

לאהוב את עצמך זו התחלה של רומן לכל
החיים(אוסקר ויילד)

שלום לכולם,

ביום שלישי ה-13/2/2018 התקיים פרלמנט בו נטלו חלק תלמידי שכבה ח' הבאים:
ניר ש. נמרוד ש. שיר ר. ליה ר. אילי ג. עידו ג. שי א. גלי מ. תומר ל.

השיח נפתח בתרגיל פתיחה בו כל תלמיד התבקש להתייחס לתמונה/היגד הממחישים
את מצב רוחו היום בבית הספר.

השיח עסק בחיזוקים עצמיים תוך התייחסות לשאלות כגון:

1. באיזו תדירות את/ה נוטים לכעוס על עצמך או להעביר ביקורת?

2. באיזו תדירות את/ה נוטה להחמיא לעצמך?

3. האם קיים הבדל בין הערכה עצמית חיובית(הכרה של האדם בערך עצמו וההתנהגות
הנובעת מכך לשחצנות) הפגנת ביטחון עצמי מוגזם שאינו תואם את המציאות)?
התלמידים התייחסו בין היתר לפרשנויות השונות של בני האדם.

4. מדוע לתת לעצמי חיזוקים?

התלמידים התבקשו לכתוב שלושה הישגים מהחודש האחרון. בשיח התייחסו
התלמידים להישגים משמעותיים עבורם גם אם לכאורה בעבור האחר הישג נתפס
כמזערי. בנוסף, צפינו בסרט " לשחק על המים" המבטא תחושת מסוגלות, דבקות
במטרה, שאיפה להישגיים ועוד.

ברצוני להודות לכל התלמידים שנטלו חלק בפרלמנט. גילו עניין וסקרנות. הקשיבו לחבריהם
וניהלו שיח פתוח ומפריח.

בברכה,
תמר דוד
מנהלת בית הספר