

איך אדבר עם תלמידי?

אוסף כלים לניהול שיחה אישית –

בכל שיחה נוכל לבחור בחלק מהכלים, על פי הנדרש והמתאים

1

הקשבה

נקשיב כך שנשמע.
נקשיב בעניין ובתשומת לב מעמיקה

נקייט קשר עין, נגזגז קרוב וברור,
נתרכז באומר ופמה שנאמר.

2

קבלה

נגיב בהבנה
ללא שיפוטיות או ביקורת

אני מבינה שאתה.
אני שומעת שאת

3

אמפטיה

נזהה את הרגשות שהתלמידים
מביעים וניתן להם תוקף

כשאתה צריק לוותר לאחיק הקטני
זה לא הוואן בעיניך ואפילו מרעץ

4

נרמול

נביע מסר של לגיטימציה וטבעיות
למצב או לתחושה

אני נוצר רביט מתלביט שאלה הלו.
זה טבעי להרעיש כשסלומדיט מרחוק



5

הרגעה

נבטא אמירות שנוסכות שלווח ובטחון

יש לך כוחות – את חזקה.
אינך לבד, זכור זאת.

6

שאלת שאלות

נשאל שאלות שמעודדות התבוננות אישית:
מה הרעש? מה חשבת? מה אתה צריק?

כשמתואר מצב לחץ נשאל שאלות סגורות:
מה קרה? מי היה אתך? מתי זה היה? לך?

7

איתור וזיהוי

נשאל שאלה ישירה אודות קושי או בעיה

מי פגע בך? ממה את דואגת?
מי מאייט עליך? מה כואב לך?
מה אתה צריק? איך אני יכולה לעזור לך?

8

פירוש מחדש

נחפש יחד דרך שונה לתרגם את המצב
ולהסבירו

מצניין אם אפשר לראות זאת בצורה דרך?
האם תרצה שננסה לפרש זאת קצת אחרת?



9

חזרה

נחזור על דברי התלמידים
במילים שלהם לשם מתן תוקף לדבריהם

אני כיוף לך בהדרכה
ואתה מקיצ בה האון זמן ואנרציות,
אני את כל היוט שלך. שמעתי נכון?

10

קבלה

נחזור על דברי התלמידים במילים שלנו.
נראה להם שקלטנו את החוויה האישית
שלהם ואת היותה בעלת ערך והגיון.

אתה אומר שקה לך ללמוד מתמטיקה
מרחוק. הבנתי נכון?

12

זכות למוגנות

נזכיר לתלמידים שיש להם זכות להיות מוגנים ולחוש בטוחים

מאיץ לך שיסמרו עליך ויצנרו לך אתה חסוג. את חסוגה.

11

הדהוד

נשתף את התלמידים באסוציאציה או זיכרון אישי שהדברים מעוררים בנו

הדאגה שלך לסקתא מזכירה לי איך כילדה, בימים של חורף סוצר תמיד חשתי על סבא שלי שהתאכר לבד בעיר אחרת.

14

התפעלות

נבטא התפעלות (כנה) מחוויות, הישגים, מחשבות או פעולות שהתלמידים תארו.

אתה רץ שלוש פעמים בשבוע! וואו, זה נשמע נהדר. את מתמידה ומתאמנת, נפלא!



13

כיוון להתמודדות

נזמין את התלמידים לחשוב על פתרונות

מה יכול לעזור לך? מה את צריכה שיקרה? איזה פתרון יקדם אותך? מה "עבד" לך בעבר?"

16

פנייה לעזרה

נעודד את התלמידים לשתף ולהיעזר. נחזק את ההבנה שפנייה לעזרה היא עדות לכוח ולא לחולשה.

למי אתה פונה כקשה לך? עם מי את מתיעצת?

15

הכוונה לעשייה

נעודד את התלמיד/ה לבחור צעד מעשי ראשון בהתמודדות

מה הצעד הראשון שתעשה כדי להשיג את החומר?

18

זיהוי חוזקות

נעודד את התלמידים למנות כוחות פנימיים וחוזקות שהם מזהים בעצמם

במה אתה סומך על עצמך? איזו כוחות יש לך? איזו חוזקות את מכירה בעצמך?

17

חיזוק התקווה

נבטא מסרים בנוי חוסן ואופטימיות דברית יסתדרו, מצבים בחיים משתנים ומתחלפים.

את ילדה חכמה ואת תצליחי. אתה בוסר וחברותי, אתה תמצא את הדרך שלך.

20

פרידה

נסיים את השיחה בשאלה פתוחה, בהודיה ובתזכורת להחלטות אם התקבלו כאלו.

מה עוד רצית לומר לי? תודה על השיחה, שמחתי לראותך ואף תשכחי מה החלטת.



19

"תחושת בטן"

נהיה קשובים לאינטואיציות שלנו

אני מרגישה שיש משהו שלא נאמר בקול. אני סומכת עליה. אני דואגת לו