

יום המא"ה תרגול

דינמיקה קבוצתית



הדרכה



סימולציות אישיות

דינמיקה קבוצתית

אתם צוות של ספינת חלל.

עפ"י התוכנית המקורית, הייתם צריכים להיפגש עם ספינת האם בצד המואר של הירח.

בשל תקלה טכנית, נאלצתם לנחות נחיתת אונס, בנקודה המרוחקת כ- 400 ק"מ מנקודת המפגש.

עקב הנחיתה הקשה, נהרס חלק גדול מציוד הספינה.

הישרדותכם בחיים מותנית בהגעה אל ספינת האם.

למסע בן 400 הק"מ עליכם לקחת את פריטי הציוד החיוניים ביותר.

בטבלה המצורפת, דרגו, כל אחד בעצמו, את סדר החשיבות של הפריטים השונים, ממס' 1 = הפריט החשוב

ביותר להישרדותכם, ועד מס' 15 = הפריט הכי פחות חשוב להישרדותכם.

בהמשך תקיימו דיון קבוצתי בו תגיעו להחלטה משותפת על דירוג קבוצתי.

את ההחלטות האישיות והקבוצתיות תוכלו להשוות להחלטת צוות המומחים של סוכנות החלל האמריקאית.

רשימת הפריטים	החלטה אישית	החלטה קבוצתית	החלטת נאס"א	הסבר לשימוש המעשי של הפריטים
קופסת גפרורים				
מזון מרוכז				
17 מ' חוט ניילון				
משי למצנחים				
מכשיר חימום נייד				
שני אקדחים, קליבר 45				
ארגז אבקת חלב				
2 מכשירי חמצן, 50 ליטר כל אחד				
מפת כוכבים של מערכת הירח				
רחף הצלה				
מצפן מגנטי				
25 ליטר מים				
זיקוקי אור				
תרמיל עזרה ראשונה, כולל מזרקים				
מקלט ומשדר סולארי (מופעל ע"י כוח השמש)				

הסבר לשימוש המעשי של הפריטים	החלטת נאס"א	החלטה קבוצתית	החלטה אישית	רשימת הפריטים
אין שימוש, כי על פני הירח אין חמצן לקיום השריפה	15			קופסת גפרורים
חשוב לקיום מצבור האנרגיה של הגוף	4			מזון מרוכז
עשוי להועיל בטיפול על צוקי ירח ובגישור על תהומות	6			17 מ' חוט ניילון
למסתור מפני השמש, כשעוברים לצד המואר של הירח ולכיסוי מפני הקור, בצד האפל של הירח	8			משי למצנחים
מיותר, להוציא מקרים נדירים בצד הצל של הירח ואז יאבד את מקור האנרגיה שלו מהר מאד	13			מכשיר חימום נייד
יכול לשמש ליצירת תנועה באמצעות ריאקצית דחף	11			שני אקדחים, קליבר 45
יעיל להשלמת התזונה ע"י מהילה במים, אך תופס נפח רב יחסית	12			ארגז אבקת חלב
חיוני לנשימה, אפילו לטווח קצר מאד	1			2 מכשירי חמצן, 50 ליטר כל אחד
אמצעי עזר מצוין להתמצאות על פני הירח	3			מפת כוכבים של מערכת הירח
ניתן להשתמש בו להתגברות על מכשולים	9			רחף הצלה
חסר ערך, כי לירח אין שדה מגנטי הזהה לכדור הארץ	14			מצפן מגנטי
לשתייה. חיוני לחיים	2			25 ליטר מים
לאיתות, כשהחללית תהיה בטווח ראייה	10			זיקוקי אור
יוכל לסייע להצלה במקרה של פגיעה ולאנשים שנחלשו, ניתן יהיה להזריק ויטמינים	7			תרמיל עזרה ראשונה, כולל מזרקים
בצד המואר של הירח ניתן יהיה ליצור קשר עם החללית	5			מקלט ומשדר סולארי (מופעל ע"י כוח השמש)

מה בודקים? תנו משוב לחברות שלכן!

- השתתפות בדיון, האם כל אחד ואחת ביטאו את עמדתם.
- הקשבה והתייחסות – האם יש הפרעות, האם יש מישהו שמקשיבים לו יותר ומישהו ששאר המשתתפים אינם מקשיבים לו /לה?
- התפרצות לדברי אחרים.
- סטייה מהנושא.
- האם הדיון היה יעיל ומסודר? מי אירגן את תהליך הדיון?
- האם היו חילוקי דעות ואם כן, כיצד התגברו עליהם?
- האם הושמעו הערות של משוברים והאם הם היו בונים, או מזיקים למהלך הדיון?
- כיצד התקבלה החלטה קבוצתית, בהצבעה, בהסכמה (קונצנזוס)?
- מי בקבוצה לקח מנהיגות ומאיזה סוג, משימתי, ו/או חברתי?

טיפים לדינמיקה קבוצתית

- נמקי את הדעות שלך – "אני חושבת ש... בגלל.."
- שווקי את הרעיון/ דעה שלך אך הרשי לעצמך גם להשתכנע.
- חכי לתורך לדבר – אל תתפרצי לדברים של אחרות.
- מצאי את האיזון בין ותרנות לעקשנות.
- אל תיכנסי לוויכוחים.
- הראי באוטנטיות שאת מעוניינת לשמוע את שאר הבנות בקבוצה.
- קדמי את השיח – תקדמי את הקבוצה להסכמה משותפת בזמן.

תרגיל הדרכה

בחרו נושא אחד מתוך הרשימה:

1. איכות הסביבה
2. שנת שירות
3. חיסונים
4. ניסויים בבעלי חיים
5. ספורט לנשים
6. רישיון נהיגה מגיל 16
7. תלבושת אחידה
8. התנדבות בקהילה
9. מצלמות אבטחה בבית הספר
10. התמכרות למסכים
11. גני חיות
12. תחבורה ציבורית



מה בודקים? תנו משוב לחברות שלכן!



■ עמידה מול קהל.

■ דיבור ברור ורהוט.

■ יכולת העברת חומר.

■ שימוש בטיעונים.

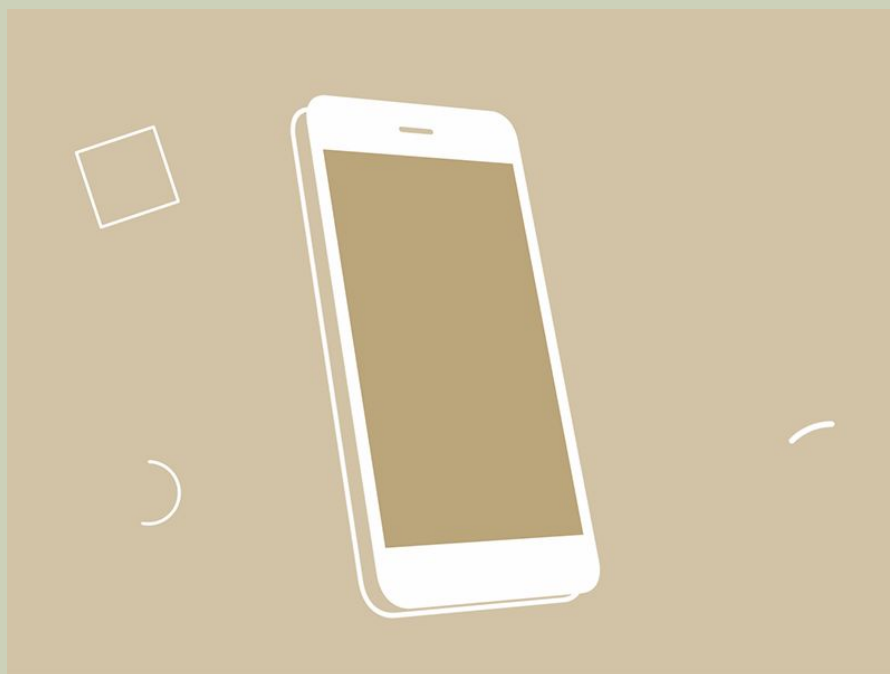
■ הצגת הנושא באופן מקיף.

טיפים לתרגיל הדרכה

- זכרו שמטרת ההדרכה אינה לבדוק את הידע שלכן, אלא את האופן שבו אתן מתמודדות עם מידע חדש ומציגות אותו.
- בחרו בנושא שאתן מכירות וקרוב ללבכן – זה ניכר כשאתן מדברות.
- כתבו לעצמכן את המבנה הכללי של ההרצאה וציינו את הנקודות שבהן תרצו להתמקד. השתמשו במבנה של הרצאה (קצת דומה למאמר עמדה) – פתיחה (באתי ללמד על...), גוף (פחות 2 טענות בעד/נגד) וסכמו.
- עדיף להתמקד במספר מצומצם של נקודות ולהקפיד להעביר אותן בצורה מסודרת, ברורה ונעימה.
- אל תאפשרו להפרעות או לשאלות להסיח את דעתכן או להסיט אתכן מהקו שקבעתן לעצמכן. שמרו על קור רוח, הבהירו שבסוף ההרצאה יוקדש זמן למענה על שאלות והמשיכו בהדרכה.
- דברו בקול רם, הימנעו מסלנגים ושימו לב לא לחזור על עצמכן. השתדלו לשמור על קשר עין עם הקהל והימנעו מהקראה מהדף (אפשר להיעזר בדף לצורך מעקב אחר ההתקדמות שלכם בהרצאה, אך לא מומלץ להקריא ממנו).

סימולציה אישית

את עובדת בחנות פלאפונים והגיע לקוח (שהוא גם המדריך שלך בתנועת הנוער) שרוצה להחליף את הפלאפון שלו. אבל הבעיה היא, שהוא הגיע אחרי שהאחריות נגמרה ולכן אסור לך להחליף לו את הפלאפון.



סימולציה אישית

את מדריכה במד"א ואת צריכה לבשר לחניך שלך שהוא נכשל בקורס ולכן לא יכול להתנדב במד"א.



סימולציה אישית

את עובדת בחנות רהיטים ולקוח זועם רוצה להחליף ברגע זה את המדף שלו במדף חדש בטענה שזה שקנה שבור. הבעיה היא, שאזל המלאי ולא יהיו בחודש הקרוב מדפים מהסוג הזה, ולא ניתן לתת החזר כספי.



סימולציה אישית

את רכזת שכבה – מול אימא של תלמיד הדורשת שהוא יצא לטיול השנתי על אף שנענש על התנהגות פרועה בבית הספר.



מה בודקים? תנו משוב לחברות שלכן!

■ התמודדות עם סיטואציה מלחיצה

■ אמפתיה

■ ביטחון עצמי

■ סבלנות

■ אסרטיביות

■ הקשבה



טיפים לסימולציות אישיות

- תהיו קשובות מאוד למי שיש לו בעיה וסבלניות מאוד כלפיו.
- תיקחו את הסימולציה ברצינות ואל תתנהגו בזלזול כאילו כל זה חסר חשיבות. אפילו שזאת רק סימולציה ולא משהו אמיתי.
- תהיו אמפתיות כלפי בעל הבעיה ותראו לו שאתן באמת מבינות ומזדהות עם הבעיה שלו. כלומר, אל תגיבו ישר בתקיפות ותגידו שאין לכן איך לעזור. אלא במקום זה תקשיבו לו ותגידו שאתן מבינות ומזדהות איתו.
- אל תוותרו על האילוצים שלכן. למשל, אם אתן לא יכולות לתת הנחה או להחליף פלאפון אז אתן לא יכולות. תהיו אסרטיביות (אבל לא אגרסיביות) ותסבירו בנועם שזה לא אפשרי. תוך כדי זה שאתן מדגישות כמה שאתן מזדהות עם הבעיה שלו.
- תהיו נחמדות, אבל לא נחמדות מידי. תראו שאכפת לכן גם מהלקוח וגם מעצמכן. תגרמו ללקוח להבין גם את הצד שלכן ולכבד אתכן. תתנו לו דוגמא אישית על ידי כך שתראו לו כמה אתן מכבדות אותו.
- תחשבו מחוץ לקופסא באופן יצירתי ותנסו למצוא את הפשרה ואת האיזון המושלם. ככה שגם הלקוח/חניך יהיה מרוצה וגם אתן לא תצטרכו לעבור על האילוצים שלכן.
- תתקשרי עם הלקוח שלך. כלומר, אחרי שתסבירי לו שהוא לא יוכל להשיג בדיוק את מה שהוא רוצה, תשאלי אותו איזה פתרון אחר היה מספק אותו בתור פשרה.
- המטרה שלכן היא שכולם יצאו מרוצים. גם אתן וגם בעל הבעיה. בנוסף, אתן צריכות להראות שאתן סבלניות, קשובות, יצירתיות, בעלות אמפתיה גבוהה, ובעלות אסרטיביות וביטחון עצמי גבוה.

שאלות?

