



ג2 | הצבת מטרות וחתירה למימושן

הגדרה



נטייתו של אדם להגדיר לעצמו יעדים, לתכנן פעולות שיובילו להשגתם, ולפעול על פי תכנון זה. נטייה להצבת מטרות היא אבן היסוד במרקר זה. כל עוד אין ידיעה באשר למקום אליו רוצים להגיע, אין כל משמעות לדרך בה בוחרים. הצבת המטרה היא תנאי יסוד למירקוד **חתירה למימוש המטרות**. **חתירה למימוש המטרות** היא נטיית חשיבה המגלמת בתוכה הן שאיפה להתקדמות – שהיא אנרגיית דחף, והן נטייה לבנות תוכנית פעולה המקרבת למטרה – שלה מאפיינים טכניים הניתנים ללמידה. אחד המרכזיים שבהם, הוא **תכנון ותעדוף**. התכנון מאפשר פריטה ליעדי ביניים ולוחות זמנים, ותעדוף מגדיר מה חשוב ממה ומה קודם למה.

מדוע להעצים הצבת מטרות וחתירה למימושן בקרב ילדים?

למן הרגע שמטרה מוגדרת באופן בהיר ומדויק, בחירת הדרך וההתנהלות בתוכה נטענות בתוכן משמעות הרבה יותר. הנטייה לחשוב דרך מטרות יוצרת סדר וארגון בהתנהלות האישית. לא עוד התנהלות מעגלית, מחזורית, נטולת תוחלת ותכלית. מרגע שיש מטרה, ניתן להגדיר תוכנית פעולה הכוללת מטרות משנה, בחירה בדרך להשגת המטרה, ובחינה בכל שלב באיזו מידה השגת המטרה קרובה. ילדים שנטייה זו מועצמת אצלם רוכשים כלים המסייעים להם לבנות מפה מנטלית המפזרת עמימות ומאפשרת מיקוד מאמץ וחוויות הצלחה. נטייה זו תשרת את הילדים הרבה מעבר למשימות הלמידה. מרקר זה הוא חיוני ושימושי גם בשוק העבודה, בהשכלה גבוהה ובהתנהלות היום יומית.

עדויות



- יכולת לענות על השאלות "מה אתה רוצה להשיג" ו"לאן אתה רוצה להגיע".
- התאמת פעולות למטרות; יכולת לבנות תוכנית פעולה ולעקוב אחר קצב ההתקדמות

מירקודים

הצבת מטרות: נטייתו של ילד להציב לעצמו מטרות למימוש, כשלב הכרחי וחיוני בדרך למימושן. חתירה למימוש המטרות: קיומו של כוח מניע, המאפשר לילד להוציא לפועל את המטרות שהגדיר לעצמו, באופן מובנה וממוקד. תכנון ותיעדוף: המידה שבה מסוגל הילד לתכנן ולתעדף מימוש של מספר משימות מקבילות. תכנון מאפשר פריטה ליעדי ביניים ולוחות זמנים, ותיעדוף מגדיר מה חשוב ממה ומה קודם למה.

1.ג2 הצבת מטרות

הגדרה



נטייתו של ילד להציב לעצמו מטרות למימוש, כשלב הכרחי וחיוני בדרך למימושן.

מקרה מדגים



התלמיד מגיע לבית הספר בקביעות.. עם זאת, אין לו מטרות שהוא יכול להגדיר. באנגלית לדוגמה, הישגיו טובים מאוד, אולם הוא אינו מעוניין לגשת לבגרות.

הכלה



- איך אתה מרגיש בבית הספר?
- מהן הסיבות שאתה מגיע לבית הספר?
- במה אתה טוב / במה אתה פחות טוב בבית הספר?
- מה חשוב לך בחיים?
- מהן השאיפות שלך?
- מה אתה מאחל לעצמך?
- מה אתה חושב שההורים, או מישהו שאכפת לו ממך היה מאחל לך?
- מה לדעתך עוזר לך, או מקדם אותך?
- מה מפריע לך להתקדם/ מעכב אותך?

הובלה



- ספר על דמות/ דמויות שאתה מעריך.
- מה אתה מעריך בו/בה/בהם?
- מדוע לדעתך הם מצליחים/ מעוררים הערכה?
- כיצד לדעתך הם הגיעו לאן שהגיעו?
- האם ייתכן שהייתה להם תוכנית מקדימה, או שהגיעו לשם בטעות?
- מדוע חשוב לדעתך שתהיה מטרה?
- מה גורם לאדם פתאום ביום בהיר אחד, להציב לעצמו מטרה?
- כיצד פועל לדעתך אדם שיש לו מטרה?
- האם אתה חושב שהצבת מטרה והגדרתה מגדילה סיכוייו של אדם להצליח?
- אם נניח, היית צריך לבחור לעצמך מטרה/מטרות מה היית בוחר?
- מדוע?
- כיום, האם יש בחייך מטרות? אם כן – מה הן?

הפעלה



1. עד לפגישתנו הבאה, אני מבקש/ת שתכין רשימה של שאיפות שיש לך בחיים.
2. לרשום באילו דרכים ניתן לממש את השאיפות הללו
- ו/או – לרשום מהם הכלים העומדים לרשותך.
3. להגדיר את השאיפות כמטרות.
4. לפרק את מטרות העל לתתי מטרות מסוג של טווח קצר וטווח ארוך.

טבלת עדויות: הצבת מטרות



שלב 5	שלב 4	שלב 3	שלב 2	שלב 1
				זירה חברתית אישית
לאחר שנבחר למועצת התלמידים של בית הספר, שבר שיאים עירוניים באתלטיקה קלה, לקח אחריות על ניסוח תקנון בית ספרי, הכולל הגדרה והצבה של מטרות לכל שכבה.	התלמיד מציב לעצמו מטרות לטווח קצר, וארוך באופן עצמאי, הוא מעיד על כך שיכולת זו מאפשרת לו להתקדם מהר יותר בכל תחום, "ובכלל", מקל עלי את החיים, אני לא מבזבז אנרגיה."	התלמיד החל להתאמן באופן קבוע, במסגרת אימוני נבחרת האתלטיקה של בית הספר. הוא משתתף בשיעורי אמנות ומשחק, בשעות אחר הצהריים. בעזרת המנחה, ניסח לעצמו כמטרה לפתח את כישורונותיו וליהנות מהם, בכדי שבעתיד, יהיו לו יותר כלים להחליט באיזה כוון מקצועי ירצה להתפתח.	לאחר מספר שיחות אימון המתמקדות בחשיבות שיש ביכולת להציב מטרות אישיות, כחלק מן ההתקדמות בחיים, החל הנער להתלבט בנושא, תוך שיתוף חבריו, בני משפחתו והמנחה. הוא עדיין לא מצליח לנסח לעצמו מטרות לטווח קצר, או ארוך, אולם הוא מודע לחשיבות שבדבר.	תלמיד כיתה ז', בעל כשרונות רבים ובולטים, בתחום הספורט (ריצה), האמנות, והמשחק, הוא מבטא כישורונות אלו באופן ספונטני, ולא ממוקד, הוא ממאן להשתייך לנבחרת בית הספר בריצה, לקחת חלק בשיעורי אמנות מסודרים, ולהשתתף בהצגות שכבתיות וחוגי משחק. כאשר נשאל "מהן השאיפות שלך, לזמן הקרוב, או לעתיד?" הוא משיב: "אינני יודע, מה זה משנה, מה שיהיה – יהיה!"
				זירה לימודית
התלמידה מצליחה מאוד בלימודיה, מגדירה ללא קושי מטרות עבור עצמה, ואף עוזרת לחבריה לכיתה לנסח לעצמם את מטרותיהם. במסגרת לימודיה במרכז הלמידה, התנדבה לחנוך תלמידים משכבות גיל שונות, להסביר להם על החשיבות שיש ביכולת של אדם להציב לעצמו מטרות, ולעזור להם בהגדרת מטרותיהם.	כחלק מן ההתמודדות עם הלימודים במסלול המוגבר למדעים, מנסחת הלמידה באופן יומיומי, מטרות לטווח קצר, וארוך יותר, אותן היא מממשת שוב ושוב. הישגיה הלימודיים גבוהים. לאחרונה הציבה לעצמה כמטרת על להשתלב בעתודה, בלימודי רפואה. כחלק מתהליך יישום מטרה זו, בנתה תוכנית אישית מפורטת למטרות ביניים ומטרות ליישמה.	התלמידה מספרת כי היא מבינה את החשיבות שיש ביכולת להגדיר מטרות. היא אקטיבית מאוד בשיעורים, לומדת למבחינים ומתמידה בהכנת שיעורי הבית. לאחר שנועצה במנחה, במחנכת וביועצת, הגדירה לעצמה כמטרה ללמוד במסלול מוגבר, מדעים, הישגיה הלימודיים השתפרו מאוד, והיא הועברה לכיתה המדעים.	לאחר מספר שיחות אימון המתמקדות בחשיבות שיש ביכולת להציב מטרות אישיות, כחלק מן ההתקדמות בחיים, החלה התלמידה לקחת חלק יותר פעיל בנעשה בכיתה, אולם עדיין אינה מצליחה להגדיר מהן שאיפותיה, ולאיזה כוון הייתה מעדיפה להתקדם.	התלמידה כיתה י', בעלת יכולות לימודיות גבוהות בכלל, ובמדעים מדויקים בפרט. היא לומדת בכיתה עיונית רגילה, לאחר שסירבה להיות בכיתה המדעים. לטענת מוריה היא אינה משתתפת, מכינה שיעורים רק לעיתים, ורחוקה מלמצות את הפוטנציאל שלה. כשנשאלת מהן שאיפותיה, היא עונה באדישות "אין לי כאלה"

2.ג2 חתירה למימוש המטרות

הגדרה



חתירה למימוש המטרות: קיומו של כוח מניע, המאפשר לילד להוציא לפועל את המטרות שהגדיר לעצמו, באופן מובנה וממוקד.

מקרה מדגים



ענת, תלמידת כיתה י', היא ילדה אינטליגנטית, בעלת כישרונות רבים, ומוטיבציה גבוהה להצלחה, אלא שציוניה בתעודה אינם משקפים את יכולותיה.

בטקס הסיום, בשנה שעברה, התנדבה מבעוד מועד להנחיה, אך לאחר שלא הצליחה להביא את עצמה ללמוד את התפקיד, העבירה את שרביט ההנחיה לילדה אחרת.

הכלה



- מדוע רצית מלכתחילה להשתתף בטקס הסיום כמנחה?
- איך הגיבו החברים/חברות שלך לידיעה שאת עומדת להנחות?
- איך הגיבו ההורים שלך לידיעה שאת עומדת להנחות?
- איך דמיינת את עצמך כמנחה?
- איך רצית שזה יהיה?
- מה הרגשת ביחס לעובדה שאת אכן עומדת להנחות?
- מה קרה בהמשך?
- האם ניסית ללמוד את התפקיד, או שבכלל לא הגעת למצב הזה?
- איך הרגשת כאשר הבנת שאת לא מצליחה ללמוד את התפקיד?
- מה הביא אותך לוותר על הניסיונות באופן סופי, ולהעביר את התפקיד לילדה אחרת?
- כיצד הרגשת כשבישרת את הבשורה לילדה ולמורה?
- כיצד הן הגיבו?
- מה הרגשת לאחר מכן?
- איך הגיבו ההורים והחברים לבשורה?
- היה קשה לך לספר להם?
- איך את מרגישה היום כשאת מזכרת במקרה?
- במבט לאחור, האם את יכולה להסביר מדוע לא הצלחת ללמוד את התפקיד?
- האם ישנן זירות נוספות בחייך, בהן את ממוקדת לשאיפה / מטרה / רצון מסויים שלך, ולא מצליחה להוציאם לפועל?
- זה מפריע לך?
- מדוע?

הובלה

הצעה לפעולה: לשחק עמה משחק המצריך בניית אסטרטגיה ומימושה תוך כדי משחק (רמיקוב, שח מט, דמקה וכו....)

- כיצד הרגשת במהלך המשחק?
- מה היה לך קל?
- מה היה לך קשה?
- מה הייתה מטרת המשחק?
- האם היה חשוב לך לנצח?
- האם הייתה לך אסטרטגיה כלשהי לפני שהתחלת לשחק?
- האם פעלת לאורך כל המשחק ע"פ אסטרטגיה זו, או שהחלפת אותה באחרת?
- מה גרם לך במשך כל המשחק להמשיך לשחק, גם כשנראה היה כאילו ידך לא על העליונה?
- את יכולה לחשוב על דוגמאות מחייך בהן החלטת שאת רוצה להשיג משהו, כמו שרצית לנצח במשחק, ולא התייאשת, עד שהשגת את מה שרצית?
- מה גרם לך אז לא להתייאש, ולעשות כל מה שצריך כדי להשיג את מבוקשך?
- האם אז גיבשת לך תוכנית / אסטרטגיה, לפני הניסיון להשיג את מבוקשך?
- האם את חושבת שקיומה של תוכנית הבנויה ע"פ שלבים, יכולה להועיל בהשגתה של מטרה כלשהי?
- באיזה אופן?
- האם לדעתך עצם קיומה של תוכנית כזו יכול להפיג חששות מאי הצלחה – אם הם קיימים?
- האם לדעתך החלוקה של המשימה לשלבים קצובים ומצומצמים, יכולה להועיל למימוש שלה?
- באיזה אופן?
- אם היינו נפגשות לפני טקס הסיום בשנה שעברה, ובונות תוכנית המחולקת למשימות קטנות, כך שבכל יום היית לומדת בע"פ קטע קצר, ובהמשך היית מתרגלת את ההנחיה מולי, ומול חברותייך – האם אז לדעתך היית מצליחה להשיג את מבוקשך, ולהנחות את הטקס?
- מדוע?
- כעת, לאחר כל החשיבה שעשינו יחד, ברצוני לשאול אותך, כאשר משהו רוצה להשיג מטרה כלשהי בחייו – גדולה, או קטנה, מה חשוב שיעשה?
- האם די לקבוע מטרה, בכדי להשיגה, או שישנם שלבים נוספים שיש ליישם בדרך להשגתה?
- מהם?

הפעלה



1. הצעה לפעולה: קביעת מטרה למימוש, יחד עם הילדה, חלוקתה למשימות קטנות, ומעקב אחר הביצוע – במסגרת שיחות עם המנחה, ובמסגרת כתיבת יומן ביצוע, אשר מתעד את המחשבות והרגשות, אלו המקלים, ואלו והמקשים על ביצוע המשימה, ועל הדרכים השונות להתגבר על הקשיים.
2. הצעה לפעולה: הטלת משימת חונכות ממוקדת על הילדה, במסגרתה תלווה ותנחה ילד/ ילדה משכבת גיל צעירה יותר, בדרכו להשגת מטרתו/ה המסיימת.
3. סיכום משותף עם הילדה כי זירת הלימודים היא זירה ראויה לתרגל מימוש אסטרטגי של השגת מטרות, וללוותה בשיחות וביומן ביצוע.
4. להכיר לילדה את המושגים, מעגל הדאגה ומעגל ההשפעה, לדבר על היחסים האפשריים ביניהם, וכיצד הם משפיעים על היכולת שלנו לנהל את חיינו כפי שהיינו רוצים.

טבלת עדויות: חתירה למימוש המטרות



שלב 5	שלב 4	שלב 3	שלב 2	שלב 1
זירה לימודית	זירה לימודית	זירה לימודית	זירה לימודית	זירה לימודית
<p>התלמידה נוכחת בכל השיעורים, מקדימה להגיע לבית הספר, הציעה למורה לארגן קבוצת למידה, לאחר שעות הלימודים, הציעה לחנוך ילד משכבה צעירה ממנה, היא מכינה שיעורים באופן קבוע, ולעיתים אף מתקדמת מיזמתה, ובאופן עצמאי בחוברת הלימוד. משתתפת תדיר בשיעור, לומדת למבחנים ארבעה ימים מראש, ע"פ תוכנית למידה שהיא בונה, ציוניה טובים. בקשה מן המורה והמנחה משוב על אודות הדברים שעליה לשפר.</p>	<p>התלמידה נוכחת בכל השיעורים, מקדימה להגיע לבית הספר, הציעה למורה לעבור לשבת באופן קבוע ליד תלמידה חלשה ממנה, בכדי שתוכל לעזור לה, היא מכינה שיעורים באופן קבוע, משתתפת תדיר בשיעור, לומדת למבחנים ארבעה ימים מראש, ע"פ תוכנית למידה שהיא בונה, ציוניה טובים. בקשה מן המורה והמנחה משוב על אודות הדברים שעליה לשפר.</p>	<p>התלמידה נוכחת בכל השיעורים, אינה מאחרת, מקשיבה בשיעור, עונה בפירוט רב, כאשר המורה פונה אליה, ולעיתים אף מצביעה ומשתתפת ביוזמתה, תוך הבעת עניין ויצירתיות רבה. היא מכינה שיעורים לעיתים, ולומדת למבחנים, יום לפני המבחן. בציוניה חל שיפור.</p>	<p>התלמידה נוכחת בכל השיעורים, אולם היא מגיעה באיחור רב, משתתפת בשיעור, רק אם המורה פונה אליה, אמנם אינה מדברת יותר עם חברותיה בזמן השיעור, אך עדיין נראית מנותקת מן הנעשה בשיעור, אינה מקשיבה, עדיין לא מכינה שיעורים, ולא לומדת למבחנים. ציוניה נמוכים.</p>	<p>התלמידה בעלת מוטיבציה גבוהה ויכולות גבוהות להצליח בלימודים, אלא שהיא נעדרת מן השיעורים, וכשהיא מגיעה, היא לא מקשיבה בשיעור, מדברת עם חברות, לא מוכנה להשתתף בשיעור, גם כשהמורה פונה אליה. לא מכינה שיעורים, לא לומדת למבחנים, ומוציאה ציונים מאוד נמוכים.</p>
זירה חברתית-אישית	זירה חברתית-אישית	זירה חברתית-אישית	זירה חברתית-אישית	זירה חברתית-אישית
<p>התלמיד פיתח יכולות הנהגה, בני כיתתו מבקשים את קרבתו. הוא יזם פעילויות התנדבותיות במתנ"ס, בהם משתתפים בהתלהבות חבריו לכיתה, וחבריו מן הכיתות האחרות. לאחרונה יזם שיחה עם מנהל בית הספר, בה ביקש להיות חלק מצוות חשיבה בית ספרי, הפועל לשילוב התלמידים יוצאי העדה האתיופית בבית הספר.</p>	<p>התלמיד מוכר ומקובל בקרב ילדי הכיתה. הוא מארגן משחקי כדורגל בהפסקות, הכוללים טורנירים משותפים בין בני כיתתו וילדי כיתות אחרות. הוא משתתף תדיר בשיעור, ומעיד כי הוא חש חלק אינטגרלי מן הכיתה.</p>	<p>התלמיד משתתף בפעילויות החברתיות – רשות וחובה גם יחד. הוא התחבר עם הילד לידו יושב, ונפגש עמו בשעות אחה"צ. מוכן להשתתף בשיעור כשהמורה פונה אליו, ולעיתים אף יזם השתתפות.</p>	<p>התלמיד הסכים לעבור לשבת ליד חבר לכיתה, והוא משתתף בפעילויות החובה החברתיות, אולם עדיין אינו מתערב בנעשה, ואינו משוחח עם חבריו לכיתה.</p>	<p>התלמיד, בן העדה האתיופית, לומד בכיתה תורנית בה כל הילדים פראנג'ים. הילד מצהיר בפני המנחה המחנכת והיועצת כי מאוד רוצה להשתלב בכיתה מבחינה חברתית, אך אינו עושה דבר כדי לקדם עצמו לכון: אינו יוצא לפעילות חברתית כיתתית או לטיולים, אינו נענה להזמנות למסיבות כיתה, יושב בשולחן לבדו ומסרב להצעת המחנכת לעבור לשבת ליד אחד הילדים. בהפסקות מעדיף להתלוות לחבריו בני העדה מכיתות אחרות. אינו משתתף בשיעורים, כי חושש מתגובת חבריו לכיתה.</p>