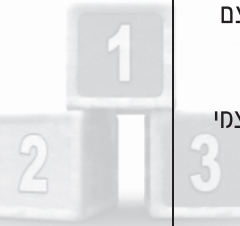


פריסת התכנים על-פי נושאים מתחום ההתפתחות והמניעה⁶

חירום	אלימות מילולית, פיזית ומינית	חומרים פסיכו-אקטיביים	קריירה	למידה	מיניות	חוסן	
מפגש עם זרים	התנהלות במסגרת חוקים וגבולות להתמודד במצבי הצקה אלימות פיתרון סכסוכים ללא אלימות		התמודדות עם שינוי היכרות עם תפקידים שונים הצגת עצמי	למידה של דברים חדשים התמודדות עם קושי		פתרון בעיות - בכוחות עצמי ובסיוע אחרים היכרות עם חברים חדשים התמודדות עם שינוי	א
היכרות עם מצבים מסוכנים: מצבים שבהם אני יכול לסכן את עצמי מצבים שבהם אחרים יכולים לסכן אותי נגיעות מתאימות ונגיעות לא מתאימות היכולת להגיד לא אבחנה בין סוד טוב לבין סוד רע	בין שובבות לאלימות למנוע ולהתמודד עם מצבי אלימות שובבות ואלימות - בשגרה ובכוונה תקשורת מילולית ואלימות, מילים מרגיזות מילים מעליבות מה עושים, כשכופים, נגיעות מתאימות ונגיעות לא מתאימות היכולת להגיד לא	שימוש נכון בחומרים: חומרים מועילים וחומרים מזיקים לגוף שימוש נכון ולא נכון בתרופות	פתרון בעיות וקבלת החלטות חוויית הבחירה וחויית הוויתור שיתוף פעולה	למידה אבחון עצמי: למידות חדשות הצלחות, עמדות כלפי למידה מקורות למידה תפיסות ועמדות כלפי הלמידה עיצוב תפיסות רציונליות של הצלחה, אי-הצלחה, טעות וכד'	מודעות עצמית לגוף ולרגשות: היכרות עם הגוף ועם אברי הגוף תפקידם, גבולותיהם קליטה באמצעות החושים הרפיית הגוף, שמירה על גוף בריא: תזונה ופעילות גופנית שפת הרגשות נגיעות מתאימות ונגיעות לא מתאימות היכולת להגיד לא	מודעות עצמית לגוף ולרגשות: היכרות עם הגוף, אברי הגוף, תפקידם, גבולותיהם קליטה באמצעות החושים הרפיית הגוף שמירה על גוף בריא: תזונה ופעילות גופנית נגיעות מתאימות ונגיעות לא מתאימות היכולת להגיד לא	ב

6 טבלה זו מציגה את התכנים הכלולים בכל אחד מהנושאים על-פי שכבות הגיל.

חירום	אלימות מילולית, פיזית ומינית	חומרים פסיכו-אקטיביים	קריירה	למידה	מיניות	חוסן	ג
<p>ארגז כלים להתמודדות עם בעיות</p>	<p>היכרות עם העולם הרגשי עם השפה הרגשית</p> <p>כיצד מתמודדים עם רגשות שונים</p> <p>אבחנה בין רגש, מחשבה התנהגות</p> <p>לשחק לפי כללים וחוקים משחקים מסוכנים</p> <p>ארגז כלים להתמודדות עם בעיות</p> <p>תקשורת לא אלימה</p> <p>היכרות עם התפיסה וצמח המודל – "שפת הגירף" ו"שפת התן"</p> <p>העשרת אוצר המילים הרגשי</p> <p>זיהוי הצרכים ומתן ביטוי להם</p> <p>גישור באמצעות "שפת הגירף"</p>	<p>חומרים מסוכנים</p> <p>היכרות עם חומרים מסוכנים המזיקים לגוף</p> <p>עישון כפוי, חומרים נדיפים מסוכנים שיש בבית</p>	<p>להיות עצמאי יותר</p> <p>בניית מפת סימנים לעצמאות: המלצה הכוונה, אזהרה</p> <p>ארגז כלים להתמודדות עם בעיות בחירת חוגים התמודדות עם לחץ של ריבוי מטלות בחירה והתארגנות במטלות השונות</p> <p>לבחור משחק בקבוצה</p>	<p>חיזוק ערך עצמי</p> <p>ערעור תפיסות לא רציונליות על "להיות מושלם"</p> <p>התמודדות עם לחץ של ריבוי מטלות בחירה והתארגנות במטלות השונות</p>	<p>היכרות עם העולם הרגשי עם השפה הרגשית</p> <p>כיצד מתמודדים עם רגשות שונים</p> <p>חיזוק ערך עצמי</p> <p>בנים ובנות על מגרש המשחקים</p>	<p>התמודדות עם לחץ של ריבוי מטלות בחירה והתארגנות במטלות השונות</p> <p>ארגז כלים להתמודדות עם בעיות</p>	

חירום	אלימות, מילולית, פיזית ומינית	חומרים פסיכו-אקטיביים	קריירה	למידה	מיניות	חוסן
<p>התמודדות עם מצב לחץ</p> <p>הכרה ואימון במודל התמודדות: זיהוי ואיתור מקור הלחץ</p> <p>התבוננות פנימית: הקשבה לגוף לתחושות למחשבות לרגשות</p> <p>דיבור פנימי חיובי סגנונות התמודדות זמניות האירוע מקורות סיוע</p>	<p>בריונות והצקות</p> <p>התוקף הנתקף, העומד מהצד - ניתוח אירועים אפס סובלנות לאלימות, התמודדות עם הצקות האינטרנט</p> <p>שמירה על המרחב האישי ועל גופי - אסרטיביות</p> <p>חיזוק האסרטיביות בשמירה על המרחב האישי, על הגוף, על זכויות</p> <p>סודות - מה אסור לשמור בלב</p> <p>דחייה חברתית</p> <p>התמודדות עם מצבים של דחייה</p> <p>אבחנה בין להיות לבד לבין להיות בודד</p>	<p>התמודדות עם מצב לחץ</p> <p>הכרה ואימון במודל התמודדות: זיהוי ואיתור מקור הלחץ</p> <p>התבוננות פנימית: הקשבה לגוף לתחושות לרגשות</p> <p>דיבור פנימי חיובי סגנונות התמודדות זמניות האירוע מקורות סיוע</p> <p>התמודדות עם בעיות בחברות ומציאת פתרונות</p> <p>דחייה חברתית</p> <p>התמודדות עם מצבים של דחייה, אבחנה בין להיות לבד לבין להיות בודד</p>	<p>פעילות גומלין בקבוצה: עבודת צוות התחלקות במשאב משותף</p> <p>תפקידים בקבוצה כבולמי תקשורת</p> <p>מיקוד שליטה ולמידה</p> <p>ייחוסים אישיים להצלחה ולכישלון</p> <p>קשרי גומלין בין השקעה לתוצאה</p> <p>הנעה פנימית ולמידה חוזה למידה</p> <p>ייחוסים אישיים להצלחה ולכישלון</p> <p>קשרי גומלין בין השקעה לתוצאה</p>	<p>למידה מיקוד שליטה ולמידה</p> <p>ייחוסים אישיים להצלחה ולכישלון</p> <p>קשרי גומלין בין השקעה לתוצאה</p> <p>הנעה פנימית ולמידה חוזה למידה</p>	<p>בנים בנות</p> <p>מגדר, סטריאוטיפים</p> <p>חיזוק האסרטיביות בשמירה על המרחב האישי, על הגוף, על זכויות</p> <p>קשרי גומלין בין השקעה לתוצאה</p> <p>הנעה פנימית ולמידה חוזה למידה</p>	<p>התמודדות עם מצב לחץ</p> <p>הכרה ואימון במודל התמודדות: זיהוי ואיתור מקור הלחץ התבוננות פנימית: הקשבה לגוף לתחושות למחשבות לרגשות</p> <p>דיבור פנימי חיובי סגנונות התמודדות זמניות האירוע מקורות סיוע</p> <p>התמודדות עם בעיות בחברות ומציאת פתרונות</p> <p>דחייה חברתית</p> <p>התמודדות עם מצבים של דחייה, אבחנה בין להיות לבד לבין להיות בודד</p> <p>חיזוק האסרטיביות לצורך שמירה על המרחב האישי, על הגוף, על זכויות</p> <p>סודות - מה אסור לשמור בלב</p>

חירום	אלימות, מילולית, פיזית ומינית	חומרים פסיכו-אקטיביים	קריירה	למידה	מיניות	חוסן	ה
<p>פתרון בעיות וקבלת החלטות</p> <p>גורמים המשפיעים על תהליך קבלת החלטות</p> <p>סגנון ההחלטה שלי</p> <p>מודל קבלת החלטות</p> <p>הגמשת החשיבה בתהליך פתרון בעיות</p>	<p>התמודדות עם כעס ועם תסכול</p> <p>התמודדות עם קונפליקטים בין-אישיים</p> <p>אימון בהקשבה אמפתיה</p> <p>התמודדות עם כעס</p> <p>חלופות להתמודדות עם הקונפליקט</p> <p>סכסוכים בחברות</p> <p>אינטרנט וחברות</p> <p>מצבים המזמנים קבלת החלטות:</p>	<p>מסיבות –</p> <p>לקראת מסיבה</p> <p>- כישורים ודילמות</p> <p>הכנת רשימת מוזמנים למסיבה</p> <p>להיות מקובל - יתרונות וחסרונות</p> <p>נאמנות לעצמי או לחבורה</p> <p>התמודדות עם לחץ חברתי</p> <p>השערות וצובדות על שתיית אלכוהול</p> <p>כשהעניינים מסתבכים מה עושים</p> <p>מקורות תמיכה</p> <p>פתרון בעיות וקבלת החלטות</p> <p>מודל קבלת החלטות,</p> <p>מצבים המזמנים קבלת החלטות</p> <p>תקשורת אסרטיבית בין חברים</p> <p>חברות במצבי מצוקה</p> <p>התמודדות עם קונפליקטים בין-אישיים</p> <p>אימון בהקשבה אמפתיה</p> <p>התמודדות עם כעס</p> <p>חלופות להתמודדות עם הקונפליקט</p>	<p>ניהול עצמי בתפקידים שונים</p> <p>פתרון בעיות וקבלת החלטות</p> <p>גורמים המשפיעים על תהליך קבלת החלטות</p> <p>סגנון ההחלטה שלי</p> <p>מודל קבלת החלטות</p> <p>הגמשת החשיבה בתהליך פתרון בעיות</p> <p>אימון בתהליך קבלת החלטות בקבוצה</p>	<p>פיתוח חשיבה חיובית</p> <p>הגמשת החשיבה בתהליך פתרון בעיות</p> <p>אימון בתהליך קבלת החלטות בקבוצה</p>	<p>חברות</p> <p>דרכים ליצירת חברות</p> <p>תקשורת אסרטיבית בין חברים</p> <p>חברות במצבי מצוקה</p> <p>סכסוכים בחברות</p> <p>התמודדות עם קונפליקטים בין-אישיים</p> <p>אימון בהקשבה אמפתיה</p> <p>דילמות בחברות</p>	<p>התמודדות עם כעס ועם תסכול</p> <p>פיתוח חשיבה חיובית</p> <p>מקורות תמיכה</p> <p>הגמשת החשיבה בתהליך פתרון בעיות</p> <p>התמודדות עם קונפליקטים בין-אישיים</p> <p>אימון בהקשבה אמפתיה</p> <p>התמודדות עם כעס</p> <p>חלופות להתמודדות עם הקונפליקט</p>	

חירום	אלימות, מילולית, פיזית ומינית	חומרים פסיכו-אקטיביים	קריירה	למידה	מיניות	חוסן
	<p>שייכות לקבוצה</p> <p>קונפורמיות מול עמידה על עקרונותיי</p> <p>התמודדות עם לחץ קבוצתי</p> <p>שיח מוגן</p> <p>לשוחח על נושאים קונפליקטואליים להכיר את הסיפור האישי שביסוד כל קונפליקט</p> <p>חיפוש נקודות מוצא ייחודיות לסיפור הדומיננטי של הקונפליקט</p> <p>הטרדה מינית</p> <p>כן- לא; מותר- אסור</p> <p>הטרדה מינית – בירור עמדות. גרפיטי ברשת. נורמות וגבולות בהקשר להטרדה מינית</p>	<p>עישון סיגריות</p> <p>מרכז למידה, לנשום אוויר בריא</p> <p>לעשן או לא לעשן? מבחר שקופיות</p> <p>שאלון מידע בלי לחץ</p> <p>מה מסתתר מאחורי הפרסומת שואפים ליצור</p> <p>השתייכות לקבוצה,</p> <p>להיות שייך לקבוצה</p> <p>קונפורמיות מול עמידה על עקרונותיי</p> <p>התמודדות עם לחץ קבוצתי</p> <p>מעברים</p> <p>מה קורה לנו בתהליך של שינוי</p> <p>פתרון בעיות במעבר</p>	<p>להיות שייך לקבוצה</p> <p>שייכות בו-זמנית לכמה קבוצות</p> <p>השתייכות קונפורמיות מול עמידה על עקרונותיי, התמודדות עם לחץ קבוצתי</p> <p>מעברים</p> <p>מה קורה לנו בתהליך של שינוי?</p> <p>איך מתכוננים לשינוי, למעבר לחטיבה?</p> <p>התמודדות עם השינוי;</p> <p>פרידה והתחלה</p> <p>פתרון בעיות במעבר</p>	<p>איך מתכוננים לשינוי, למעבר לחטיבה?</p>	<p>התבגרות</p> <p>התפתחות גופנית דימוי גוף היגינה מצבי רוח מקורות מידע – ופורנוגרפיה</p> <p>אני ומשפחתי</p> <p>"מפת" המשפחה שלי</p> <p>תפקידים במשפחה</p> <p>יחסי הורים מתבגרים</p> <p>חברות בין המינים</p> <p>כל ההתחלות קשות בחירת חבר וציפיות מקשר עליות ומורדות בחברות</p> <p>תקשורת בין-אישית בקשר</p> <p>סדרך לדיאלוג בריא ופתרון קונפליקטים בעזרת דו-שיח מובנה</p> <p>פרידה וסיום קשר</p> <p>הטרדה מינית</p> <p>כן – לא, מותר – אסור</p> <p>הטרדה מינית – בירור עמדות. גרפיטי ברשת. נורמות וגבולות בהקשר להטרדה מינית</p>	<p>מעברים</p> <p>מה קורה לנו בתהליך של שינוי? איך מתכוננים לשינוי, למעבר לחטיבה?</p> <p>פרידה והתחלה</p> <p>פתרון בעיות במעבר</p>

חירום	אלימות, מילולית, פיזית ומינית	חומרים פסיכו-אקטיביים	קריירה	למידה	מיניות	חוסן	
	<p>בריונות והצקה</p> <p>בריונות והצקה - שמועות ורכילות</p> <p>קוד שתיקה - מודעות למחיר, כיצד פורצים את קוד השתיקה</p> <p>הטרדה מינית</p> <p>חקירת התנהגויות של הטרדה מינית האם זו הטרדה מינית - ניתוח אירועים, רואים ועוברים - עדים להטרדה מינית</p> <p>יצירת דיאלוג במצבי קונפליקט</p> <p>סיפורי חיים - סיפורים תרבותיים שורשיים שמהם אנו שואבים כוח</p> <p>כיצד יוצרים סרחב סוגן?</p> <p>שאלת שאלות מתוך עמדה של התעניינות וסקרנות</p> <p>נקודות אור - חיפוש היוצא מן הכלל, החיובי והמצעים בסיפור קונפליקט</p>	<p>עישון, נרגילות, חומרים נדיפים</p> <p>במה מתלבטים מתבגרים</p> <p>עמדות ורגשות כלפי עישון מידע על נרגילות</p> <p>זהירות רעל</p> <p>התבגרות עצמאות ואחריות חיים בקבוצה חברתית</p> <p>השפעה ומנהיגות עמידה בלחץ קבוצתי</p>	<p>הצגת עצמי, המעבר כהזדמנות לשמר ולשפר מצב לימודי חברתי</p>	<p>הצגת עצמי המעבר כהזדמנות לשמר ולשפר מצב לימודי</p> <p>למידה</p> <p>להכיר את התנאים שבהם אני לומד במיטבי</p> <p>למידה מחוויית של הצלחה לשאת באחריות ללמידה שלי ולייצג את עצמי</p> <p>מבחנים עלינו - להתמודד עם חרדת מבחנים</p> <p>הצלחה וכישלון בתהליך הלמידה</p>	<p>התבגרות - עצמאות</p> <p>קטנים - גדולים, עצמאות/ אחריות</p> <p>הטרדה מינית</p> <p>חקירת התנהגויות של הטרדה מינית האם זו הטרדה מינית-ניתוח אירועים. רואים ועוברים - עדים להטרדה מינית</p>	<p>התמודדות הערכה ומשוב</p> <p>הצלחה וכישלון</p>	ז

חירום	אלימות, מילולית, פיזית ומינית	חומרים פסיכו-אקטיביים	קריירה	למידה	מיניות	חוסן	ח
	<p>ניהול עצמי במצבי מצוקה</p> <p>היכרות עם מהותם של מצבי מצוקה</p> <p>זיהוי דפוסי התמודדות</p> <p>מחיר לבקשת עזרה ורווח ממנה</p> <p>פיתוח רגישות למצוקת האחר</p>	<p>סיכוי וסיכון</p> <p>גלישה בטוחה – גלישה מסוכנת</p> <p>הימורים</p> <p>מי, מה ולמה מהמרים</p> <p>דילמות בנושא</p> <p>מסיבות -אלכוהול</p> <p>אני, החברים ואלכוהול</p> <p>לשתות או לא לשתות</p> <p>עמק סי האש</p> <p>מידע – עובדות מול דעות</p> <p>ניהול עצמי במצוקה</p> <p>היכרות עם מהותם של מצבי מצוקה</p> <p>זיהוי דפוסי התמודדות</p> <p>מחיר לבקשת עזרה ורווח ממנה</p> <p>פיתוח רגישות למצוקת האחר</p>			<p>התבגרות - דימוי גוף</p> <p>כיצד נוצר דימוי גוף, איך חווים אותו</p> <p>פרסומת, מדיה והשפעתם על דימוי הגוף.</p> <p>סטריאוטיפים מיניים – לחץ חברתי,</p> <p>מה בשליטה ומה לא בשליטה</p> <p>חברות ותקשורת בין המינים</p> <p>משמעות החברות</p> <p>אהבה, קשר, חיזור</p> <p>התמודדות עם פרידה וסיומ קשר זוגי</p> <p>בני נוער ומשפחות י-חסים בראי התקשורת</p> <p>הסתכלות ביקורתית על דמויות של בני נוער,</p> <p>על יחסים במשפחות כפי שהם משתקפים בתקשורת, בטלנובלות וכד'</p> <p>פורנוגרפיה ותכנים בלתי ראויים ברשת</p> <p>הבחנה בין דמיון ומציאות בסרטים</p> <p>הבחנה בין קשר זוגי אינטימי לבין סרטי פורנו</p> <p>פיתוח חשיבה ביקורתית כלפי תעשיית הפורנו והאתרים השונים ברשת</p>	<p>ניהול עצמי במצבי מצוקה</p> <p>היכרות עם מהותם של מצבי מצוקה</p> <p>זיהוי דפוסי התמודדות</p> <p>מחיר לבקשת עזרה ורווח ממנה</p> <p>פיתוח רגישות למצוקת האחר</p>	

חירום	אלימות, מילולית, פיזית ומינית	חומרים פסיכו-אקטיביים	קריירה	למידה	מיניות	חוסן	ט
	<p>אימון בניהול רגשות התמודדות עם כעס ותסכול</p> <p>ממיניות לפגיעה מינית אחריות או הלשנה</p>	<p>מסיבות, סגנונות בילוי, סמים כל החברה הגדולים כולם פיתוי ובחירה גבולות הקניית מידע סמים ואינטרנט ששת השלבים אחריות או הלשנה</p> <p>המלצה: להזמין הרצאת מידע על סמים ועל החוק</p>	<p>הצבת תשתית לעתיד – מקצועות לימוד בחטיבה עליונה</p> <p>הצבת מטרות אתגור</p>	<p>למידה הצבת תשתית לעתיד – מקצועות לימוד בחטיבה עליונה</p> <p>הצבת מטרות אתגור</p>	<p>זהות ונטייה מינית היחס שלי לזהות מינית המזו-לסבית "עושים סדר בבלגן" – הקניית ידע בתחום זהות מינית ומגדרית</p> <p>ממיניות לפגיעה מינית איך יודעים מה נכון בחיזור וביצירת קשר? קשר מיני – באיזה מחיר? מהן עבירות ח"ן?</p> <p>נגיף האיידס נגיף האיידס – מה זה נוגע לנו? איידס מה זה אומר לי? נקודות לשיקול דעת ולחשיבה הקניית ידע על הנגיף ועל דרכי הידבקות, מניעה וטיפול</p>	<p>אימון בניהול רגשות התמודדות עם כעס ועם תסכול</p> <p>פיתוח חוסן משאבי ההתמודדות שלי</p> <p>משהו שמח שיקרה לי בקשר עם אדם משמעותי דיכאון (ואושר)</p> <p>התמודדות עם קשיים במשפחה</p> <p>"לחשוב מותר לעשות אסור" – דיון על מחשבות ועל התנהגות אובדנית</p> <p>יש אוזן קשבת</p>	