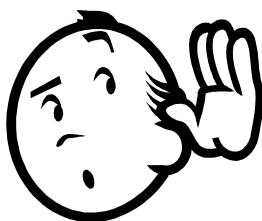


המפגש האישי עם הלומד



התנהגויות של הקשבה שמציע האימון הקוגניטיבי

רחלי כרמון



ברנקו וייס

חינוך. חשיבה. יוזמה

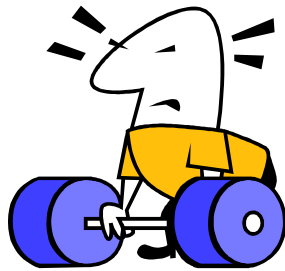
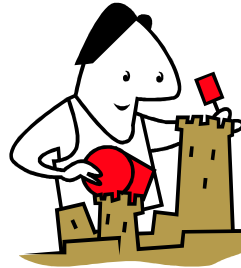
רשת בתי הספר ברנקו וייס
קריית חינוך ע"ש רבין ברנקו וייס מזכרת בתיה

4 ה-ש

או:

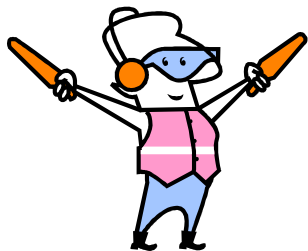
כלי מאמן הש יבה

ש חזור



ש היה

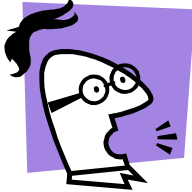
ש אילה



ש פת גוף

סוגי הקשבה שיש להימנע מהם בעת אימון קוגניטיבי

הקשבה אוטוביוגרפית – תוך כדי הקשבה אנו מקשרים את הנאמר לדברים שקרו לנו; לניסיון חיינו. הקשבה שמבליטה את ה"אני".



לדוגמא

"כן, אני יודעת בדיוק איך את מרגישה"
"עברתי בדיוק את אותו הדבר. תן לי לספר לך את החוויה שלי"

הקשבת פתרון – תוך כדי הקשבה מעצבים פיתרון.



לדוגמא

"יש לי בשבילך עצה נהדרת"
"למה לא תנסי את הרעיון הזה..."

הקשבה ביקורתית – תוך כדי הקשבה אנו שופטים את מה שמסופר לנו.



לדוגמא

"זה ממש טיפשי לעשות זאת"
"כך היית צריך לנהוג"

הקשבה במהלך האימון מכוונת להבנה. היא מנסה לחדור למסגרת ההתייחסות של הזולת ולא להציע לו את מסגרת ההתייחסות שלנו.

תקשורת לא מילולית ליצירת אמון ראשוני בין אנשים (RAPPORT)

60% מן התקשורת שלנו מועברת בשפת גוף

30% מן התקשורת הוא טון הדיבור

10% תוכן המילים

שיקוף גופני של –



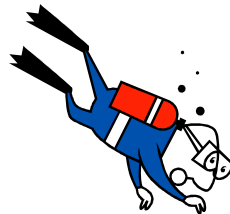
תנוחה

מחוות

טון דיבור

שפה

נשימה



מתי יש לעשות באופן מודע שיקוף גופני?

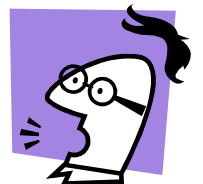


■ כשאני חוזה מתח או חרדה אצל המתאמן.

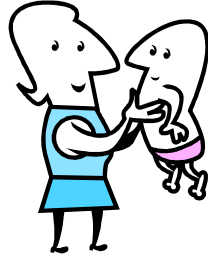
■ כשמתח או חרדה מתעוררים במהלך השיחה.

■ כשקשה לי להבין את המתאמן או כשקשה לי לשים לב אליו

באופן מלא.



עקרונות השחזור



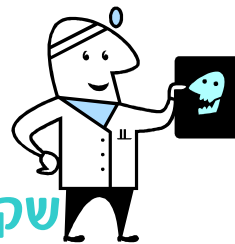
תשומת לב מלאה



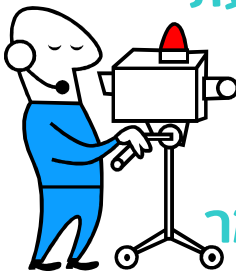
הקשבה במטרה להבין



תפיסת התמצית / עיקרי הדברים

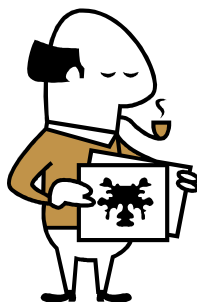


שקוף המסר הקולי התנועתי



שחזור מקוצר של הנאמר

שחזור לפני שאילת שאלה



עקרונות השאילה

■ השאלות פתוחות ומאפשרות ריבוי תשובות

במקום: האם אתה חושב שתצליח?
אפשר: כיצד תדע שאתה מצליח?

■ השאלות אינן שיפוטיות ומתבססות על הנחות מוקדמות חיוביות

במקום: למה עשית זאת?
אפשר: מה היו השיקולים שלך בבחירת הפעולה הזו?

■ השאלות מנוסחות בלשון רבים, כדי לרמז שקיימות אפשרויות שונות לתשובה ואין תשובה "נכונה" שאנו מצפים לשמוע אותה

במקום: מה היא המסקנה שלך ממה שקרה?
אפשר: כשאתה חושב על מה שקרה, אילו מסקנות אתה מסיק?



שאלות שיש להימנע מהן

שאלות סגורות, שניתן לענות עליהן ב"כן" ו"לא"

- האם תוכל לומר לנו מה שמו של...?
- מי יכול להיזכר ב...?
- את חושבת שתצליחי להתכונן למבחן?



שאלות מתגוננות, שגורמות להצטדקות ולהתנגדות

- למה עשית את זה?
- מדוע לא הכנת שעורי בית?
- איך יכולת לעשות מעשה כזה?



ניסוח השאלה מושפע

מאופן החשיבה של מנסח השאלה



מכיל בתוכו מידע על הנחות מוקדמות



משפיע על תחושות הנשאל

ועל החשיבה שלו



ולבסוף משפיע על התשובה שתתקבל

ועל הנבונות של הנשאל לשתף אותנו בה

