעם שהכדור מגיע אליו אנחנו מאבדים את הכדור".

בקשו מהתלמידים לנסות להגדיר את רועי לפי טיפוס המבקרים [אלה שאתה יודע שמדברים עליך מאחורי גבך אבל בפניך לא יאמרו לך כלום], ובקשו מהתלמידים לנסח את התנאים והביקורת מחדש, על פי הכללים שרכשו, כך שדודי יהיה פתוח לשמוע את הביקורת והיא לא תפגע ביחסים שלהם.

בדקו יחד עם התלמידים איפה הם התקשו בביצוע המשימה ואיפה היה להם קל. הדגישו כי תרגול בחיים יסייע להם להפנים את הכלי החדש שרכשו.

## שקופית 8: עיצוב כרזה

**לסיכום עצבו כרזה**

בחרו בתמונה המבטאת בעיניכם בצורה הטובה ביותר ביקורת בונה.



להתחלה

לקדם

לחש על התמונה שבחרתם.

לסיכום, בקשו מהתלמידים לבחור מתוך ארבע התמונות המוצגות תמונה אחת שלדעתם מסכמת ומשקפת בצורה המיטבית את נושא העברת הביקורת הבונה, ולאחר מכן לבחור מבין כמה סיסמאות את הסיסמה המתאימה ביותר לדעתם לנושא הנלמד.

לסיכום הלמידה שאלו את התלמידים:

1. מה התחדש לכם בעקבות הפעילות?
2. להרחבה – ניתן לחלק את התלמידים לקבוצות ולבקש מכל קבוצה לעצב כרזה משלהם עם תמונה שיאתרו באינטרנט וסלוגן שינסחו בעצמם או יאתרו באינטרנט. לבסוף כל קבוצה תציג את התוצר שלה.