



מעש"ה בכיתה: במקום... אומרים...

ארבעת העקרונות של מעש"ה, במילים של כיתה

שם: _____

כיתה: _____

תאריך: _____

מעש"ה בכיתה: מ = מחויבות · **ע** = עידוד לפעילות יעילה · **ש** = שאילת שאלות מעוררות חשיבה · **ה** = הבניית רצף האירועים. ובכל מקרה של פגיעה או סכנה: קוראים מיד למבוגר.

1 מה עושים במקום? כתבו ליד כל תגובה שלא עוזרת את האות של התגובה שעוזרת:

לא עוזר	א ו ת	עוזר
"תירגע!"		א. לרדת לגובה העיניים: "אני כאן איתך, את/ה לא לבד"
"איך את/ה מרגיש/ה?"		ב. "נשמעה אזעקה, נכנסנו בצורה מסודרת למרחב המוגן, ועכשיו אנחנו כאן — האירוע הסתיים"
לעמוד מעל התלמיד ולדבר מלמעלה		ג. "תעזור/י לי לחלק את הדפים לטור"
לא להסביר מה קרה אחרי האזעקה		ד. "באיזה טור את/ה יושב/ת?"

2 כתבו משפט משלכם לכל עיקרון, למצב בכיתה אחרי אזעקה:

מ · מחויבות ניגשים, יורדים לגובה העיניים, ואומרים משפט קצר ומעגן:	
ע · עידוד לפעילות יעילה במקום "תירגע", נותנים משימה פיזית קטנה שקשורה למציאות:	
ש · שאילת שאלות מעוררות חשיבה במקום "איך את/ה מרגיש/ה?", שואלים שאלות עובדתיות:	
ה · הבניית רצף האירועים מחברים את התלמיד לציר הזמן, כדי שהמוח יבין שהסכנה חלפה:	

3 הקיפו את השאלות שמתאימות ברגע החרף:

למה את/ה מפחד/ת?

מה צבע התיק שלך?

מה את/ה מרגיש/ה עכשיו?

כמה ילדים ליד השולחן?

באיזה טור את/ה יושב/ת?

העמקה לחט"ע (י-י"ב) למה שאלה עובדתיות ("מה צבע התיק שלך?") עוזרת ברגע החרף יותר משאלה על רגשות? הסבירו במילים שלכם.
