מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את שלבי הטכניקה עש"ן ד"ק לפני קנייה
- להבין איך מתמודדים עם חרטה אחרי קנייה בעזרת גש"ר מאח"ד
- לתרגל איך עוזרים לחבר או חברה שהתחרטו על קנייה

גרסת עולים חדשים – מילון מילים בראש הדף, משפטים קצרים ושפה פשוטה. אפשר לאפשר מילון אישי ועבודה בזוגות.

חלק א' – הבנת עש"ן ד"ק

- 1. א – ע - עוצרים
- 2. ב – נושמים כדי להירגע
- 3. ג – 'האם זה באמת צריך? מה המחיר האמיתי?'
- 4. ב – מה מפסידים ואם זה מתאים לתוכנית החיסכון

חלק ב' – נכון או לא נכון

- 1. לא נכון – המטרה היא לעצור ולחשוב לפני קנייה, לא לקנות מהר
- 2. נכון – זו דוגמה לקנייה בלי חשיבה אמיתית על המחיר
- 3. נכון – כך מוגדר בדף
- 4. לא נכון – להפך - הערוץ ממליץ לספר להורה, מורה או חבר
- 5. נכון – הערוץ 'רגש' אומר שמותר להתבאס ולהגיד זאת

חלק ג' – השלמת מילים

- 1. קדימה
- 2. גוף
- 3. שכל
- 4. מחויבות
- 5. ד"ק
- 6. אמונה ומשמעות

חלק ד' – התאמת ערוצים

- 1 – ה (שותים מים, הולכים קצת, נושמים)
- 2 – א (בודקים מה אפשר לעשות - להחזיר או למכור)
- 3 – ו (אומרים 'אני מאוכזב/ת, מותר להתבאס)
- 4 – ב (מספרים להורה, למורה או לחבר)
- 5 – ד (מדמיינים קנייה הבאה עם תכנון)
- 6 – ג (רואים בטעות שיעור לפעם הבאה)

חלק ה' – סדר נכון של הצעדים

- 1. מקבלים הודעה על מבצע בזק בטלפון
- 2. עוצרים ולא לוחצים מיד על קנייה
- 3. נושמים עמוק ובודקים מה באמת המחיר והצורך
- 4. עושים דיבור עצמי: האם זה מתאים לתוכנית שלי
- 5. מחליטים ומתקדמים קדימה לפי התוכנית

חלק ו' – כתיבה ויישום

- 1. תשובה טובה תכלול משפט מחויבות כמו 'אני כאן איתך', שאלה כמו 'מה כבר ניסית', עידוד לפעולה כמו הצעה לבדוק החזרה, וסדר צעדים הגיוני
- 2. תיאור מצב ממשי עם יישום של חמשת השלבים: עוצרים, משחררים, נושמים, דיבור עצמי, קדימה

כרטיס יציאה – מה לחפש

- עוצרים לפני שקונים
- בודקים אפשרויות מעשיות כמו להחזיר או למכור
- משפט כמו 'אני כאן איתך' או 'נבדוק יחד'

טיפים להפעלה:

- מומלץ לתרגל בכיתה את חמשת הצעדים של עש"ן ד"ק בתנועה פיזית - לעצור, לנשום, לדבר
- אפשר לחלק לקבוצות ולבקש מכל קבוצה להציג תרחיש קנייה ואת שלבי ההתמודדות
- כדאי להדגיש שאסור לבייש מי שכבר קנה וטעה - המטרה היא תמיכה וליווי

דף תרגול: רגע לפני שקונים – עש"ן ד"ק

דף התלמיד/ה **עולים חדשים**

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

לפעמים רואים מבצע בטלפון ורוצים לקנות מהר. יש שיטה שעוזרת לעצור ולחשוב לפני שקונים. יש גם שיטה שעוזרת אם כבר קנינו וטעינו.

📖 מילון קטן:

עש"ן ד"ק	שיטה של חמישה צעדים לפני קנייה: עוצרים, משחררים, נושמים, דיבור עצמי, קדימה
גש"ר מאח"ד	שישה ערוצים שעוזרים להתמודד עם אכזבה או טעות
מעש"ה	דרך לעזור לחבר שהתחרט על קנייה
דיבור עצמי	משפט שאומרים לעצמנו כדי להירגע ולחשוב
מבצע בזק	מבצע קצר שאומר שצריך להחליט מהר מאוד
אמונה ומשמעות	למצוא משמעות או לקח גם בטעות
הבניית רצף	לעזור למישהו לסדר את הצעדים הבאים לפי סדר

1 חלק א' – הבנת עש"ן ד"ק

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה עושים ראשון בשיטה?

א) ע - עוצרים ב) ש - שמחים ג) נ - נוסעים ד) ד - דוחים

2. מה עושים כשנושמים?

א) קונים מהר ב) נושמים כדי להירגע ג) מתקשרים להורה ד) בודקים מחיר בחנות אחרת

3. דוגמה טובה למשפט 'דיבור עצמי' לפני קנייה היא:

א) 'אני חייב לקנות עכשיו!' ב) 'כולם קונים אז גם אני' ג) 'האם זה באמת צריך? מה המחיר האמיתי?'

ד) '40% הנחה זה תמיד כדאי'

4. מה חשוב לבדוק לפני שקונים נעליים במבצע?

א) רק את גודל ההנחה ב) מה מפסידים ואם זה מתאים לתוכנית החיסכון ג) כמה זמן נשאר למבצע

ד) איזה צבע נעליים יש

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	עש"ן ד"ק היא שיטה שמטרתה לעזור לקנות מהר יותר בלי לחשוב	☐	☐
2	קנייה בתשלומים כדי 'שלא ירגיש' היא דוגמה להתנהגות לא רצויה בעש"ן ד"ק	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
3	גש״ר מאח״ד הוא שם של שישה ערוצים להתמודדות עם אכזבה	☐	☐
4	הערוץ 'חברה' בגש״ר מאח״ד אומר שצריך להסתיר את הטעות מכולם	☐	☐
5	לפי גש״ר מאח״ד, מותר להרגיש מאוכזב אחרי קנייה שהתחרטנו עליה	☐	☐

3 חלק ג׳ – השלמת מילים

השלימו את המילה החסרה.

1. באות ק׳ בעש״ן ד״ק מתכוונים לצעד של _____ - להמשיך לפי התוכנית

2. הערוץ _____ בגש״ר מאח״ד עוסק בשתיית מים והליכה קצרה

3. הערוץ _____ בגש״ר מאח״ד שואל: מה אפשר לעשות עכשיו, להחזיר או למכור

4. כשעוזרים לחבר שהתחרט על קנייה, אפשר להגיד 'אני כאן איתך' - זהו הערוץ של _____

5. השיטה שעוזרת לפני קנייה נקראת עש״ן _____

6. הערוץ _____ בגש״ר מאח״ד עוזר למצוא לקח בטעות, למשל 'בפעם הבאה אעצור לפני'

4 חלק ד׳ – התאמת ערוצים

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. גוף	___	**א.** בודקים מה אפשר לעשות - להחזיר או למכור
2. שכל	___	**ב.** מספרים להורה, למורה או לחבר
3. רגש	___	**ג.** רואים בטעות שיעור לפעם הבאה
4. חברה	___	**ד.** מדמיינים קנייה הבאה עם תכנון
5. דמיון	___	**ה.** שותים מים, הולכים קצת, נושמים
6. אמונה ומשמעות	___	**ו.** אומרים 'אני מאוכזב/ת', מותר להתבאס

5 חלק ה׳ – סדר נכון של הצעדים

מספרו את השלבים לפי הסדר הנכון (1, 2, 3...).

☐	נושמים עמוק ובודקים מה באמת המחיר והצורך
☐	מחליטים ומתקדמים קדימה לפי התוכנית
☐	עושים דיבור עצמי: האם זה מתאים לתוכנית שלי
☐	עוצרים ולא לוחצים מיד על קנייה
☐	מקבלים הודעה על מבצע בזק בטלפון

6 חלק ו׳ – כתיבה ויישום

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. חבר/ה שלך סיפר/ה שקנו בטעות מוצר יקר במבצע שהתברר כלא אמיתי, והם מתחרטים. כתבו שיחה קצרה שבה אתם עוזרים לו/לה בעזרת מעש״ה (מחויבות, עידוד לפעולה, שאלות, הבניית רצף)

2. תארו מצב שבו קיבלתם הודעה על מבצע מפתה, ותסבירו איך הייתם משתמשים בעש״ן ד״ק כדי להחליט מה לעשות

כרטיס יציאה

מה פירוש האות ע׳ בעש״ן ד״ק?

מה עושים בערוץ 'שכל' כשמתמודדים עם חרטה על קנייה?

תנו דוגמה למשפט מחויבות שאפשר להגיד לחבר שהתחרט על קנייה

איך הרגשתי בשיעור? 😕 😐 🙂 😀