



משרד החינוך  
המנהל הפדגוגי  
האגף לחינוך יסודי

# מקדמים שייכות ולכידות

## מונעים חרם והדרה

אזרת מספר 5 - לוד אפר"ת

## מבוא

○ חרם: מצב ממושך ומאורגן שבו הילד מוחרם באופן עקבי ומכוון על ידי הקבוצה. מצב זה דורש התערבות משמעותית מצד צוות החינוך. ( הצעה לטיפול בחרם)

אחת המטרות בתוכנית האסטרטגית של מערכת החינוך לשנת תשפ"ה היא חיזוק השייכות והלכידות, בין היתר, באמצעות הפחתת אירועי אלימות ומניעת חרמות.

המחלקה "לחינוך לחיים בחברה" שבאגף לחינוך יסודי ומרכז פסג"ה לוד פיתחו והפיקו עבורכם מגוון יחידות המדגימות פרקטיקות לפעילות ולשיח בהיבטים רגשיים-חברתיים שיישלו אליוכם במהלך השנה.

הפרקטיקות המגוונות נועדו לסייע בקידום השיח הרגשי-חברתי-ערכי בנושא מניעת חרמות והבניית הכיתה כקבוצה אכפתית ומכילה.

תמצאו בהן הזמנה לבירור עמדות, שאילת שאלות והזמנה ליישום. היחידות בנויות ככרטיסייה המאפשרת עבודה במליאה בהנחיית המורה או עבודה בזוגות או בקבוצות.

יש להפעיל שיקול דעת בהתאמת היחידות ללומדים, תוך התייחסות לגיל, למאפייני הלומדים וליחסים בקבוצה, וכן להיות ערים להשלכות האפשריות של השיח על תחושותיהם האישיות של התלמידים. מומלץ להיערך מראש לשאלות או לרגשות שעשויים לעלות ולוודא שהשיח מתקיים באווירה מכילה ובטוחה.

יחד ניצור אקלים בטוח.  
בברכה,

**אורית צאירי**

ממונה על החינוך החברתי-ערכי  
באגף לחינוך יסודי

**ד"ר שרון רחמים**

מנהלת פסג"ה לוד

### רכזות חברתיות וצוותי חינוך יקרים,

במצבים של חרם מתרחשים דחייה או נידוי המאורגנים ומתוכננים על ידי קבוצה, כלפי חבר אחד או יותר. החרם החברתי בא לידי ביטוי גם בהימנעות מקשר לעיתים עד כדי פגיעה בכבוד האדם.

כדי להתמודד עם תופעות אלו, חשוב להבין שני היבטים מרכזיים:

#### 1. הרובד הגלוי והסמוי:

בכל כיתה יש דינמיקות חברתיות גלויות וסמויות המשפיעות על תחושת השייכות של התלמידים. בעוד שדחייה חברתית גלויה, כמו אמירות מפורשות או אי-הזמנה לפעילות, קלה יותר לזיהוי, הדחייה הסמויה – תחושות של בידוד או הדרה שאינן נאמרות בקול, קשה יותר לזיהוי אך מורגש עמוק בלב התלמידים. כמורים, יש לנו תפקיד מכריע בזיהוי ובמניעת מצבים אלו. מחקרים מראים שלמורים יש יכולת לזהות קבלה ודחייה גלויה בכיתה, אך לעיתים נתקלים בקושי לזהות את התלמידים החווים דחייה סמויה. מטרת המערך היא להעניק כלים לתלמידים כדי למנוע את הדינמיקות הללו וכדי לפעול ליצירת סביבה כיתתית מכילה ומחזקת.

#### 2. ההבדל בין סוגי דחייה:

○ אפיזודה (אירוע) של דחייה: אירוע קצר וחולף שאינו משקף דינמיקה קבועה או נידוי מתמשך. באמצעות פרשנות נכונה והכוונה, ניתן לעזור לתלמיד להבין שמדובר בחלק טבעי מהחיים החברתיים, לחזק את תחושת הביטחון שלו, לעודד אותו להמשיך ליזום קשרים חברתיים ולמנוע כניסה למעגל של הימנעות, תסכול או כעס.

# מודל אפר"ת

## אירוע

עובדות  
מה קרה?



## פרשנות

מה אני חושב/ת על  
האירוע? האם יכולות להיות  
נקודות מבט נוספות?

## רגש



איך אני מרגיש/ה?

## תגובה



איך אני מגיב/ה?

קישור לדף  
עבודה

מודל אפר"ת הינו מודל להבנת התנהגות והסברים לתגובות השונות שפותח ע"י אלברט אליס, פסיכולוג יהודי אמריקאי.

לדבריו (2004), התגובות שלנו מושפעות מהפרשנות הרגשית שאנו נותנים לאירוע מסוים ויש אפשרות לשנות/למתן/לשלוט בתגובות ההתנהגויות אם נבין את הקשר בין התגובה לפרשנות.

**בחרו את אחד האירועים שלפניכם והציעו פרשנויות אפשריות לאירוע מנקודות מבט שונות**

נכנסתי לחדר  
וכולם  
השתתקו

3

שני חברים  
מתלחששים  
לידי

2

חבר עבר  
לידי ולא אמר  
לי שלום

1

הזמנתי חברה  
לבא איתי  
לסרט והיא  
אמרה שהיא  
לא יכולה

6

לא ענו לי  
בקבוצת  
הוואטסאפ

5

נבחרתי  
אחרון  
למשחק  
הכדורגל

4

## שאלות לדיון:

- מה דעתכם על כל אחת מההתנהגויות בהיגדים השונים?
- האם נתקלתם בסיטואציות דומות? כיצד פעלתם?
- האם יש משהו משותף לכל ההיגדים? מהו?

ניתן להשתמש בכרטיסיות כשאלות שיח במליאה או לגזור אותן ולהשתמש באופנים הבאים:

- חלוקה לקבוצות - כל קבוצה מקבלת כרטיס אחר, מביעה את דעתה ומשתפת במליאה;
- כל קבוצה מקבלת את כל הכרטיסים ומנהלת שיח קבוצתי;
- משחק קוביה - מטילים קוביה בקבוצה קטנה ועונים על השאלה שמספרה כמספר הנקודות על הקוביה;
- משימת כתיבה - כל תלמיד בוחר שאלה ועונה עליה בכתיבה.

## מודל אפר"ת

בחרו אחד מהאירועים שלפניכם [אם תרצו, בחרו אירוע מחיי הכיתה ובית הספר]  
ונתחו אותו על פי מודל אפר"ת. הציעו לפחות 2 פרשנויות אפשריות לאירוע.

### אירוע

עובדות  
מה קרה?



### פרשנות

מה אני חושב/ת על  
האירוע? האם יכולות להיות  
נקודות מבט נוספות?

### רגש



איך אני מרגיש/ה?

### תגובה



איך אני מגיב/ה?

## מודל אפר"ת

בחרו אחד מהאירועים שלפניכם [אם תרצו, בחרו אירוע מחיי הכיתה ובית הספר]  
ונתחו אותו על פי מודל אפר"ת. הציעו לפחות 2 פרשנויות אפשריות לאירוע.

### אירוע

עובדות  
מה קרה?



### פרשנות

מה אני חושב/ת על  
האירוע? האם יכולות להיות  
נקודות מבט נוספות?

### רגש



איך אני מרגיש/ה?

### תגובה



איך אני מגיב/ה?

# מוקד "קול לכולם"

מוקד חדש למניעת דחייה חברתית ואכזר

"קול לכולם" (6312\*) - מוקד טלפוני ייעודי למניעת דחייה חברתית וחרם. המוקד מספק מענה מקצועי ורגיש, יציע תמיכה לתלמידים, הורים ואנשי חינוך, ויהווה רשת ביטחון עבור כל פונה. המוקד מאויש על ידי מומחי השירות הפסיכולוגי-ייעוצי של משרד החינוך. המוקד מופעל על ידי אנשי מקצוע מהשירות הפסיכולוגי-ייעוצי של משרד החינוך. במקרים רלוונטיים, יועבר הטיפול לצוותים החינוכיים בליווי אישי ומקצועי, תוך שיתוף פעולה עם גורמים רלוונטיים בבתי הספר ובמחוזות.

## פרטי המוקד:

המוקד "קול לכולם" יחל לפעול החל ביום ראשון ה-5 בינואר 2025 במספר 6312\*

## שעות הפעילות:

ימים א'-ה' - 08:00-20:00

ימי שישי - 08:00-14:00



# תכנים נוספים

מפתח ה"ב  
שייכות

סרטוני  
מפתח ה"ב

דחיה חברתית  
פסג"ה לוד

# ועוד הצעות

ס  
הכיתה  
כקבוצה  
חברתית  
עמותת קדמה

ס  
משחקים  
לגיבוש כיתה  
ויצירת לכידות  
חברתית

ס  
דחיה  
חברתית  
סדנה לחדר מורים

ס  
סובלנות  
וקבלת האחר

ס  
חרם  
ההפסקה הגדולה  
סרטון

ס  
אופק ראשון  
יחידת לימוד  
בעקבות הדלקת  
המשואה של  
אופק

ס  
חרם חברתי  
בין הצלצולים

ס  
15 סרטונים  
שיוכלו למנוע את  
החרם הבא  
הגיע זמן חינוך