



חוברת כיס למורה אקלים חינוכי

הילד איננו חינוכי מיטב
וכרואותאיים לניהול שיה אישי,
שיה משמעת וצוד

פתיחה

התלמיד שווה את רוב שעות יומו בבית הספר, ולכן סביבה חינוכית זו מהווה סוכן חברות מרכזי המשפיע על גיבוש אישיותו. במהלך שהותו הוא פוגש מגוון אנשים - בני כיתתו, תלמידים אחרים, מורים ואנשי צוות - במגעים תכופים יותר או פחות, אך כולם יחד משפיעים על תחושותיו ועל תפיסתו את ערכו העצמי.

בחוברת זו נציג את כלל היגדי האקלים כפי שהופיעו בראמ"ה תשפ"ה בתחום אקלים חינוכי ומיומנויות רגשיות-חברתיות. ההיכרות של צוותי החינוך עם ההיגדים והמדדים הנבחרים חיונית, שכן היא מאפשרת לפעול במודעות ובמכוונות לשיפור מתמיד של האקלים הבית-ספרי.

לצד כל היגד אנו מצרפים רקע לנושא, הצעות לשיח עם התלמידים ותיווך לפעולות יומיומיות - כגון פעילויות גיבוש, שיחות אישיות או הדרכות - הממחישים את משמעות ההיגדים והופכים אותם לחלק מחוויית הלמידה. בנוסף מוצעות פעולות יישומיות לצוותי החינוך לשילוב ההיגדים בשיח הכיתתי ובקישור לתהליכי ההוראה, כך שהערכים והפעולות יתורגמו לחוויה ממשית של אקלים חיובי ומיטבי.

רבות מהפעולות החינוכיות והלימודיות מתקיימות באופן שוטף, אולם תלמידים אינם תמיד מקשרים ביניהן לבין ההיגדים. שימוש עקבי בהיגדים ותיוכם על ידי המורים יסייע לתלמידים להבין את משמעותם, להפנים את ערכם ולחבר בין הפעולות החינוכיות לבין עקרונות האקלים המיטבי.

בסוף החוברת מופיעה הפניה לאתר דרכא קונקט, המציע מגוון כלים, עזרים ומערכי שיעור לפיתוח אקלים חינוכי חיובי. אנו מאמינים כי בית ספר שבו שורר אקלים מיטבי הוא מוסד חינוכי המאפשר לתלמידיו למצות את הפוטנציאל שלהם, מטפח ערכים של כבוד, סובלנות ורגישות לשונה, ומכשיר אותם לשיתוף פעולה, תקשורת בין-אישית יעילה וליכולת למידה והתפתחות מיטבית - כל זאת תוך מענה לצרכים הבסיסיים והעמוקים של כל תלמיד ותלמידה.

בברכת הצלחה,
רשת דרכא



תוכן החוברת

- פרק א': היגדי אקלים ודגשים - אקלים חינוכי**
- 5 תחושת שייכות
- 6 יחסי מורים ותלמידים
- 8 מוגנות תלמידים
- 10 מאמצים למניעת אלימות
- 12 פגיעת מורים בתלמידים
- 14
- פרק ב': היגדי אקלים ודגשים - מיומנויות רגשיות חברתיות**
- 17 התנהלות חברתית
- 18 מודעות חברתית
- 20 מעורבות חברתית של תלמידים
- 22 טיפוח תחושת מסוגלות
- 24
- פרק ג': היגדי אקלים ודגשים - פדגוגיה מקדמת**
- 27 יכולת עבודה דיגיטלית
- 28 רלוונטיות ההוראה
- 30
- פרק ד': קישורים לעזרים וכלים בתחום אח"מ**
- 32
- פרק ה': פרוטוקולים לניהול שיח אישי, שיחת משמעת ועוד**
- 36

פירק א': היגדי אקלים ורגלים - אקלים חינוכי

אקלים חינוכי מיטבי נשען על תחושת ביטחון, אמון ושייכות של התלמידים למסגרת הבית-ספרית. שייכות מעניקה לתלמידים חוויה של קבלה והשתלבות, בעוד שיחסי מורים ותלמידים המבוססים על הקשבה ואכפתיות מחזקים את הביטחון והמעורבות.

שמירה על מוגנות תלמידים - היעדר פגיעה פיזית, מילולית, חברתית ודיגיטלית - היא תנאי ללמידה משמעותית. לצד זאת, נדרשים בתי הספר להשקיע מאמצים למניעת אלימות ולטפל במהירות בכל אירוע פגיעה. בנוסף, יש להקפיד על הימנעות מפגיעות מצד מורים, שכן שפה פוגענית או יחס לא מכבד מערערים את האמון ומחלישים את האקלים הבית-ספרי.



תחושת שייכות

1. "טוב לי בבית הספר"

2. "בית הספר שלי הוא מקום שנעים לי להיות בו"

3. "אני מרגיש חלק מבית הספר"

רקע

תחושת השייכות של תלמידים היא רגש בסיסי ומהווה מצע ראשוני לצמיחה ולהתפתחות. היא מושפעת במידה רבה מהסביבה הבית-ספרית – עד כמה היא מקבלת, מכבדת ותומכת. תחושת שייכות גבוהה משפרת את התפקוד, המוטיבציה והמעורבות של התלמידים.

שיח עם תלמידים

- אילו רגעים בבית הספר גורמים לכם להרגיש חלק מהמסגרת?
- מתי לאחרונה הרגשתם שטוב לכם כאן, ומה תרם לכך?
- האם יש מקומות או מצבים שבהם הייתם רוצים להרגיש שייכים יותר?

- לקשור פעילויות קיימות לשפה של ההיגדים: "פעילות הגיבוש הוסיפה לכך שטוב לי בבית הספר".
- להדגיש תפקידים של תלמידים במועצת תלמידים: "המועצה נותנת לי תחושה שאני חלק משמעותי מהמסגרת".
- להשתמש בלשון ההיגדים גם בסיכומי שיעורים או אירועים.

הצעות יישומיות למורים ומחנכים

1. לקיים מעגלי שיח על חוויות שייכות והדרה.
2. ליצור "לוח שייכות" שבו תלמידים כותבים מה גורם להם להרגיש חלק מהכיתה.
3. לשלב תפקידי אחריות קטנים לכל תלמיד כדי לחזק את תחושת התרומה למסגרת.
4. לציין הצלחות קטנות של תלמידים באירועים כיתתיים/שכבתיים.
5. לחבר כל פעילות כיתתית או בית־ספרית לשיח על תחושת שייכות.



יחסי מורים ותלמידים

1. אני תמיד יכול לפנות לאחד המורים שלי אם אני רוצה לשוחח על משהו שחשוב לי"

2. "למורים שלי אכפת ממני וממה שקורה לי, ולא רק בנוגע ללימודים"

3. "למחנכ/ת שלי אכפת ממני וממה שקורה לי, ולא רק בנוגע ללימודים"

רקע

יחסי מורים ותלמידים משקפים את עומק הקשר האישי הנוצר בין הצדדים. הדגש הוא על האפשרות של תלמידים לפנות למוריהם בשעת צורך, על תחושת האכפתיות שמעבר להיבטים הלימודיים, ועל מקומו המרכזי של המחנך/ת כמקור תמיכה, הקשבה וליווי אישי. יחסים אלה מהווים בסיס לאמון, להוגנות ולפניות רגשית ללמידה, ומקדמים את ההתפתחות החינוכית, החברתית והרגשית של התלמידים.

שיח עם תלמידים

- מתי הרגשתם שהמורה באמת הקשיב לכם מעבר לנושא לימודי?
- אילו מצבים גורמים לכם לפנות למורה או למחנך, ואיך זה מרגיש?
- מה עוזר לכם לדעת שיש מורים שאכפת להם מכם?

- קשרו פעולות קיימות להיגדים: "בשיחה השבועית אני מקשיבה למה שחשוב לכם, גם מעבר ללימודים".
- הדגישו כמחנכות: "אנחנו כאן בשבילכם גם ברגעים אישיים, לא רק בלימודים".
- השתמשו בלשון ההיגדים כדי להמחיש חיבור: "אנחנו רוצים שתדעו שתמיד תוכלו לפנות אלינו".

הצעות יישומיות למורים ומחנכים

1. לקיים שיחות אישיות מתוכננות עם תלמידים לאורך השנה.
2. להקדיש זמן בשיעור החינוך להקשבה אישית ולשיתוף רגשי.
3. לאותת אכפתיות יומיומית – לשאול "מה שלומך?" גם מעבר להיבט הלימודי.
4. לאפשר ערוץ פנייה פתוח (כגון מייל, פתק או תיבת פניות אישיות).
5. להראות מעשים קטנים שמחזקים אכפתיות – התעניינות, עידוד, אמירה אישית חיובית.



חולצות תלמידים

1. "במהלך השנה מישהו מהתלמידים פגע בי באופן פיזי (למשל נתן לי מכות, סטירות ובעיטות)"

2. "במהלך השנה מישהו מהתלמידים פגע בי ברשתות החברתיות (למשל וואטסאפ, טיקטוק ואינסטגרם)"

3. "במהלך השנה מישהו מהתלמידים פגע בי באופן מילולי (למשל קילל אותי, העליב אותי והפיץ עליי שמועות)"

4. "במהלך השנה הטילו עליי חרם"

5. "במהלך השנה תלמיד אחד או יותר איים שיפגע בי (בבית הספר או אחרי הלימודים)"

רקע

מוגנות היא תנאי יסוד לאקלים חינוכי חיובי. תחושת ביטחון גבוהה בבית הספר מאפשרת לתלמידים להתפתח, ללמוד ולשגשג, בעוד שגילויי אלימות – פיזית, מילולית, חברתית או דיגיטלית – פוגעים בתחושת השייכות ומערערים את האווירה הבית־ספרית. ההיגדים בתחום זה משקפים מצבי פגיעה ואיום, וככל ששיעורי ההסכמה גבוהים יותר הם מצביעים על מציאות שלילית שיש לצמצם. לכן, מוטלת אחריות על כלל צוותי החינוך לפעול למניעת תופעות אלו, להגיב אליהן באופן ברור וגלוי, ולחזק את תחושת ההגנה והשייכות של כל תלמיד ותלמידה.

שיח עם תלמידים

- להבהיר שגם פגיעה "בצחוק" היא פגיעה שאינה מקובלת.

- לשוחח על משמעות האלימות ותוצאותיה האישיות והחברתיות.
- לבחון יחד רעיונות כיצד כיתה או שכבה יכולה למנוע פגיעות וליצור סביבה בטוחה יותר.

תיווך

- לשקף לתלמידים אירועים שהתרחשו ולתאר את פעולת בית הספר בתגובה.
- להדגיש את התקנון הבית-ספרי כבסיס להגנה על כלל התלמידים.
- לעודד דיווח על כל מקרה של פגיעה ולהסביר מדוע שתיקה או התעלמות מחזקות את מעגל האלימות.

הצעות יישומיות למורים ומחנכים

1. לנהל שיחות כיתה קבועות בנושא מוגנות ודיאלוג מכבד.
2. להשתמש במשחקי תפקידים (Role Play) המדמים מצבי חירום או פגיעה ולחפש יחד דרכי תגובה.
3. לשתף הורים וקהילה במאמצים למניעת פגיעה ולחיזוק תחושת הביטחון.
4. שיחה קצרה על כבוד הדדי בתחילת או סיום שיעור – להזכיר שהתנהגות מילולית ופיזית מכבדת שומרת על ביטחון כולם.
5. הצגת תרחישים בכיתה – לדון: מה עושים אם תלמיד נעלב/מוקצה? איך נכון להגיב?
6. הסבר על כללי תקנון בהקשר המקצוע – למשל, בשיעור מחשבים לשוחח על כללי שימוש ברשת.
7. משוב על אופן השיח – לא רק על תוכן הלמידה אלא גם על האופן שבו התלמידים דיברו והתנהגו זה עם זה במהלך השיעור.
8. תיעוד חיובי – לנהל "פנקס מוגנות" שבו המורה מציין מצבים של התנהגות מכבדת או מניעת פגיעה.

מאמצים למניעת אלימות

1. "בבית הספר עושים פעולות רבות למניעת אלימות"
2. "בית הספר מטפל ברצינות ובמהירות בכל מקרה של אלימות"
3. "בבית הספר מדברים איתנו על סכנות ופגיעות באינטרנט ועל גלישה בטוחה בו"

רקע

מאמצים למניעת אלימות מבטאים את אחריותו של בית הספר להבטיח תחושת מוגנות וביטחון לכלל תלמידיו. ההיגדים בתחום זה בוחנים כיצד פועל בית הספר כדי לצמצם תופעות של אלימות פיזית, מילולית או דיגיטלית, את רמת ההשקעה במניעה יזומה ואת מהירות ואיכות הטיפול במקרי אלימות. בנוסף, מושם דגש על חינוך לגלישה בטוחה ומודעות לסכנות הטמונות ברשתות החברתיות.

שיח עם תלמידים

- להדגיש את כוחן של הרשתות החברתיות ככלי חיובי ליצירת קשרים, לצד הסכנות הכרוכות בשימוש לא נכון.
- לשוחח על חשיבות הפנייה לגורם מוסמך במקרה של סכנה, ולפרט מי הם אנשי הצוות שניתן לפנות אליהם בבית הספר.
- לשאול את התלמידים: איזה צעדים לדעתכם בית הספר יכול לעשות כדי למנוע פגיעה?

- לקשר פעולות קיימות למטרתן: "השיעור הזה על גלישה בטוחה נועד להגן עליכם מפני מצבים מסוכנים ברשת".
- להביא דוגמאות אמיתיות או מדומות של מקרים מסוכנים ברשת ולדון יחד כיצד ניתן היה למנוע אותם.
- להדגיש את הקשר בין פעולות המניעה לבין יצירת אקלים בית-ספרי בטוח ותומך.

הצעות יישומיות למורים ומחנכים

1. לקיים מערך שנתי של שיעורי חינוך על מניעת אלימות וגלישה בטוחה.
2. להקפיד על טיפול מיידי ושקוף בכל אירוע אלימות, ולשתף את התלמידים בפעולות שנעשו.
3. לפתח קמפיינים כיתתיים או שכבתיים למניעת אלימות ולשימוש אחראי ברשת.
4. למנות "שגרירי מוגנות" מבין התלמידים שיעלו למודעות מצבים בעייתיים ויתרמו למניעה.
5. דיון בהקשר תוכני – למשל, בשיעור אזרחות לדון על אלימות ברשת מול חופש הביטוי.
6. תרגול תגובה למצבי אלימות מילולית – לשחק בכיתה סיטואציה ולחשוב יחד איך להגיב בצורה בוגרת ולא פוגענית.
7. חיבור לנושאי לימוד – במתמטיקה להביא נתונים על היקף תופעות אלימות בישראל ולעבוד עליהם סטטיסטית.
8. הדגשת שקיפות – להסביר לתלמידים מה המורה עושה כשמזהה פגיעה, כדי לחזק אמון.

פגיזת מורים בתלמידים

"במהלך השנה מישהו מהמורים פגע בי באופן מילולי (למשל לעג לי, העליב אותי או השפיל אותי במילים)".

רקע

פגיעות מצד מורים בתלמידים פוגעות באופן ישיר באקלים הבית־ספרי, מערערות את תחושת הביטחון של התלמידים ופוגעות באמון שהם רוחשים לצוות החינוכי. גם פגיעות מילוליות – כגון לעג, עלבונות והשפלות – מותירות חותם רגשי עמוק ומשפיעות על ההנעה ללמידה ועל תחושת הערך העצמי. בית ספר הרוצה לטפח אקלים חיובי חייב להבטיח יחס מכבד בין מורים לתלמידים, המבוסס על אמון, שוויון והקשבה.

שיח עם תלמידים

- לשאול את התלמידים: איך הייתם רוצים שמורה יגיב כשאתם טועים או מתקשים?
- לקיים שיחה פתוחה על חוויות של יחס לא מכבד מצד מבוגרים בכלל, ומה ההבדל בין ביקורת בונה לפגיעה מילולית.
- לשוחח על אחריות הדדית: גם מורים וגם תלמידים נדרשים לתקשורת מכבדת.

- להסביר כי מטרת הביקורת היא לעזור להתקדם, ולא להקטין או לפגוע.
- להצמיד פעולות חינוכיות להיגד: "כשאני נותן משוב אישי, הכוונה היא לחזק אותך ולא לפגוע".
- להראות כיצד שימוש בשפה מכבדת מגן על כבוד התלמידים ותורם לאקלים לימודי טוב.

הצעות יישומיות למורים ומחנכים

1. להעניק הכשרה ייעודית למורים בתקשורת מקרבת ושפה מכבדת.
2. ליצור ערוץ בטוח ודיסקרטי לדיווח תלמידים על תחושת פגיעה מצד אנשי צוות.
3. לקיים שיחות משוב הדדיות – מורים מקבלים פידבק מהתלמידים על סגנון התקשורת שלהם.
4. לספק ליווי רגשי ותמיכה למורים במצבי לחץ כדי למנוע מצבים של תגובות פוגעניות.
5. משוב כיתתי – לבקש מהתלמידים (בעילום שם) משוב על סגנון ההוראה והתקשורת שלי.
6. הפרדה בין ביקורת לתלמיד לבין ביקורת על ביצוע – לשבח את המאמץ גם אם התוצאה לא מושלמת.
7. תרגול ניסוח מחדש – להפוך אמירה פוגענית אפשרית לביקורת בונה (לדוגמה: מ"אתה לא מבין כלום" ל"נראה שצריך לחזור יחד על החומר").
8. חיזוק חיובי עקבי – לציין בפני תלמידים התקדמות קטנה ("ראיתי שהשקעת יותר הפעם").



פרק ב':

היגדי אתלים ורגלים -

מיומנויות רגליות-חברתיות

כדי להגשים את ייעודם של התלמידים בעולם המחר, עליהם לרכוש מיומנויות שיאפשרו להם למצות את הפוטנציאל שלהם ולהשתלב בחברה משתנה. משרד החינוך הגדיר מיומנויות חיוניות להכנת הלומד לעולם זה, ובהן מיומנויות רגשיות (תוך-אישיות) ומיומנויות חברתיות (בין-אישיות). אף שהן מובחנות זו מזו, הן קשורות ותלויות זו בזו, ומהוות בסיס להתמודדות עם מצבי לחץ, לפיתוח מעורבות חברתית ולבניית יכולת של לומד עצמאי.

מרכיב חשוב נוסף הוא טיפוח תחושת המסוגלות. עידוד ושבח על מאמץ, הכרה בכישרונות התלמידים גם בתחומים שאינם נלמדים בבית הספר ומתן הזדמנויות להתנסות – כל אלה מחזקים את האמונה ביכולת האישית, מגבירים מוטיבציה ותורמים להתפתחות לימודית, רגשית וחברתית.

התנהלות חברתית

1. "אני יודע איך להתחבר עם תלמידים אחרים"
2. "אני מצליח לעבוד בשיתוף פעולה עם תלמידים אחרים"
3. "בבית הספר יש לי חבר או חברה שאני יכול לסמוך עליו/ה בעת הצורך"

רקע

מיומנויות רגשיות-חברתיות מתייחסות ליכולת של הפרט להתנהל עם עצמו ועם סביבתו. מיומנויות רגשיות כוללות זיהוי רגשות, ביטויים ושליטה בהם, כמו גם הבנת רגשות הזולת וגילוי אמפתיה. מיומנויות חברתיות מסייעות לפרש התנהגויות של אחרים, להתמודד עם מצבים חברתיים מגוונים ולקיים אינטראקציות חיוביות. חיזוק תחום זה מאפשר לתלמידים לפתח אמון, לעבוד בשיתוף פעולה וליצור קשרים משמעותיים בבית הספר.

שיח עם תלמידים

- לזהות יחד עם התלמידים מהן נקודות החוזק והחולשה של הכיתה בהתנהלות החברתית.
- לשמוע מן התלמידים דרכים לשיפור והצעות לייעול האווירה החברתית.
- לעודד תלמידים לשתף דוגמאות אישיות למצבים שבהם הצליחו לשתף פעולה או להעניק עזרה לחבר.

- להתייחס לאירועים שהתרחשו בכיתה: כיצד פעלו התלמידים? כיצד נכון היה לפעול?
- להביא דוגמא חיה מתוך שיעור למצב שלילי (כגון חוסר שיתוף פעולה) ולדון כיצד ניתן היה להגיב אחרת.
- לחזק ולשבח התנהגויות חיוביות המקדמות קשרים ואמון.

הצעות יישומיות למורים ומחנכים

1. להפעיל "בן זוג חברתי" או "קבוצת תמיכה" לכל תלמיד.
2. להשתמש במשוב חיובי עקבי על שיתופי פעולה מוצלחים בכיתה.
3. עבודות זוגיות/קבוצתיות בשיעור – להטיל משימות קצרות בזוגות או בקבוצות קטנות שמחייבות שיתוף פעולה.
4. שיח רפלקטיבי בסיום פעילות – לשאול: איך עבדתם יחד? מה עזר לשיתוף פעולה?
5. משחקי תפקידים – לדמות בכיתה סיטואציה חברתית (למשל חוסר הסכמה), ולתרגל פתרון בדרך מכבדת.
6. חיבור חברתי דרך התוכן – למשל, במתמטיקה ליצור משחק תחרותי קבוצתי; בהיסטוריה – דיון קבוצתי על דילמה היסטורית.
7. חיזוק פומבי – להדגיש בכיתה דוגמאות חיוביות של שיתוף פעולה ("אהבתי איך הקבוצה הזו פתרה יחד את השאלה").



מוצאת חברתית

1. "כשמישהו סביבי זקוק לעזרה, אני תמיד שם לב"

2. "תמיד אני שם לב כיצד אנשים סביבי מרגישים
(למשל כשהם שמחים, עצובים או מתרגשים)"

3. "כשמישהו לידי זקוק לעזרה, אני תמיד עוזר לו"

רקע

מודעות חברתית מתייחסת ליכולת של התלמיד לשים לב לרגשותיהם של אחרים, לזהות מצבים שבהם אדם זקוק לעזרה, ולפעול מתוך אמפתיה, רגישות ותמיכה. מיומנות זו מהווה בסיס ליחסים חברתיים חיוביים, מחזקת את האקלים הכיתתי ומקדמת תרבות של ערבות הדדית ושיתוף פעולה.

שיח עם תלמידים

- מתי שמתם לב שחבר הרגיש עצוב או מתקשה, ומה עשיתם באותו רגע?
- כיצד אפשר לדעת שחבר זקוק לעזרה גם אם הוא לא אומר זאת במפורש?
- אילו פעולות קטנות יכולות לעזור לאחר להרגיש טוב יותר?

- לקשר פעולות בכיתה לשפה של ההיגדים" : כשעזרת לחבר בהכנת שיעורי הבית, פעלת מתוך מודעות ורגישות".
- לשקף התנהגויות חיוביות של תלמידים שמבחינים באחרים ותומכים בהם.
- להביא דוגמאות מהיום-יום שממחישות איך תשומת לב לאחרים מחזקת את האווירה החברתית בכיתה.

הצעות יישומיות למורים ומחנכים

1. לקיים פעילויות שמדמות מצבים חברתיים, ולתרגל דרכי תגובה אמפתיות.
2. לשלב "משימות רגישות" – תלמידים נבחרים יעקבו מי בכיתה זקוק לעזרה ויציעו תמיכה.
3. להפעיל יומן כיתתי שבו תלמידים כותבים מעשים של עזרה ותמיכה שראו אצל חברים.
4. לחזק במפורש תלמידים שמזהים מצבים רגשיים אצל אחרים ופועלים לסייע.
5. זיהוי רגשות בטקסטים – בשיעורי ספרות או תנ"ך: לשאול איך הדמות מרגישה ואיך אפשר היה לסייע לה.
6. יומן אמפתיה כיתתי – לתת משימה: לכתוב מקרה שבו שמתי לב לרגשות של חבר ועזרתי לו.
7. תרגיל "עיניים של אחר" – בסיום נושא לימודי, לשאול: איך תלמיד שהיה מתקשה היה מרגיש בשיעור זה?

מעורבות חברתית של תלמידים

1. "במהלך השנה השתתפתי בפעילות של תנועת נוער או ארגון נוער (למשל: הצופים, בני עקיבא, כנפיים של קרמבו, מד"צים ועוד)"

2. "במהלך השנה השתתפתי בפעילות התורמת לקהילה ולחברה בשעות הלימודים בבית הספר (למשל: אריזת סלי מזון, חונכות, מועצת תלמידים, קורס מש"צים ועוד)"

3. "במהלך השנה השתתפתי בפעילות התורמת לקהילה ולחברה מעבר לשעות הלימודים בבית הספר (למשל: חלוקת מתנות לילדים בבתי חולים, ניקיון הסביבה וטיפול שילה, ביקור בבית אבות)"

רקע

מעורבות חברתית משקפת את מידת השתתפותם של תלמידים בפעילויות התורמות לקהילה ולחברה. היא כוללת השתתפות בתנועות נוער, יוזמות חברתיות וקהילתיות בבית הספר, וכן עשייה התנדבותית בזמנם הפנוי. תחום זה מבטא את תחושת האחריות החברתית של התלמידים, את תרומתם לחברה ואת חיזוק הקשר שלהם לקהילה הרחבה.

שיח עם תלמידים

- אילו פעילויות שבהן השתתפתם תרמו לכם תחושת משמעות?
- מה אתם מרוויחים מההתנדבות – מבחינה אישית וחברתית?
- אילו יוזמות הייתם רוצים לראות בבית הספר או בשכונה שלכם?

- לקשר את הפעילויות שמתקיימות בבית הספר להיגדים: "ההתנדבות באריזת סלי המזון היא חלק ממה שמחבר אותנו לקהילה".
- להדגיש כיצד פעולות חברתיות מפתחות ערכים של אחריות, שייכות ותרומה.
- לשקף דוגמאות מהשטח ולהראות כיצד גם פעילות קטנה יוצרת השפעה גדולה.

הצעות יישומיות למורים ומחנכים

1. להקים מערך "שגרירי מעורבות" שיקדמו פרויקטים ביוזמת תלמידים.
2. משימות קהילתיות כחלק מהמקצוע – למשל, במקצוע לשון לכתוב מכתבים לעמותות, במתמטיקה להכין טבלאות נתונים מפרויקטים קהילתיים, ובמדעים להכין פוסטרי הסברה על איכות הסביבה
3. שילוב תכנים ערכיים בהוראה – להביא דוגמאות מהעולם החברתי-קהילתי לתוך נושאי השיעור (למשל בעיתונות בשיעור ספרות, בסטטיסטיקה על נוער מתנדב במתמטיקה).
4. פרויקטים קבוצתיים בעלי תרומה חברתית – להכין עבודות חקר או מצגות על נושאים בעלי ערך קהילתי, ולהציגם בכיתה או בפני קהילה רחבה יותר.
5. הזמנת אורחים לשיעור – לארח נציג מתנועת נוער, ארגון התנדבותי או תלמיד פעיל בקהילה, לשיחה קצרה בכיתה
6. יוזמות קטנות מתוך השיעור – להקדיש שיעור אחד בחודש לפעילות מעשית קטנה: כתיבת כרטיסי תודה לחיילים, עיצוב פוסטרים לעידוד ניקיון החצר, הכנת ברכות לבית אבות.

טיפוח תחושת מסוגלות

1. "בבית הספר מעודדים אותי להצטיין בתחומים שאני טוב בהם, גם אם הם אינם נלמדים בבית הספר"
2. "כשאני לא מצליח במשהו, המורים שלי נותנים לי תחושה שבפעם הבאה אוכל להצליח אם אתאמץ"
3. "המורים שלי משבחים אותי כאשר אני מתקדם בלימודים"

רקע

טיפוח תחושת מסוגלות של תלמידים הוא מפתח להצלחתם האישית והלימודית. כאשר תלמידים מאמינים ביכולותיהם, הם מתמודדים טוב יותר עם אתגרים ומגלים התמדה. תחושת מסוגלות מתעצבת באמצעות עידוד למצוינות גם בתחומים אישיים שאינם נלמדים בבית הספר, יצירת חוויות למידה שבהן כישלון נתפס כהזדמנות לצמיחה, ומתן שבח על תהליך, מאמץ והתקדמות – ולא רק על תוצאה סופית.

שיח עם תלמידים

- מתי הרגשתם שתחום שאתם טובים בו קיבל הכרה בבית הספר?
- איך אתם מרגישים כאשר אתם מתמודדים עם קושי בלימודים?
- מה עוזר לכם להאמין שבפעם הבאה תוכלו להצליח?

תיווך

- להשתמש בלשון ההיגדים: "ההתקדמות שלך מראה שאם תתמיד – תצליח עוד יותר".

- לשקף הצלחות קטנות לאורך הדרך: "אני רואה שהשקעת יותר מהפעם הקודמת".
- להראות כיצד גם טעויות הן חלק מתהליך הלמידה: "הטעות שעשית היא שלב בדרך להבנה טובה יותר".

💡 הצעות יישומיות למורים מקצועיים

1. משימות מדורגות – לחלק מטלה מורכבת לשלבים קטנים כדי לאפשר לתלמידים לחוות הצלחה בכל שלב.
2. הכרה בתחומים אישיים – לאפשר לתלמידים להביא לידי ביטוי כישרון אישי גם בשיעורי המקצוע (למשל ציור, כתיבה, יצירה דיגיטלית).
3. שבח על מאמץ – להקפיד להחמיא על השקעה, לא רק על תוצאה ("השקעת מחשבה רבה בפתרון").
4. משוב אישי קצר – לתת לתלמידים הערות בונות שמסבירות מה התקדם ומה ניתן לשפר.
5. חשיפת סיפורי הצלחה – להביא דוגמאות של דמויות או תלמידים שהתמודדו עם כישלונות והפכו אותם למנוע לצמיחה.
6. פתיחת שיעור אישית – להתחיל בשאלה קצרה לכל תלמיד: איך אתם מרגישים היום? כדי ליצור תחושת קבלה.
7. מתן אחריות מקצועית – להטיל על תלמידים תפקידים קטנים הקשורים לתחום הלימוד (כמו "מנהל ניסוי" במדעים או "מוביל דיון" בהיסטוריה).
8. חיזוק השייכות דרך התוכן – לקשר את החומר הנלמד לזהות האישית של התלמידים (למשל, בהיסטוריה לקשר בין אירועים לבין חיי היום־יום שלהם).
9. טקסי הצלחות קטנים – להקדיש דקות לסיום שיעור כדי לשבח תלמידים שתרמו לאווירה טובה או לשיתוף פעולה.



פית'ג': היגדי אקלים ורגלים - פדגוגיה מקדמת

עולם הלמידה במאה ה-21 מחייב את בתי הספר להקנות לתלמידים מיומנויות שיאפשרו להם להתפתח כלומדים עצמאיים ובטוחים בעצמם. שליטה ביכולות דיגיטליות, חיפוש מידע ושימוש בכלים שיתופיים ובינה מלאכותית מהווים בסיס ללמידה חדשנית ושיתופית. רלוונטיות ההוראה – חיבור התוכן לחיי התלמידים, לעולמם ולתחומי העניין שלהם – מגבירה את המעורבות והמשמעות בלמידה.

לצד זאת, טיפוח תחושת המסוגלות העצמית באמצעות עידוד, שבח על מאמץ והכרה ביכולות האישיות מחזק את הביטחון, מגביר מוטיבציה ותומך בצמיחה לימודית וחברתית. שילוב תחומים אלו יוצר חוויית למידה מעצימה, מותאמת ומקדמת. אנו ממליצים גם לעיין בהקשר זה בהיגדים המופיעים בפרק הקודם טיפוח מסוגלות עצמית.

יכולת עבודה דיגיטלית

1. "אני מצליח למצוא באינטרנט מידע שאני זקוק לו לצורכי הלימודים"
2. "אני שולט היטב בתוכנות ובאפליקציות שאני זקוק להן לצורכי הלימודים (למשל וורד, מצגות, אקסל, זום)"
3. "אני יודע לעבוד על מסמכים שיתופיים במחשב עם תלמידים או עם מורים (למשל באמצעות גוגל דוקס או גוגל סליידס)"
4. "אני משתמש בכלים המבוססים על בינה מלאכותית (AI) לצרכים שונים (למשל מתייעץ, מבקש מידע, מכין סרטונים)"

רקע

יכולת עבודה דיגיטלית היא מיומנות מרכזית בלמידה במאה ה-21. היא כוללת את היכולת לחפש מידע איכותי ברשת, להשתמש בתוכנות ואפליקציות חיוניות, לשתף פעולה במסמכים מקוונים ולהיעזר בכלי בינה מלאכותית לצרכים לימודיים. מיומנויות אלו משפרות את היעילות, מאפשרות שיתופי פעולה גמישים ותומכות בלמידה חדשנית ומותאמת לעולם המשתנה.

שיח עם תלמידים

- איך אתם מחפשים מידע ברשת, ואיך אתם יודעים שהוא אמין?
- באילו כלים דיגיטליים אתם משתמשים הכי הרבה ללמידה?
- אילו יתרונות וחסרונות מצאתם בשימוש בבינה מלאכותית?

- להראות כיצד כלי דיגיטלי מסייע ישירות ללמידה: "העבודה המשותפת על המסמך אפשרה לכם לבנות יחד ידע בצורה יעילה".
- להדגים לתלמידים כיצד שימוש בתוכנה/אפליקציה קשור ישירות ליכולת שלהם להשתלב בלמידה ובחברה מודרנית.
- לחזק שימוש אחראי ומושכל ברשת ובכלי AI, כולל הסבר על גבולות ואתיקה.

הצעות יישומיות למורים מקצועיים

1. תרגיל חיפוש מידע – לבקש מהתלמידים למצוא מקורות שונים לנושא הנלמד ולהציג כיצד בדקו את אמינותם.
2. שילוב תוכנה מקצועית בשיעור – לדוגמה: באקסל לבנות טבלה עם נתוני שיעור, בוורד לערוך מסמך סיכום משותף.
3. עבודה קבוצתית שיתופית – להטיל על תלמידים ליצור מצגת או מסמך בגוגל דוקס/סליידס יחד בזמן אמת.
4. שימוש בכלי AI – לתת משימה שבה התלמידים משתמשים בכלי בינה מלאכותית (כמו יצירת רעיונות למצגת), ולאחר מכן לבחון יחד את התוצרים.
5. פרויקט דיגיטלי קצר – להכין סרטון, פוסטר או פודקאסט בעזרת כלים מקוונים, כחלק מהערכה חלופית במקצוע.

רלוונטיות ההוראה

1. "המורים מעודדים אותנו להביע את דעתנו גם אם היא שונה ממה שאחרים חושבים או ממה שלמדנו"

2. "התלמידים פעילים במהלך הלמידה, לדוגמה שואלים שאלות, מציגים עבודות לפני הכיתה ומביעים את דעותיהם"

רקע

רלוונטיות ההוראה מתייחסת ליכולת המורים ליצור חוויית למידה שמחוברת לעולמם של התלמידים. כאשר התלמידים מעורבים בלמידה, מביעים דעות שונות ונחשפים לקישור בין החומר הנלמד לבין תחומי ידע נוספים, אקטואליה וחיי היומיום – הלמידה הופכת למשמעותית יותר. רלוונטיות זו מגבירה את המוטיבציה, מעודדת חשיבה ביקורתית ומחזקת את תחושת המסוגלות של התלמידים.

שיח עם תלמידים

- מתי חוויתם שהשיעור קשור ישירות לחיים שלכם?
- אילו נושאים מהחיים הייתם רוצים שייכנסו יותר לשיעורים?
- איך אתם מרגישים כשיש לכם אפשרות להביע דעה שונה בכיתה?

- לקשר את נושאי השיעור לדוגמאות מחיי היום-יום: "הנושא שלמדנו היום מופיע גם בחדשות/בסרטים/בסביבה הקרובה שלכם".
- להדגיש את ערך השיח: "כשאתם מביעים דעות שונות, זה מעשיר את הדיון ומאפשר לכולנו ללמוד יותר".
- להשתמש בשפה של ההיגדים: "השאלות שלכם הופכות את השיעור לפעיל ומשמעותי יותר".

הצעות יישומיות למורים מקצועיים

1. שאלת פתיחה מחוברת לחיים – לפתוח שיעור בשאלה על אקטואליה או חוויה יומיומית הקשורה לנושא הנלמד.
2. דיון כיתתי מובנה – להקדיש חלק מהשיעור להצגת עמדות שונות ולניהול דיון מכבד.
3. חקר עצמאי קצר – לבקש מהתלמידים למצוא דוגמאות מהעולם האמיתי לנושא שנלמד ולהציג לכיתה.
4. עבודות יצירה אישיות – לאפשר לתלמידים להביע דעה באמצעות פוסטר, סרטון או מצגת במקום רק תשובה כתובה.
5. קישור בין מקצועות – לשתף פעולה עם מורה אחר (לדוגמה: היסטוריה וספרות, מדעים ומתמטיקה) כדי להראות קשרים בין תחומי דעת שונים.

פּרֵת ד':

קִישׁוּרִים לַעֲצָרִים וְכֹלִים
בְּתוֹמָם אֵלֶּיךָ

כלים, עצרים ומצרכי שיצור בתחום אקלים חינוכי מיטבי שפותחו על ידי רשת דרכא וכן מצרכי שיצור מאתרים שונים

כלים ועצרים בתחום פיתוח אקלים חינוכי מיטבי:



ערכת קלפים הכוללת היגדי אקלים לדיון ותצוגה דיגיטלית:

2. אקלים חינוכי



1. מיומנויות רגשיות חברתיות



ערכה לפיתוח שיח אישי - מניפת שאלות לתלמיד דיגיטלי:



פרוטוקול לניהול שיחת הקשבה:

איכפת לי / מודל 2



איכפת לי / מודל 1



כרטיסייה לניהול שיח רגשי:



פרוטוקול לניהול שיחת משמעת:



כרטיסיה - עשרת הדברות לניהול כיתה:



כרטיס סדנת סימולציות - אירוע אלימות:



מערכי פעילות:

1. אקלים כיתה מיטבי

2. קרבה ואיכפתיות בין מורים ותלמידים



3. מוטיבציה ואחריות אישית

4. אלימות ברשתות החברתיות



כלים ניהוליים לבית הספר להערכת אקלים חינוכי מיטבי:



פּירת ה':

פּרוטוקולים לניהול שית אישי,
שית משמעת ועוד

זירת הדברות לניהול כיתה

1. היה המארח בכיתה

המורה מגיע לפני התלמידים לכיתה.

2. לזכור את התכלית: לא שקט, אלא למידה ואקלים מכבד

מתי רעש הוא חיובי? מתי דממה היא שלילית? גרף ריאלי של שקט, פדגוגיה מגוונת הכרחית.

3. כללים קצרים, פשוטים ומדורגים

שיטת הרמזור: **אדום** - כללי טאבו- לא יותר משניים, **כתום** - שברת שילמת, **ירוק** - פריבילגיות.

4. הימנע מפגיעה ברצף השיעור (למעט בעבירות אדומות)

הרחב ומנף את רפרטואר התגובות שלך: תנועה במרחב הכיתה, שתיקה של 3 שניות (ללא הערות ביניים) רמיזה בתנועת יד, הומור מדוד וכיו"ב.

5. השקע באופן יזום במערכות יחסים בימי שגרה

בכל אחת משלוש הקבוצות: תלמידי קצה, מנהיגות, בינוניים.

6. תמריצים כיתתיים

ניקוד למגוון התנהגויות: (דגש גם על כאלה שנתפסים כהתנהגות תקנית טריוויאלית) תלמידות, השתתפות, יעילות במעברים, אקלים מכבד וכן הלאה.

7. הישמר מ'הרוצח השקט' של סמכות המורה

כרסום בתחושת ההגינות (מומלץ: משובים, שיחות מיקוד, שיקוף משברים/מתחים לאחר פתירתם).

8. לכרוך דרישות משמעת עם ערכים

כבוד האדם (=כבוד התלמיד, כבוד המורה); דרך ארץ (=נורמות תרבותיות של סביבות למידה) וכן הלאה. לעיתים, סיפור אישי רגשי של המורה עשוי ליצור הזדהות ולעגן התנהלות כיתתית ראויה יותר מאיום בסנקציה או מהטפת מוסר.

9. הימנעות מעימות פומבי

הפרד ומשול: עבודה כיתתית קצרה ולקחת הגורם המפריע לשיחה הרחק מעין הקהל עשויה לפתור בעיות רבות.
במקרי קצה: טקטיקת שתי חלופות והשהיה (לשלם בטווח קצר לטובת טווח בינוני וארוך).

10. מסגור מחדש של הנושא: משחיקת השוטר/הגננת לטובת מהות החינוך

לא מדובר ב'ניקוי' בעיות טורדניות' אלא בהזדמנות פז לממש את תכלית החינוך: להיות משמעותי עבור הפרט ולהשפיע על החברה הישראלית.

כיצד מנהלים שיחת משמעת משמעותית? (אליזבר יריב, 1996)

שיחה היא האמצעי הנפוץ והחשוב ביותר, שעומד לרשות המורה והמנהל לטיפול בהפרה של כללים. לרוב, השיחות מתקיימות כמו טקס - המורה "שופך" את כעסו, בעוד התלמיד מחכה שהבירור ייגמר. המפגש קצר והתוצאות דלות.

חשוב ששיחת משמעת תהיה שיחה משמעותית ותסייע להשיג **ארבע מטרות:**

א. בירור משותף של פרטי האירוע - העובדות מסייעות לשקול את המקרה בקור-רוח ולקבל החלטות נכונות.

ב. השיחה עוזרת לתלמיד להבין את מניעיו, לקחת אחריות למעשיו ולהתנהג להבא באורח יותר בוגר.

ג. תפקיד השיחה לפתור בעיה בלי להעניש או להטיף מוסר.

ד. הצלחת השיחה היא בתוצאותיה (ולא בעצם קיומה) - האירוע אינו נשנה עוד, התלמיד מתקן את דרכיו ומכפר על עוול שגרם.

מומלץ לבקש מהתלמיד לפני תחילת השיחה האישית, לשבת עם עצמו ולרשום על דף תשובה לשאלה מה בדיוק קרה? הכתיבה מסייעת לתלמיד 'לעשות עצירה' ולשחרר את האירוע.

תנאי השיחה: חשוב שהשיחה תתקיים במקום שקט ולא בשיחת מסדרון.

שלבי השיחה:

1. פתיחה-

השיחה תמיד נפתחת בברכה, בכך המורה מעניק כבוד לתלמיד ולעצמו, משרה אווירה חיובית ונמנע מפתיחה תוקפנית.

2. הגדרת הבעיה ומטרת הדיון-

המורה מסביר באופן ענייני ובלתי מאשים את נושא השיחה.

3. תיאור האירוע על-ידי התלמיד-

המורה מבקש מהתלמיד לספר מה קרה, מקשיב היטב ואינו משסע את דבריו, גם אם הם רצופים אי-דיוקים וסתירות.

4. בדיקת הרצף ואימות הפרטים-

המורה חובש את כובע המראיין ולומד עם התלמיד את הטקסט שהתלמיד כתב (תיאור האירוע). למשל, "למה אתה מתכוון שלא יכולת להתאפק?" "למה חשוב

לך שיעיפו אותו!" וכיו"ב. מעבר לכך, המורה יקבל מידע יקר וחשוב להבנת התמונה המלאה, שכן פעמים רבות מתברר שהאירוע הנקודתי אינו אלא קצה קרחון של התנהלות חמורה הרבה יותר.

כשמדובר בעימות בין שני תלמידים, השוואת הגרסאות בצורה כתובה יכולה להחליף את ההתנצחות מילולית, ובמהלך השיחה ניתן לבקש מכל אחד מהם לסייע בפרשנות הטקסט של התלמיד השני ("אתה יכול להבין למה הוא כותב שהוא נפגע? כיצד היית מגיב במקרה כזה?").

5. אחד המפתחות החשובים ביותר להבנת סכסוכים ומציאת הדרך ליישב אותם

הוא **ההתייחסות אל הרגשות והמניעים למעשיהם של התלמידים**. הרגשות מהווים את חומר הדלק, שמניע את ההתנהגות, והבעתם, נותנת לתלמיד הזדמנות אמיתית לפרוק כעסים ולערוך היכרות עם עצמו.

שיקוף הרגשות שהציפו את התלמיד באירוע, יסייעו לו להבין את מניעיו, לקחת אחריות למעשיו ולהתנהג להבא באורח יותר בוגר.

6. פתרון וסיכום-

אילו צעדים יכול התלמיד לנקוט כדי להיחלץ מהבעיה או למנוע הישנותה בעתיד. המורה מבקש ממנו להציע פתרונות ("מה אתה מציע לעשות עכשיו? איך נפתור את הבעיה? כיצד תוכל למנוע מקרים כאלה בעתיד?"). הפתרונות שהתלמיד מציע מבטאים את האחריות שהוא לוקח למימושם. לעתים צריך המורה להעלות הצעות משלו. בכל מקרה כדאי שיהיה שותף לפתרון ("החלטנו שבשבועיים הבאים אתה מתרחק מעמית. אני אשים לב שאתה עומד בהסכם")

השיח הרגשי יוצר תחושת קרבה, מחזק את הקשר עם התלמיד ומניע את התלמיד לקחת אחריות ולשנות את דרכיו.



השתתפות באירועי אלימות בכתה - סדנת סימולציות לצידוד שיחה פתוחה על הנושא ליצור חינוך לחיים



25-35
משתתפים



מטרת הפעילות: ליצור שיתוף בחוויות מורכבות בכתה
בבסיס לשיחה ולברור שאלות חינוכיות הקשורות
להשתתפות באירועי אלימות בכיתה.

סימולציות ומשחקי תפקידים בכתה - על המתודה

לסימולציות ומשחקי תפקידים יש שני יתרונות הפוכים ומשלימים:

1. מאפשרים **לקרב** את כל הכתה לתוך הסיטואציה ולאפשר לכל תלמיד ותלמידה להזדהות עם התנהגויות שונות שמתאפיינות בסיטואציה.
 2. מאפשרים **להרחיק עדות** ובכך לסייע לדבר על דברים מורכבים שקורים בכתה בדרך יותר פשוטה.
- ניתן להמחזיז את הסיטואציות המובאות כאן כפשוטן וכן להמשיך ולפתח את הסיטואציה לכיוונים הרלוונטיים יותר למתרחש בכתה.
- מומלץ לתת לכל משתתף דף עם עיקרי התפקיד שלו על מנת שיוכל לחזור ולמקד את עצמו במשחק ע"פ הצורך.
- לכל סימולציה מחובר עיבוד רגשי חינוכי המסייע להכליל את התופעה המתוארת בסימולציה ומאפשר לדון עליה ב"כאן ועכשיו" של הקבוצה / כתה.

מבנה הסימולציה:

ראשית ניתן תיאור תמציתי של האירוע. בהמשך מספר שאלות פתוחות המאפשרות למשתתפים לעצב את האירוע על פי הבנתם. ההמחזה מתרחשת למעשה מתוך שאלות אלה, והעיבוד לאחר ההמחזה יברר את התשובות של המשתתפים לשאלות, כפי שבחרו להציג.

האירועים בנויים כחלק מרצף של "סיפור" שנפרש על פני כמה ימים, אך אפשר גם לשחק אותם, או את חלקם כסיטואציות עצמאיות ונפרדות.

אירוע ראשון | 5 דקות

מסדרון בית הספר. דנה וגלי עומדות ומפטטות שעונות על הקיר. אמיר עובר ומושך לדנה בצמה. לא ממש כואב אבל קצת יותר ממה שהיא מוכנה לקבל. למחרת דנה וגלי יושבות בחצר ואמיר מכונן את הכדור לראשה של דנה. דנה בוכה. חברותיה של דנה אומרות לו שיפסיק ואם לא הן יגידו אותו למורה. הוא מגיב כלפיהן באיום. הן מפחדות.

- כיצד הן מביעות אחת באזני חברתה את הפחד?
- מה הן מציעות אחת לשנייה לעשות בסיטואציה הזו?

אירוע שני | 7 דקות

שבוע אחר. דנה משוחחת עם חברתה גלי שיחת נפש. היא מבקשת מגלי שתעזור לה להפסק את ההצקות של אמיר.

- מה מבקשת דנה (הנפגעת) מגלי חברתה?
- מה גלי מוכנה לעשות ולמה היא מסרבת?
- על מה הסכימו וכיצד יממשו החלטה זו?

אירוע שלישי | 7 דקות

גלי לא היתה מוכנה לדווח על הנער הפוגע אמיר. היא אומרת לחברתה דנה שהיא חוששת שאם היא תלשין, אמיר יתחיל להציק גם לה. דנה לוקחת את זה מאוד קשה ומבטאת את תחושותיה באזני גלי שהחליטה לעמוד מן הצד.

- על מה כועסת דנה?
- מה היא מרגישה?
- מה היא מתכוונת לעשות במצב הזה?
- מה היא צריכה ועד כמה רחוק היא מוכנה ללכת?

אירוע רביעי | 10 דקות

מיד לאחר מכן.

דנה כועסת מאוד על חברתה גלי, היא מרגישה בודדה ומושפלת. קשה לה לשאת את ההצקות המתמשכות ואת חוסר האונים שהיא מרגישה. איך יכול להיות שכל חברותיה נטשו אותה... היא מחליטה לברוח לביתה ולא לחזור לכיתה האכזרית הזאת. גלי ניסתה להתקשר לדנה ולראות מה שלומה, אך דנה לא ענתה לה. גלי דואגת ומשתפת את חברותיה בדאגה לדנה.

- האם הולכים לדבר עם המורה? מה אומרים לה? מה לא אומרים לה?
- האם הולכים להחזיר מכות לנער הפוגע? מה המשמעות של זה?
- ממה צריך להיזהר? מה זה אומר עליכן?
- האם הולכים לדבר עם החברה ומחליטים לטפל בנער הפוגע בעצמכם? מה המשמעות של זה?

עיבוד הפעילות | 10-15 דקות

זו היתה פעילות מתגלגלת בה בכל פעם הנושא הפך להיות יותר ויותר מורכב. התפקיד החברתי של כל אחד מהנערים והנערות הלך ונעשה יותר מובהק.

- האם היתה תנועה, במובן של שינוי בהתנהגות של כל אחד מהמשתתפים?
- באיזה תפקידים חברתיים היה שינוי ואילו נשארו ללא שינוי?
- האם מישהו מהמשתתפים היה העומד מן הצד?
- איך אפשר לאפיין את העומד מן הצד?
- מה המחירים של עמידה מהצד?
- מה משמעות האתגר של לזוז מהמצב של עמידה מהצד?
- איך ניתן לעשות את השינוי בתפקיד?

שיחת התלבה / שיחת אכפת לי - מודל 1

כיצד מתקיימים שיחה שמטרתה התלבה אמיתית לתלמיד

שיחה אישית עם תלמידים מזמנת קירבה ומאפשרת פתיחות. המטרה בשיחות האישיים היא שהתלמידים ילמדו לשתף בחוויות, צרכים ושאלות. שיחות אישיות הן רגעים משמעותיים המאפשרים קשר, מעניקים הזדמנות לבסס תחושת שייכות ואכפתיות, ולהוות עבור התלמיד דמות של מבוגר משמעותי נוכח.

מטרת השיחה: להקשיב לתלמיד, לייצר אמפתיה כלפי התלמיד, להיות מרוכז בצרכים של התלמיד, ולסייע לתלמיד בקשיים.

חשוב להדגיש, זאת לא שיחת נזיפה, לא משוב, אלא שיחה שעוסקת בעיקר ברגשותיו של התלמיד ותפקידנו בשיחה להקשיב לתלמיד!

דגשים: מקום המפגש-שקט ללא הפרעות / זמן השיחה- תכנון מראש של זמן השיחה וללא הפתעות, קיצורים וביטולים/ ישיבה- כסאות קרובים, לא מידי - צורת ישיבה שתיתן לילד תחושה של קירבה, באותו גובה/ מטרת השיחה- קיום השיחה ללא כל קשר להתנהגותו של התלמיד או בעיות אחרות אלא שיחה שמטרתה להקשיב לתלמיד, לעודד לתמוך ועוד.

אל תעשה! אל תשאל שאלות בלי לקבל תשובות מן התלמיד, דבר מעט, 80% תלמיד, הימנע מסיפורים שלך בעבר עם תלמידים אחרים או סיפורי ילדות שלך או מה האמת, מה נכון לעשות ... , אין לחשוש משתיקה בשיחה, יש להמתין עד שהתלמיד פותח או מקבל ביטחון, דווקא מורה שיצליח לשתוק, הוא זה שיקדם את השיחה. אל תטיף מוסר, אל תיתן משוב שלילי, שים לב לשפת הגוף שלך, טון הדיבור מול התלמיד, אל תיכנס לוויכוח מול התלמיד.

מבנה השיחה:

א - פתיחה:

1. קבלת פנים חמה, הפגת המתח (כגון אני מכין לעצמי שתייה מה תשתה?) חיך ..
2. הגדרת מטרת השיחה: על מה הולכים לדבר כגון: רוצה לדעת מה שלומך, איך אתה מרגיש בבי"ס, לדעת עליך קצת יותר.

ב - שאלת פתיחה:

שאלה פתוחה- נהל שיחה פתוחה המתחילה בעולם התוכן של התלמיד, מה נשמע ? איך אתה מרגיש ואם התשובות לא מתפתחות ניתן להיעזר **במניפת השאלות** או **בקוביות אקלים** - שימו לב לנושאי הקובייה! לא כל קובייה מתאימה לשיחת

הקשבה. (קוביית מיומנויות רגשיות ויחסי קרבה, חוסן נפשי, מעורבות חברתית ולומד עצמאי, אקלים אלימות, אקלים חינוכי. יש לבחור את הקובייה המתאימה לשיחה ראשונה או היכרות, בשיחות המשך או העמקה ניתן להתאים את הקובייה הנכונה) היעזר בדוגמאות לשאלות פתיחה בסוף המסמך.

ג - עשה! קידום השיחה:

הבעת רגשות של המורה, כגון: "מאוד התרגשתי לשמוע...", **אמפתיה** - ביטוי רגשי של המורה המתחבר לרגשותיו של התלמיד כתגובה לאמירה רגשית של התלמיד, שאל שאלות כדי לקדם את השיחה כגון: את מי ערבת בבדיקה זו?, מה עשית במקרה כזה? **שיקוף**: תוך כדי הקשבה בסס את האמון על ידי חזרה על משפטי התלמיד, חשוב להקפיד על כך שהשיקוף יהיה נקי ככל האפשר ולא ייהפך לפרשנות. **חיזוקים חיוביים**, יש לשלב בשיחה חיזוקים חיוביים, פרגון לתלמיד ועוד.

סיכום: נסיים את השיחה בשאלה פתוחה, בהודיה ובתזכורת להחלטות אם התקבלו כאלו. כגון: מה עוד רצית לומר לי? תודה על השיחה, שמחתי לראותך, ואל תשכח שהחלטת...

סכם הבעת רגשות וקבלת משוב על השיחה: לאחר סיום השיחה, טוב לו למורה לומר את רגשותיו: "מאד נהניתי לדבר אתך...", כמו כן רצוי שהמורה יקבל משוב מהתלמיד, על האופן שבו התנהלה השיחה.

דוגמאות לשאלות לפי תחומים:

שאלות פתיחה: מה שלומך? ספר לי על עצמך? מהם הדברים שאתה אוהב לעשות? מהן התכונות החזקות שלך? אל מי אתה הכי קרוב במשפחה? ספר לי על עצמך מי הם חבריך בכיתה? ספר לי על משפחתך? איך אתה מרגיש בכיתה? ספר לי על דברים שאתה אוהב לעשות עם כל המשפחה? מיהם חבריך בשכונה?

לשיחת המשך: מה שלומך היום? איך עברו עליך הימים מאז שיחתנו האחרונה? האם השתנה דבר מה מאז שנפגשנו בפעם הקודמת?

למיקוד בנושא הרצוי: ספר לי כיצד אתה רואה את העניין? כיצד אתה מסביר את המצב? נסה לעזור לי להבין את העניין, האם אתה יכול לספר לי יותר על המצב? מה דעתך / עמדתך לגבי מצב זה? מהי הרגשתך בעניין זה?

שיקוף: אתה אומר ש... / בדברך אמרת ש...

הרגעה: אני מבין את הרגשתך ש... / אני מתאר לעצמי שזה לא קל ל...

הבעת עניין: זה מעניין. ספר לי עוד. / מעניין אותי לדעת... / כיצד הגעת להחלטה ש... / מהם הדברים החשובים שהיית רוצה להגיד?

הבעת נכונות לעזרה: במה אני יכול לעזור לך? האם אתה מעוניין שנבדוק יחד?

בחירת האפשרויות השונות: אילו התאפשר לך לחזור על המקרה. מה היית עושה אחרת? האם ישנן אפשרויות נוספות? מה יכולות להיות התוצאות של צעד כזה? לאן לדעתך/ להרגשתך זה יכול להוביל? האם חשבת על דרכים נוספות?

בחירת האפשרויות המועדפות: מכל האפשרויות שהעלית - מהי האפשרות שנראית לך ביותר? איזו אפשרות מבין האפשרויות הללו - תהיה לדעתך היעילה ביותר? באיזו אופציה תבחר?

אופן ההתמודדות: אילו מתכונותיך החזקות תעזורנה לך בפעולה/התמודדות זו? מה המיוחד שביכולתך לתרום? מהם הקשיים שלך בנושא? כיצד התמודדת בעבר עם מצבים דומים? מה עזר לך אז? אילו מכשולים עומדים בפניך? מהם כישרונותיך? מהן מגבלותיך? נניח שיקרה... כיצד תנהג? מה הביא אותך לכך?

שאלות לקראת סיום: האם יש דבר מה נוסף שאתה רוצה לומר? האם תרצה לשוחח עמי על כך שוב? האם אתה חש שקידמנו כעת את הנושא? על מה תרצה לשוחח בפגישתנו הבאה? מתי נוכל להיפגש שוב?

שיחת הקבלה / שיחת אכפת לי - מודל 2

איך אדבר עם תלמידים? כלים לניהול שיחה אישית

מבוסס על שיחת הקבלה - יעוץ משרד החינוך

שיחה אישית עם תלמידים מזמנת קירבה ומאפשרת פתיחות. המטרה בשיחות האישיות היא שהתלמידים ילמדו לשתף בחוויות, צרכים ושאלות. שיחות אישיות הן רגעים משמעותיים המאפשרים קשר, מעניקים הזדמנות לבסס תחושת שייכות ואכפתיות, ולהוות עבור התלמיד דמות של מבוגר משמעותי נוכח.

היעזרו בפרוטוקול שיחות אישיות מס' 1 - הנותן רקע ודגשים בשיחה אישית.

בכל שיחה נוכל לבחור בחלק מהכלים, על פי הנדרש והמתאים.

1 - הקשבה:

נגיב בהבנה ללא שיפוטיות או ביקורת.

נקיים קשר עין, נצטלם קרוב וברור, לא נעשה דברים נוספים במקביל, נתרכז באומר ובמה שנאמר.

2 - קבלה:

נגיב בהבנה ללא שיפוטיות או ביקורת.

אני מבין שאתה. אני שומעת שאת.

3 - אמפתיה:

נזהה את הרגשות שהתלמידים מביעים וניתן להם תוקף.

כשאתה צריך לוותר לאחר הקטנים זה לא הוגן בעיניך ואפילו מרגיז.

4 - נרמול:

נביע מסר של לגיטימציה וטבעיות למצב או לתחושה.

בני נוער רבים מתלבטים בשאלה הזו. זה טבעי להרגיש כך כשלומדים מרחוק.

5 - הרגעה:

נביע אמירות שנוסכות שלווה ובטחון.

זה באמת לא פשוט. זכור שיש לך כוחות ושאינך לבד.

6 - שאילת שאלות:

נשאל שאלות שמעודדות התבוננות אישית.

מה אתה צריך? מה חשבת? מה הרגשת? מה תרצי לקבל?

7 - איתור וזיהוי:

נשאל שאלה ישירה אודות קושי או בעיה.

מי פגע בך? ממה את דואגת? מי מאיים עליך? מה כואב לך? מה אתה צריך? איך אני יכולה לעזור לך?

8 - פירוש מחדש:

נחפש יחד דרך שונה לתרגם את המצב ולהסבירו.

מעניין אם אפשר לראות זאת בעוד דרך? האם תרצה שננסה לפרש זאת קצת אחרת?

9 - חזרה:

נחזור על דברי התלמידים במילים שלהם לשם מתן תוקף לדבריהם.

ממש כיף לך בהדרכה ואתה משקיע בה המון זמן ואנרגיות, ממש את כל היום שלך. שמעתי נכון?

10 - אישוש:

נחזור על דברי התלמידים במילים שלנו. נראה להם שקלטנו את החוויה האישית שלהם ואת היותה בעלת ערך והגיון.

אתה אומר שקשה לך ללמוד מתמטיקה מרחוק. הבנתי נכון?

11 - הדדוד:

נשתף את התלמידים באסוציאציה או זיכרון אישי שהדברים מעוררים בנו.

הדאגה שלך לסבתא מזכירה לי איך כילדה, בימים של חורף סוער תמיד חשבתי על סבא שלי שהתגורר לבד בעיר אחרת.

12 - זכות למוגנות:

נזכיר לתלמידים שיש להם זכות להיות מוגנים ולחוש בטוחים.

"מגיע לך שישמרו עליך ויעזרו לך, אתה חשוב. את חשובה."

13 - כיוון להתמודדות:

נזמין את התלמידים לחשוב על פתרונות אתה חשוב.

מה יכול לעזור לך? מה את צריכה שיקרה? איזה פתרון יקדם אותך? מה "עבד" לך בעבר?

14 - התפעלות:

נביע התפעלות (כנה) מחוויות, הישגים, מחשבות או פעולות שהתלמידים תארו.
אתה רץ שלוש פעמים בשבוע! וואו, זה נשמע נהדר. את מתמידה ומתאמצת, נפלא!

15 - הכוונה לעשייה:

נעודד את התלמיד/ה לבחור צעד מעשי ראשון בהתמודדות.
מה הצעד הראשון שתעשה כדי להשלים את החומר?

16 - פנייה לעזרה:

נעודד את התלמידים לשתף ולהיעזר. נחזק את ההבנה שפנייה לעזרה היא עדות לכוח ולא לחולשה.

למי אתה פונה כשקשה לך? עם מי את מתייעצת?

17 - חיזוק התקווה:

נביע מסרים בוני חוסן ואופטימיות.

דברים יסתדרו, מצבים בחיים הם משתנים ומתחלפים. את ילדה חזקה וחכמה ואת תצליחי. אתה בוגר וחברותי, אתה תמצא את הדרך שלך.

18 - זיהוי חוזקות:

נעודד את התלמידים למנות כוחות פנימיים וחוזקות שהם מזהים בעצמם.
במה אתה סומך על עצמך? איזה כוחות יש לך? אילו כוחות את מכירה בעצמך?

19 - תחושת בטן:

נהיה קשובים לאינטואיציות שלנו.
אני מרגישה שיש משהו שלא נאמר בקול. אני סומכת עליה. אני דואגת לו.

20 - פרידה:

נסיים את השיחה בשאלה פתוחה, בהודיה ובתזכורת להחלטות אם התקבלו כאלו
מה עוד רצית לומר לי? תודה על השיחה, שמחתי לראותך ואל תשכחי שהחלטת...

ניהול שיח רגשי

כרטיס הרגשות מסייע למורה לנהל שיח רגשי עם התלמיד/ה תוך שיום תחושותיו/יה והבנת עוצמת הרגשות.

המורה מבקש/ת מהתלמיד/ה לבחור את הדמות שמייצגת את האופן שבו הוא/היא מרגיש/ה באותו היום, או את האופן שבו הוא/היא מרגיש/ה ביחס ללימודי המקצוע או כל שאלה אחרת.

מתחת לכל רגש קיים סולם 10-1 המביע את עוצמת הרגש - המורה מבקש/ת מהתלמיד/ה לבחור את הספרה המבטאת הכי טוב את עוצמת הרגש.

המלצות למורים המנהלים את השיח:

1. הקשבה פעילה: חשוב להתמקד בנאמר, מומלץ להקשיב ללא דיבור וללא תגובה מידיים, ללא הכנסת פרשנויות משלכם, בכוונה אמיתית להבין את הנאמר.

2. פרפראזה: אתם חוזרים במילים שלכם על עיקרי הדברים ששמעתם. דוגמאות: "אני שומע/ת שאמרת...", "את/ה מתכוון/ת ש..."

3. הבנת הגלוי והסמוי: מבררים מה התלמיד/ה מאות/ת לנו בהתנהגות הגלויה שלו/ה. דוגמאות: כשהתלמיד/ה אומר/ת "זה טיפשי", אולי הכוונה הסמויה היא: "זה קשה לי, זה מביך אותי".

4. שיקוף אמפאתי: המורה אומר/ת במילים שלו/ה את מה שקלטת/ה שהתלמיד/ה מרגיש/ה. שיקוף אמפאתי נאמר תמיד בטון שואל, כי הוא רק מציע השערה למחשבה או לרגש של האחר. דוגמאות: "האם את/ה אומר/ת שהכול טיפשי, כי אולי זה קצת מביך?"

5. דיבוב: שואלים שאלות לתחקור רגשי, שעוזרות לקבל מידע, להבין טוב יותר את הבעיה, ולאפשר לתלמיד/ה להעמיק בקושי שלהם. דוגמאות:

למה? (למה, לדעתך את/ה מרגיש/ה כך? למשל, למה את/ה כועס/ת?)

מי? (מי גרם לכך? מי עזר? מי הפריע? מי היית רוצה לצדך?)

מתי? (מתי התחלת להרגיש כך?)

איך? (איך לדעתך אפשר לפתור את הבעיה?)

במהלך השיח הרגשי ניתן לייצר עימות: משקפים פערים. למשל, פער בין התנהגות למילים. דוגמה: "אמנם הדיבור שלך רגוע, ואת/ה גם אומר/ת שאת/ה לא כועס/ת, אבל העיניים שלך דומעות..."

6. חשיפה אישית: מספרים על עצמנו, כדי לשמש מודל אישי, וכדי לתת אישור (לגיטימציה) לרגש מסוים. דוגמאות: "אילו הייתי במצב שלך, הייתי מרגיש/ה...", "פעם קרה לי...", והרגשתי..."

7. עידוד לחיפוש פתרונות: מכוונים את התלמיד/ה לחפש בעצמו/ה פתרונות מעשיים לבעיה. דוגמאות (מומלץ לשאול): "מה את/ה מציע/ה?", "אילו קשיים יכולים להתעורר?", "מה יכול לעזור?", "איך נעקוב אחרי הפתרונות?"

8. סיכום השיחה באופן מעצים ומחזק כולל הזמנה להמשיך קשר.



דַרְכָא

DARCA SCHOOLS