מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את מודל מעש"ה ואת ארבעת מרכיביו
- לתרגל ניסוח משפטי תמיכה מתאימים
- להבין מתי ואיך לערב מבוגר/ת אחראי/ת

גרסת עולים חדשים – מילון מילים בראש הדף, משפטים קצרים ושפה פשוטה. אפשר לאפשר מילון אישי ועבודה בזוגות.

חלק א' – הבנת המודל

1. א – מחויבות, עידוד לעשייה, שאלות, הבניית רצף
2. ב – אני כאן איתך, אתה לא לבד
3. ב – לצאת יחד להפסקה קצרה
4. ב – לעזור לחבר לחשוב מה יכול לעזור לו
5. ב – לברר מה קרה, מה עושים עכשיו ומה בהמשך

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. נכון – זו אחריות ולא הלשנה
2. לא נכון – זו דאגה ואחריות, לא הלשנה
3. לא נכון – כל אחד יכול להשתמש במודל
4. לא נכון – רצוי לשלב בין השלבים לפי הצורך

חלק ג' – השלימו את המילה החסרה

1. מחויבות
2. עשייה
3. חשיבה
4. רצף
5. מבוגר

חלק ד' – התאימו אות למשמעות

- 1 – ב (מחויבות - אני כאן איתך)
- 2 – ג (עידוד לעשייה - פעולה קטנה)
- 3 – א (שאלות מעוררות חשיבה - מה יעזור?)
- 4 – ה (הבניית רצף - מה קרה, מה עכשיו, מה בהמשך)
- 5 – ד (שם המודל כולו)

חלק ה' – סדרו את שלבי התמיכה בחבר

1. להגיד לחבר: אני כאן איתך, אתה לא לבד
2. להציע פעולה קטנה כמו לשתות מים
3. לשאול מה יכול לעזור לו עכשיו
4. לעשות סדר: מה קרה, מה עכשיו ומה בהמשך
5. לפנות למבוגר אחראי ולספר על המצב

חלק ו' – כתיבה

1. תשובה טובה תכלול משפט מחויבות, הצעת פעולה, שאלה מעוררת חשיבה והבניית רצף, ותסתיים בפנייה למבוגר אחראי

כרטיס יציאה – מה לחפש

- מחויבות, עידוד לעשייה, שאלות מעוררות חשיבה, הבניית רצף
- למשל: אני כאן איתך, אתה לא לבד
- כי המטרה היא לשמור על בטיחות החבר, לא לפגוע בו

טיפים להפעלה:

- אפשר לבצע משחק תפקידים בזוגות לתרגול השלבים בעל פה
- חשוב להדגיש שהתלמידים תמיד צריכים לשתף מבוגר ולא להישאר לבד עם המידע
- אפשר לקשר את הדף לדיון רחב יותר על אחריות חברתית ותמיכה הדדית

דף תרגול: מודל מעש"ה – לעזור לחבר/ה במצוקה

דף התלמיד/ה | עולים חדשים

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

יש חבר שעצוב מאוד. יש שיטה בשם מעש"ה שעוזרת לדעת מה להגיד ומה לעשות. נלמד אותה בדף הזה.

📖 מילון קטן:

מעש"ה	ראשי תיבות: מחויבות, עידוד לעשייה, שאלות, הבניית רצף
מחויבות	להגיד לחבר שאתה איתו ולא עוזב אותו
עידוד לעשייה	להציע פעולה קטנה ופשוטה כמו לשתות מים
שאלות מעוררות חשיבה	לשאול שאלות שעוזרות לחבר לחשוב מה יעזור לו
הבניית רצף	לעשות סדר: מה קרה, מה עכשיו, מה בהמשך
מצוקה	מצב רגשי קשה שבו אדם לא מרגיש טוב
מבוגר אחראי	יועצת, מחנך או מבוגר אחר שאפשר לסמוך עליו
אחריות	לדאוג לבטיחות החבר גם אם זה אומר לספר למבוגר

1 חלק א' – הבנת המודל

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה המילים שמרכיבות את מעש"ה?

א) מחויבות, עידוד לעשייה, שאלות, הבניית רצף ב) מנהיגות, עצמאות, שוויון, הדדיות

ג) מחשבה, עשייה, שמירה, הנאה ד) מטרה, עשייה, שיתוף, הישגיות

2. איזה משפט מראה שאתה תומך בחבר?

א) מה יכול לעזור לך עכשיו? ב) אני כאן איתך, אתה לא לבד ג) בוא נשתה מים ביחד

ד) מה קרה ומה נעשה עכשיו

3. מה אפשר להציע לחבר לעשות מיד?

א) לשאול שאלה פתוחה ב) לצאת יחד להפסקה קצרה ג) לספר לכולם מה קרה

ד) להתעלם מהבעיה

4. למה שואלים שאלות את החבר?

א) להעניש את החבר ב) לעזור לחבר לחשוב מה יכול לעזור לו ג) לשנות נושא

ד) לסיים את השיחה מהר

5. מה עושים בשלב האחרון של המודל?

א) רק להקשיב בשתיקה ב) לברר מה קרה, מה עושים עכשיו ומה בהמשך ג) לשכוח מהאירוע

ד) לבקש מהחבר לשתוק

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	כשחבר אומר שהוא לא יכול עוד, תמיד צריך לשתף מבוגר אחראי.	☐	☐
2	פנייה ליועצת כשחבר במצוקה נחשבת הלשנה.	☐	☐
3	מודל מעש״ה מיועד רק למנהיגים ולא לכל תלמיד.	☐	☐
4	אפשר להסתפק רק בשלב אחד מתוך ארבעת השלבים ולהתעלם מהשאר.	☐	☐

3 חלק ג׳ – השלימו את המילה החסרה

השלימו את המילה החסרה.

1. האות מ׳ במעש״ה מייצגת _____

2. האות ע׳ מייצגת עידוד ל_____

3. האות ש׳ מייצגת שאלות מעוררות _____

4. האות ה׳ מייצגת הבניית _____

5. כשחבר במצוקה יש לפנות מיד ל_____ אחראי

4 חלק ד׳ – התאימו אות למשמעות

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. מ	___	**א.** שאלות מעוררות חשיבה - מה יעזור?
2. ע	___	**ב.** מחויבות - אני כאן איתך
3. ש	___	**ג.** עידוד לעשייה - פעולה קטנה
4. ה	___	**ד.** שם המודל כולו
5. מעש״ה	___	**ה.** הבניית רצף - מה קרה, מה עכשיו, מה בהמשך

5 חלק ה׳ – סדרו את שלבי התמיכה בחבר

מספרו את השלבים לפי הסדר הנכון (1, 2, 3...).

☐	לעשות סדר: מה קרה, מה עכשיו ומה בהמשך
☐	לפנות למבוגר אחראי ולספר על המצב
☐	להגיד לחבר: אני כאן איתך, אתה לא לבד
☐	להציע פעולה קטנה כמו לשתות מים
☐	לשאול מה יכול לעזור לו עכשיו

6 חלק ו׳ – כתיבה

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. דמיינו שחבר/ה אומר/ת לכם שהוא/היא לא יכול/ה עוד. כתבו שיחה קצרה שבה אתם משתמשים בארבעת שלבי מעש״ה.

כרטיס יציאה

מה פירוש ראשי התיבות מעש״ה?

תנו דוגמה למשפט שמבטא מחויבות

למה פנייה למבוגר אחראי היא אחריות ולא הלשנה?

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀