

# רפלקציה - תיאוריה ופרקטיקה

## עיבוד חוויית ההתנדבות ומשמעותה

# מהי רפלקציה?

- ✓ תהליך של התבוננות בפעולות וחוויות מהעבר, חשיבה. עליהן ולמידה להמשך.
- ✓ אמצעי לשיפור ההתמודדות עם מצבים דומים בעתיד.
- ✓ כלי להקניית המשגה ובסיס ערכי.

# שיח רפלקטיבי

שיח על: רגשות, מחשבות ותובנות



פעולות



התנדבות ומעורבות חברתית  
של נוער עם סוגבלות

# רפלקציה

- משמעות המילה בלטינית = פנייה לאחור.
- חשיבה מכוונת על עשייה במגמה לשפר אותה.
- ניווט תהליכי החשיבה וקישור בין חשיבה למעשה.

# תרומת הרפלקציה

לתלמיד - אחריות ושייכות

למורה - שיח דיאלוגי, אמון, העצמת התלמידים

לתהליך הלמידה - למידה עצמית, גיבוש קבוצתי, העמקת

התהליך



לשם ישראלי

התנדבות ומעורבות חברתית  
של נוער עם סוגבלות

# התהליך הרפלקטיבי

1. מודעות, היכרות
2. חשיבה, שיקול דעת, הסקת מסקנות
3. פעולה בעקבות הלמידה

זילברשטיין, משה [1988], "הוראה רפלקטיבית", בתוך: רפלקציה בהוראה, מכון מופ"ת



# דגשים

שיח **מובנה** - מסגרת ומועד קבועים מראש.

**תזמון** מידי/ בחלוף זמן?

שיח מידי מאפשר אוורור רגשות ומנצל את הזיכרון הטרי  
שיח לאחר זמן מה מאפשר בחינה של השפעת החוויה.

**תפקיד המורה**

הובלת השיח, הקשבה פעילה ואמפטיית, הכוונה להסקת  
מסקנות והעלאת פתרונות ע"י התלמידים.  
שימוש בשפת גוף המשדרת הכלה ואמון.

**אווירה** מאפשרת, רגועה ולא שיפוטית.

# שאלות רפלקטיביות לדוגמא

- אילו דברים טובים יקרו בזכות הפעילות שלך?
- מה קשה לך בפעילות? ומה עוזר לך להתמודד?
- תאר התלבטויות שונות להחלטה. מה החלטת לבסוף ומדוע?
- מה המטרה של הפעילות? ומה התרומה שלך להשגתה?
- מה אתה לומד על עצמך במהלך הפעילות?
- על מי עוד משפיעה הפעילות? כיצד?

לכרטיס כיס למתנדב המכיל שאלות נוספות **לחצו כאן**





# רפלקציה - תיאוריה ופרקטיקה

עיבוד חוויית ההתנסות במעורבות ומשמעותה

עובד מתוך אתר מנהל חברה ונוער, חומרי עזר למורים

**לשם ינוני**

התנדבות ומעורבות חברתית  
של נוער עם סוגבלות

