

# שאלון לפגישה הראשונה

בני נוער גילאי 12-18

תאריך \_\_\_\_\_

כיתה \_\_\_\_\_

גיל \_\_\_\_\_

שם \_\_\_\_\_

**כמה מילים לפני שמתחילים:** מה שתכתוב/י כאן הוא שלך. אני קורא/ת את זה כדי להכיר אותך טוב יותר – לא כדי לשפוט. אין תשובות נכונות. אפשר לדלג על שאלה שלא מרגישה נוחה ולדבר עליה בפגישה.

## הוראות

- כתוב/י בכמה מילים – לא צריך חיבור
- אפשר לענות בשאלה שלא בטוח/ה – "לא יודע/ת" זו תשובה לגיטימית
- מה שתגיד/י לא יועבר להורים ללא הסכמתך, למעט מצבי סכנה

## פתיחה

1 מי הביא אותך לכאן, ואיך הרגשת בקשר לזה?

הורים הביאו  רציית לבוא  קצת מהשניים  לא ממש בחרתי

2 האם ידעת מה זה מטפל/ת לפני שהגעת? יש לך ציפיות מהפגישה?

3 יש משהו שאתה/את מקווה שנדבר עליו, ומשהו שאתה/את פחות רוצה לגעת בו?

## חיים יומיום

4 מי הכי קרוב אלייך בחיים – אחד שאתה/את סומך/ת עליו?

5 איך זה בבית?

טוב  סבבה  תלוי ביום  קשה

6 איך זה בבית-הספר? (חברתית, לימודית)

בסדר  לימודים קשים  חברתית קשה  לא אוהב/ת ללכת

7 יש חברים טובים? אחד שאתה/את באמת יכול/ה לדבר איתו?

## מה קשה כרגע

8 מה הנושא שהכי מעסיק אותך עכשיו – גם אם זה נשמע קטן?

9 יש משהו שקשה לך לדבר עליו עם ההורים שלך?

---

---

10 כשמשהו קשה – מה אתה/את בדרך כלל עושה?

מתבודד/ת  מחפש/ת מישהו  יוצא/ת מהבית  מסיח/ה דעת (יוטיוב, גיימינג)  אחר: \_\_\_\_\_

#### שאלה אחת חשובה

זו שאלה שאני שואל/ת את כולם – לא בגלל שחושד/ת במשהו. ממש אפשר לענות בכנות.

11 יש מחשבות שמפחידות אותך – על עצמך או על אחרים?

לא  לפעמים  כן, ורוצה לדבר על זה

#### מה הייתם רוצים

---

12 מה היית רוצה שישתנה – בחיים שלך, בבית, בבית-ספר?

---

---

13 יש מבוגר אחד שאתה/את סומך/ת עליו? (מורה, קרוב משפחה, מאמן)

---

---

14 מה הכי חשוב לך שאדע עלייך?

---

---

15 יש משהו שאתה/את לא רוצה שאספר להורים שלך?

---

---