



סודות חברות הקסם



סדנת מבוא לבית הספר החברתי הטלפוני
לרכישת כישורי חברה ומנהיגות
"קנה לך חבר"

מאת: ריקי שפיצר- מאמנת מומחית ללקויות, ויועצת חינוכית
052-7147772 MA

לקבלת משחק אימון יצירתי לקשב וריכוז ותקשורת נכונה
פני למייל 8329974@gmail.com



למה זה חשוב?

- תחושת שייכות ורגשות חיוביים
- הפעלת החושים בתחושת עוצמה
- רוגע ברגעים של חולשה
- איזון התכונות שלא יהיו קיצוניות מדי.
- חווית הצלחה במשימות חשובות בכל תחום בחיים.
- הדרך לשיתוף פעולה עם העולם
- כך נוכל להיות משמעותיים לסביבה.



כמה מהמשפטים כאן נכונים לגביך

- מצטער/ת שאמרתי את זה
- ברור שאני צודק/ת
- לא מקשיבים לי
- תמיד מאשימים אותי
- אל תתערבו לי בחיים
- עוד פעם כועסים עלי
- אין לי עם מי לדבר/ להיות

(בקורס אי"ה נלמד איך לפתור את הבעיות הללו)

באיזה תדירות זה קורה?

בחר/י ב-3 מצבים שהכי מתאימים לך ודרג/י אותם מהכי מתאים לתשובה להכי פחות

שאלה 3	שאלה 2	שאלה 1

- מה קורה הכי הרבה פעמים?
- מה הכי מפריע לסובבים אותך?
- מה הכי מפריע לך?
- על מה היית רוצה לעבוד?

(בקורס אי"ה נלמד להבין יותר למה זה קורה, ואז נוכל למצוא דרך אחרת לתוצאה המבוקשת)

לאיזו חיה מבין המשתתפים כאן :

דוב

אריה

קיפוד

תמנון

סנאי

זברה

• היית דומה פעם ועכשיו כבר לא?

ספרי דוגמא או סיפור שקרה
במציאות.

• אתה דומה היום

ספרי דוגמא איך זה נראה
בשטח.

• כמו מי היית רוצה להיות.

תאר סיפור שיקרה כשזה יהיה

(בקורס אי"ה נלמד מה נוכל ללמוד מן החיות
הללו לחיינו האישיים.)

מנהיגות

יש כללים איך זה אמור לקרות...
יש כאלה שזה קורה להם טבעי,
ויש שצריכים ללמוד מה עושים.
- עצור! בדיקה עצמית-



מכיר מישהו כזה? - 1

נכון, הוא בטוח בעצמו
הוא אפילו צועק
אבל הוא חושב אחרת ממני
וזה בטוח לו צודק
למה הוא חושב שאני לא מבין מה שהוא
אומר?

נכון, עכשיו הבמה שלו
כבר שמעתי את מה שהוא אומר
הוא לא מחדש לי כלום
הוא מעצבן אותי,
אני יכול בזמן הזה לעשות עוד משהו

מה יעזור לי כאשר...? -2

אני יודע בעל פה את כל הבעיות,
הן נוראות ואיומות,
אבל מי אני בכלל
אין לי מה להציע
אין סיכוי לשינוי או לפתרון

יש לי הרבה נושאים שמעניינים אותי,
אני מומחה בהרבה תחומים,
אבל יש נושאים שמעניינים אחרים,
אבל משעממים אותי נורא,
כשאני רק שומע רמז מהם-
אני נעלם...

מה יעזור לי להתמודד? - 3

אני רוצה להרגיש משמעותי.

אני רוצה שירגישו כמה אני
מיוחד

לא כמו כולם, אותו דבר

אז מדוע לא מקשיבים לי,

משתיקים אותי,

דוחים אותי.

אומרים לי "לא"

הכי גרוע שיתפשו אותי
בטעות,

אני חייב להסתיר את זה...

אני לא יכול לעשות משהו
שיגלה לכולם את האמת
עלי...

הרבה פעמים אני יודע שיש
מי שיוכל לעזור לי,

קשה לי לבקש,

עדיף שהם יבינו בעצמם,

הכי גרוע- שהם יגידו לי
"לא"

מה יעזור לי כאשר... 4-

עד שהתחלתי לעשות
משהו,

כבר יצאו כולם להפסקה.

עד שאני גומר,

אני מוצא את עצמי לבד...

ואין לי מושג למי
להצטרף...

מאוד חשוב לי שישמעו
את רעיונותי,

שיתלהבו מהם,

שיאשרו אותם,

אבל יש גם אחרים
שרוצים את הבמה...

כשאני נזכר תוך כדי
דיבור של חבר במשהו,

איני יכול להתאפק

ולחכות עד שהוא
יגמור.

אני חושש שהרעיון שלי
יברח לי עד שהוא
יגמור...

מה אפשר לעשות? -

את/ה היועץ , את/ה יודע/ת הכי טוב...
את/ה מהשטח, את/ה המומחה/ית...
רק בשיח משותף נוכל להתאים לך
את מה שטוב בשבילך



מה יכול לעזור?

מה יכול לעזור לדעתך?

- 1 •
- 2 •
- 3 •
- 4 •

מה היית רוצה לשנות בחברות?

- 1 •
- 2 •
- 3 •
- 4 •

כתב/י כאן מה עליך לעשות מחר כדי ליצור שינוי ולהתקדם ?

תכנית 10 הצעדים "לקראת ידידות רכה"
לרישום לקורס המלא (10 שיעורים) שנערך בטלפון בשיחת ועידה:
8329974@gmail.com

ללמוד איך להשיג מטרה

1. איך מבקשים ואיך מקבלים
2. איך טועים בכבוד
3. איך מסרבים ונשארים חברים
4. איך יוצרים קשרים בטבעיות
5. איך עובדים יחד בהנאה

להבין את עצמך

1. איך משתתפים ברגשות
2. איך מדברים בהקשבה
3. איך כועסים נכון
4. איך מתמודדים עם דחיה
5. איך מושכים אנשים נכונים

בהצלחה רבה בחברות הנפלאה

מאת:

ריקי שפיצר- מאמנת מומחית ללקויות, ויועצת חינוכית MA

לרישום לקורס המלא 052-7147772

לקבלת משחק אימון יצירתי לקשב וריכוז ותקשורת נכונה

פני למייל 8329974@gmail.com

