

# הצעות למבנים ולכלים ליצירת שיח מקרב לחיזון

## שייכות וקשר

כישורי חיים" על-יסודי"

כיתות בנים

חברה חרדית



# רציונל

תחושת **השייכות** מהווה "**נמל בית**" מרכזי לחיזוק הרווחה הנפשית של התלמידים, בעיתות שגרה וחירום כמו בעת הזו. בהתאם לכך, ניצור הזדמנויות למפגשים בין התלמידים בהרכבים ובמקומות שונים, בהתאם לתכתיב המציאות, שיגבירו את הקרבה והתמיכה ביניהם.

להלן, הצעות למבנים ולכלים ליצירת שיח חברי מקרב, שמטרתו, לבסס ולחזק את **החיבור והקשר** בין התלמידים. השיח יכול להתקיים בכיתה, בקבוצות ובזוגות. לתוך המבנים הללו ניתן להכניס תכנים ונושאים שונים בהתאם לצרכי התלמידים והכיתה.

✓ השיח שיתמקד במגוון נושאים, מחשבות ורגשות, המעסיקים את התלמידים, יהיה פתוח ויתרום לתחושה הייחודית.

✓ השיח מהווה הזדמנות ללמידה ודרכו, יבינו וירגישו שהשיתוף מקל ומסייע במצבים השונים בחייהם.

✓ השיח מאפשר התבוננות פנימית, שיתוף, הקשבה וחיבור זה לזה, תוך הכרה בקשיים, חיזוק ה**חוסן** האישי וה**תקווה**.

"איננו מחדשים דבר בעולם,  
אנו רק מגלים את הטוב הטמון בו."

הרבי מקוצק

# הנחיות לשיח מיטבי

השיח מאפשר, מעודד ומכיל

השיתוף מהלב, מתאים, ממוקד ותכליתי

מקשיבים ממוקם מבין ולא שיפוטי

מכבדים את דברי החבר

הנאמר בשיח נשאר ביננו  
אפשר לשתף בנושא ולספר רק על עצמי



# הנחיות שיח מיטבי

## הרחבה למחנך

כדי ליצור **מרחב שיח מיטבי ומוגן**, שיאפשר **שיתוף והקשבה פעילה**, מומלץ לקבוע מספר **כללים** בסיסיים. **שיח** על הכללים, הבהרתם, יצירת כללים משותפים ו**חזרה** עליהם, יתרמו לאווירה של התנהגות נאותה ושיח מכבד.

- הקשבה - **מקשיבים למי שמדבר** - חשוב להקפיד על **הקשבה** אחד לשני.

- שיתוף והשתתפות - **כולם מוזמנים לשתף ולהשתתף** - נזמין את התלמידים לשתף, אך מי שאינו מעוניין, אינו חייב לעשות זאת. כאשר מתקיים סבב, כל אחד יכול לוותר על תורו. אם משהו ויתר על תורו ומתחרט, הוא מוזמן לשתף בסוף הסבב.

- גבולות - **משתפים חברים רק במה שמתאים** - חשוב לשמור על **סודיות התכנים האישיים** ולהדגיש, שכל מה שנאמר במסגרת השיעור, לא ידובר מחוץ לשיעור, על מנת ליצור תחושת אמון ובטחון.

- סודיות ופרטיות - **מה שנאמר במעגל - נשאר במעגל** על מנת ליצור תחושת אמון ובטחון בקבוצה, חשוב לשמור על **סודיות התכנים האישיים** ולהדגיש, שאפשר לשתף בנושא המדובר באופן כללי, כך לדוגמה אפשר לשתף מה למדתי בשיעור על עצמי ועל הנושא



# מבנה שיח מקרב



פתיחה -

טקס קבוע של קבלת פנים וסבב שלום



שיח -

בחירה באחת מההצעות לשיח מקרב



**סיכום השיח-**

תוך הגדרה והקפדה על הנחיות לשיח מיטבי, כל זאת,

# שיח מקרב לחיזוק שייכות וקשר

בקבוצה גדולה, בקבוצות קטנות או בזוגות



הטקס

פתיחה וקבלת פנים לפני השיח הקבוצתי

שיח בזוגות



יומן פגישות



קרסלה

שיח ברביעיות או בקבוצות קטנות



מדברים גלויות



רגע של משחק

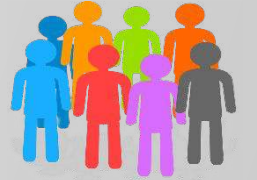


נפגשים

שיח מעגל כיתתי



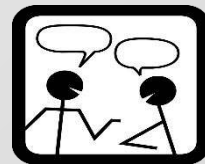
המיקרופון שלי



"פנים אל מול פנים"

אפשרות 1

אפשרות 2



מילה לסיום

סיכום השיח הקבוצתי

**הטקס**  
**פתיחה וקבלת**  
**פנים לפני**  
**השיח**



○ **פתיחה:** ברכה ושלום לכל המשתתפים.

○ **בדיקת נוכחות:** מי נמצא? מי חסר?  
חשוב להזכיר תלמידים שלא הגיעו למפגש, להתעניין בהם ולמנות אחראים ליצור עמם קשר.

○ **סבב שלום:** למשל: לחזור לישיבה בשבילי...  
אני שמח לחזור! אני מעדיף להישאר בבית...

התלמידים יתייחסו, לפי סדר, לשאלת פתיחה אותה יציג המחנך בשם (על שם) ויקראו בקול את השם. להגיד אלו שמעליהם יתחילו לומר את שמותיהם בשבילי... לפגוש את

○ כללי שיח.



# \*שיתוף ודיון בסוגיה

1. התלמיד המשתף מעלה סוגיה בנושא נבחר.

2. החברים שואלים שאלות הבנה, ללא הסקת מסקנות, שיפוטיות או ביקורת.

3. מספר חברים משתפים בחוויה אישית שלהם, הקשורה לדברי המשתף.

4. החברים מזהים במשתף נקודות חוזק וכוחות.

5. המשתף מספר מהם המחשבות והרגשות, העולים אצלו, בעקבות השיח.

6. התלמידים והמחנך משתפים במחשבות וברגשות בעקבות השיח.

שיתוף  
אישי

התעניינות

חיבורים

מכל  
הלב

תודה

סיכום  
וסיכום

פנים אל"  
"פנים



# שיר כמזמן שיח

לפניך הצעות לשירים:

- עלה קטן שלי
- כל העולם כולו
- כנפי רוח

ניתן לבחור שירים שנכתבו לאחרונה, בצל תקופת מלחמת חרבות ברזל, לבחירתך ולבחירת התלמידים.

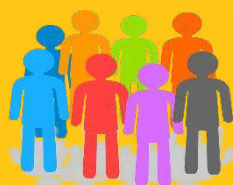
## שאלה מנחה

הרבה מדברים על התקופה... הקשיבו לשיר:

- מה עולה מהשיר בהקשר לתקופה?
- חיטבו על משמעות העולה בשיר לגביכם.
- חיטבו על "מתנה" שהתקופה העניקה לכם.
- מה או/ו מי עוזר לכם להתמודד עם הקשיים בתקופה זו?

## שיתוף במליאה

פנים אל"  
"פנים



## "המיקרופון"

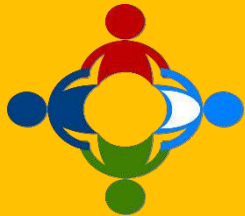


1. המחנך יציע נושא לשיחה, או יאפשר לתלמידים להציע : להתארגן מחדש, לצאת מהבית, משימות לימודיות, חזרה לשגרה, חוויית הלמידה מרחוק ועוד.
2. התלמיד שבוחר להתחיל, משתף בנושא
3. עם סיום דבריו אומר:  
"אני מעביר את המיקרופון ל...".
4. מי שקיבל את רשות הדיבור מתייחס לדברי קודמו ומוסיף משלו.

\* אפשר להשתמש בחפץ כלשהו או במיקרופון "אמיתי" או וירטואלי

# מפגש ברביעיות או בקבוצות קטנות

"נפגשים"



המחנך יכריז בקול על נושא השיחה, על פי בחירתו, או בתיאום עם התלמידים ובהתאם לצורך.

לכל משתתף בקבוצה כשתי דקות זמן שיתוף.  
**אפשר להיעזר בצליל למעבר לנושא חדש.**

**נושאי שיחה אפשריים:**

פעילויות פנאי שאני אוהב, תחום שלקחתי או שאני לוקח בו אחריות, רעיונות חדשים שיש לי, תחום שאני מתמיד בו, הפסקה שאני לוקח לעצמי, אני מקווה ש..., אני מאמין ש...

**נושאים בתקופת מלחמת חרבות ברזל**

במה נתרמתי בלמידה מרחוק? במה התקשיתי בלמידה מרחוק? רעיונות לשינוי, אחרי תקופת מלחמת חרבות ברזל?

## "יומן פגישות"



התלמידים יקבעו פגישות עם חברי הכיתה **שיתקיימו במהלך השיעור**. המחנך יציע את הנושא הנבחר לשיח בכל פגישה.

### הנחיות לתלמידים:

1. על התלמידים להסתובב בין חברי הכתה ולקבוע **חמש פגישות**.
2. המחנך ייתן **סימן או צליל** להתחלת כל פגישה.
3. התלמידים ישבו **בזוגות** וישוחחו על הנושא המוצע.
4. עם השמע האות, התלמידים ייפרדו מהחבר הנוכחי, ימצאו את החבר החדש וישוחחו על הנושא הבא.

### לתשומת הלב

- ❖ חשוב לבחור **לפחות 3 תלמידים** איתם לא נפגשת או דיברת בשבועיים האחרונים.
- ❖ חשוב שכל אחד **ימצא בן זוג**, גם המתקשים בכך.

\*נושאים לפגישות: למה אני מתגעגע?, למה אני לא מתגעגע? משהו שאני צריך ללמוד לעשות אחרת, התמודדות שלי עם לחץ ההספק/מבחנים וכדו'..., אמונה או תקווה שעוזרות לי כעת, מחשבות לקראת השנה..., משהו שאני רוצה לספר לך...

# פעילויות משחקיות, הומוריסטיות

מתאים לקבוצות קטנות

נחשו מי/מה?

כל משתתף בוחר ומציג נושא וחברי הקבוצה מנחשים למה הכוונה, באמצעות שאלות מנחות למשל: חוג/תחביב אהוב, מה משמח אותי, תחום שהתגמשתי בו בזמן האחרון, מה אני רוצה לעשות כשאהיה גדול, למה הכי התגעגעתי בתקופת מלחמת חרבות ברזל

- לחלופין, המחנך יכול לחלק את הנושאים למשתתפים
- ניתן לאתגר: המשתתף שניחשו אצלו בהכי פחות שאלות הוא המוביל
- לשיקול המחנך: ניתן להשתמש בפנטומימה בהתאם לאופי הקבוצה

ציור

כל אחד מציג נושא **בציור** וחברי הקבוצה מנחשים, למשל: שם של ספר, משהו שעשיתי הרבה בזמן הלמידה מרחוק, חוג/תחביב אהוב, מצב חיים לבחירת המחנך או התלמידים.

○ מילה לסיום...

מטרת הפעילות לעורר קצת צחוק והומור בתקופה לא שגרתית זו, חשוב שהפעילות תתאים לכיתה ולתלמידים\*

"רגע של  
משחק"





# "אדברים" גלויות



לפניכם **"גלויות"** שונות – נושאים לשיח בקבוצה

אפשרויות לפעילות:

- **קלפים הפוכים** - בוחרים באקראי קלף לשיח.
- **קלפים גלויים** - תלמיד בוחר נושא לשיח.
- הקלפים מונחים גלויים, כל תלמיד ניגש לנושא אליו רוצה להתחבר, כך נוצר שיח מגוון בקבוצות קטנות

# "קרואסלה"



התלמידים ישבו במעגל בתוך מעגל - עם הפנים זה כלפי זה (תוך שמירה על כללי הריחוק החברתי).

התלמידים ישוחחו בזוגות על הנושא הנבחר. לכל שיחה יינתנו 4 דקות.

עם הנתן האות, חברי המעגל החיצוני יזוזו מקום אחד ימינה. כעת ינהלו את השיח עם החבר שמולם.

## נושאי שיחה אפשריים:

פעילויות שיזמתי, תחום שאני לוקח בו אחריות, רעיונות שיש לי לתקופה הקרובה, נושא או תחום שאני מתמיד בו, הפסקה שאני לוקח לעצמי, התקווה שלי, אני מאמין ש...

## נושאים בתקופת מלחמת חרבות ברזל:

במה נתרמתי בלמידה מרחוק? הצלחות שלי בתקופה האחרונה, מכשולים שהתגברתי עליהם, מה הייתי רוצה לשנות בישיבה, אחרי תקופת מלחמת חרבות ברזל?

"מילה לסיום"



## שיתוף במליאה

מחשבות ורגשות בעקבות השיח

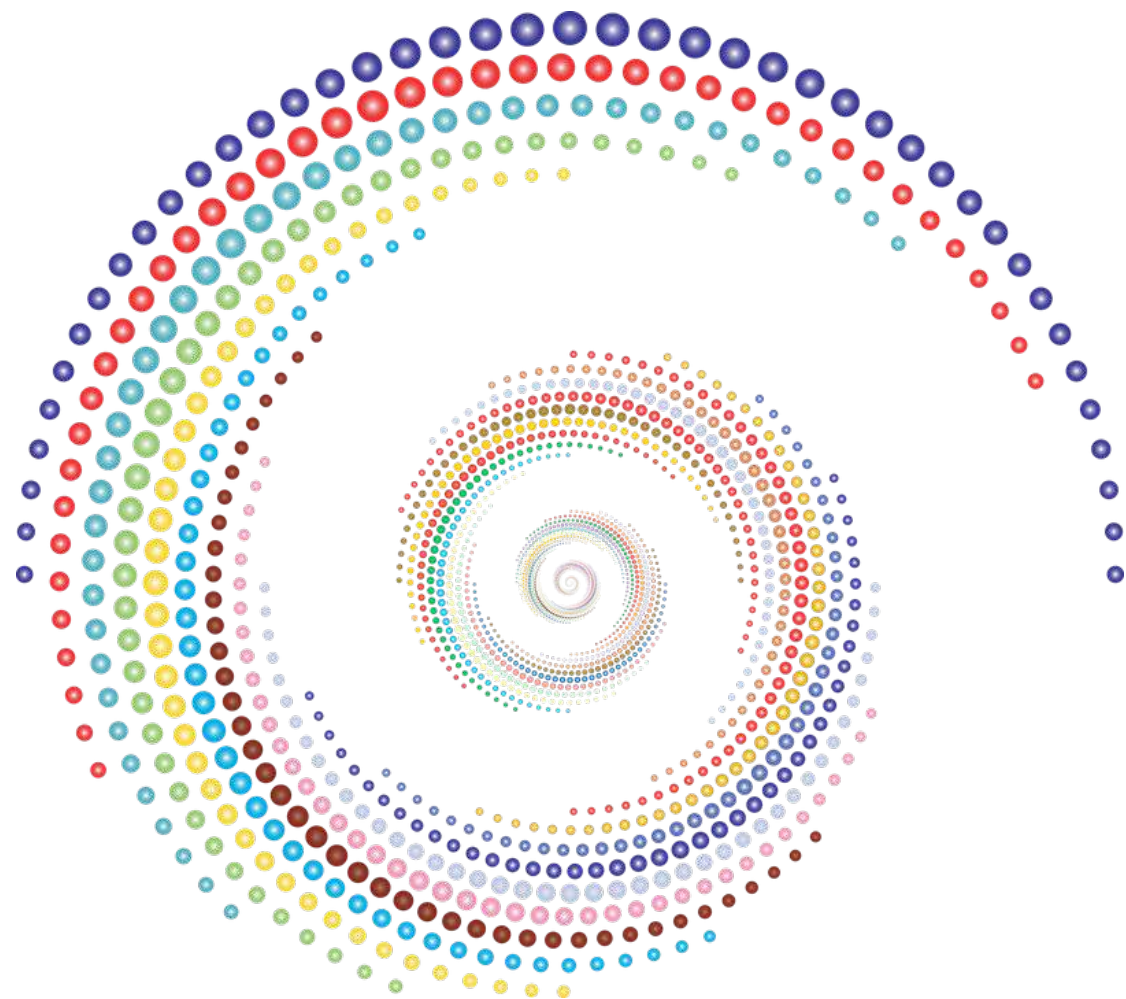
## מסרים לבחירת המחנך

- הוקרת השיתוף ושיתוף הפעולה.
- הכרה בקשיים, לצד הכרה ביכולתנו לחיזוק כוחות.
- השיתוף בחוויות, תחושות ורגשות מקרב ומחזק.
- יש ביננו גם דמיון וגם שוני.
- אנחנו פה כולנו ביחד לעזרה ותמיכה.

## לתשומת הלב

- כדאי לשמור על חלוקת הזמן בין התלמידים המשתפים
- חשוב להקפיד על שיח מכבד

שיח מישתף - מיקרב  
עושה טוב בלב!



הפגישות שלי

- \_\_\_\_\_ .1
- \_\_\_\_\_ .2
- \_\_\_\_\_ .3
- \_\_\_\_\_ .4
- \_\_\_\_\_ .5

הפגישות שלי

- \_\_\_\_\_ .1
- \_\_\_\_\_ .2
- \_\_\_\_\_ .3
- \_\_\_\_\_ .4
- \_\_\_\_\_ .5

הפגישות שלי

- \_\_\_\_\_ .1
- \_\_\_\_\_ .2
- \_\_\_\_\_ .3
- \_\_\_\_\_ .4
- \_\_\_\_\_ .5

הפגישות שלי

- \_\_\_\_\_ .1
- \_\_\_\_\_ .2
- \_\_\_\_\_ .3
- \_\_\_\_\_ .4
- \_\_\_\_\_ .5

הפגישות שלי

- \_\_\_\_\_ .1
- \_\_\_\_\_ .2
- \_\_\_\_\_ .3
- \_\_\_\_\_ .4
- \_\_\_\_\_ .5

הפגישות שלי

- \_\_\_\_\_ .1
- \_\_\_\_\_ .2
- \_\_\_\_\_ .3
- \_\_\_\_\_ .4
- \_\_\_\_\_ .5

הפגישות שלי

- \_\_\_\_\_ .1
- \_\_\_\_\_ .2
- \_\_\_\_\_ .3
- \_\_\_\_\_ .4
- \_\_\_\_\_ .5

הפגישות שלי

- \_\_\_\_\_ .1
- \_\_\_\_\_ .2
- \_\_\_\_\_ .3
- \_\_\_\_\_ .4
- \_\_\_\_\_ .5

געגועים

אחריות אישית  
על הלמידה

המפגש  
דרך הטלפון

שעות ארוכות  
בשיחות טלפון

כוחות שגיליתי  
על עצמי  
במהלך הלמידה מרחוק

הריחוק מהחברים

התמודדות עם  
שינויים

פעילות גופנית, טבע  
טיולים



השהות בבית  
עם המשפחה

המלחמה ואני

עזיבת מקום מגורים  
כיצד השפיעה עלי

מה עוזר לי להתמיד  
ולתאמץ ללמוד  
גם מרחוק?

מה חברים יכולים  
לעשות לטובת חברים  
אחרים

התמודדות עם  
שעמום

אי ודאות והתמודדות  
עם שינויים תכופים

צמיחה מתוך  
– אתגרי השעה  
במה צמחתי?

אמונה בזמן  
שגרת חירום

- חברים  
איך יוצרים קרבה  
למרות הריחוק?

– אני פה והם שם  
מה קורה כשחלק  
מהאחים לומדים  
מהבית וחלק בכיתה?

...נושא אחר

...נושא אחר

?מי/מה עוזר לי

– בחירה חופשית  
מה אני בוחר  
להכניס לסדר היום  
לחיי?

# יומן פגישות – נושאים נוספים לשיח

✓ חוויה משמעותית שחוויתי, בכלל או בתקופה האחרונה בפרט

✓ משחק או פעילות שאהובים עלי במיוחד

✓ ספר שהשאיר עלי רושם

✓ תחביב שאהוב על במיוחד

✓ הרגל שאימצתי בתקופה האחרונה

✓ משהו או מישהו שאני מתגעגע אליו

✓ מה גורם לי שמחה?

✓ העוגן שלי ברגעים של קושי

✓ בזכות התקופה הזו אני...

✓ גלגל ההצלה שלי בתקופה של אי וודאות

✓ דרך לשפר את מצב רוחי?

✓ עצה טובה שקיבלתי

✓ מעשה טוב שעשיתי

✓ "מתנה" שקיבלתי בזמן האחרון

✓ האמונה כמחזקת את החוסן הפנימי שלי

