

דרכא

DARCA SCHOOLS

למידה התנסותית

מאגר שאלות הנחיה לעיבוד לאחר התנסות

1 שחזור ותיאור רגשות ומחשבות (כאן ועכשיו)

- תאר מה הרגשת בהתמודדות עם האתגר.
- האם חששת? מה אפשר לך לבצע?
- אלו דפוסי התנהגות זיהית אצלך ובקבוצה?
- מה למדת על עצמך? מה למדת על הצוות?
- האם אתה מרגיש בטחון בעצמך? בצוות?

2 האחריות להצלחה

- כיצד אתה מסביר את הצלחתך/את הצלחת הצוות?
- אילו צעדים עשית על מנת להתכונן להצלחה?
- מה ניתן ללמוד עליך או על הצוות לאחר ההצלחה?
- אילו כוחות פנימיים/חיצוניים ניצלת על מנת להצליח?
- האם היה רגע בו חשבת לוותר? מה עשית באותו הרגע? מה עזר לך להתגבר?

3 קשר והשלכה לחיי היום יום

- האם הפעילות מזכירה לך משהו מההתמודדות היום יומית?
- האם נתקלה במקרה דומה? מה עשית במקרה הזה?
- מה צריך לעשות על מנת ליישם את הלקח בפעילותך בחיי היום יום?
- אילו עוד תובנות התעוררו אצלך בעקבות ההתנסות הזאת?

4 משמעות החוויה

- מה לקחת מההתנסות?
- באיזו מידה יחול שינוי בתפקודך בעקבות תובנה שעלתה מההתנסות?
- ייתכן שלהיעזרות בחברים הייתה תרומה להצלחתך במשימה-באיזה מצב תיעזר בהם שוב בחיי היום יום?
- עזרת לחבר בקבוצה להתגבר על מכשול. האם יש מצב אחר בו תוכל לעזור לו?