מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את שלושת מעגלי התמיכה ואת ההבדלים ביניהם
- לזהות אנשים וגורמים שיכולים לתמוך בי במצבים שונים
- לחשוב על השייכות שלי לרשתות תמיכה של אחרים

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' – הבנת המעגלים

1. ב – אנשים שאני יכול/ה לספר להם הכול
2. ב – אנשים שעוזרים לי ושאני סומכ/ת עליהם
3. א – כדי לדעת למי לפנות במצבים שונים

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. נכון – יש אפשרות 'הוספה' למפה האישית
2. לא נכון – אפשר לכתוב תפקיד או כינוי בלבד
3. נכון – ברשימת האפשרויות מופיעה גם חיית מחמד

חלק ג' – השלימו את המשפט

1. הכי קרובים
2. קרובים

חלק ד' – התאמה

- 1 – ב (אנשים שאני יכול/ה לספר להם הכול)
- 2 – ג (אנשים שעוזרים לי ושאני סומכ/ת עליהם)
- 3 – ד (אנשים שאפשר לפנות אליהם כשצריך עזרה)
- 4 – א (איש מקצוע שעוזר בבעיות בבית הספר)

חלק ה' – חושבים על המעגלים שלי

1. תשובה אישית, למשל מורה, הורה או חבר/ה שיכולים לעזור בלימודים

כרטיס יציאה – מה לחפש

- ציפייה לתשובה שמזכירה רמת קרבה ואמון שונה
- כל תשובה הגיונית מהרשימה או אישית מתקבלת
- הבנה שזה עוזר לדעת למי לפנות במצבי קושי שונים

טיפים להפעלה:

- אפשר לקיים שיחה פתוחה לפני הדף על כך שלכל אחד מעגלים שונים, ואין תשובה נכונה אחת
- חשוב ליצור אווירה בטוחה ולא ללחוץ על תלמידים לחשוף פרטים שהם לא רוצים לשתף
- אפשר לסיים בדיון קצר על כך שכולנו גם חלק ממעגלים של אחרים

דף תרגול: מעגלי התמיכה שלי

דף התלמיד/ה חנ"מ

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

לכל אחד ואחת מאיתנו יש אנשים שונים סביבנו, שקרובים אלינו בדרגות שונות. בדף הזה נתרגל להבין את מעגלי התמיכה ולזהות מי נמצא בכל מעגל.

בנק מילים: הכי קרובים | קרובים

1 חלק א' – הבנת המעגלים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מי נמצא במעגל 'הכי קרובים'?

(א) אנשים שאני מכיר/ה מרחוק (ב) אנשים שאני יכול/ה לספר להם הכול

(ג) אנשים שפגשתי פעם אחת

2. מה מאפיין את מעגל 'קרובים'?

(א) אנשים שאני לא סומכ/ת עליהם (ב) אנשים שעוזרים לי ושאני סומכ/ת עליהם

(ג) אנשים שאני פוגש/ת פעם בשנה

3. למה חשוב לדעת מי נמצא במעגלים שלי?

(א) כדי לדעת למי לפנות במצבים שונים (ב) כדי לכתוב רשימה ארוכה

(ג) כדי להתחרות עם חברים

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	אפשר להוסיף למפה אנשים משלי שלא מופיעים ברשימה המקורית	☐	☐
2	חייבים לכתוב שם מלא ומדויק של כל אדם במפה	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
3	חיית מחמד יכולה להיות חלק מרשת התמיכה שלי	☐	☐

3 חלק ג' – השלימו את המשפט

השלימו את המילה החסרה.

1. אנשים שאני יכול/ה לספר להם הכול נמצאים במעגל ה _____

2. אנשים שעוזרים לי ושאני סומכ/ת עליהם נמצאים במעגל ה _____

4 חלק ד' – התאמה

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

1. הכי קרובים	___	**א.** איש מקצוע שעוזר בבעיות בבית הספר
2. קרובים	___	**ב.** אנשים שאני יכול/ה לספר להם הכול
3. יש לי למי לפנות	___	**ג.** אנשים שעוזרים לי ושאני סומכ/ת עליהם
4. יועצ/ת	___	**ד.** אנשים שאפשר לפנות אליהם כשצריך עזרה

5 חלק ה' – חושבים על המעגלים שלי

ענו בקצרה.

1. למי הייתי פונה כשקשה לי בלימודים?

כרטיס יציאה

מה ההבדל בין מעגל 'הכי קרובים' למעגל 'קרובים'?

תנו דוגמה לאדם שיכול להיות במעגל 'יש לי למי לפנות'

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀