



אגף תכנים, תוכניות,  
הכשרה והשתלמויות

# לקראת סוף השנה הפעלות בנושא פרידה

הצעות כיצד לעבד בקבוצות וביחידים

את תהליך הפרידה.



# הצעה מס' 1 - קוצים ושושנים

רצוי לערוך פרידה מסודרת והדרגתית, שתאפשר מתן ביטוי לרגשות ולמחשבות שונים המתלווים לפרידה, כמו: עצב, כעס (גלוי או סמוי), ורגשות קבלה וסיפוק. ולסיכום, פרידה "מעובדת" תשאיר טעם טוב מן הקשר, מן הפעילות ומן הפרידה עצמה אצל כל המעורבים בה.

## מטרות:

- להעלות למודעות את החוויות הטובות והנעימות שחוו התלמידים בבית הספר, לצד התסכולים והכעסים, ולברר מהי הצידה לדרך שלוקחים הבוגרים בסיום פרק זה בחייהם.
- לפתח רגישות לתגובות, למעשים ולאמירות שעלולים לפגוע במורים ובתלמידים במסגרת אירועי הפרידה.

**עזרים:** "עלי כותרת" ו"קוצים" כמספר המשתתפים, כלי כתיבה, סלוטייפ.

**הכנה:** גוזרים "עלי כותרת" מבריסטול ורוד ומעוינים מבריסטול לבן או צהוב.

## מהלך הפעילות

### שלב א' - אישי

כל משתתף יקבל "עלה כותרת" (ורוד) ו"קוץ" (צהוב).

כל משתתף יכתוב על "עלה הכותרת" דברים טובים שהוא זוכר משנות הלימודים בבית הספר ויכתוב על ה"קוץ" דברים שתסכלו אותו, הכעיסו אותו, או גרמו לו עוגמת נפש.

אין לכתוב שמות על ה"עלים" וה"קוצים".



## שלב ב' - במליאה

המנחה מבקש מן המשתתפים להניח על רצפת החדר או להדביק על הלוח את העלים – בצורת פרח – בצורת קוץ.

המנחה קורא בקול את הכתוב על עלי הכותרת של "הפרחים" ועל חודי "הקוצים" (ניתן לקרוא קודם את הכתוב על הפרחים ולאחר מכן ועל הקוצים, או לסירוגין "עלה" של פרח ו"חוד" של קוץ). המשתתפים יכולים להתייחס לנאמר ולהגיב עליו בזמן הקריאה.

### שאלות לדיון:

- מה היה קל יותר למצוא, "קוצים" או "שושנים"? מדוע?
- מה נראה לכם שתזכרו בעוד חמש או עשר שנים מחוויות השהייה בבית הספר?
- איזו צידה לדרך אתם לוקחים אתכם מתקופת בית הספר?
- אילו קוצים ואילו שושנים הייתם משלבים באירועי הפרידה?
- האם חשוב לתכנן את אירועי הפרידה מבית הספר? נמקו.
- מי צריך להשתתף בתכנון אירועי הפרידה?
- במה ובמי צריך להתחשב כאשר מתכננים את אירועי הפרידה? מי עלול להיפגע?
- כיצד אתם מציעים לתכנן את אירועי הפרידה מבית הספר שלכם?



## הצעה מס' 2 - שיחה חופשית וסיפור

### מטרות:

- לעורר מודעות למצב של פרידה ולרגשות השונים הכרוכים בה.
- לחזק את רצונם של התלמידים לטפל בנושא.

### מהלך ההפעלה:

**שלב א'** - מבקשים מכל תלמיד להיזכר בפרידה שהתרחשה בחייו, ועל כל שהיה סביבה (רגשות, סגנון הפרידה, ממי נפרד וכו'). לאחר מכן מבקשים מכל תלמיד, בסבב, לספר את תיאור הפרידה.

**שלב ב'** - שוחחו על הנושא לפי השאלות הבאות:

- אילו רגשות היו כרוכים בפרידה?
- האם שני הצדדים הנפרדים מרגישים אותו דבר?
- מהן הסיבות לרגשות השונים העולים תוך כדי פרידה?
- איך אפשר להקל על פרידה? האם זה רצוי?
- כשנאלצים להפרד איך אפשר לשמור על קשר? (אם רוצים)?



## הצעה מס' 3 - תמונות מספרות

### מטרות:

- לראות שפרידה נתפסת באופן שונה על ידי כל אחד מאיתנו.
- לראות שאנשים שונים מתמודדים באופן שונה עם מצב של פרידה.

### הכנה:

תמונות המבטאות פרידה (אם נפרדת מילד ההולך לגן, אנשים מנופפים לשלום, חיבוק פרידה וכו').  
דפים וכלי כתיבה.

### מהלך ההפעלה:

נחלק את הקבוצה לצוותים כמספר התמונות. כל צוות יקבל תמונה וכלי כתיבה. על כל צוות לכתוב את סיפור הפרידה המופיעה בתמונה. לאחר זמן מוקצב, או לאחר שרוב הצוותים סיימו לכתוב את הסיפור – נחליף את התמונות בין הצוותים ושוב על כל צוות לכתוב סיפור על תמונה.

לאחר שכל הקבוצות כתבו סיפור על כל תמונה, או לאחר שלכל תמונה סופרו 3 סיפורים, נאסוף את התמונות. נקרין את התמונות וכל צוות יקרא את הסיפור שכתב על התמונה.

### שאלות לדיון:

- באיזו מידה הסיפורים משקפים רגשות שונים?
- מה משמעותה של פרידה עבורנו?
- האם פרידות מאנשים שונים – שונות זו מזו? במה כן ובמה לא?



## הצעה מס' 4 – משחק מעטפות

נכין מספר מעטפות כמספר התלמידים בכתה, ומעטפה נוספת עבור המנחה. על כל מעטפה רושמים אחד המשתתפים. לכל משתתף מספר פתקים ריקים כמספר חברי הקבוצה פחות אחד. כל משתתף כותב על גבי פתק ריק אחד לכל אחד מחבריו לקבוצה, ומכניס את הפתק למעטפה המתאימה. את המעטפה יעביר לחבר שמימינו. אחרי שמילאו את כל המעטפות יניחו אותם במרכז החדר. כל אחד יקח את המעטפה שלו ויקרא מה כתבו עליו.

### אפשרות נוספת:

הפתקים יהיו בצורת פרח, כוכב, נר ועליהם יכתוב כל אחד לחברו ברכה לעתיד, תודה על משהו טוב שעשה, מחמאה וכו'. כל אחד יגיד בקול רם ברכה, מחמאה, דבר טוב לחבר שמימינו.

### אפשרות נוספת:

לכל אחד מהמשתתפים מכינים אלבום פרידה / ספר זכרונות בו כל אחד/ת כותב/ת או מצייר/ת משהו כמזכרת לחברים בקבוצה.



## הצעה מספר 5 - בדרך אל "ספר המחזור"

עיבוד נכון של תחושות לקראת הפרידה נעשה באמצעות פעילויות, המונחות על ידי הצוות החינוכי של בית הספר. בפעולות אלה מעלים למודעות את מגוון הרגשות המלווים את תהליך הפרידה. אחד התוצרים המוכרים של תהליך הפרידה הוא "ספר מחזור", בו מתעדים התלמידים חוויות שיש להם מתקופת לימודיהם וכותבים מילות פרידה לכל תלמיד ולכל מורה. מומלץ ללוות את כתיבת "ספר המחזור" בתהליך של בירור. בירור כזה, כאשר הוא נעשה בליווי מתאים, מאפשר לכל תלמיד לבחון את רגשותיו בנוגע לפרידה מבית הספר, מן החברים ומן הצוות החינוכי. כמו כן, נדרש התלמיד לברר עם עצמו כיצד הוא רוצה להיות מוצג בספר המחזור, כתלמיד בבית הספר וכחבר בכיתה, מהם הקווים שאפיינו אותו ואיך חשוב לו שיזכרו אותו. מן הראוי שהמורים המלווים את יצירת הספר יוודאו שמורים או תלמידים לא ייפגעו מן הכתוב בספר. יש לתת לכל אחד לראות את מה שכתבו אודותיו ולהציע שינוי במידת הצורך.



## הצעה מספר 6 - טקס הסיום

טקס הסיום הבית ספרי אמור להיות שיאו של התהליך החינוכי העוסק בנושא הפרידה, ולכן רצוי לשתף בו תלמידים משלב התכנון ועד שלב הביצוע. על נציגות התלמידים להיות שותפה פעילה בדיונים על שיקולים תוכניים ועל שיקולים כספיים ואף להשפיע על היבטים שונים של הטקס. לטקס זה יש מספר מאפיינים המייחדים אותו מאירועים בית ספריים אחרים. לטקס הסיום יש קוד לבוש מוגדר (תלמידים מתבקשים בדרך כלל להגיע בחולצה לבנה), נוכחים בו אנשים רבים בנוסף לתלמידי בית הספר: מורי בית הספר, הורי התלמידים ובני משפחותיהם, הנהלת בית הספר, בעלי תפקידים ברשות המקומית, אורחים ומכובדים רבים. מאפיינים רשמיים נוספים הם דגלי הלאום, נאומים, חלוקת תעודות הוקרה ושירת ההמנון. בתכנון טקס כזה יש לברר את עלויות הטקס אל מול יכולות ההורים, מקום הטקס, צורת הלבוש, אופי הכיבוד ועוד.

במקביל לשיתוף התלמידים בתכנון הטקס, יש בתי ספר המאפשרים לתלמידי המחזור המסיים להפיק גם אירוע או "הפנינג" פרידה מבית הספר, שיתקיים ללא הורים וללא אורחים ומכובדים אחרים, ויאפשר לתלמידי המחזור להביע באופן משוחרר – אך מבוקר – את רגשותיהם. במסגרת ההכנות לאירוע זה, יש לברר מראש בשיחה עם התלמידים את הגבולות הנורמטיביים להתנהגות ב "הפנינג" ולהדגיש כי חריגה מגבולות אלה עלולה לגרום לתגובה חמורה ולענישה.

