



בִּי לֹא יִטָּשׁ ה' עַמּוֹ, וְנִחַלְתּוּ לֹא יַעֲזֹב:
תהלים צד, יד

איצרת לצוותי הצהרונים
בתכנית הצהרונים
האומית "ניצניק"
עס החכרה איואודיק,
אחר הפסקת בש
אחמת חרבות ברזל

צוותי צהרונ יקריס,

עם שובם של צהרונ ניצנים לפעולה אנו פונים אליכם בהערכה רבה על הסבלנות ועל ההתגייסות המחודשת לרווחת התלמידים, ומדגישים את תפקידכם הייחודי בסיוע לתלמידים להסתגל מחדש למסגרת הצהרון.

חשוב לזכור שהחזרה למסגרות החינוכיות הינה מורכבת, ועשויה לעורר שלל של רגשות שלעיתים אף מנוגדים זה לזה.

כך, לצד שמחה על ההזדמנות להיפגש שוב, התלמידים עשויים לחוש גם חרדה ולחץ בשל המצב.

שעות הצהרון מכוונות למתן הפוגה לתלמידים גם בזמנים של שיגרה, ולכן הן כוללות פעילויות חווייתיות ומהנות.

בשל המצב הרגשי המורכב של התלמידים, לאחר ניתוק מהמסגרות הרגילות והחזרה למתכונת שונה, פעילויות אלה חשובות אף יותר.

בפורטל רשויות ובעלויות ובפורטל עובדי הוראה קיים שלל רעיונות לפעולות מסוג זה, תוכלו להיעזר בהן ולהתאימן לימים אלה.

לצד פעילויות בנושאים שונים, חשוב לזכור לקיים שיח רגשי עם התלמידים ולאפשר להם לעבד את החוויות שלהם, וכן לסייע להם להסתגל מחדש למסגרת החינוכית מבחינה רגשית וחברתית. זוהי הזדמנות נפלאה לחזק את הלמידה הרגשית והחברתית.

**בהמשך לתפקידי המנצחות se צוותי הבוקר,
צוות הצהרון יע תפקידי המנצחות
בתמיכה ראשית לתלמידים בימים מורכבים אלה.**

להלן מספר עקרונות לניהול שיח ולקיום עבודה רגשית וחברתית עם התלמידים, עם החזרה לשגרה.

מומלץ כמובן, לייחד כמנן להתייחסות לראות ולביסוס היחסים החברתיים כפי במהלך המשך שנת הלימודים.

מה עוד מומלץ לעשות?



- **לאפשר** לתלמידים לדבר על רגשותיהם, ולגלות סבלנות לקצב האישי של כל אחד מהם.
- **לעודד** את התלמידים לספר מה היה להם קשה בתקופה ששהו בבית וגם ממה נהנו בתקופה זו.
- **להקשיב** לדברים שהתלמידים עצמם מעלים.
- **לענות** בתמציתיות, בכנות ובהתאם לשלב ההתפתחותי של הילדים (לדוגמה, לשאלה: מה התחיל את המלחמה? לענות שכנראה שאנשים רעים נכנסו למקום שאנשים גרים. פרצו את הגדר).
- **להרגיע** (לומר למשל, שמה שחשוב הוא שעכשיו מתגברים על האויב ואיזה כיף שאפשר לחזור לראות זה את זה)
- **להבין** שילדים מביעים לעיתים רגשות סוערים, כגון: כעס, עצב, תסכול, לחץ ואף געגוע, בדרכים שונות, וכי אצל ילדים צעירים, פעמים רבות רגשות אלו מתבטאים בהתפרצויות זעם או לחילופין בהימנעות והסתגרות.
- **להכיל** ולהיות אמפתיים (לדוגמה, כאשר ילדים מביעים צער על כך שחבריהם לא מגיעים לצהרון ואבא לא בבית, להקשיב ולומר שאתם מבינים אותם)
- **לשקף** את הרגשות, כלומר לתת שם לרגש שהילד חווה. לדוגמה: זה בטח מעציב אותך, או: אני יודעת שאת/ה מתגעגע/ת לאבא, או: רואים את ההתרגשות/הכעס שלך

מה מומלץ לעשות?



- **להעצים** את התלמידים, על ידי הכוונתם לזיהוי כוחות וחוזקות (כגון לשאול: מה עוזר לך כשאת עצובה? איך את מתגברת על הכעס? וכדו')
- **להדגיש** את היציב והבטוח (לשאול למשל: מה נשאר אותו הדבר בצהרון? באנשים, בכיתה, בסדר היום?)
- **להיות כנים ואותנטיים אבל** להדגיש את המשמעות החיובית של המתכונת הנוכחית. למשל, במידה ושואלים מתי תגמר המלחמה? לומר שעדיין לא יודעים, אבל אנחנו סבלניים כי הקב"ה שומר, ואנחנו עושים פעולות כדי שהיא תיגמר בטוב.
- **לעודד התנהגות חברתית** ועזרה הדדית (לשאול: למי אתה יכול לעזור היום? או לשחק משחקי חברה המעודדים שיתוף פעולה)
- **להבין שלעיתים** הילדים נמצאים במצב של פחד ודאגה לבני משפחתם. כדאי לנצל את ההזדמנות ולדבר על כך. אפשר להציע לילדים לצייר ציור או להקליט מסר שאפשר יהיה לשלוח, למי שדואגים לו.
- **לאפשר הסחות דעת** על ידי פעילויות הפגתיות עוד רבות מאשר קודם לכן (פעילויות תנועה, שימוש בחומרי אומנות ויצירה מגוונים, פעילויות עם נייר עיתון בתוך גיגיות מים, האזנה למוסיקה מרגיעה ועוד)

ממה להימנע, ומה לא לעשות?

- חשוב **לא להגביר פחדים**, לדוגמה, לא לנדב פרטים מיותרים ועמומים על המלחמה, השבויים, החטופים והנעדרים. (במידה וילדים מעלים אפשרויות אלה, חשוב להקשיב, אך גם לומר בנחישות שנעשות פעולות שמגנות עלינו, ובעז"ה נצליח בהן)
- **לא לבטל רגשות**, לדוגמה: לא לומר: אין ממה לפחד! אלא להיפרך, חשוב דווקא לתת מקום לכל קשת הרגשות ולשקף אותם (ראו בדוגמאות למעלה)
- **לא למהר להציע פתרונות** קסם, אלא לעודד את הילדים לחשוב מה הם יכולים לעשות כדי להתגבר על חשש ממה שיקרה, או כדי להתמודד עם געגוע ללימודים, לחברים...

בהצלחה ובסורות טובות