

1. IPR – Interpersonal Process Recall

Prof. Norman I. Kagan
(1931-1994)

תרגום ועיבוד לעברית : ד"ר הניה שנון-קליין (בעבר: קייגן (קליין))

Copyright 2008



IPR

- שיטה ללימוד תקשורת בין אנשים. זו שיטת ראיון ודיבוב ייחודיים שניתן ליישמה למצבים שונים כולל מצבי לחץ ומשבר
- היא גם תיאוריה ומודל מחקרי, וכן כלי הוראתי בתחום התקשורת הבינאישית. פותח בשנת 1962 ונמצא בשימוש עד היום
- הכלי בוחן רגישויות בינאישיות, תוך שימוש בוידאו והעלאת שאלות לא מפרשות/ביקורתיות
- פיתוח סקלת ה- Kagan's Affective Sensitivity Scale (KASS)
- מאפשר לברר תחושות ומחשבות שאדם חווה בתהליך, באמצעות היזכרות RECALL הנעשית על-ידי צפייה חוזרת בוידאו או האזנה חוזרת לרשמקול.

3. עקרונות רעיוניים

- זיקה ביולוגית-פסיכולוגית לקהילה האנושית
- זיקה אבולוציונית – הישרדות – חלק מקהילה
- אלטרואיזם – הדחף לעזור לאחר במצוקה גם כן אבולוציוני



4. מה מונע קיום העקרונות?

• 4 פחדים נלמדים:

1. אם לא אהיה זהיר – יפגעו בי

2. אם לא אהיה זהיר – אפגע באחר

3. אם לא אזהר – האחר 'יבלע' אותי – אאבד את

עצמאותי

4. אם לא אזהר – אני 'אבלע' / אנצל את האחר

דינמיקת הימשכות/התקרבות לאנשים והתרחקות/פחד

מקירבה



5. תהליך ההכשרה של IPR

- כשמתרגלים את השיטה, **עובדים על אירועים אמיתיים** שמביאים הלומדים ולא משחקי תפקידים. חשוב לזכור, שמדובר **בשיטה נוספת** לרפרטואר המיומנויות הקיימות של הלומדים. האווירה בעת הראיון היא מתוך **שתוף פעולה** **והדדיות**, ולא מתוך עליונות או סמכותיות



6. סוגי יחידות ההוראה

- 1. מיומנויות של קשב ותישאל
- 2. *Affect Simulation* - סימולציה רגשית / זיהוי רגישויות-יתר בינאישיות
- 3. הקלטה של שיחה ותישאל פרטני וזוגי על ידי מתשאל



7. סוגי השאלות בתהליך התישואול

Elements of Facilitating Communication

(Unit B)

• 1. *Exploratory Response* – גישוש

• 2. *Listening Response* – קשב

• 3. *Affect Recognition Response* – זיהוי רגשות

• 4. *Meta-Communication Recognition Response* – זיהוי תקשורת-על

המתשאל הוא מסייע (FACILITATOR) – לא שופט/מעביר
בקורת/נותן פרשנות



8. זיהוי רגישויות-יתר בינאישיות

Affect Simulation (Unit C)

מטרות:

- לעורר את המודעות העצמית ל"אלרגיות" בינאישיות (4 סוגי הפחדים הנלמדים)
- להתגבר על התנגדות לסוגי התנהגות ודפוסי תקשורת מסויימים



9. המתשאל ותהליך ההיזכרות

Interviewer Recall

- תפקיד המתשאל הוא מרכזי
- מסייע לדוברים להיזכר ולגלות מידע הטמון בהם ואולי אינם מודעים לו
- שואל שאלות גישוש, חקר והעמקה – המתשאל כתלמיד סקרן ולא כפטרון, מורה סמכותי, מעמת, מבקר או מפרש
- מאפשר למידה, מסייע
- אינו צריך לשמוע או להבין תוכן השיחה או שפתה
- מתשאל לגבי התהליך ולא התוכן
- שליטה בידי הדוברים אך המתשאל יכול להחזיר הדוברים לנאמר בטייפרקורדר



10. תהליך התירגול

- 1. ההקלטה:
- זוג תלמידים (הדוברים) / 'מטופל' ו'מטפל' א' ו-ב') משוחח ביניהם ומקליט במשך כ-5 עד 10 דקות בעיה אמיתית שמטרידה אחד מהם. הדובר (מטפל או מטופל) מספר והאחר מקשיב בלבד
- תלמיד שלישי (ג') מתמנה להיות המתשאל של דובר א' לדוגמא ולאחר מכן של דובר ב' אם היתה הקלטה של ב'
- המתשאל אינו נוכח בהקלטה
- הדוברים יכולים להתחלף בתפקידיהם (ב' מספר ו-א' מקשיב ומקליט)



11. המשך תירגול

- 2. תהליך ההיזכרות – RECALL
 - א. תישאול / היזכרות יחידים (כל דובר בנפרד) רצוי שיהיה צופה מבחוץ שאינו קשור להקלטה:
- המתשאל אומר לדובר / המתושאל: " נקשיב ביחד לשיחה המוקלטת שלכם. בכל פעם שאתה נזכר במשהו – רגשות, מחשבות, האופן שרצית שיראו אותך, דברים שרצית לומר ולא אמרת, אסטרטגיות בהן רצית להשתמש, כל דבר שאתה יכול לזכור – עצור את הטייפ ואני אעזור לך לגלות יותר דברים על כך."



12. המשך תירגול

עקרונות תישאול זהים לגבי כל המתושאלים

• 3. בסיום התישאול:

המתשאול פונה לצופה ושואל אותו: "מה ראית?"

הצופה נותן משוב קצר למתשאול (לא יותר מ-5 דקות)

משך תהליך התישאול של יחיד, הוא כ- 40 דקות



13. תהליך היזכרות הדדית

Mutual Recall

ניתן לערוך תשאול הדדי בלבד ולוותר על התשאול הפרטני

- **המטרה:** לגלות את תקשורת-העל (meta-communication)
- **התהליך:** שני הדוברים (מטפל ומטופל) נמצאים ביחד עם המתשאול. כל אחד מן הדוברים רשאי להפעיל / לעצור את הטייפ כאשר אחד מהם נזכר במשהו. תפקיד המתשאול מצטמצם. גם שלב זה אורך כ-40 דקות.
- אם יש **שתיקה**, המתשאול יכול להעיר: "נשמעו דברים מעניינים" או לצאת מן החדר על מנת לאפשר שיחה בין השניים ואז לחזור לחדר ולהמשיך תשאול
- אם הדוברים 'נסחפים' תפקיד המתשאול להחזיר לטייפ – ל'כאן ועכשו'

