

הכשרה 1: העברת תקשורת

מטרה

התרגיל הזה מלמד אותך להעביר תקשורת לאדם אחר באופן שהוא יקבל ויבין מה אתה שואל או אומר לו לעשות. רק בגלל שאתה אומר משהו לאדם אחר, זה לא אומר שהוא ישמע את זה או יבין את זה. התקשורת שלך חייבת להיות מספיק ברורה ובקול רם מספיק כדי שהיא תהיה מובנת.

תנוחה

אתה ואדם נוסף יושבים פנים אל פנים, במרחק של בערך מטר אחד מהשני.



הנחיות

התרגיל הזה מבוצע באופן הבא:

מצא ספר ילדים פשוט, כגון 'עליסה בארץ הפלאות', שזה הספר הטוב ביותר להשתמש בו אם אתה יכול למצוא אותו, כי יש הרבה מקומות בסיפור שבהם משתמשים בתקשורת. במילים אחרות, הטקסט של הספר אומר "הוא אמר..." ו-" היא אמרה..."

אתה: בחר משפט מהספר. הקרא את המשפט בקול רם לאדם שיושב מולך, אבל דלג על הוא אמר או היא אמרה.

לדוגמה, משפט בספר 'עליסה בארץ הפלאות' אומר:

"לא, תחילה אסתכל", היא אמרה.

כשאתה מקריא את המשפט לאדם מולך, אתה תגיד "לא, תחילה אסתכל".

אתה קודם קורא את המשפט לעצמך. ואז חושב את המשפט והופך אותו למחשבה שלך. ואז אומר את המשפט לאדם השני כאילו זה היה הרעיון שלך. כשאתה מעביר אותו לאדם מולך, זה חייב להישמע טבעי, לא כמו משהו שאתה רק קורא בקול. זה גם חייב להיות בקול רם מספיק כדי שהוא ישמע אותך וברור מספיק כדי שהוא יבין אותך.

מאמן: כשאתה מרוצה מכך שמה שהתלמיד אמר הגיע להיכן שאתה נמצא והבנת את זה, תגיד "בסדר".

גרום לתלמיד לחזור על כל משפט שלא הגיע להיכן שאתה נמצא עד שאתה מרוצה מכך שהוא כן הגיע. ואז תן לו וידוע ותגיד "בסדר".

אתה: ברגע שהמאמן אומר "בסדר", בחר משפט אחר מהספר והמשך בתרגיל, כשאתה חוזר על הצעדים האלה.

נוסח דיבור

המאמן אומר "התחל" כדי להתחיל את התרגיל, "בסדר" אם הוא מקבל את התקשורת או "זהו זה" אם הוא לא מקבל את התקשורת. משתמשים ב-"זהו זה" גם כדי להפסיק לצורך דיון או כדי לסיים את הפעילות. אם התרגיל מופסק לצורך דיון, המאמן חייב לומר שוב "התחל" לפני התחלתו מחדש.

תוצאה סופית

עושים את התרגיל עד שקורה כל אחד מהדברים הבאים:

1. אתה מרגיש שאתה מסוגל להעביר תקשורת בנוחות כאילו זו היתה המחשבה שלך.
2. התקשורת שלך התקבלה על-ידי אדם אחר והוא הבין אותה.
3. המאמן שלך מרוצה מכך שאתה יכול לעשות את זה.