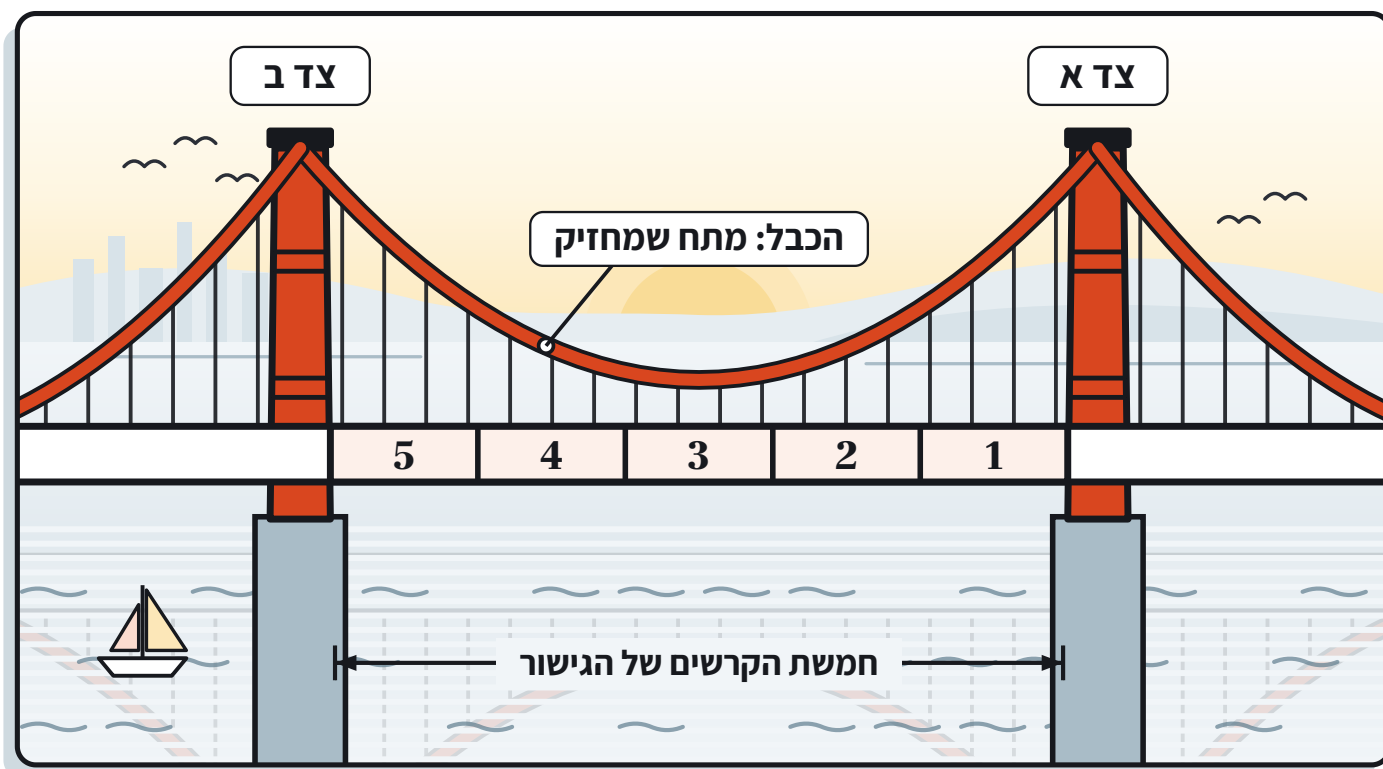


גרסה לחטיבה

בונים גשר

מתבוננים על מחלוקת וגישור



גשר תלוי עומד בזכות המתח בכבלים שבין שני המגדלים. גם מחלוקת היא מתח בין שני צדדים. אפשר לתת לו מקום ולבנות עליו, קרש אחרי קרש.

דפי עבודה לתלמידים

- | | |
|----|------------------------|
| 10 | דף תצפית למשקיפים |
| 11 | מה מתחת לגשר? |
| 12 | חמש דרכים וסולם ההסלמה |
| 13 | משפט של גשר |
| 14 | אפשרויות, בדיקה והסכם |
| 15 | הגשר שלי וכרטיס יציאה |

לצוות החינוכי ולכיתה

- | | |
|---|------------------------------------|
| 2 | מערך השיעור |
| 3 | מחלוקת או פגיעה, ומתי פונים למבוגר |
| 4 | דוגמה לגישור, התאמות ושאלות |
| 5 | פוסטר לכיתה: חמשת הקרשים |
| 6 | קלפי מצבים, תפקידים ומשפטים |
| 9 | גב לקלפים |

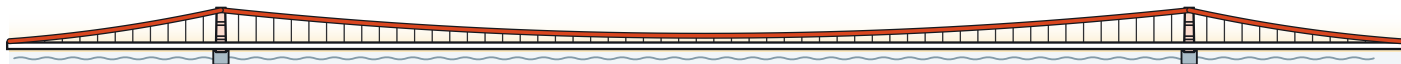
ניסוח לבנים ולבנות

עובד גם בשחור לבן

להדפסה, בחינם

מערך השיעור

שיעור אחד של 45 דקות לכיתות ז' עד ט': סיפור קצר, הדגמה מול הכיתה, ותרגול בקבוצות של ארבעה עם קלפי מצבים. דפי העבודה שבעמודים 12 עד 14 מיועדים לשיעור המשך או לבית.



חומרים והכנה

מטרות

עמ' 1	השער	להצגה בפתיחה, במקרן או על הלוח
עמ' 5	פוסטר חמשת הקרשים	לתלייה בכיתה, גם בקובץ בגודל כפול
עמ' 6 עד 9	קלפי מצבים, תפקידים ומשפטים	סט לכל קבוצה של ארבעה
עמ' 10	דף תצפית	עותק למשקיפים בכל קבוצה
עמ' 11	מה מתחת לגשר?	עותק לכל תלמיד ותלמידה, או במקרן
עמ' 15	כרטיס יציאה	חצי עמוד לכל תלמיד ותלמידה

ועוד: מספרים, ומגנטים או דבק לפוסטר.

הכנה, כרבע שעה: גוזרים סט קלפים לכל קבוצה (רצוי על נייר עבה), תולים את הפוסטר, מחליטים מראש על הקבוצות, וקוראים את קלפי העצירה ואת התיבה "מחלוקת או פגיעה?" שבעמוד 3.

- לראות במחלוקת מתח רגיל. מחלוקת היא חלק מכל קשר. אפשר לתת מקום למתח, בלי להעלים אותו ובלי לשבור את הקשר.
- להבחין בין עמדה לצורך. מה שאומרים שרוצים, לעומת מה שבאמת חשוב. שם נמצאים הפתרונות.
- להכיר את תפקיד המגשרים. הגישור הוא מרצון, והמגשרים לא שופטים ולא מחליטים.
- לתרגל הקשבה וסיכום. דרך חמשת הקרשים, בתפקידים של צד, מגשרים ומשקיפים.
- להבחין בין מחלוקת לפגיעה. בפגיעה לא מגשרים, ופונים מיד למבוגר.

מהלך השיעור

מה מחזיק גשר תלוי?

פתיחה

א

5

דק'
מדקה 1
עד 5

- מציגים את השער ושואלים: מה מחזיק גשר תלוי? התשובה: המגדלים, והכבלים המתוחים ביניהם.
- מסבירים: בלי מתח בכבלים, הגשר נופל. גם במחלוקת יש מתח, והשאלה היא מה עושים איתו.
- שואלים: מתי מחלוקת הובילה לרעיון טוב יותר? בכיתה, בקבוצה או בבית.
- קובעים כללים: מדברים על הקלפים ולא על אנשים מהכיתה, ומותר לוותר על תור.

מה מתחת לגשר?

ב

8

דק'
מדקה 6
עד 13

- קוראים יחד את הסיפור "הרמקול במועדון".
- שואלים מה כל צד אומר שהוא רוצה. זו העמדה, מה שנמצא על הגשר: מוזיקה מול שקט. כאן נראה שאין פתרון.
- שואלים מה באמת חשוב לכל צד. זה הצורך, מה שנמצא מתחת לגשר: לתרגל בקצב לפני הטקס, ושקט לפני המבחן.
- התלמידים מציעים אפשרויות, ואז קוראים בקול את סוף הסיפור:

התברר שאולם הספורט פנוי בהפסקה הגדולה. הקבוצה עברה להתאמן שם עם הרמקול, והמועדון נשאר שקט לחזרה על החומר. לימים שבהם האולם תפוס, סוכם על חצי הפסקה בשקט וחצי עם מוזיקה.

השער

שאלות לשיחה

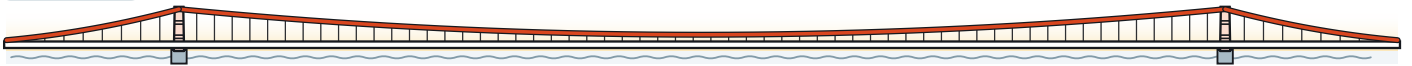
- ? מה ההבדל בין מחלוקת לבין ריב?
- ? מה קורה לקשר כשמחלוקת אף פעם לא נאמרת?

עמוד 11

שאלות לשיחה

- ? למה קשה למצוא פתרון כשמסתכלים רק על העמדות?
- ? איזו שאלה עוזרת לרדת מתחת לגשר?

מערך השיעור, המשך



5 עמוד

חמשת הקרשים

ג
8
דק'
מדקה 14
עד 21

- שאלות לשיחה
- ? מה עשה המבוגר כדי להישאר ניטרלי?
 - ? איך הרגישו הצדדים כשסיכמו את מה שאמרו?

- עוברים על חמשת הקרשים ועל כללי הגשר שבפוסטר.
- מדגימים: שני מתנדבים משחקים את קלף 1, והמבוגר מגשר קרש אחרי קרש. אפשר להיעזר בדוגמה שבעמוד 4.
- מציגים את קלפי העצירה: לפני כל גישור שואלים "מחלוקת או פגיעה?". בקלף עם תמרוך לא משחקים, אלא מזהים למה זו פגיעה ולמי פונים.

10 עמודים 6 עד 10

גישור בקבוצות של ארבעה

ד
16
דק'
מדקה 22
עד 37

- שאלות לשיחה
- ? איזה קרש היה הכי קשה? ואיזה הכי עזר?
 - ? מה ראו המשקפים שהצדדים לא ראו?
 - ? באיזה קלף עצרתם, ולמה?

- מתחלקים לקבוצות של ארבעה: צד א, צד ב, מגשרים ומשקיפים. כל קבוצה מקבלת קלפי מצבים, ארבעה קלפי תפקיד, שלושה קלפי משפטים ודף תצפית.
- סיבוב, כשש דקות: הופכים קלף, כל צד קורא את המשפט שעל הקלף וממשיך במילים שלו, והמגשרים מובילים קרש אחרי קרש. המשקיפים ממלאים את הדף.
- דקה של משוב: המשקיפים מספרים מה עבד ונותנים טיפ אחד. אחר כך יוצאים מהתפקיד (קמים ולוחצים ידיים), ומעבירים את קלפי התפקיד הלאה.
- בשיעור עצמו שני סיבובים, ובשיעור ההמשך עוד שניים, כך שכל אחד ואחת מגשרים פעם אחת.

15 עמוד

מה לוקחים מהגשר

ה
8
דק'
מדקה 38
עד 45

- חוזרים לגשר שבשער ושואלים: מה אפשר לומר עכשיו על מתח ועל מחלוקת?
- התלמידים ממלאים כרטיס יציאה. את "הגשר שלי" אפשר להשלים בבית.
- קוראים את הכרטיסים אחרי השיעור. למי שסימנו "חשוב לי לדבר עם מבוגר" פונים עוד באותו יום, בשקט.

עקרונות הגישור

- מראון: שני הצדדים מסכימים להשתתף, ומותר לעצור בכל רגע.
- ניטרליות: המגשרים לא שופטים, לא מחליטים ולא בוחרים צד. את הפתרון בוחרים הצדדים.
- כל צד בתורו: צד אחד מדבר, והצד השני מקשיב עד הסוף בלי לקטוע.
- סודיות: מה שנאמר נשאר בפנים, חוץ ממצב של סכנה או פגיעה. את ההריג הזה אומרים מראש.
- הכשרה: במחלוקת אמיתית מגשרים רק אחרי הכשרה ובליווי מבוגר. חברים קרובים של אחד הצדדים לא מגשרים.

רגעים רגישים בשיעור

- תלמידים עשויים לזהות בקלף מחלוקת אמיתית מהכיתה. בשיעור עובדים על הקלפים בלבד, ואת המחלוקת האמיתית מבררים אחר כך עם מבוגר, בשקט ובהסכמת הצדדים.
- משחק תפקידים מעורר לפעמים רגשות אמיתיים. אם קבוצה מתלהטת, חוזרים לקרש 1: עוצרים ומורידים טון.
- משחק בתפקיד של מי שמאיימים או מחרימים עלול לפגוע. לכן את קלפי העצירה לא משחקים, אלא רק מזהים ומדברים.
- בגיל הזה המעמד החברתי חשוב מאוד. לא מושיבים זה מול זה תלמידים שיש ביניהם מתח אמיתי, ומותר לבחור להיות משקיפים.
- כדאי לשתף את צוות הייעוץ כשאותם תלמידים מעורבים שוב ושוב במחלוקות, כצד שנפגע או כצד שפוגע, או כשבכרטיס היציאה סומן "חשוב לי לדבר עם מבוגר מהצוות" ושיחה אחת לא הספיקה.

מחלוקת או פגיעה?

- גישור עמיתים מתאים למחלוקת בין צדדים שווים, כששניהם רוצים לפתור אותה. במצבים האלה זו פגיעה ולא מחלוקת: לא מגשרים, ומבוגר או צוות הייעוץ מתערבים מיד:
- אלימות, או פגיעה בגוף.
 - פגיעה חוזרת באותו אדם, פנים אל פנים או ברשת.
 - חרם, או קבוצה שמתארגנת נגד מישהו.
 - איומים, בכל דרך.
 - הפצה של תמונה או סרטון של מישהו בלי הסכמה.
 - פער כוחות גדול: גיל, מעמד חברתי או רבים מול אחד.
 - כל מצב שבו מישהו עלול להיפגע.

בגישור כזה, מי שנפגעו עלולים להישאר מול מי שפגעו ולהרגיש שהאחריות מתחלקת. פועלים לפי נהלי בית הספר והנחיות משרד החינוך. המערך מחזק מיומנויות, ואינו מחליף את צוות הייעוץ או את צוות המגשרים של בית הספר.

דוגמה לגישור, התאמות ושאלות

גישור על קלף 1, קרש אחרי קרש

אפשר לקרוא בקול לפני ההדגמה. המגשרים לא מציעים פתרון משלהם: הם שואלים, מסכמים ונותנים לצדדים לבחור.

1	עוצרים ומסכימים לדבר	המגשרים שניהם	"שניכם מסכימים לנסות לפתור את זה עכשיו? מקשיבים עד הסוף, בלי עלבונות. ומה שנאמר נשאר כאן, חוץ ממצב של סכנה או פגיעה." "כן."
2	כל צד מספר	המגשרים עמית	"עמית, מה קרה מבחינתך?" "ההגשה מחר, ועשיתי כמעט את כל השקפים. ובציון כולם יקבלו אותו דבר."
		המגשרים שחר	"אם הבנתי נכון, את רוב השקפים כבר הכנת, ומפריע לך שלא רואים. זה מדויק? שחר, מה קרה מבחינתך?" "ביקשתי חלק כבר בשבוע שעבר, ואף אחד לא ענה. הרגשתי שלא סומכים עליי."
3	מה מתחת לגשר	המגשרים עמית	"עמית, מה הכי חשוב לך בזה? ושחר?" "שהחלוקה תהיה הוגנת, ושיראו כמה השקעת!"
		המגשרים שחר	"להיות חלק מהקבוצה באמת, ולדעת מה מצפים ממני."
4	מעלים אפשרויות	המגשרים שניהם	"אילו אפשרויות יכולות לענות על שני הדברים?" "רשימת משימות עם שמות. הסיכום והשקף האחרון עוברים לשחר. ובשקף הפתיחה כותבים מי הכין מה."
5	בוחרים ומסכימים	המגשרים שניהם	"זה הוגן, בטוח ואפשרי עד מחר?" "כן. ועד שמונה בערב שולחים הכול לקבוצה." "מסכמים: רשימה עם שמות, הסיכום והשקף האחרון אצל שחר, ובשקף הפתיחה כתוב מי הכין מה. עד שמונה בערב הכול בקבוצה, ומחר בבוקר בודקים שזה עבד."

שיעור המשך מוצע

- **עמוד 10:** עוד שני סיבובים, כך שכולם מגשרים פעם אחת.
- **עמוד 12:** חמש הדרכים וסולם ההסלמה, בעבודה אישית.
- **עמוד 13:** משפט של גשר בזוגות, גם בהודעות.
- **עמוד 14:** אפשרויות, בדיקה והסכם על קלף חדש.

טיפים למגשרים מתחילים

- מסכמים בלי לשפוט ובלי לקבוע מי צודק: "אם הבנתי נכון..."
- שואלים שאלות פתוחות, שאי אפשר לענות עליהן בכן או בלא.
- כשצד קוטע, עוצרים בעדינות: "נשמע את זה מיד. עכשיו התור של..."
- כשנתקעים, חוזרים לקרש 3 ושואלים שוב מה חשוב לכל צד.

שאלות ותשובות

ומה אם צד אחד לא רוצה גישור?
הגישור מרצון. מציעים זמן אחר או שיחה עם מבוגר.

מה עושים עם צילומי מסך?
לא מגשרים בצ'אט. נפגשים פנים אל פנים, ולא מעבירים הלאה. תמונה שהופצה בלי הסכמה היא פגיעה, ופונים למבוגר.

פשרה היא כישלון?
לא. לפעמים היא בדיוק מה שמתאים.

ומה אם סיבוב נגמר בלי הסכם?
גם זה תרגול טוב. שואלים מה עזר, ובאיזה קרש נתקעו.

התאמות

לכיתה ו'

- משחקים בשלוש צד א, צד ב ומגשרים, בלי משקיפים.
- מתחילים בקלפים מהכיתה ומהבית, ומשאירים את קלפי הרשת לשיעור ההמשך.
- את דף חמש הדרכים ממלאים יחד, בדוגמאות מהכיתה.

לקבוצה שרוצה צוות מגשרים

- כמה מפגשי תרגול, עם התיבה "מחלוקת או פגיעה?" בכל מפגש.
- מגשרים בזוגות, בליווי איש או אשת צוות, ורק בין צדדים שמסכימים.
- הסכם חתום ובדיקה אחרי שבוע. לעולם לא מגשרים במצבים של פגיעה.

עוד מתנות מהסטודיו

בונים גשר, לכיתות ד' עד ו'. אותו נושא, בגרסה לבית הספר היסודי.
<https://hut-mahshava.pages.dev/gishur/>

קלפי שיח לחטיבה. קלפים לשיחה אישית עם בני נוער.
<https://hut-mahshava.pages.dev/sichot-chativa/>

מבט מעבר לגדר. שיעור על קנאה.
<https://hut-mahshava.pages.dev/kina/>

הערות ותשובות

קלפי העצירה: קלפים 6, 11 ו-16: פגיעה חוזרת ברשת, איום וחרם. בכולם לא מגשרים, ופונים מיד למבוגר.

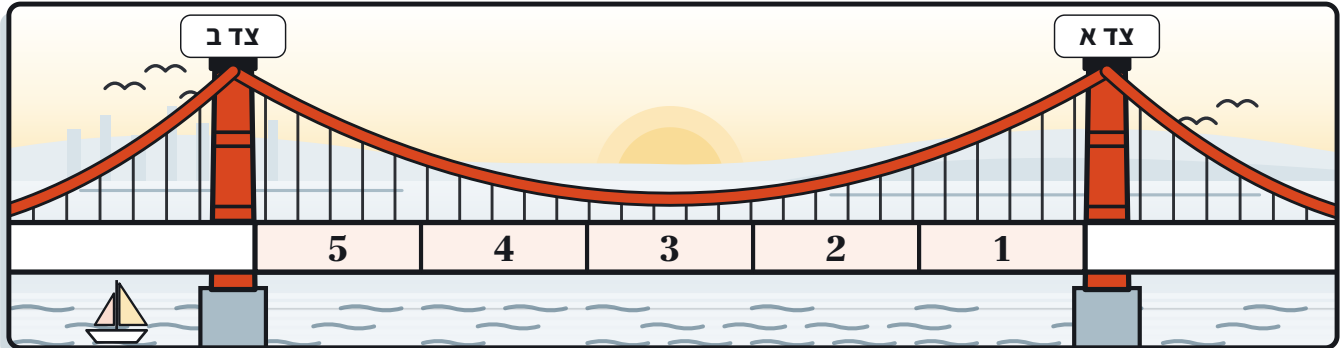
עמוד 11: העמדות והצרכים של יובל ורותם מופיעים בשלב ב של המערך. כל אפשרות שעונה על שני הצרכים טובה, לא רק זו שבסוף הסיפור.

עמוד 12: בסימון האישי אין תשובה נכונה. סולם ההסלמה מפשט לבני נוער מודלים מוכרים של הסלמה בסכסוכים.

חמשת הקרשים

גשר תלוי	תרשים
חמישה	קטעים
מוחזק יחד	מתח

גשר תלוי עומד בזכות המתח בכבלים. מחלוקת היא מתח, ואפשר לתת לו מקום. המגשרים שומרים על המסגרת, ושני הצדדים בונים יחד, קרש אחרי קרש.



עוצרים ומסכימים לדבר

מורידים טון ובודקים ששני הצדדים מסכימים לגישור. אם המתח גבוה מדי, קובעים זמן אחר.



1

כל צד מספר

מקשיבים לכל צד עד הסוף, בלי לקטוע. המגשרים מסכימים: "אם הבנתי נכון..."



2

מה מתחת לגשר

מגלים מה באמת חשוב לכל צד, מתחת למה שאומרים שרוצים.



3

מעלים אפשרויות

אוספים כמה שיותר רעיונות, בלי לפסול ובלי לבחור עדיין.



4

בוחרים ומסכימים

בוחרים פתרון הוגן, בטוח ואפשרי, מחליטים מי עושה מה, וקובעים מתי בודקים שזה עובד.



5

כללי הגשר



מדברים על המעשה

בגוף ראשון, בלי עלבונות, בלי כינויים ובלי צעקות.



מרצון

משתתפים רק אם שני הצדדים מסכימים, ומותר לעצור בכל רגע.



מה שנאמר נשאר כאן

חוץ ממצב של סכנה או פגיעה. אז פונים למבוגר.



המגשרים ניטרליים

לא שופטים, לא מחליטים ולא בוחרים צד.



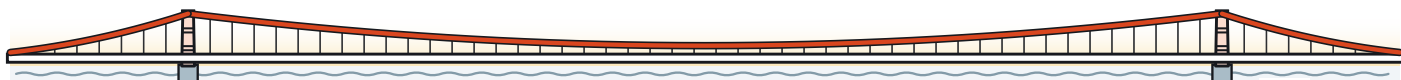
פגיעה, איום או חרם הם לא מחלוקת. לא מגשרים, ופונים מיד למבוגר.



לא מנצחים במחלוקת. פותרים אותה יחד.

קלפי מצבים 1 עד 8

משחקים בקבוצות של ארבעה: צד א, צד ב, מגשרים ומשקיפים. כל צד קורא את המשפט שעל הקלף, וממשיך במילים שלו. בקלף עם תמרור לא משחקים: מזהים יחד למה זו פגיעה ולמי פונים.



1 בכיתה 🏫

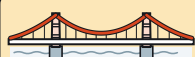


עבודה בקבוצה בהיסטוריה: ההגשה מחר, ורוב השקפים עדיין אצל עמית.

☐ צד א עמית: עשיתי כמעט את כל העבודה, ובציון כולם יקבלו אותו דבר.

☐ צד ב שחר: ביקשתי חלק כבר בשבוע שעבר, ואף אחד לא ענה לי.

2 ברשת 📶

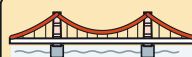


בקבוצת החברים הגיעה מנועם הודעה של מילה אחת: "אוקיי." עם נקודה בסוף.

☐ צד א אור: הנקודה הזאת אמרה הכול. ברור שכועסים עליי.

☐ צד ב נועם: כתבתי מהר באמצע אימון. לא היה בזה שום דבר.

3 ברשת 📶

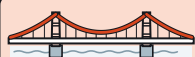


צילום מסך של הודעה פרטית מיובל הגיע לעוד שלושה חברים.

☐ צד א יובל: כתבתי את זה רק לך. עכשיו כולם יודעים.

☐ צד ב רותם: שלחתי רק לחבר אחד, כדי להתייעץ מה לענות. לא חשבתי שזה יתפשט.

4 בהפסקה 🕒



בליגת הכדורסל של ההפסקה בוחרים קבוצות כל יום מחדש, וגל שוב בין האחרונים שנבחרים.

☐ צד א גל: כל יום אותו דבר. נמאס לחכות בצד.

☐ צד ב עדי: בחרתי את מי ששיחקו איתי אתמול. רציתי לנצח הפעם.

5 בכיתה 🏫

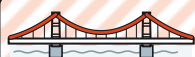


בסידור הישיבה החדש, טל וים רוצים את אותו שולחן ליד החלון.

☐ צד א טל: ביקשתי את המקום הזה כבר בתחילת השנה.

☐ צד ב ים: מהשורה האחורית קשה לי לראות את הלוח.

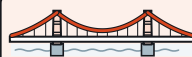
6 עוצרים: מחלוקת או פגיעה? ⚠



כבר כמה שבועות, על כל הודעה של זיו בקבוצת הכיתה, אותם שלושה עונים במדבקות לועגות. עכשיו כמעט לא מגיעות הודעות מזיו.

☐ למה כאן לא מגשרים? למי פונים, ואיך אפשר לעזור למי שנפגע? ⚠

7 בין חברים 🤝



האוזניות של שקד חזרו מאלמוג עם צד אחד שלא עובד.

☐ צד א שקד: השאלתי אותן בלב שלם, והן חזרו שבורות.

☐ צד ב אלמוג: הן נפלו לי מהתיק. לא הספקתי לספר, ואין לי כסף לתקן.

8 בין חברים 🤝



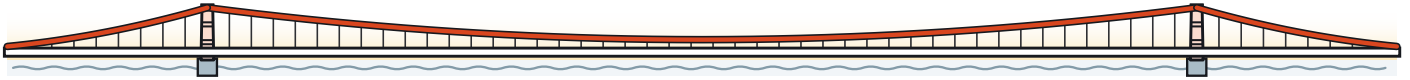
בהפסקה, מול כל החבורה, יצאה מאופק בדיחה על התספורת של אביב.

☐ צד א אביב: חשבתי שאנחנו חברים. הצחוק של כולם לא יצא לי מהראש כל היום.

☐ צד ב אופק: ככה אנחנו תמיד צוחקים. לא ידעתי שזה פוגע.

קלפי מצבים 9 עד 16

עוד מצבים מהכיתה ומההפסקה, מהרשת, מהחברים ומהבית. אחרי כל סיבוב מחליפים תפקידים.



10 בין חברים

בטיול השנתי החדרים הם שלושה, ובחבורה של הדר וליאור יש ארבעה.

☐ צד א **הדר**: סגרנו מי עם מי כבר בחודש שעבר. אי אפשר לשנות עכשיו.

☐ צד ב **ליאור**: בסוף נשארתי בחוץ, בחדר עם תלמידים מכיתה אחרת.

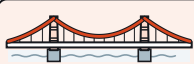


9 בבית

בבית יש מסך גדול אחד. רוני רוצה לראות משחק בשמונה, והאח הקטן רוצה לשחק ברשת באותה שעה.

☐ צד א **רוני**: חיכיתי למשחק הזה כל השבוע.

☐ צד ב **האח**: קבעתי עם החברים עוד אתמול, והם כבר מחכים לי.

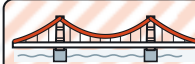


12 בין חברים

אריאל ונוי קבעו לצאת ביום שישי. בחמישי בערב הגיעה הודעה מאת נוי: "סורי, לא יוצא לי".

☐ צד א **אריאל**: נפגעתי מהביטול ברגע האחרון. ואחר כך עוד ראיתי סטורי ממסיבה.

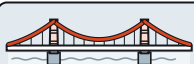
☐ צד ב **נוי**: ההזמנה למסיבה הגיעה באותו ערב. לא ידעתי איך לספר.



11 עוצרים: מחלוקת או פגיעה?

אחרי ויכוח על משחק, הגיעה לשי הודעה בפרטי: "מחר אחרי בית הספר נגמור את זה. כדאי לך לא לבוא לבד".

☐ למה כאן לא מגשרים? למי פונים, ואיך אפשר לעזור למי שנפגע?

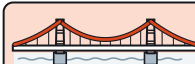


14 בכיתה

ועד הכיתה בחר יום כיף בפארק מים, אחרי סקר בקבוצה.

☐ צד א **חן**: בפארק מים לא נוח לי, ואף אחד לא שאל מה עוד אפשר.

☐ צד ב **עדי**: פתחנו סקר, ורוב הכיתה הצביעה בעד. עשינו מה שביקשו.

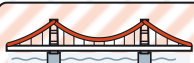


13 בהפסקה

במשחק כדורגל בהפסקה, הכדור עבר צמוד לעמוד. גול או לא?

☐ צד א **סתי**: הכדור נכנס. ראיתי את זה מקרוב.

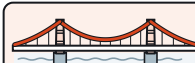
☐ צד ב **רז**: עמדתי על קו השער, ומשם ראיתי שהכדור עבר מחוץ לעמוד.



16 עוצרים: מחלוקת או פגיעה?

נפתחה קבוצה בשם "בלי סהר", ונוספה אליה כמעט כל השכבה. בקבוצה מתאמים לא לשבת ליד סהר ולא לענות לסהר.

☐ למה כאן לא מגשרים? למי פונים, ואיך אפשר לעזור למי שנפגע?



15 בין חברים

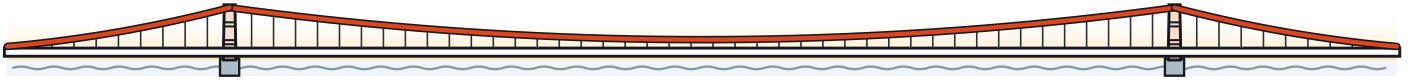
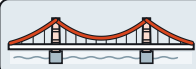
לפני חודש עברו ממור לניצן שלושים שקלים, כהלוואה לקפיטריה. הכסף עוד לא חזר.

☐ צד א **מור**: לא נעים לי לבקש שוב ושוב. כבר יש לי תחושה שמנצלים אותי.

☐ צד ב **ניצן**: שכחתי לגמרי. אבל אפשר היה פשוט להזכיר לי.

קלפי תפקיד ומשפטים

לכל קבוצה: ארבעה קלפי תפקיד שעוברים מיד ליד בכל סיבוב, ושלושה קלפי משפטים שעוזרים למגשרים.



קלף תפקיד



צד ב

- מקשיבים לצד א עד הסוף.
- מספרים מה קרה, ומה חשוב לנו.
- מותר לשנות דעה כשמגלים משהו חדש.

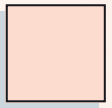


קלף תפקיד



צד א

- מספרים מה קרה מבחינתנו, בגוף ראשון.
- מדברים על המעשה, לא על האדם.
- מקשיבים עד הסוף, גם כשלא מסכימים.



קלף תפקיד



המשקיפים

- לא מתערבים בזמן הגישור.
- ממלאים את דף התצפית, ורושמים משפטים מדויקים.
- בסוף: דבר אחד שעבד, וטיפ אחד.

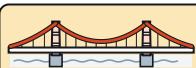


קלף תפקיד



המגשרים

- לא שופטים, לא מחליטים ולא בוחרים צד.
- שואלים, מקשיבים ומסכמים.
- את הפתרון מציעים ובוחרים הצדדים.

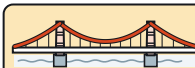


משפטים למגשרים

3

מה מתחת לגשר

- קיש מה הכי חשוב לך בזה?
- ולמה זה חשוב לך?
- מה הכי מפריע לך במצב עכשיו?



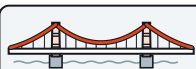
משפטים למגשרים

2

1

קריש פותחים ומקשיבים

- קריש שניכם מסכימים לנסות לפתור את זה עכשיו?
- מה קרה מבחינתך?
- אם הבנתי נכון... זה מדויק?



מצב משלנו



המצב:

צד א

צד ב



משפטים למגשרים

5

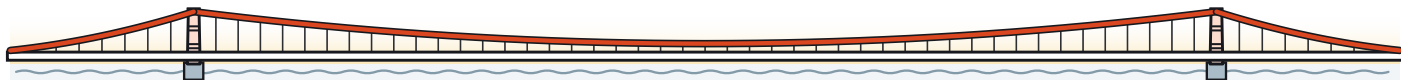
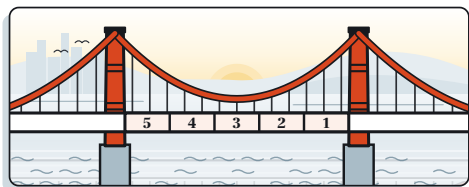
4

קריש אפשרויות והסכם

- אילו אפשרויות יכולות להתאים לשני הצדדים?
- זה הוגן, בטוח ואפשרי?
- מי עושה מה, ועד מתי?

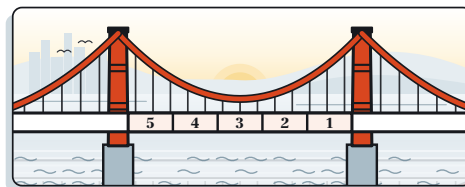
גב לקלפים

מדפיסים על הגב של עמודים 6 עד 8, בהדפסה דו צדדית עם היפוך בצד הארוך.



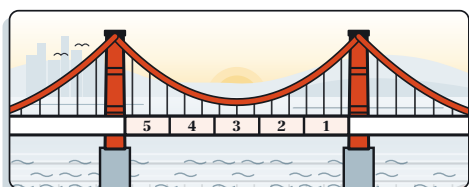
בונים גשר

גרסה לחטיבה, סטודיו חוט מחשבה



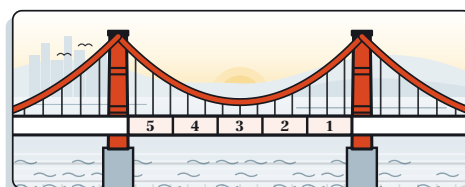
בונים גשר

גרסה לחטיבה, סטודיו חוט מחשבה



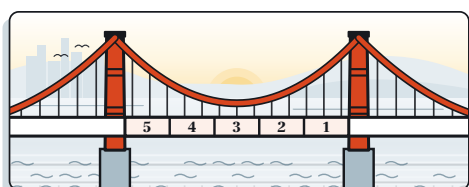
בונים גשר

גרסה לחטיבה, סטודיו חוט מחשבה



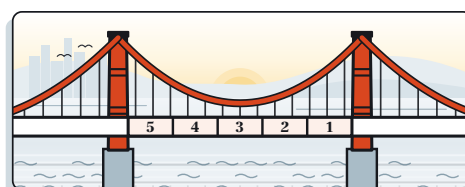
בונים גשר

גרסה לחטיבה, סטודיו חוט מחשבה



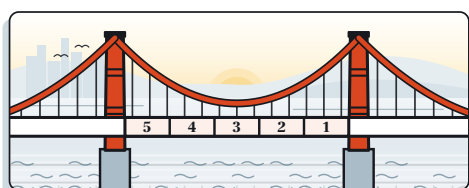
בונים גשר

גרסה לחטיבה, סטודיו חוט מחשבה



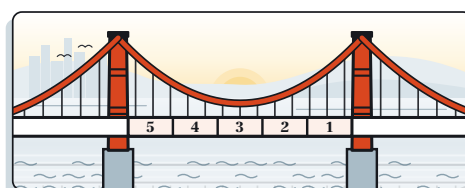
בונים גשר

גרסה לחטיבה, סטודיו חוט מחשבה



בונים גשר

גרסה לחטיבה, סטודיו חוט מחשבה

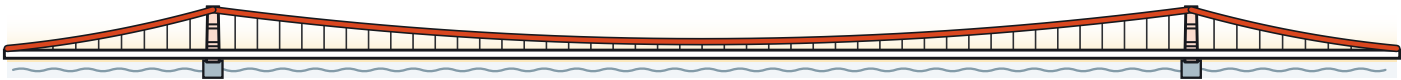


בונים גשר

גרסה לחטיבה, סטודיו חוט מחשבה

דף תצפית

המשקיפים לא מתערבים. הם שמים לב למה שעובד ורושמים משפטים מדויקים, כדי לתת למגשרים משוב מועיל.



סיבוב 1, קלף מספר:

סיבוב 2, קלף מספר:

מסמנים בטור של כל סיבוב: כן, חלקית או לא. ✓

מה המגשרים עשו			סיבוב 1			סיבוב 2		
			כן	חלקית	לא	כן	חלקית	לא
1	בדקו ששני הצדדים מסכימים לגישור, והזכירו את הכללים.		☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	נתנו לכל צד לספר עד הסוף, בלי לקטוע.		☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	סיכמו במילים שלהם: "אם הבנתי נכון..."		☐	☐	☐	☐	☐	☐
3	שאלו מה באמת חשוב לכל צד.		☐	☐	☐	☐	☐	☐
4	ביקשו כמה אפשרויות לפני הבחירה.		☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	בדקו שהפתרון הוגן, בטוח ואפשרי, וסיכמו מי עושה מה.		☐	☐	☐	☐	☐	☐
סוף	לא שפטו, לא בחרו צד ולא הציעו פתרון משלהם.		☐	☐	☐	☐	☐	☐
סוף	שמרו על קול רגוע, גם כשהמתח עלה.		☐	☐	☐	☐	☐	☐

66

משפטים ששמעתי ומשוב למגשרים

סיבוב 2

משפט שבנה גשר:

משפט שהעלה את המתח:

רגע שבו המתח ירד, ומה עזר:

דבר אחד שעבד:

טיפ אחד לפעם הבאה:

סיבוב 1

משפט שבנה גשר:

משפט שהעלה את המתח:

רגע שבו המתח ירד, ומה עזר:

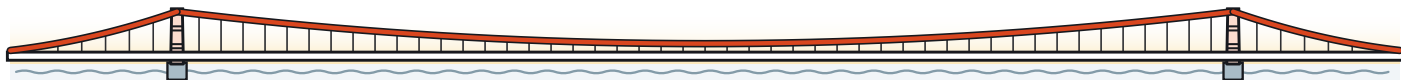
דבר אחד שעבד:

טיפ אחד לפעם הבאה:

משוב טוב מתחיל במה שעבד, מצטט משפט מדויק, ונותן טיפ אחד בלבד. מדברים על מה שראינו, לא על מי שגישרו. i

מה מתחת לגשר?

על הגשר רואים מה כל צד אומר שהוא רוצה: העמדה. מתחת לגשר, כמו היסודות במים, נמצא מה שבאמת חשוב: הצורך. פתרונות טובים נבנים על היסודות.



הרמקול במועדון

במועדון של השכבה יש רמקול אחד. בהפסקה הגדולה, יובל וחברי קבוצת הריקוד מתאמנים לטקס, והמוזיקה חזקה. בפינה, רותם מנסה לחזור על החומר למבחן.

רותם: "אפשר לכבות את זה? יש פה עוד אנשים."

יובל: "המועדון של כולם. אנחנו מתאמנים, והמוזיקה נשארת."

הקולות עלו. שני חברים מהשכבה שלמדו גישור הציעו לעזור, ושאלו: "מה הכי חשוב לכל אחד מכם עכשיו?"

יובל: "הטקס ביום חמישי. זו ההפסקה היחידה שבה כל הקבוצה פנויה, ובלי מוזיקה אי אפשר לתפוס את הקצב."

רותם: "בשיעור הבא יש מבחן במתמטיקה. בלי שקט, החומר פשוט לא נכנס."

מה יכול לתת לשניהם את מה שבאמת חשוב להם?

משלימים את השורה של הסיפור. בשורות הריקות כותבים מצבים מהקלפים, או מחלוקת משלנו (בלי שמות).

על הגשר: העמדה, מה שאומרים שרוצים ☐ מתחת לגשר: הצורך, מה שבאמת חשוב ☐

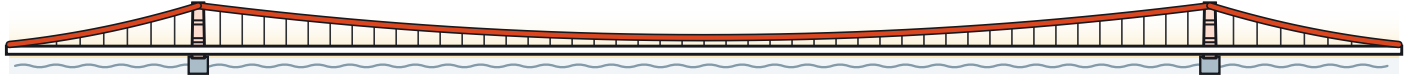
המצב	צד א ☐	צד ב ☐	אפשרות לשני הצדדים
דוגמה הרמקול במועדון	יובל: המוזיקה נשארת לתרגל עם כל הקבוצה בקצב, לפני הטקס	רותם: לכבות את הרמקול שקט ללמידה לפני המבחן	
דוגמה קלף 1: העבודה בהיסטוריה	עמית: שכל אחד יעשה עכשיו את החלק שלו חלוקה הוגנת, ושיראו כמה השקעתי	שחר: להפסיק להאשים אותי להיות חלק מהקבוצה, ולדעת מה מצפים ממני	רשימת משימות משותפת, עם שם ותאריך ליד כל משימה

שאלות שיורדות מתחת לגשר

- "למה זה חשוב לך?" ואז שוב: "ולמה זה חשוב?" • "מה הכי מדאיג אותך במצב הזה?"
- "מה יקרה אם לא נמצא פתרון?"

חמש דרכים במחלוקת

המודל של תומאס וקילמן מתאר חמש דרכים להתמודד עם מחלוקת, לפי שני צירים: כמה דואגים למה שחשוב לנו, וכמה דואגים למה שחשוב לצד השני. אין דרך רעה: לכל דרך מצבים שמתאימים לה, ומחיר כששתמשים רק בה.



קוראים על כל דרך ומסמנים כמה היא מוכרת לי. ✓

נמנעים

מתרחקים, דוחים את השיחה או מחליפים נושא.

מתאים: כשהעניין קטן, או כשהמתח גבוה מדי וכדאי להירגע קודם.

המחיר: מה שלא נאמר יכול לחזור, וגדול יותר.

☐ כמעט לא ☐ לפעמים ☐ הרבה

מתחרים

עומדים על שלנו בכל הכוח, כדי לנצח.

מתאים: כשמהווה מסוכן, או כשמגנים על ערך חשוב.

המחיר: אפשר לנצח בוויכוח ולהפסיד חבר.

☐ כמעט לא ☐ לפעמים ☐ הרבה

מוותרים

נותנים לצד השני את מה שהוא רוצה.

מתאים: כשהעניין חשוב לצד השני הרבה יותר מאשר לנו.

המחיר: כשמוותרים תמיד, מה שחשוב לנו נעלם.

☐ כמעט לא ☐ לפעמים ☐ הרבה

מתפשרים

כל צד מוותר על חלק, ומקבל חלק.

מתאים: כשאין הרבה זמן, וחצי מספיק לשני הצדדים.

המחיר: לפעמים אף צד לא מקבל את מה שבאמת חשוב לו.

☐ כמעט לא ☐ לפעמים ☐ הרבה

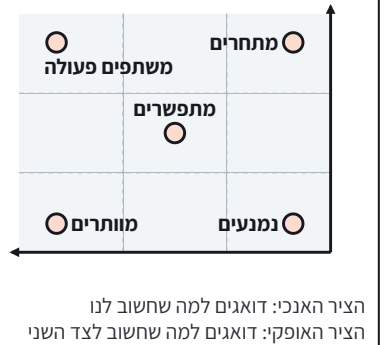
משתפים פעולה

מחפשים יחד פתרון שעונה על מה שחשוב לשני הצדדים.

מתאים: כשהעניין חשוב לשני הצדדים, ויש זמן לחשוב יחד.

המחיר: דורש זמן, סבלנות ואמון.

☐ כמעט לא ☐ לפעמים ☐ הרבה



ומה איתי? ♥

עם חברים, הדרך שלי היא לרוב:

בבית, הדרך שלי היא לרוב:

במחלוקת הבאה אנסה:

סולם ההסלמה, ואיך יורדים שלב

מחלוקת יכולה לטפס שלב אחרי שלב. בכל שלב אפשר לעצור ולרדת, אבל ככל שעולים, קשה יותר לרדת.

↓ איך יורדים שלב

איך זה נראה

השלב

5 איומים

"כדאי לך להיזהר", "נגמור את זה אחרי בית הספר".
כאן כבר לא יורדים לבד: פונים מיד למבוגר.

4 מכניסים אחרים

מגייסים תומכים, מעבירים צילומי מסך, כותבים בקבוצה.
מוציאים את הקהל: לא מעבירים הלאה, ונפגשים פנים אל פנים.

3 עלבונות והאשמות

מדברים על האדם ולא על המעשה: כינויים, "תמיד הורסים הכול".
עוצרים, מתנצלים על העלבון, וחוזרים לעניין עצמו.

2 ויכוח

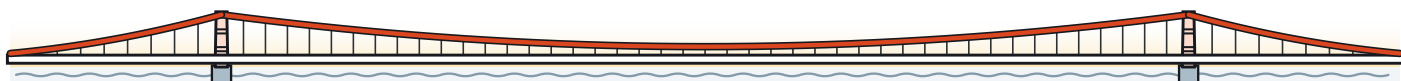
הטון עולה, וכל צד חוזר על שלו.
מורידים טון, מסכמים את הצד השני, או מבקשים הפסקה.

1 אי הסכמה

רואים את העניין אחרת.
שואלים: "מה חשוב לך בזה?"

משפט של גשר

משפט שמאשים גורם לצד השני להתגונן, ומעלה את המתח. משפט שמספר מה קרה, מה הרגשתי ומה חשוב לי, פותח פתח להקשבה. ככה הופכים האשמה לבקשה.



4

אשמה ש...

בקשה ברורה ואפשרית

3

כי חשוב לי...

הצורך, מתחת לגשר

2

הרגשתי...

רגש אחד, במילה

1

כש...

מה קרה, בלי שיפוט

לדוגמה: כשהודעה שלי נשארה יומיים בלי תשובה, הרגשתי עלבון, כי חשוב לי להבין מה קורה בינינו. אשמח שנדבר על זה פנים אל פנים.

רגש במילה אחת: כעס, עלבון, תסכול, אכזבה, דאגה, בושה, לחץ, בדידות, קנאה, בלבול

כותבים כל משפט מחדש, כמשפט של גשר.

2 נזכרנו. שוב קבעתם בלעדיו?

1 עשיתי את כל העבודה לבד, ואתם סתם ישבתם.

4 מי שאל בכלל? אין לך מה לכתוב פה.

3 האוזניות חזרו הרוסות. אין מצב שאשאיל עוד משהו.

לפני ששולחים, כשכועסים

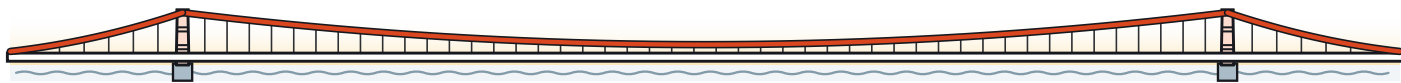
לא מגשרים בצ'אט.
נפגשים.

- מחכים כמה דקות, ורק אז קוראים שוב.
- שואלים: זה משפט שאפשר לומר גם פנים אל פנים?
- בלי צילומי מסך של אחרים, ובלי להוסיף עוד אנשים לשיחה.
- מציעים להיפגש: "אפשר לדבר מחר בהפסקה?"

משפט של גשר משלי, על מחלוקת שהייתה לי (בלי שמות):

אפשרויות, בדיקה והסכם

קודם אוספים הרבה אפשרויות, בלי לפסול, ורק אחר כך בוחרים ובודקים.



המצב:

כותבים אפשרות על כל קרש. גם רעיון מוזר יכול להוביל לרעיון טוב.

2	1
4	3
6	5

בודקים את האפשרות שבחרנו

האפשרות שבחרנו:

בטוח? כן ☐ אף אחד לא נפגע: לא בגוף, לא בלב ולא ברשת. עוד לא ☐	הוגן? כן ☐ כל צד מקבל משהו שבאמת חשוב לו. עוד לא ☐
יחזיק? כן ☐ זה יעבוד גם בשבוע הבא, ולא רק היום. עוד לא ☐	אפשרי? כן ☐ יש לנו זמן, מקום וכלים. עוד לא ☐

אם סימנו "עוד לא", חוזרים לקרשים ובוחרים אפשרות אחרת.

הסכם על הגשר

הסכמנו ש:

☐
 מה צד ב עושה, ועד מתי:

☐
 מה צד א עושה, ועד מתי:

ואם זה לא עובד:

בודקים יחד ביום:

חתימה: המגשרים

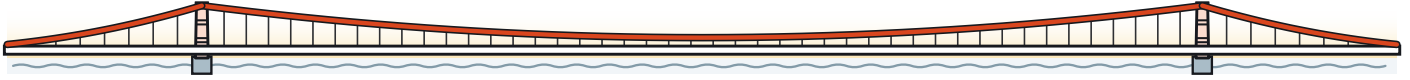
חתימה: צד ב

חתימה: צד א



הגשר שלי

תוכנית אישית לפעם הבאה שתהיה מחלוקת: מה קורה לי, מה עוזר לי, ולמי אפשר לפנות. הדף נשאר אצלי.



✓ מסמנים שניים או שלושה כלים שמתאימים לי במיוחד.

□ || לבקש לדבר אחר כך

לשאל מה חשוב לצד השני

לא לשלוח הודעה בזמן כעס

לפנות למבוגר

לנשום ולעשות הפסקה $\Rightarrow$ ☐

□ ? לסכם מה הצד השני אמר

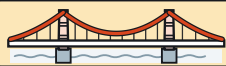
לדבר במשפט של גשר

להיפגש פנים אל פנים 

הסימנים לכך שהמתח אצלי עולה (בגוף, במחשבות, במילים):

מה עוזר לי לרדת שלב:

מבוגר שאפשר לפנות אליו:



כרטיס יציאה

ההבדל בין מחלוקת לבין פגיעה, במשפט אחד:

קִרְשׁ אֶחָד שֶׁאֵינָהּ בִּפְעָם הַבָּאָה:

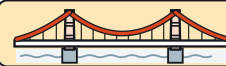
משפט ששמעתי היום ובנה גשר:

עד כמה השיעור עזר לי? מקיפים:

□ □ □ □ □
5 4 3 2 1

השם (לא חובה):

☐ חשוב לי לדבר עם מבוגר מהצוות



כרטיס יציאה

ההבדל בין מחלוקת לבין פגיעה, במשפט אחד:

קרש אחד שאנסה בפעם הבאה:

משפט ששמעתי היום ובנה גשר:

עד כמה השיעור עזר לי? מקיפים:

□ □ □ □ □
5 4 3 2 1

השם (לא חובה):

☐ חשוב לי לדבר עם מבוגר מהצוות

מותר להדפיס ולצלם לשימוש בכיתה ובבית. בבקשה לא למכור.