

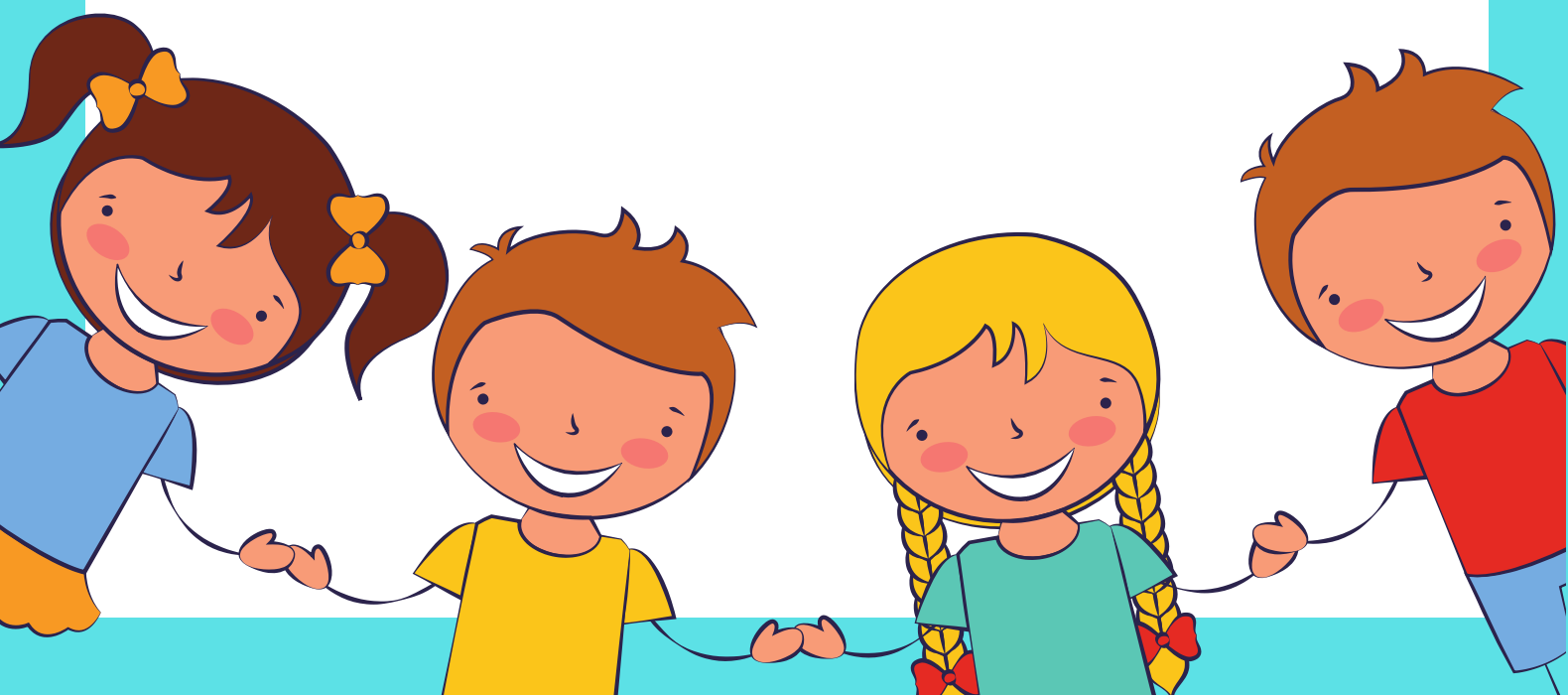


מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף א' לחינוך יסודי

"מתמודדים יחד"

ניצנים

תוכנית הצהרונים הלאומית
משרד החינוך



מידע למובילים

בימים אלו אנו מתמודדים עם מציאות מורכבת.
היכולת לבסס שגרת חירום היא משימה חשובה
למען שמירה על החוסן הלאומי.
מתוך כך, חשוב לנו ליצור עבור התלמידים שגרה
מותאמת למצב שתהווה עבורם עוגן ותעניק להם
מידה של יציבות.



מהו חוסן נפשי?

חוסן נפשי הם אותם משאבים נפשיים חברתיים ,
המסייעים לפרט או לקבוצה להתמודד עם מצבי
לחץ משבר וטראומה.

על הפעילות החינוכית להיות מותאמת למציאות
הנוכחית וחשוב לנו לטפח תחושת שייכות ותמיכה
לצד חיזוק החוסן ועידוד לעשייה, תפקוד ופעלתנות.
במפגש זה אנו מציעים לשוחח עם התלמידים
באמצעות כלי שנקרא א.א.א.

א=אינפורמציה=מידע א-אורור רגשות א-ארגון
מידע מחדש

כלי זה מטרתו לתת לילד מרחב בטוח ואמין שבו
הוא יקבל מידע וישתף ברגשות ומחשבות.



עזרים:

דפים לבנים, כלי כתיבה כולל טושים וצבעים,
פלסטלינה.

מהלך הפעילות:

תחילה נבקש מהתלמידים לשבת במעגל באופן שבו
רואים אחד את השני.

ישיבה במעגל תתרום לתחושת שייכות וביטחון.

נפתח בשאלה: מי יודע מה קורה היום במדינה

שלנו? מה אתם יודעים? מה שמעתם?

נקשיב ברגישות לתשובות התלמידים.

חשוב למקד בתיאור של האירוע במילים פשוטות

ומובנות. לא להגיע לתיאור פלסטי ומזעזעז אלא

תיאור תמציתי ומובן לפי רמת הגיל והיכולת הנפשית.





משפטים לעזר:

*מדינת ישראל נלחמת באויבים שרוצים לעשות רע לאנשים שגרים בארץ. אנחנו עכשיו נלחמים בהם כדי להגן על עצמנו. למדינת ישראל צבא חזק ואנחנו ננצח.

*אנשים רעים נכנסו למקום שאנשים גרים. זה משהו שכמעט אף פעם לא קורה כי יש גדר ושומרים.

*אזעקה - רעש חזק עם צליל מיוחד שמסמן לנו שעכשיו צריך ללכת יחד לממ"ד או למרחב מוגן.

*טילים/רקטות - האויבים של ישראל לפעמים שולחים לכאן דברים שנקראים טילים או רקטות. יש לנו "כיפת ברזל" שהורסת את הטילים האלה כדי שלא ייפלו עלינו.

*שבויים/חטופים-אנשים שנמצאים בינתיים בידי האויבים/המחבלים. אנחנו מנסים להחדיר אותם הביתה.

אזור רגשות.

נשאל את התלמידים:

איך את/ה מרגיש בימים האלו?

נזמין את התלמידים לשתף ולבטא רגשות במספר דרכים. כל תלמיד/ה על פי בחירתו - במילים, בציור או בהכנת יצירה מפלסטלינה.

ישנן מגוון אפשרויות:

הכנת פיה שנותנת כח, ציור של מלאך, חיילים וכדומה. אמרו לתלמידים: אתם מוזמנים לקחת את הדמות הביתה ובכל פעם שתרגישו פחד או חשש תוכלו להסתכל עליה ולגעת בה או לחילופין ניתן להכין קיר או מרחב שבה נתלה או נניח את הדמות שנותנת לנו כח. חשוב לומר שיש לנו המון כח. כל תוצר מתקבל. אין נכון או לא נכון.



מה יכול לעזור לכם?

ארגון המידע מחדש.

עלינו לעזור לעצמנו ולילדים להחזיר את תחושת
ההבנה והשליטה במה שהולך לקרות מעכשיו.
להסביר לתלמידים מה הולך לקרות היום ובזמן
הקרוב.

נסכם עם התלמידים :

אנחנו יחד!



ואנחנו ננצח!

לכל אחד מאיתנו יש כוחות להתמודד עם מצבים
מיוחדים.

חשוב מאוד! שימו לב להתנהגות שלנו ושל ילדנו
בימים הקרובים.

אם רואים סימני מצוקה או לחץ יוצאי דופן כדאי
להתייעץ עם איש מקצוע.

שיהיו בשורות טובות!