

# שאלון לבדיקה עצמית - ניהול שיח בין אישי

## בעלת תפקיד - חברה בצוות

### שאלון רפלקטיבי למוביל השיח:

האם הבהרתי למורה את מטרת השיח?

האם הגדרתי את הזמן המתוכנן?

האם הצלחתי לייצר אווירה נעימה בשיחה?

האם הצלחתי להימנע מלבצע פעולות אחרות פרט לשיחה?

האם האזנתי בתשומת-לב לדברי המורה?

האם השתמשתי כראוי במיומנויות האמפתיה, השיקוף והפרפרזה?

האם עודדתי את המורה לדבר על עצמו/ה?

האם נמנעתי מעודף דיבור?

האם שאלתי את המורה שאלות מכוונות?

האם נמנעתי משיפוט?

האם נתתי לו/ה את ההזדמנות לשטוח לפניי את הסוגיות שאיתן הוא/ היא מתמודדים ,

דרכי ההתמודדות ולפרוק את רגשותיו/ה וחוויותיו/יה?

האם סיימתי את הראיון בנימה נעימה ופראקטיבית?

האם עמדתי בגבולות הזמן שהקצבתי לשיחה?

האם השגתי את מטרת השיחה?

מה למדתי חדש על המורה?

האם יש משהו שכדאי לשתף אחרים?

אילו קשרים זיהיתי בין דברי המורה לדברים אחרים ששמעתי?

כדאי לעשות חיבורים ביניהם/ן?

האם נדרשת שיחה נוספת?

האם המורה צריכה את תמיכתי ו/או את תמיכת חברות הצוות?

האם היא יכולה לסייע/ לתמוך באחרות ע"י שיתוף החוויות שלה?