

# איך לקיים שיעור חש"ם

## חש"ם: חיובי, שלילי, מעניין דרך לטיפול ברעיונות

החש"ם הוא מיצוי הגישה הפתוחה לרעיונות לכלל כלי, שניתן להשתמש בו באופן מכוון. זהו שיעור בסיסי מאוד אשר מוצג ממש בהתחלה. הכוונה היא שתהליך החש"ם עצמו ישמש ככלי במהלך השיעורים הבאים. במקום להחליט אם רעיון מסוים מוצא-חן בעינינו או לא, פעולת החש"ם גורמת לנו להתאמץ ולמצוא את הנקודות הטובות (ח=חיובי), הנקודות הרעות (ש=שלילי) והנקודות המעניינות (מ=מעניינות) שיש ברעיון. הנקודות המעניינות הן אלה שאינן טובות או רעות אלא ראויות לתשומת-לב. החש"ם הוא דרך לטיפול ברעיונות ובהצעות. התגובה הטבעית לרעיון היא שהוא מוצא-חן או שאינו מוצא-חן בעינינו, או שאנו מקבלים או דוחים אותו. אם רעיון מוצא-חן בעינינו, יהיה זה מאוד לא-טבעי לחפש אחר ההיבטים השליליים שלו. ובמקביל, אם רעיון אינו מוצא-חן בעינינו — יהיה מאוד לא-טבעי לחפש אחר ההיבטים החיוביים שלו. ומאידך, אין זה טבעי לשלול רק את הנקודות המעניינות של רעיון.

השימוש בחש"ם כפעולה מכוונת מספק לתלמידים אמצעים להתגבר על התגובות הרגשיות הטבעיות שהרעיון מעורר בהם. היעדים שלהם משתנים — מתגובה רגשית לרעיון אל ביצוע פעולה פורמלית מיומנת.

לאחר שתורגל השימוש בחש"ם ככלי, ניתן לבקש להשתמש בו בשיעורים הבאים: "בצעו חש"ם על הרעיון".

חש"ם אינו מיועד למנוע החלטות או התחייבויות — אלא לוודא שהחלטות או התחייבויות אלה מתרחשות אחרי שנשקלו שלושת הצדדים של העניין ולא לפני כן.

בתנאים רגילים, פעולת החש"ם מרחיבה את המבט על המצב; בלעדיה, התגובה הרגשית לרעיון מצמצמת את זוית הראייה שדרכה אנו מתבוננים במצב.

עיינו בכרטיס העבודה בדוגמה לחש"ם על רעיון הוצאת כל הכיסאות מהאוטובוסים.

**דוגמה נוספת:** על החלונות להיות עשויים מפלסטיק שקוף במקום מזכוכית.

ח: הם לא יישברו כל-כך בקלות.

ש: הם לא יהיו כל-כך מסוכנים כאשר יישברו.

מ: פלסטיק יהיה יקר יותר מזכוכית.

יתהוו בקלות שריטות על הפלסטיק.

מ: אם החלונות יהיו עשויים מפלסטיק אפשר יהיה לגוונם בצבעים שונים.

ייתכן שמאחר שאנו רגילים לחלונות מזכוכית, נדמה לנו שזכוכית טובה יותר.

מכון ברגקו וויס  
לטיפול החשיבה



\* 6. בארצות רבות פועלת שיטת תגר-המושבבים, שבה אנשי רגילים מתלכדים האם הנאשם אשם או לא. בארצות אחרות לא קיים תגר-מושבבים, אלא שלשה שופטים המקבלים את כל ההחלטות בעצמם. עש חש"ם על שיטת תגר-המושבבים.

\* 7. ערכו חש"ם על שיטה המאפשרת לערוד-דן למנוע בשם לקות, ואמר-כך לקבל אותו מוסים מתאימות שקובע בית-המשפט. אם שרד-הדיו אינו מצליח במשפט, הוא אינו מקבל כל תשלום.

## תהליך

### דיון

- מתי חש"ם יעיל ביותר?
- האם את רגילים להסתכל על הנקודות הטובות ועל הנקודות הרעות של רעיון?
- האם חש"ם גורם לגובו זמין?
- האם על לבצע חש"ם?

## עקרונות

1. החש"ם חשיב, כי בלעדיו אותם עלולים לדחות רעיון בעל-עוד שאינו מרשים במנט ראוני.
2. ללא חש"ם יש סבירות נמוכה שתבחינו בחסותותיו של רעיון שמצא מאד רן בעניינם.
3. החש"ם יכול לתכנה שרעיונות אינם רק טובים או רק רעים, רעיונות יכולים להיות מעניינים, אם הם מבטלים לרעיונות אחרים.
4. ללא חש"ם, השיטה שלכם לרוב לא יהיה מבוסס על עוד רעיון כשלעצמו, אלא על הרגשות שלכם באותו הזמן.
5. בעזרת חש"ם אותם מחליטים אם רעיון מוצא-רן בעניינם אם לאו — אך זאת אחרי שבהתנסו אותו, ולא לפני כן.

## פרויקט

1. צריך לאסור על כל המכוניות לזיכנס למרכז העיר, כדי שאנשים יוכלו לטוט באזור זה בהמשיות.
2. כל מבוגר צריך לאסור אדם זקן ולטפל בו.
3. יש להרשות לאנשים לעבוד 10 שעות ביום במשך ארבעה ימים בשבוע, כדי שיתרת חשבוע תהיה חופשית, במקום לעבוד 8 שעות ליום, חמישה ימים בשבוע.

© אמן בתמו רם לרשמה החשיבה

## 1 חש"ם: רעק לעולם מרעיונות

- ח - חיוני הדברים הטובים שיש ברעיון - מדוע הוא מוצא-רן בעיני
  - ש - שלילי הדברים הרעים שיש ברעיון - מדוע הוא אינו מוצא-רן בעיני
  - מ - מעניין מה, לדעתו, מעניין ברעיון
- במקום רק להגיד שרעיון מוצא-רן בעיניכם, או לא, אתם יכולים להשתמש בחש"ם. בעת השימוש בחש"ם אתם מעלים, ראשית, את הנקודות הטובות, לאחר מכן את הנקודות הרעות, ולבסוף את הנקודות שאינן טובות ואינן רעות, אבל מעניינות.

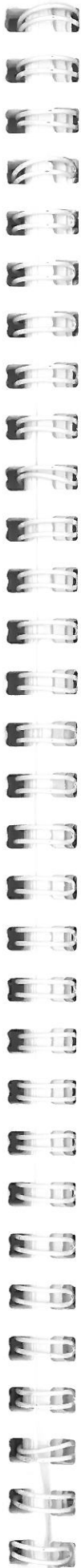
## דוגמה

- רעיון: להחזיר את כל המושבים מהאוטובוסים.
- ח: כך יוכל יותר אנשים להיכנס לכל אוטובוס.  
כך יהיה קל יותר להיכנס ולצאת.  
כך יהיה זול יותר ליוצר אוטובוסים ולמקום.
- ש: המושבים יפלו כאשר האוטובוס יעזר במאומיות.  
זקנים ונכים לא יוכלו להשתמש באוטובוסים.  
יהיה קשה לשאת סלי-קניות והתקנות.
- מ: הרעיון מעניין, כי הוא יכול להביא לכך שיהיו שני סוגים של אוטובוסים: האחד ללא מושבים וחש"ם עם המושבים הוא שאוטובוס אחד יוכל לבצע עבודה רבה יותר.  
המעניין הוא שיתוכן שרעיונות אינה כל-כך חשובה באוטובוסים.

## תרגול

1. צריך לחקק חוק המחייב לבצע את כל המכוניות בצהרי.
2. אנשים צריכים לעזר נהיג שלפיהם ניתן יהיה לזרות האם הם חיים במצב-רור טוב או לא.
3. כל התלמידים צריכים להקדיש שלושה חודשים בשנה לעבודה בשכר.
4. כל מבוגר צריך להקדיש שבעה שעות בשנה לשירות במשטרה.
5. חייב להיות ערוץ טלוויזיה מיוחד לצעירים.

© אמן בתמו רם לרשמה החשיבה



## תרגול

(קיראו את הסעיף תרגול בכרטיס העבודה של התלמיד)

את תרגילים 1, 2 ו-3 מתרגלים בדרך-כלל בזה אחר זה. אבל המורה רשאי להחליף כל תרגיל באחד מן התרגילים 4-7. התלמידים, כרגיל, עובדים בקבוצות.

**תרגיל 1.** כל קבוצה מבצעת חש"ם מלא במשך 3-5 דקות. קבוצה אחת נבחרת כדי להציג את הנקודות החיוביות ושאר הקבוצות או יחידים יכולים להוסיף נקודות. לאחר מכן, נבחרת קבוצה אחרת להציג את הנקודות השליליות ולבסוף, קבוצה נוספת מציגה את הנקודות המעניינות.

### הצעות:

- ח:** בלילה או בערפל יהיה קל יותר לראות מכוניות צהובות, ולכן יהיו פחות תאונות דרכים.  
כשקונים מכונית באולם תצוגה אפשר יהיה לקבל אותה מיד ולא יהיה צורך לחכות למכונית בצבע שבחרנו.  
יש להניח שיתייחסו אז למכוניות יותר כאל אמצעי תחבורה ופחות כאל "סמל מעמד".
- ש:** זה יהיה משעמם למדי.  
על יצרני הצבע ועל המפרסמים יבואו זמנים קשים.  
יהיה קשה למשטרה לרדוף אחר מכונית מסוימת או לזהות מכוניות גנובות.
- מ:** האם צבע המכוניות משמש את בעל המכונית או מישהו אחר?  
האם אנשים נוהגים באופן שונה מכוניות בעלות צבעים שונים?

**תרגיל 2.** כל קבוצה מבצעת חש"ם, אך הפעם היעד הוא לנחש את שתי הנקודות החיוביות, את שתי הנקודות השליליות ואת שתי הנקודות המעניינות שברשימה שבידי המורה. הזמן המוקצב הוא 3-5 דקות, שבסופן מציעה כל קבוצה הצעה אחת לנקודה ח, ש או מ. כאשר קבוצה מציעה נקודה שנמצאת בידי המורה, המורה מסמן זאת. כאשר נגמרות ההצעות, המורה מעלה את נקודות היעד הנותרות שבידו.

### נקודות יעד:

- ח:** אפשר להתרחק מאנשים כאשר נמצאים במצב-רוח רע.  
אנשים ישתדלו יותר שלא להיות במצב-רוח רע — אם עומדים לדעת זאת.
- ש:** אנשים לא ינהגו ביושר ויענדו תוויות לא נכונות.  
כאשר אנשים יהיו במצב-רוח רע, במקום לשמח אותם – יתרחקו מהם.
- מ:** יש אנשים שמספיק להסתכל בפרצופם כדי לדעת מה מצב-רוחם.  
האם אנשים מעדיפים להסתיר או לחשוף את מצב-רוחם?

**תרגיל 3.** כל קבוצה מכינה את הנקודות החיוביות או המעניינות, על-פי הוראת המורה. הזמן המוקצב לכך הוא 3 דקות. קבוצה אחת נבחרת להציג את נקודות ה-ח, לאחר מכן, קבוצה אחרת מציגה את נקודות ה-ש ולבסוף קבוצה נוספת מציגה את נקודות ה-מ. בכל מקרה, כל הקבוצות רשאיות להוסיף נקודות כרצונן.

## תהליך

*(קראו את הסעיף תהליך בכרטיס העבודה של התלמיד)*

מקיימים דיון פתוח של הכיתה כולה, שבו התלמידים מייצגים את עצמם ולא את הקבוצה.

- מתי החש"ם יעיל ביותר?
- האם אנו רגילים להסתכל תמיד על הנקודות הטובות ועל הנקודות הרעות של רעיון?
- האם חש"ם גורם לבזבוז זמן?
- האם קל לבצע חש"ם?

דיון זה יימשך לפחות 5 דקות, לפני שהכיתה עוברת לסעיף הבא.

## עקרונות

*(קראו את הסעיף עקרונות בכרטיס העבודה של התלמיד)*

הקבוצות בוחנות את רשימת העקרונות המופיעים בכרטיס העבודה לתלמיד. הן מתבקשות לציין את העקרונות החשובים ביותר בעיניהן. הן גם מתבקשות לבקר את העקרונות או לבנות עיקרון משלהן.

## פרויקט

*(קראו את הסעיף פרויקט בכרטיס העבודה של התלמיד)*

בשיעורים של שעה אחת לא יהיה די זמן לעבוד על סעיף זה. תרגילי הפרויקט יכולים לשמש כנושאים לחיבורים, או אפשר לתת אותם לתלמידים — על-מנת שיעבדו עליהם בזמנם החופשי, על-פי המקובל (בבית-הספר או בבית). בשיעורים ארוכים יותר הקבוצות יכולות לעבוד על תרגיל מסוים שנבחר על-ידיהן או על-ידי המורה מתוך תרגילי הפרויקט, כפי שמתואר בפרק על תבנית השיעור האופייני.