מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את ששת ערוצי ההתמודדות של מודל גש"ר מאח"ד
- לזהות באילו ערוצים מתמודדות דמויות בסיפורי מקרה מחיי בית הספר
- לתרגל "לדבר בערוץ" של התלמיד/ה ולתכנן פעילות מתאימה

גרסת חנ"מ – פחות פריטים, עד 3 אפשרויות בחירה, בנק מילים, גופן מוגדל ושורות כתיבה רחבות. מומלץ להקריא את ההוראות בקול ולעבוד חלק אחר חלק, בלי הגבלת זמן.

חלק א' – זיהוי ערוצים

1. א – גוף
2. ב – שכל
3. ג – 6

חלק ב' – התאמת ביטויים לערוצים

1. 1 – ד (רגש)
2. 2 – א (חברה)
3. 3 – ב (שכל)
4. 4 – ג (דמיון)

חלק ג' – נכון או לא נכון

1. לא נכון – במודל אין ערוץ נכון או לא נכון, כל הערוצים טובים
2. נכון – זה בדיוק חלק מהדיון במשחק המיון
3. נכון – כך מתואר במהלך הסדנה

חלק ד' – ניתוח סיפורי מקרה

1. ערוץ הדמיון (ציור), ואפשר שגם צורך בריחוק חברתי זמני
2. ערוץ השכל - לתת מידע ברור ומסודר, לעזור לו לבנות תוכנית

חלק ה' – תכנון ויישום

1. התשובה תזהה ערוץ אחד בבירור ותציע משפט או פעולה קונקרטית המתאימה לערוץ הזה

חלק ו' – סדר מהלך הסדנה

1. פתיחה: "סוללה" - כמה טעינה יש לי היום ומה טוען אותי
2. הצגת המודל - שישה ערוצי התמודדות
3. "הפרופיל שלי" - חלוקת 12 נקודות כוח בין הערוצים
4. משחק מיון - 24 קלפי דוגמאות לששת הערוצים

כרטיס יציאה – מה לחפש

- שתי דוגמאות נכונות התואמות את הערוצים שנבחרו
- הסבר שהכוונה היא להגיב ולהציע עזרה באותו ערוץ שבו האדם מתמודד, לפני שמציעים ערוץ אחר
- דוגמה הגיונית המראה חפיפה בין שני ערוצים לפחות

טיפים להפעלה:

- אפשר לפתוח את השיעור בחפצים מהתיק המפתיע כדי להמחיש את הערוצים לפני המילוי
- בחלק של סיפורי המקרה עודדו דיון בקבוצות קטנות לפני כתיבת התשובה
- בגרסה לחינוך מיוחד הסירו את הפריטים המסומנים כקשים יותר ושמרו על הדוגמאות הפשוטות

דף תרגול: גש"ר מאח"ד - ששת ערוצי ההתמודדות

דף התלמיד/ה חנ"מ

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

דף זה מתרגל את מודל גש"ר מאח"ד - שישה ערוצים שבהם אנשים מתמודדים עם קושי: גוף, שכל, רגש, מערכת אמונות, חברה ודמיון. תרגלו זיהוי ערוצים בדוגמאות ובסיפורי מקרה מחיי בית הספר.

1 חלק א' – זיהוי ערוצים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. באיזה ערוץ מדובר: "אני יוצא/ת לריצה קצרה"?

א) גוף ב) שכל ג) רגש

2. המשפט "בוא/י נכין לו"ז" שייך לערוץ:

א) חברה ב) שכל ג) רגש

3. כמה ערוצי התמודדות מציג המודל?

א) 4 ב) 5 ג) 6

2 חלק ב' – התאמת ביטויים לערוצים

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

1. "אני כותב/ת ביומן מה עובר עליי"	___	**א.** חברה
2. "אני מתקשר/ת לחבר/ה"	___	**ב.** שכל
3. "מה אני יודע/ת בוודאות?"	___	**ג.** דמיון
4. "אני מדמיין/ת את המקום הכי רגוע שלי"	___	**ד.** רגש

3 חלק ג' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	יש ערוץ אחד שהוא הכי נכון וטוב לכולם	☐	☐
2	קלף דוגמה אחד יכול להתאים ליותר מערוץ אחד	☐	☐
3	בפעילות "הפרופיל שלי" כל משתתף/ת מחלק/ת 12 נקודות כוח בין הערוצים	☐	☐

4 חלק ד' – ניתוח סיפורי מקרה

ענו בקצרה.

1. בסיפור "החרם בקבוצת הכיתה" התלמידה מגיעה עם אוזניות ומציירת כל השיעור. באיזה ערוץ היא כנראה מתמודדת?

2. בסיפור "לפני הבגרות" התלמיד בונה לו"ז מפורט ושואל שוב ושוב מה יהיה בבחינה. באיזה ערוץ הוא מתמודד, ואיך נדבר בערוץ שלו?

5 חלק ה' – תכנון ויישום

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. בחרו תלמיד/ה (דמיוני/ת) מהכיתה שלכם, וכתבו: מה הערוץ החזק שלו/ה, ואיך תדברו בערוץ הזה בפעם הבאה שהוא/היא מתקשה?

6 חלק ו' – סדר מהלך הסדנה

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

☐	"הפרופיל שלי" - חלוקת 12 נקודות כוח בין הערוצים
☐	משחק מיון - 24 קלפי דוגמאות לששת הערוצים
☐	פתיחה: "סוללה" - כמה טעינה יש לי היום ומה טוען אותי
☐	הצגת המודל - שישה ערוצי התמודדות

כרטיס יציאה

כתבו שני ערוצים שונים ודוגמה אחת לכל אחד מהם

מה פירוש הביטוי "לדבר בערוץ של התלמיד/ה"?

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀