

הכשרה 2: וידועים

הגדרה

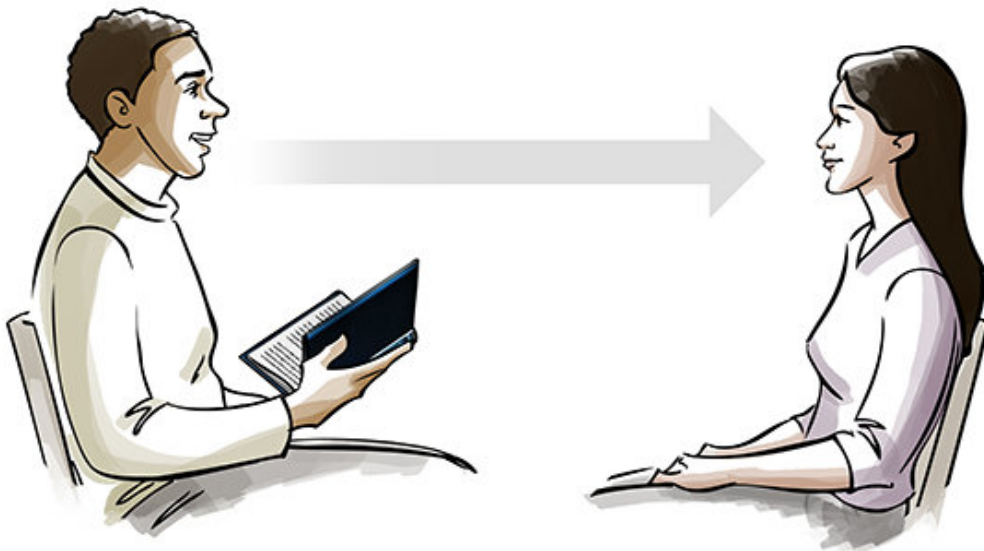
וידוע פירושו משהו שנאמר או שנעשה שמראה למישהו אחר ששמעת והבנת את התקשורת שלו. לדוגמה, וידוע יכול להיות "טוב מאוד", "אוקיי", "בסדר" או "תודה".

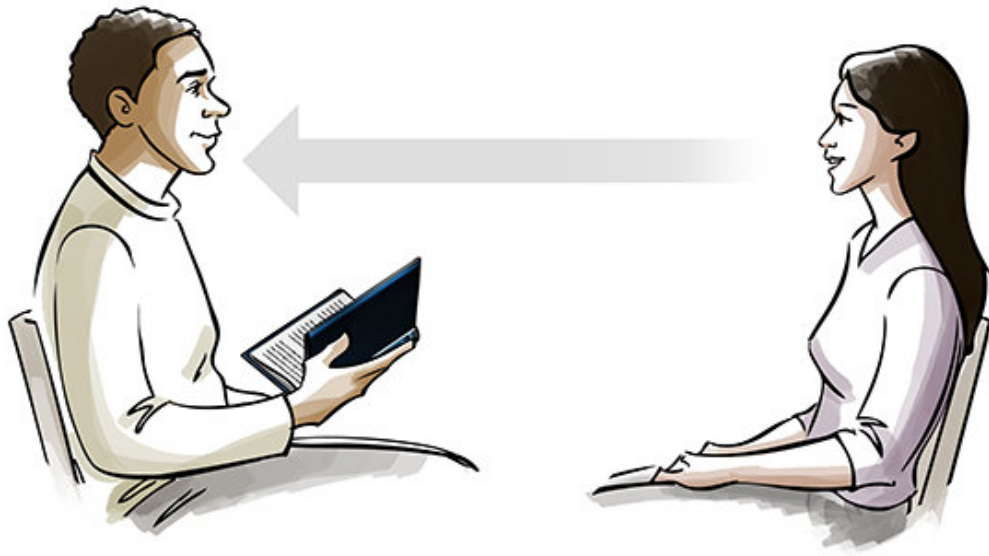
מטרה

התרגיל הזה מלמד אותך להבין את מה שאדם אחר אומר ולתת על כך וידוע. הוא גם מלמד אותך שווידוע הוא עצירה, סיום של התקשורת הזאת, ולא התחלה או המשך של תקשורת.

תנוחה

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





הנחיות

התרגיל הזה מבוצע באופן הבא:

מאמן: בחר משפט מתוך ספר ילדים פשוט, כגון 'עליסה בארץ הפלאות', וקרא אותו בקול לתלמיד, בלי להגיד את הוא אמר או היא אמרה.

אתה: תן וידוע על מה שהאדם אמר.

מאמן: כשאתה מרוצה מכך שהתלמיד נתן וידוע על מה שאמרת, אמור "בסדר".

חזור על כל משפט שלא באמת קיבל וידוע עד שאתה מרוצה מכך שהתלמיד שמע והבין מה שאמרת ושהוידוע נאמר בדרך שמסיימת את התקשורת. ואז תגיד "בסדר". בחר משפט אחר מספר הילדים והמשך בתרגיל, כשאתה חוזר על אותם הצעדים.

נוסח דיבור

המאמן אומר "התחל" ומקריא שורה. הוא אומר "זהו זה" בכל פעם שהוא מרגיש שהוידוע היה לא הולם. לאחר מכן הוא אומר שוב "התחל", וחוזר על אותו משפט. ניתן להשתמש ב-"זהו זה" גם כדי להפסיק לצורך דיון או כדי לסיים את סשן התרגול. 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. הווידועים שלך מגיעים לאדם אחר בדרך שהם יסיימו את התקשורת.

2. הווידועים שלך מראים שתקשורת נשמעה והובנה.

3. המאמן שלך מרוצה מכך שאתה יכול לעשות את זה.