

בוא איתי לאחר כך  
בוא עכשיו  
נעך לאי שם  
אתה ואני יחדיו  
שלומית כהן אסיף



מנהל פדגוגי  
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי

## מרחב התחברות



### פעולות ליצירת מרחב התאקלמות רגיש ומאפשר

(ל) **שוב**. ברוך **שובכם** לבית הספר, לצוות. כמה טוב וכה **חשוב** להיות ביחד **שוב**.

חווית החזרה נחווית אחרת עבור כל אחד ואחת, תלמיד ואיש צוות, ואין לדעת לכמה זמן ולאיזה תהליך זקוק כל אחד. לצד החזרה לתפקוד נשתדל לאפשר לתלמידים **'מרחב התחברות'** – שלב מעברי, שלב ביניים שמסייע לשוב לתפקוד באופן הדרגתי. כיצד נאפשר השבה לתפקוד? נושית לתלמידים יד וניצור עבורם מרחב בו יוכלו להיזכר בכוחותיהם ולהתחבר אליהם, לחזור בהדרגה לתפקידים קודמים, להתנסות ולבחור מחדש. מרחב של הכלה בו כל אחד ידע שמותר להתנסות ואף לטעות בידיעה שהוא נמצא במרחב בו יש מי שרואה אותו, שומר עליו ודואג לו.

**'מרחב התחברות'** יתאפשר בעזרת יצירת הזדמנויות למגוון פעילויות משחק, יצירתיות והתנסות שבעזרתן כל אחד יוכל להשיב לעצמו, בדרכו ובקצב שלו, את תחושת השייכות ואת האמון בשגרה, ויחד, כולם ישובו ללמוד כקבוצת שייכות, תוך הכרה משותפת בכאב אך גם בכוח להתמודד ובתקווה. מרחב בו יוכלו לשהות, להתארגן מחדש, להתחבר לעצמם, לדמיין, לחלום, ליצור ולאפשר להם את התהליך ההדרגתי שנדרש לכל אחד ואחת כדי להרגיש את החיבור בין האתמול להיום ולמחר.

ב'**מרחב ההתחברות'** נאפשר לתלמידים עיסוק מאוזן בשלושת מרחבי הזמן שנוכחים בתהליך החזרה:

**עתיד**  
עידוד התפתחות וצמיחה

**הווה**  
יצירת רציפויות וחיבור מחדש

**עבר**  
מתן מקום לקשיים ולאובדן

שהות ב'**מרחב התחברות'** תעזור לכם ולתלמידים להיות בתהליך של התרגלות ולדעת שזה בסדר להרגיש קצת "בדרך". דרך שמשרטטת עבורם רציפות – "שוב!", דרך שעוזרת להתחבר לכוחות, להרגלים ולכלים שהיו להם בעבר ואחרים שנרכשו ופותחו בתקופה האחרונה (תפקיד קודם שהיה לי, למה הייתי רוצה לחזור שוב? דברים חדשים, ודברים שאשמח לא לחזור אליהם) מרחב שמעביר מסר שהחזרה היא צומת דרכים שמאפשרת לנו לבחור היכן לשמור על הרציפות והיכן לבחור בשינוי.

כדי לפעול בחופשיות ב'**מרחב ההתחברות'** התלמידים צריכים לחוש מוגנים להרגיש שיש מישהו שרואה אותם, לדעת שהם מוקפים חברים ושיש אתכם – הצוות המבוגרים המשמעותיים עבורם ושמתפקידכם לשמור עליהם.

בוא איתי לאחר כך

בוא עכשיו

נעך לאי שם

אתה ואני יחדיו

שלומית כהן אסיף

## פעולות שבכוחן לאפשר 'מרחב התחברות' עבור הצוות החינוכי או התלמידים:

ישיבה במעגל שמאפשר לראות זה את זה ולדעת שגם אותי רואים.

הזדמנויות לשיח קבוצתי שמאפשר לשתף, להקשיב ולהתחבר מחדש. שיתוף שמעניק הזדמנות להתבטא ולדעת ששומעים אותך, אך גם מאפשר לשתוק ועדיין לדעת ששומעים את שתיקתך ושרואים אותך.

פעילויות חברתיות קבועות ומבני שיח רגשי ושיתוף קבועים (טקסים) שמאפשרים ודאות ואשר מעניקים חוויית יציבות שבתוכה אפשר לשקוע במחשבות, להפליג בדמיון, לחלום קצת.

פעילויות שמעודדות להיות בממשק חברתי ובינאישי – שיח, למידה שיתופית, משימות חברתיות משותפות, משחקים.

פעילויות משחקיות שמאפשרות שחרור, נגיעה, השלכה.

פעילויות שמזמינות לדמיון ולחלום.

פעילויות יצירתיות שמאפשרות הבעה אישית באופן שאינו מילולי (ציור, כיוור, שירה, תנועה)

פעילויות שמאפשרות חיבור לחוויה באמצעות מפגש עם סיפורת, שירה, טקסטים של השראה, תפילה.

פעילויות שמאפשרות להיות בקשב פנימי (יוגה, קשיבות, הקשבה, הרפיה)

פעילויות שמזמנות פעלנות, חיוניות, יצירה, עשייה

פעילויות שמעוררות הנאה ושמחה

פעילויות שמאפשרות להיות בהקשבה לסביבה

פעילויות שמאפשרות חיבור לתחומי העניין, לנטיות הלב, למקומות בהם חשים יכולת וחוזקה