



אבני ראשה

המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



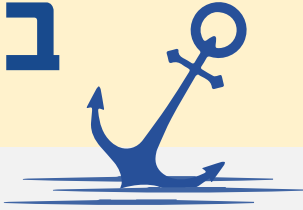
משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف

# דברים שרציתי לומר

מחשבות על השפעה בשיח הדרכה



ג' ניסן תשפ"א | 16.3.2021



## באיזו מידה אני משפיע בעבודתי עם המודרך?





## מסנן חוסם:

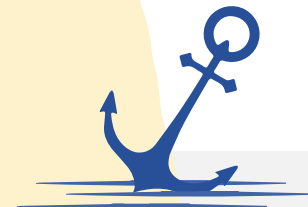
מסנן פנימי העוצר את האמירה ובכך  
מייצר חסימה ביכולת ההבנה של השומע

הדברים:

- לא בהירים ולא משמיעים את הרעיון נכוחה
- אינם מאתגרים את השומע, אינם מאפשרים ערעור על המחשבה...
- מותירים את השומע באזור הנוח.
- מונעים "עימות"



היכולת להגיד ממקום  
מאוד קרוב לרגש  
ולמחשבה,  
ללא מסננים חוסמים.



## מדוע אנחנו נוטים להעריך אנשים אסרטיביים ואותנטיים?

● מפני שהם משדרים קרבה אל עצמם ואל עולם הערכים שלהם?

מפני שהם מעוררים תחושה נוחה וכנה,

● ומצטיירים כאנשים "בעלי אומץ מקצועי ואישי"?

● מפני שאנחנו נוטים להאמין באנשים אסרטיביים אותנטיים ולסמוך עליהם?

● מפני שאולי .. ? הכמיהה ( הכמוסה...) של כולנו היא

להיות כמותם, גם אסרטיביים וגם אותנטיים?

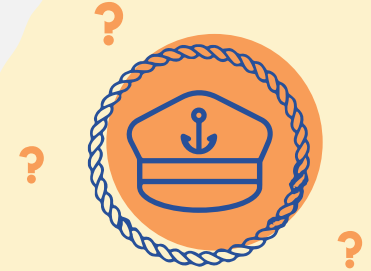


אבני ראשה

המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف



**אם זה כל כך  
חשוב, מדוע קשה  
להיות אותנטי  
ואסרטיבי?**

אחד הדברים המשותפים לכל בני האנוש, למרות השונות בין אדם אחד למשנהו, היא הנטייה הטבעית והאוטומטית של רוב האנשים לרצות למצוא חן בעיני אחרים. חשוב לנו שיעריכו אותנו, שיאהבו אותנו, שיחשבו ויגידו עלינו דברים טובים – חשוב לנו להראות טוב בעיני אחרים. ולכן קורה שאנחנו " מייפים", נמנעים, "עוקפים", מסננים ולעיתים גם מוותרים.



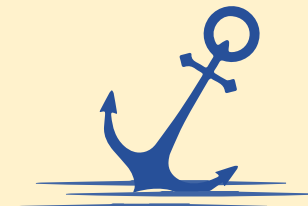
אבני ראשה

המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف

# רגע למחשבה



היכנסו למנטימטר והשלימו את השאלה הראשונה

מה הייתי אומר למנהל המודרך... אבל אני לא אומר לו?  
מה הייתי שואל את המנהל המודרך... אבל אני לא שואל?

- חשבו על רגע מההדרכה האישית בו נמנעתם מלומר או לשאול משהו.
- נסחו משפט בגוף ראשון
- "משפט מהבטן" שעמד לכם על קצה הלשון ונמנעתם מלהגיד





המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف

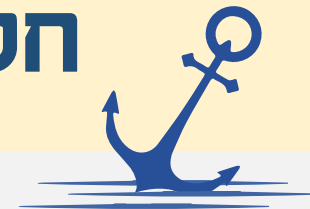
# רגע למחשבה



היכנסו למנטימטר והשלימו את השאלה השנייה

מה היו ה"דאגות" שהביאו להימנעות?





**מיקוד**  
**חיצוני**  
**אני דואג לו...**  
**לא בטוח שהוא מסוגל**  
**ל...**

**או**

**מיקוד**  
**פנימי**  
**לא נעים לי...**  
**מה יחשבו עלי...**

האם שמתם לב ש...?

הנטייה שלנו להיות מנוהלים ע"י הדאגה של "מה יחשבו עלינו" נמצאת על רצף. יש מערכות יחסים בהן אנחנו מצליחים יותר ויש כאלה בהן אנחנו מאתגרים יותר. אך, כולנו נמצא את עצמינו בשלב כזה או אחר נכנסים למעגל הדאגה.





אבני ראשה

המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف

# עד כמה אתה יכול להיות באסרטיביות אותנטית?

בחן את  
עצמך!

האם?

**כמדריך, כמנהל בית ספר  
וכאיש חינוך, להיות קרוב אל  
עצמך המקצועי והמוסרי הינה  
חובה ולא זכות? מחויבות  
אתית  
ומקצועית כאחת?**

1. עד כמה החסמים והרעשים (הפנימי והחיצוני)

מנהלים אותך במהלך מפגש?

2. עד כמה זה מגביל את היכולת שלך להביא את עצמך

לידי ביטוי מלא?

3. עד כמה ההימנעות גורמת לך להתרחק מהמחשבות

ומהרגשות שלך?

4. עד כמה ההימנעות חוסמת את המשימה, המטרה

ואת התוצאות?

5. עד כמה ההימנעות מרחיקה את המודרך ממטרותיו,

יכולותיו וחזקותיו?



אבני ראשה

המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف

# תרגול אסרטיביות אותנטית

האתגר:



לתרגל, לתרגל, לתרגל



למצוא את הדרך  
להמליל את המחשבה  
לנתח אותה ולהמיר  
אותה לתגובה מאתגרת



להיות נוכח במה שקורה  
לנו. במחשבות שלנו,  
ברגשות שלנו, בשיפוטים  
שלנו, ב"רעשים" בראש  
ובפרשנות שלנו על  
המציאות



לשים לב, לזהות  
מאיפה אנחנו  
פועלים, לזהות את  
המקומות בהם זה  
מנהל אותנו



אבני ראשה

המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف

## עבודה אישית

[https://docs.google.com/document/d/1\\_7xNdIleag7OaiyN0zVTewo6qJ\\_d2gcclCqngrv0kCk/copy](https://docs.google.com/document/d/1_7xNdIleag7OaiyN0zVTewo6qJ_d2gcclCqngrv0kCk/copy)

תרגול

אסרטיביות אותנטית

חלק 1

## TRUTH

## שוב על אירוע ספציפי בהדרכה בו נמנעת

T thought

מהי המחשבה הראשונה שעולה כשאתה בהימנעות? (נסח במפורט ככל האפשר) הפרדיגמה שמנהלת את המחשבה. אם ... אז...

R reaction

כיצד אתה בכל זאת מגיב? (נסח התנהגויות)

U understanding

מדוע לדעתך זה קורה? מה זה מקדם? מה זה מעכב? מה מעניין אותך בהקשר לזה? האם זה בהכרח נכון...? Points of gain / Points of pain? האם יש עוד "אמת" אחרת? פרט אפשרויות...

T take action

מה יעזור לך להשפיע יותר? מהי "האסרטיביות האותנטית שלך"? LET GO.... LET COME מה תעשה כבר במפגש הבא? במה זה יהיה שונה מקודם?

H having

מה יאפשר לך "להחזיק" אסרטיביות אותנטית בשיח ההדרכה? מה נדרש ממך לצורך כך? (על מה תוותר? מה תאמץ?) כיצד תדע שאתה מצליח? כיצד זה יראה? ירגיש?



אבני ראשה

המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف

עבודה בשלשות

<https://docs.google.com/document/d/1dUwSiLeZcKoT3l8D8C6oSN7zV39VT9fW8LyypPdvrw/copy>

תרגול

אסרטיביות אותנטית

חלק 2



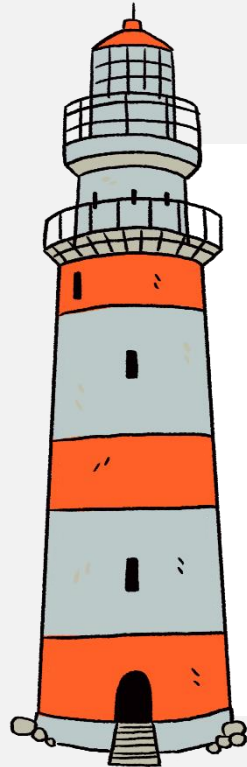
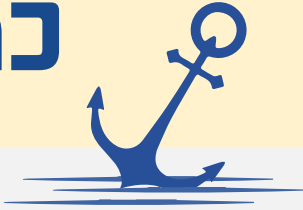
אבני ראשה

המכון הישראלי למנהיגות בית ספרית  
المعهد الاسرائيلي للقيادة المدرسية



משרד החינוך  
Ministry of Education  
وزارة المعارف

# כמה מילים לסיכום



(ניסוי כלים)

אפשר לתרגל...?

כדאי לעבוד עם מנהל...?

מה עוד...?