



משרד החינוך
מנהל פדגוגי
אגף בכיר שירות
פסיכולוגי ייעוצי



מלווים את התלמידים שמפונים מביתם: פרידה מתלמיד ומשפחה אשר עוזבים את הכיתה



מתוך המלחמה, הפינוי מהבית וההתמודדות עם אירועים קשים הגיעו התלמיד ומשפחתו לכתובת מוגנת. שם, כחלק מהניסיון לבנות שגרה משפחתית מותאמת למצב החירום, השתלב התלמיד בבית ספר חלופי. בתי הספר שקלטו וקולטים תלמידים שפונו מביתם מודעים מראש לעובדה שההתערבות החינוכית שמתקיימת עם אותם תלמידים היא **זמנית וקצרת מועד** ותפקידה לעזור לתלמידים ולמשפחה לבסס לעצמם מרחב בטוח ומוגן בו יוכלו להתמקם, לחוש מוגנים ושייכים ולתפקד ככל הניתן באווירה של שלומות ותקווה.

התלמיד המפונה ומשפחתו נמצאים כל הזמן "בדרך מביתם לביתם" וכל התערבות חינוכית שנעשית עמם צריכה לקחת בחשבון את הבית אותו עזבו בחטף ומתוך כורח, "הבית" בו הם גרים כעת באופן זמני, והבית אליו הם שואפים לשוב או להגיע, בכפוף לנסיבות ולבחירתם.

תלמיד שמשפחתו עוזבת את הכתובת הזמנית בה היא גרה, עוזב **גם** את הכיתה בה השתלב. תהליך הפרידה מהכיתה הוא שינוי אחד מיני רבים שהתלמיד עובר וחשוב לתמוך בו ולעזור לו להתמודד עמו. באמצעות עיבוד הפרידה, תשומת הלב לפרידה והיכולת לשלוט במהלך הפרידה זוכים התלמיד ומשפחתו לחוויה מתקנת של הפרידה מביתם בצל המלחמה. בעזרת תהליך הפרידה התלמיד יוצר לעצמו רצף תפקודי בין נקודת המוצא, התהליך שעבר, סיום וסיכום והכנה לקראת ההמשך. פרידה שמאפשרת לתלמיד לזהות חוזקות אישיות שהוא גילה בהסתגלות הנוכחית, ובהשראתן לגייס משאבי תקווה ואמונה בכוחותיו להתמודד עם העתיד לבוא.

יהיו תלמידים שיתקשו לקיים תהליכי פרידה עם כל הכיתה, וחשוב לכבד זאת. עבור אותם תלמידים נקיים תהליכי פרידה עדינים ומותאמים (כגון מפגש פרידה משותף רק מורה, הורים תלמיד; שיחת פרידה רק עם חבר או שניים מהכיתה או הזמנת ההורים לכיתה לשיחת הפרידה). **יחד עם ההורים נתכנן את התהליך ברגישות ובאופן מותאם לתלמיד אך מבלי להתעלם מהשינוי ומהפרידה שהוא חווה.** גם פרידה קטנה היא פרידה.

בתהליכי הפרידה חשוב לקחת בחשבון את תלמידי הכיתה שחווים תהליכי היכרות ופרידה תכופים. וככל שהדבר ניתן, חשוב לאפשר גם לכיתה להיות חלק מתהליך פרידה מודע, מדובר ומצמיח.

להלן לקט הצעות לפעילויות לקראת פרידה – אין צורך לקיים את כולן, חשוב לבחור במה שמתאים לתלמיד המסוים, ברגישות ובמידה שנכונות לו ולמשפחתו.

לקט פעילויות פרידה לבחירתך המורה

1 שיחה עם הורי התלמיד: נפנה להורים לקבלת תמונת מצב, נתעניין בשלומם ובאופן בו הם מתמודדים עם המעבר המחודש ונשתף אותם בתהליך הפרידה מילדם.

קלפי שיח לקראת פרידה

2 שיחה אישית עם התלמיד: נזמין את התלמיד לספר ולשתף על הפרידה הצפויה, "אני מבינה שבקרוב תעזוב את הכיתה ותעבור למקום חדש. חשוב לי ללוות אותך בתהליך הפרידה ובתהליך ההכנה להמשך. מה חשוב לך לספר לי?" לאורך השיח נאפשר לתלמיד להתבטא באופן ובמידה שנכונים לו, במידת הצורך נשאל שאלות התעניינות.

פאזל רגשות לקראת פרידה

3 עיבוד רגשי של המעבר הצפוי: נתעניין ברגשות, בתחושות ובעמדה של התלמיד לגבי הפרידה, "אילו רגשות או מחשבות הפרידה הצפויה מעוררת בך?" נקשיב ונביע הבנה ותוקף למגע הרגשות והתחושות שיתאר.

רשימת הישגים שלי

4 זיהוי צמיחה אישית: נזמין את התלמיד להתבונן אחורה ולזהות התפתחות אישית (גם מתוך המורכבות) "מאז שהגעת הכרת חברים ומורים, השתלבת בלימודים, במשחקים, בהפסקות, שיתפת והשתתפת בשיחות ורכשת לעצמך חברים וחברות. אני רוצה לומר לך – כל הכבוד על כך. בנוסף, אני מזמינה אותך לומר "כל הכבוד לי!" על מה תרצה לומר לעצמך "כל הכבוד לי?" נתפעל מהכוחות שהתלמיד יתאר. מתוך דבריו נשקף לו את החוזקות והכוחות שהוא הפגין ונתאר אותם כיכולות שיעזרו לו מעכשיו בכל התחלה חדשה.

מנסחים יחד מילות פרידה

5 יצירת ודאות בתהליך הסיום והפרידה באמצעות תכנון משותף של שלבי הפרידה: נאפשר לתלמיד לתכנן את תהליך הפרידה ולהתכונן אליו מספר ימים לפני הפרידה. במידה שמדובר בפרידה מהיום להיום, עדיין חשוב ליצור לאורך היום תהליך שיאפשר פרידה בשלבים (בשונה מהפרידה בחטף שחוה עת נעקרו מביתם): "חשוב לכולנו להיפרד ממך באופן חגיגי ומסודר, הכי חשוב לנו שזה יתבצע בדרך שנכונה לך. מתי ואיך תרצה שנשתף את כל הכיתה? האם יש ילד או ילדה שתרצה לשתף אותם לפני כולם? ממי עוד תרצה להיפרד? צוות, תלמידים מכיתות אחרות.

יוצרים ספר זיכרונות

6 הודעה מראש על הפרידה והכנה משותפת לקראתה הן עם התלמיד העוזב והן עם החברים: הכנת ספר זיכרונות, כתיבת מכתבי פרידה, צילום תמונה משותפת.

תכנון מפגש פרידה

7 מפגש פרידה בכיתה או בגן בו יוכלו התלמיד וחבריו לבטא את עצמם ולהיפרד באופן גלוי, מודע ומדובר.

פעילות להכרת הטוב

8 הזדמנות להכיר בטוב ולהוקיר, להודות לזולת משמעותי: במפגש הפרידה ולאחריו נבדוק עם התלמיד למי ירצה לומר "תודה" ובמידה שירצה נעזור לו להודות לחברים או לאנשי צוות בכתב או בעל פה.

פעילות אחד שיודע! אחת שיודעת!

9 הכנה מודעת ומעשית לקראת ההתחלה החדשה: באם ניתן, חשוב יהיה למצוא זמן להתכונן למעבר, לנסות להיזכר יחד בפעולות שהתלמיד נקט בכניסתו למרכז שלנו ושעזרו לו להסתגל

קלפי שיח לקראת פרידה

במידה שנרגיש שלתלמיד קשה לתאר במילים את המעבר נוכל להניח על השולחן את תמונות המזוודות ובתוכן השאלות ונשאל את התלמיד על איזו מהשאלות יש לו תשובה והוא רוצה לשתף בה.



פאזל רגשות לקראת פרידה

במידה שנרגיש שלתלמיד קשה לתאר במילים את רגשותיו או תחושותיו לגבי הפרידה והמעבר הצפויים, אפשר להניח על השולחן את פאזל הרגשות והוא יוכל לבחור מתוכם רגשות או תחושות עמם הוא מזדהה:



רשימת ההישגים שלי

במידה שנרגיש שלתלמיד קשה לזהות מקומות בהם צבר הצלחות או השיג הישגים נוכל להציע לו למלא יחד את רשימת ההישגים שלי:

כשלמדתי במרכז החינוכי היו לי הצלחות והישגים:

עניין אותי ללמוד

הכרתי חברות וחברים, במיוחד את

בהפסקות שיחקתי ונהניתי במיוחד מ

התגברתי על בעיות, למשל

עזרתי לחבר או חברה, למשל

קיבלתי מחמאות ממורים, למשל

קיבלתי מחמאות מהמשפחה, למשל

מנסחים יחד מילות פרידה

במידה שנרגיש שחשוב לעזור לתלמיד להתכונן לשיחה בה יודיע לחברי הכיתה שהוא נפרד מהכיתה נוכל לעזור לו לחשוב מה ירצה לומר לחבריו או למורים בעזרת שניים שלושה היגדים שהוא יבחר וינסח מראש.

חשוב לי לשתף אתכם ולספר לכם שאני עוזב את הכיתה

יש לי הודעה חשובה – אני ומשפחתי עוברים לגור במקום אחר ולכן אני עוזב את הכיתה.

תקשיבו, בעוד כמה ימים אני כבר לא אלמד אתכם באותה כיתה.

רציתי לומר לכם שאני _____ ו _____.

עצוב לי להיפרד מכם כי _____

אני שמח לקראת המעבר כי _____

רציתי לומר לכם תודה ש _____

תמיד אזכור את _____

לא מיד הצלחתי להתרגל לכיתה כי _____

בסוף הצלחתי להתרגל לכיתה בזכות _____

אני סומך על עצמי ש _____

אני קצת דואג ש _____

אתם חברים _____

אתם כיתה _____

אשמח לשמור על קשר

אשמח אם תבואו לבקר אותי

אשמח אם תזמינו אותי לבקר אתכם



יוצרים ספר זכרונות

על מנת לאפשר לתלמיד להיפרד עם מזכרת אפשר לכוון מחברת בעזרת העטיפה הנמצאת בעמודים הבאים. התלמיד יוכל לעבור בין חבריו לכיתה ובין חברי הצוות ולקבל מהם איחולים וברכות. לחילופין, אם אנחנו חשים שהמהלך מורכב מדי עבור התלמיד אפשר להעביר אנחנו את המחברת עבורו כדי שיקבלה כמוצר מוגמר.





ספר הזיכרונות של

שמחנו ללמוד אתך וללמד אותך
שמחנו להכיר אותך
שמחנו להיות חברים וחברות שלך
אנו מאחלים לך בהצלחה
ובטוחים שיהיה לך פשוט נפלא!

באהבה ובגעגוע
מהתלמידים
והמורים

הצעה למבנה מפגש פרידה

נתכנן יחד עם התלמיד את מפגש הפרידה כדי שירגיש שיש לו בחירה, יכולת לנהל את התהליך ולשלוט בו. נשאל את התלמיד: **לפניך שלבים שאפשר לכלול במפגש הפרידה, מה תרצה שיהיה בו?**

☐ התלמידים יוכלו לקבל רשות דיבור כדי לאחל לי איחולי הצלחה

☐ התלמידים יוכלו לקבל רשות דיבור כדי לספר לי על זיכרונות טובים שיש להם מהזמן שלמדנו יחד

☐ אני אומר לתלמידים תודה ואספר להם על זיכרון טוב שיש לי מהזמן שלמדנו יחד.

☐ נשחק משחק

☐ נשיר שיר

☐ אביא כיבוד

☐ נשב בחוץ

☐ נשב בכיתה

☐ נזמין עוד מורים מהצוות

☐ נזמין אח או אחות שלי שלומדים באותו בית ספר

☐ נעשה את זה בהתחלת יום

☐ נעשה את זה בסוף יום

☐ נעשה את זה שיעור שלם

☐ נעשה את זה בהתחלת שיעור או בסוף שיעור

הערה: במידה שהתלמיד לא ירצה מפגש פרידה, גם עת נציע לו לבוא עם אחד מהאחים או ההורים כדי לומר שלום, נכבד זאת. אם זה יתאפשר, נקיים מפגש פרידה אישי רק אתנו – בו נעניק לו מזכרת מחבריו לכיתה. במקביל נקיים תהליך פרידה עם הכיתה, נשתף במעבר, נסכם את תהליכי החיברות וקבלת הפנים שהם יישמו ונאפשר גם להם לעשות סגירה של התקופה.

פעילות להכרת הטוב

נשאל את התלמיד על אילו דברים נוכל לומר תודה? ולמי הוא ירצה לומר תודה. ונעניק לו כרטיסיות תודה כדי שיכתוב בהן.

_____ ל

רציתי לומר לך תודה על ש _____

ממני _____

אם התלמיד יתקשה לחשוב על רעיונות נוכל להציע את הרשימה הבאה:

- « מישהו שלימד אותי משהו
- « מישהו שעזר לי להצליח
- « מישהו שעזר לי
- « מישהו שחייך אלי
- « מישהו ששיחק איתי
- « מישהו שבזכותו היה לי בכיף
- « משהו שהתאמץ בשבילי
- « מישהו שהפתיע אותי
- « משהו שהצחיק אותי
- « מישהו שהרגשתי שאכפת לו ממני

אחד שיודע! אחת שיודעת!

« מה עזר לי להסתגל לכיתה וארצה
לנסות זאת שוב?

« מה כבר גיליתי על המקום בו אלמד?

« מה כבר גיליתי על התלמידים שילמדו איתי?

« מה עדיין איני יודע?

« מה אני רוצה שיהיה שם?

« מה אני רוצה שידעו עלי?

« מה ארצה להזכיר לעצמי בתהליך
ההסתגלות, כדי לחזק את עצמי?

**פעילות זו מיועדת לתלמיד שעדיין לא שב לביתו
אלא שוב עובר עם משפחתו לכתובת זמנית
ולבית ספר חדש.**

נזמין את התלמיד להתעניין במקום החדש אליו הוא
עובר, ננסה להיזכר יחד בפעולות שהוא נקט אשר
שעזרו לו להסתגל לכיתה שלנו, ונחשוב כיצד פעולות
אלו יוכלו לסייע לו גם בהמשך