



# תצ"א תלמיד

## רציונל

## תצ"א תלמיד - רציונל

תהליך צמיחה אישית (תצ"א), היא תוכנית שנועדה לתת לכל תלמידה ותלמיד בקח"ל תחושה של נראות, שייכות ומשמעות, כך שיוכלו לעבוד תהליך פנימי של התבוננות ומודעות עצמית. אנו מאמינים כי התייחסות לתלמיד כאדם שלם, מפתחת חוסן, מעלה מוטיבציה ומאפשרת לו לקחת אחריות בעיצוב חייו למען מימוש הרצונות הכישרונות והשאיפות שלו, בקח"ל ומחוצה לו.

תהליך הצמיחה נע על הציר שבין התבוננות ליישום כאשר השאיפה היא שההתבוננות תעורר את מנוע הרצון אל עבר התקדמות ושינוי בכל מרחבי החיים שבהם התלמיד יחפוץ.

### התהליך מתרחש בשלושה מעגלים:

#### תהליך קח"לי

האווירה והאקלים בקח"ל משפיעים באופן ניכר על חווית התלמידים והיכולת שלהם להביא עצמם לידי ביטוי. רמת השיח והאמון שבין ההנהלה למורים, בין המורים לתלמידים ובין התלמידים לבין עצמם, כמו גם מרחבי האוטונומיה והבחירה, משפיעים במעגלים שונים על יכולת הצמיחה של התלמיד. רק כאשר מורה צומח בעצמו בקח"ל, מרגיש שייכות, פתוח לסובבים אותו ונעזר בהם - הוא יוכל ללוות תלמידים לאותה חוויה משמעותית בעצמם.

על הובלת תהליך זה אמונים מנהל הקח"ל ומוביל התצא"מ הבית ספרי שתפקידם לפתח תרבות מצמיחה - אישית וכללית המתייחסת למרחבים השונים בקח"ל (הפסקות, ישיבות צוות, אסיפות מורים והורים, כיצד מקבלים מורה חדש, כיצד נפרדים ממורה שעוזב ועוד).

#### תהליך קבוצתי

התלמיד לוקח חלק בקבוצת שייכות, שנפגשת לפחות אחת לשבוע בהנחיית מנטור. תוך כדי התהליך לומד התלמיד להתבונן על עצמו מזוויות שונות, מקבל מראות מאנשים קרובים, מכיר בבחירות שהוא לוקח ומפתח מודעות עצמית כאדם וכתלמיד. התהליך הקבוצתי מפתח את יכולות ההקשבה וההכלה ומרחיב את מנעד הכלים ונקודות המבט שמאפשרות לתלמיד לממש את עצמו.

#### תהליך אישי

התלמיד נפגש עם המנטור אחת לשבועיים באופן אישי, מעמיק אתו את תהליך ההתבוננות שנעשה בקבוצה ונעזר בו כדי לתרגם את התובנות האישיות ליעדים ומטרות. התהליך האישי מכוון את ההתבוננות והיישום לשני רבדים - הראשון מבט כללי, על התלמיד כאדם בכל מרחבי חייו והשני מצומצם יותר - על התלמיד בתוך הקח"ל בחבר וכלומד. הרובד השני מאפשר לתלמיד להתמקד בזירת פעולה אחת (זום און), שהיא מוכרת ורלוונטית לקשר שבין המנטור לתלמיד (לדיון!)



## תפקיד המנטור

- המנטור מוביל את התהליך הקבוצתי והאישי, מכיר ומלווה את התלמידים כיחידים וכפרטים בתוך קבוצה. אנו רואים יתרון בכך שהמנטור יהיה מחנך הכיתה (שתחולק ל-2 קבוצות)
- המנטור יעבור תהליך התנסות אישי וקבוצתי בדומה לקבוצת התלמידים, יוכשר ויקבל כלים להנחיה וילווח ע"י המוביל הבית ספרי, או ע"י בעל מקצוע אחר בתהליך סופרוויז'ן לאורך השנה
- גם המנטור נע בין ציר ההתבוננות ליישום. חשוב שיראה בתהליך התצא"מי תהליך עצמי - "לשמה", אך עם זאת יהיה ער לרצון המתפתח בקרב התלמידים ויתמוך בהם לממשו.
- בנוסף למפגשי ההשתלמות לאורך השנה - שהם תורה שבעל-פה, יקבלו המנטורים גם שתי ערכות מלוות שהן **תורה שבכתב**:
  1. הצעה למודל התהליך הקבוצתי - הכולל רציונל+ אוסף של תרגילים לכיתה
  2. מחברת מטורינג מלווה לתהליך האישי

## הרציונל של מחברת המנטורינג

### משמעות התהליך האישי

תהליך ליווי של מבוגר משמעותי שרואה את הילד על כל חלקיו ובונה אתו קשר מיטיב ומצמיח. מתוך חוויה של שייכות ונראות של המנטור עצמו, ולאור ניסיון החיים וההכשרה שעבר, יכול המנטור ללוות את הילד במסע ההתבוננות העצמית ולהנחות אותו בסלילת דרך הצמיחה של עצמו.

**המחברת** צועדת עם המנטור והתלמיד צעד צעד משלב ההכרות, הבחירה בתהליך ותאום הציפיות דרך שלב ההתבוננות על העצמי ועד שלב היישום בו בוחר התלמיד תחום או תחומים שבהם הוא רוצה להתקדם. **בכל שלב ישנה התייחסות לתלמיד כאדם שלם לצד התייחסות אליו כחבר בקה"ל** - על שלל ההתנסויות שמזמן לו מרחב זה. **בכל חלק תציע המחברת אוסף של תרגילים לעבודה להעמקת ההתבוננות ורכישת כלים חדשים**. בכמה תחנות עצירה שייזום המנטור תוך כדי התהליך, יחליט התלמיד האם ברצונו לשתף גורמים נוספים בסביבת ביה"ס בתובנות ובמטרות שאסף. שיתוף כזה יוכל לגייס את צוות ביה"ס להיות שותפים ולתמוך בהתקדמותו.



### **הצלחת תהליך המנטורינג קשור בכמה עקרונות מנחים:**

- בחירת התלמיד בכניסה לתהליך
- פניות של המנחה ומונחה
- קביעות לאורך זמן
- סטינג מתאים במיקום וזמנים
- יצירת תשתית של אמון פתיחות והדדיות.
- כאמור, לאורך מסע ההנחיה על המנחה להיות מלווה בעצמו כך שיוכל להתבונן ברפלקטיביות על התהליך עם המונחה ולדייק את פעוליותיו.

### **תוכן עניינים מחברת מנטורינג**

#### **הקדמה**

ההקדמה תכלול רציונל של תצ"א תלמיד ושל המחברת עצמה, תעמוד על הקשר שבין האישי לקבוצתי, תפרט את עקרונות התפקיד, תתייחס לשאלות אתיות, ותציג את אופן הפעולה עם כמה כלי הנחייה.

כמו"כ נתייחס בהקדמה לשאלה - איך נראה מודל של מפגש מיטבי? נציג את העקרונות של פניות פיזית ורגשית, התבוננות עומק ויישום התובנות בחיי התלמיד ונאיר רכיבים נוספים כמו: שימוש בשפה נכונה, סטינג מתאים (מיקום, זמן), הכנה מנטלית לפני המפגש (נשימות?) ותיעוד וכתיבה של התהליך עצמו.

## חלק א' - תשתיות

אדם צומח כאשר טוב לו וכאשר ליבו חפץ. מטרת שלב התשתיות היא להכין רגשית את המנחה והמונחה לתהליך שיעברו יחד, לפתח אמון, לתאם ציפיות ולוודא שהכניסה לתהליך נעשית מתוך בחירה מלאה.

### ברור מקדים

הברור המקדים מתרחש לפני הכניסה לתהליך ומטרתו להבין יחד את הצרכים של התלמידה. תהליך זה כולל גם הכרות אישית והצגת התוכנית באופן כללי ע"י המנטורית. אנו ממליצים לקיים פגישה זו מחוץ לקח"ל, במרחב שאותו התלמידה תבחר ויאפשר שיח פתוח.

**2פרק 5 (נסה/אזרי):** האם הנערה מעוניינת לקחת חלק בתוכנית? מהן הציפיות שלה? מהם התנאים שיאפשרו לה לעבור תהליך מיטבי? עד כמה היא פנויה? האם היא יכולה להתחייב? מה מצופה ממנה מצד המנחה? עד כמה היא רוצה להעמיק בכל רובד (כללי/קח"לי) ומדוע?

### קרקע מצמיחה

מפגשי קרקע מצמיחה מתרחשים לאחר ההחלטה המשותפת להיכנס לתהליך. מטרתם היא לתכנן את אופי המפגשים ולהבין מה יאפשר להם להיות פתוחים ומקדמים. הקרקע המצמיחה שולחת את התלמידה לחקור מערכות יחסים שחווה כדי ללמוד ולהסיק כיצד יבנה קשר מיטיב עם המנטורית. בסופו יתגבש חוזה בין המנחה והמונחה.

**2פרק 5 (נסה/אזרי):** מה נדרש ממני וממך כדי שיהיה דיבור משמעותי במפגשים ביננו? מה יוצר אצלי ביטחון? מה חוסם אותי? מה מאפשר לי לשתף? מה שובר את האמון שלי? עד כמה אני פתוחה לקשר? למה אני זקוקה מהמנחה?





## חלק ב' - התבוננות

לאחר היווצרות האמון הראשוני, יש פניות רבה יותר לתהליכי התבוננות אישיים, שמהווים מרכיב ליבה בתצ"א. בשלב זה ישנם כמה תתי פרקים, שמטרתם לתרגל את שריר ההתבוננות הלא שיפוטית. סוג זה של התבוננות אינו נמצא בברירת המחדל של תלמידים רבים, לכן נתרגל אותו באופנים שונים וסביב נושאים שונים.

### בשלב ההתבוננות נתייחס בכל תת פרק לשני רבדים:

רובד כללי - 'אני כאדם' ורובד ספציפי - 'אני בקח"ל' (או אני כלומדת?).  
לכל רובד נציע תרגילים שונים להתנסות.

### דיוקן עצמי

פרק הדיוקן הוא הפרק הפותח את ההתבוננות ובו נרחיב בשאלת "מי אני". בעזרת תרגילים שונים נחשוף את הרבדים השונים (ולפעמים הסותרים) באישיות שלי, נגלה אלו חלקים אני חושף ומתי ונשוחח על הערכים, התכונות והיכולות שלי.

### 2 פרק צה ננסה לזרז:

**ברובד הכללי** - איך אני מתנהגת במרחבים השונים בחיים? אלו תכונות וערכים אני מביאה לכל מרחב? מה גורם לתכונות אלו "לצאת" דווקא שם? איך האנשים שאני באה איתם במגע רואים אותי? מה אני מגלה ומה אני מסתירה בעצמי במרחבים השונים ומדוע?

**כתלמידה** - איזה חלקים אני מביאה לתוך ביה"ס ואלו משאירה בבית? מה מאפיין אותי בשיעורים לעומת ההפסקות? מה החברים והמורים שלי רואים בי? באלו מקומות פיזיים ולא פיזיים אני מצליחה להביא את עצמי באופן מלא?

## עדשות

העדשות הן הזויות השונות בחיי, דרכן אני יכולה ללמוד על עצמי בהקשרים שונים. כאמור, דרך כל עדשה נתבונן באופן כללי ובאופן ספציפי בקח"ל

## חברים

**כללי** - מיהו חבר טוב? מה אני מצפה מחברות? מה אני נותן בתוך חברות? עד כמה חברות חשובה בחיי?

**בקח"ל** - מיהו מעגל החברים שלי בקח"ל? עם מי הייתי רוצה לפתח קשר? עד כמה חברים שותפים בתהליך הלמידה שלי ומדוע? האם יש שוני בין החברים בתוך ומחוץ לקח"ל?

## משפחה

**כללי** - המקום שתופסת המשפחה בחיי (סבים וסבתות/ הורים/ אחים), למי אני דומה וממי אני שונה?

**בקח"ל** - האם המשפחה שותפה בחוויות שאני עוברת בקח"ל? האם הם שותפים בתהליך הלמידה שלי? עד כמה הוא חשוב להם? למה אני זקוק מהם כדי להצליח?

## צמתים

**כללי** - מהם האירועים חשובים שהשפיעו על חיי? אלו החלטות קיבלתי בעקבותם? מה למדתי על עצמי ועל אחרים? איך אני מספר את סיפור חיי?

**בקח"ל** - חוויות לימודיות שהשפיעו עלי לטובה ולרעה, מה מאפיין אותם, מה למדתי על עצמי ועל אחרים? איך הן מעצבות את החוויה שלי כתלמידה?

## חוזקות

**כללי** - במה אני טובה? במה אני מצליחה? מה מאפשר את הביטחון שיש לי במקומות האלו? איך אני נעזרת בחוזקות הללו בחיים?

**בקח"ל** - מהן החוזקות הלימודיות שלי? איך הן באות לידי ביטוי? האם גם אחרים מזהים אותן? איך הן מאפשרות לי להתמודד עם בעיות?

## כישלונות

**כללי** - מתי נכשלתי? איך הרגשתי? ממה אני נמנעת בעקבות כך? האם הייתה לי בכל זאת הצלחה תוך כדי הכשלון? מה למדתי על עצמי? איך אני מתמודדת עם זה?

**בקח"ל** - מהם המקומות החלשים שלי כלומדת? איך אני מתגברת עליהם? מי עוזר לי בכך? האם פעם חוויתי חווית הצלחה בתחום הזה?





## חלק ג' - אל האופק

לאחר התבוננות מעמיקה בעצמי בהקשרים שונים של החיים, נוצרת התעוררות טבעית לתנועה. המנטורית תנסה בשלב זה לזהות עם התלמידה את כיווני הצמיחה שנולדו בה ותעזור לה לתרגם אותם לתהליך מובנה שמחולל התקדמות ושינוי. חשוב להדגיש את הסיכון הנסתר בשלב זה, שעלול לזהות בתהליך המנטורינג מסר שהתלמידה לא טובה כפי שהיא ועליה להשתנות. סיכון נוסף הוא בריצה חפוזה אל עבר מטרות לא ישימות באופן שטחי. מתוך מודעות לסכנות אלו נכון לוודא את עמדת המוצא של התלמידה בתחילת שלב זה ולאפשר הנעה פנימית ובחירת מלאה.

### האופק שבי

בפרק זה תחזור התלמידה אל העדשות במבט כולל ותעלה תובנות. מן המסקנות היא תמקד תחום אחד או שניים שהיא מרגישה בהם בשלה להתקדמות ושינוי. **בפרק זה ננסה לזרז:** באיזו עדשה נעים לי להתבונן ומדוע? באיזו עדשה פחות נעים לי? על איזו מציאות אני חולמת? האם אי פעם הרגשתי אותה אפילו לרגע? מה מעכב אותי? מי השותפים שיעזרו לי? אלו כוחות יש בי שמאפשרים לי לעשות שינויים ולהתקדם?

### תמונת עתיד

בפרק זה תדמיין התלמידה את המציאות הרצויה עבורה לפרטים. פעולת החלימה לוקחת את התלמידה רחוק וגבוה ומייצרת נקודת אופק לצפות ולערוג לה. לאמונה יש כוח להגשים את עצמה, על כן ננסה לבנות עם התלמידה תמונה בהירה עד כמה שניתן. **בפרק זה ננסה לזרז:** מהם החלומות שלי? איך הם יראו כאשר הם יתממשו? אילו תכונות שבי יבואו שם לידי ביטוי? מי יהיה שם לידי כשזה יקרה? למי אכתוב מכתב תודה בסוף התהליך? מתי בפעם האחרונה הגשתי חלום?



## אבני דרך

בפרק זה ננסה לפרוט את השלבים שעל התלמידה לעבור בכדי להגיע אל תמונת העתיד שציירה לעצמה. נתייחס לכל השחקנים המשפיעים על ההצלחה, נייצר עוגנים תומכים ונחשוב כיצד להתגבר על חסמים. בסוף פרק זה תבנה התלמידה לו"ז לתהליך שבנתה.

**צפרוק זה ננסה אזור:** איך אני פועלת באופן מיטבי? מי יכול לעזור לי להשיג את המטרות שהצבתי? מהם התנאים שאני זקוקה להם כדי להצליח? מה הכלים והיכולות שיש בי ויובילו אותי? איך אתכנן את לוח הזמנים שלי? מהם המדדים שלי להצלחה? איך לא אשבר בדרך?

## חגיגת הצלחות

מכיוון שתהליך הצמיחה אינו נגמר לעולם, לא נסכם, אלא נבחר נקודת עצירה כדי להכיר בדרך הארוכה ובהתפתחות שהתרחשה עד כה. בשלב זה נחגוג כל הצלחה - התבוננות מעמיקה, פתיחות ואמון הן הצלחות גדולות לא פחות מן הצעדים המעשיים שנבחרו.

**צפרוק זה ננסה אזור:** מה למדתי על עצמי בתהליך? מה חשבתי בתחילת הדרך ואיך אני מסתכלת על זה היום? במה אני גאה בעצמי? מה קרה לי רק כתוצאה מהרחבת המודעות? מה השגתי בעבודה קשה?



