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

גרסה רגילה – כל הפריטים.

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

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

כשרואים מבצע מפתה או הודעה שאומרת 'נגמר בעוד כמה דקות', קל לקנות בלי לחשוב. בדף הזה נלמד שיטה שעוזרת לעצור רגע לפני קנייה, ושיטה נוספת להתמודד עם טעות אם כבר קנינו משהו שהתחרטנו עליו.

1 חלק א' – הבנת עש"ן ד"ק

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה האות הראשונה בעש"ן ד"ק ומה פירושה?

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

2. מה עושים בשלב 'נושמים'?

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. במקרה של ההודעה על הנעליים ב-450 שקל, מה הדבר הנכון לבדוק?

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

5 חלק ה׳ – סדר נכון של הצעדים

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

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

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? 😕 😐 🙂 😀