

אתרוג

כתב-עת לענייני חינוך, יהדות וחברה

הסתדרות המורים בישראל | עובדי הוראה בחמ"ד | הקרן לקידום מקצועי



הישיבה לאמנויות ולמדעים בתל אביב (עמ' 14)



החצר הפנימית של בית הספר יד בנימין שבו פועל מרכז "תעצומות"

לעזור לתלמידים ה"שקופים"

מרכז "תעצומות" ביד בנימין הוקם לפני חמש שנים על ידי אודליה אלקובי (37) בעברה יועצת חינוכית ומדריכת אח"ם (אקלים חינוכי מיטבי) במשרד החינוך, במטרה לקדם את הטיפול בתלמידים ה"שקופים"

כתב: איתי גודר | צילם: דפי קוץ

מתגוררת כיום ביד בנימין. היא גדלה ברחובות והשלימה תואר שני ביעוץ חינוכי באוניברסיטת בר אילן. לאחר נישואיה למורן, עבר הזוג לתל אביב ושם החלה את דרכה כיועצת בתיכון מקצועי בדרום תל אביב. משם המשיכו בני הזוג לכוכב השחר ואלקובי נעשתה יועצת בישיבה תיכונית ייחודית "אהבת חיים" (לנערים עם הפרעות קשב). "לאחר שעברנו ליד בנימין ידעתי שאני חייבת שינוי והחלטתי לפתוח מקום שישמח ילדים בבית הספר. התחלתי בשירותי הוראה מתקנת ומיד הבנתי שהצלחה אמנם מורכבת מהישגים לימודיים, אך לא פחות חשוב מכך זו תחושת השייכות של הילד לכיתה".

בשיתוף עם קבוצת מומחים בתחום נבנתה במרכז תעצומות תוכנית מקיפה לפיתוח מיומנויות חברתיות בקרב תלמידים, המועברת בהשתלמויות בית ספריות ובימי עיון מרוכזים וכן תוכנית התערבות ייחודית

מורים מאמינים שכיתה צריכה ויכולה להיות מקום חם ונעים, מקום אוהב ופתוח שהתלמידים שמחים להיות בו, שמתנהל בכבוד הדדי. בפועל המציאות שונה. בכיתות רבות נוצרים מתחים, קשיים ומריבות, וישנם הרבה תלמידים שקופים ודחויים, שחווים באופן יומיומי רגשות שליליים וצוברים משקעים המשפיעים עליהם לטווח הקצר ולטווח הארוך, אומרת אודליה אלקובי יוזמת מרכז "תעצומות". לדבריה, התלמידים השקופים והדחויים לא ניהנו בכישורים הנחוצים להשתלבות חברתית בכיתה. "לא כולם יודעים כיצד לבנות קשר נכון, כיצד לשמר את הקשר ומתי להגיב, אבל אפשר ללמד אותם כיצד עושים זאת".

למערכת החינוך אין מענה מספק

אודליה אלקובי, 37, נשואה ואם לחמישה

אודליה אלקובי,
יוזמת מרכז
"תעצומות":
"בכיתות רבות נוצרים
מתחים, קשיים
ומריבות, וישנם
תלמידים 'שקופים'
ו'דחויים', שחווים
באופן יומיומי רגשות
שליליים וצוברים
משקעים. הם לא ניחנו
בכישורים חברתיים
הנחוצים להשתלבות
חברתית בכיתה. לא
כולם יודעים כיצד
לבנות קשר נכון, כיצד
לשמר את הקשר ומתי
להגיב, אבל אפשר
ללמד אותם כיצד
עושים זאת"



חברות עם מערכי שיעור,
הדרכה למנחים ומשחקים



יעל אברהם, פסיכולוגית חינוכית ומפתחת
השיטה לטיפול חברתי קבוצתי

לדברי קלמן יש שני סודות להצלחה
בהתמודדות עם עלבון: האחד הוא להביא
בחשבון שהמצב יכול להחמיר לפני שהוא
ישתפר. "צריך להיות מוכנים לכך כי זה לא
קל. לא יפסיקו להעליב אתכם באופן מיידי.
להפך. המעליבים אף יוסיפו עוד עלבונות כי
הם יצפו לראות אתכם נפגעים בגלל שהם
כבר התרגלו לכך. חשוב להבין שאך ורק
לאחר שהם יראו שאתם כבר אינכם נעליבים
הם ירגישו מגוחכים. אחרי כמה ימים הם כבר
יפסיקו לנסות."

הסוד השני של קלמן הוא סוד ההתמדה.
"ללא התמדה זה לא יעבוד", הוא מדגיש. "אם
המעליבים יגלו שלעתים אתם כן נפגעים, הם
ימשיכו לנסות עד שאתם תיעלבו. רק כשהם
מגלים שהם אינם יכולים לפגוע בכם אף פעם,
הם יפסיקו לנסות להעליב אתכם."

חמישה שלבים להשתלבות בקבוצה

תהליך האבחון והטיפול בבעיות השתלבות
חברתית מתקיים, בין היתר, באמצעות משחק.
אלקובי: "בכל משחק נדרשים התלמידים
ליצור מיומנויות חברתיות בסיסיות
המאפשרות את קיום
המשחק: קשר עין,
רגישות לקיומו של
מרחב אישי ומרחב
קבוצתי, יכולת תקשורת
והבנה בסיסית בין הפרט
לכלל ואיכות הקול.
בהסתכלות ובהכוונה נכונה
של המשחק, ניתן לפתח
וליצור בכיתה שיח והבנה של
מיומנויות חברתיות מורכבות.
אחרי הכול, המשחק הוא מעין
תשקיף על האינטראקציה
החברתית הקיימת בכיתה."



יוזמת מרכז "תעצומות",
אודליה אלקובי

לפיתוח כישורים חברתיים.
כל התוכניות מועברות על ידי יועצים,
פסיכולוגים ועובדים סוציאליים שהוכשרו
בנושא. במקביל להשתלמות המורים, הכיתות
עובדות תהליך חינוכי חברתי. נוסף המכוון
לפתח אצל התלמידים רגישות ואכפתיות.
"הסוד הוא מודעות", אומרת אלקובי. "לא
לפחד מהבעיה, להגדיר אותה ולנסות
להתמודד איתה עם מיטב הכלים".
דורית וסרצוג מנהלת ממ"ד ברויאר חפץ חיים
ביד בנימין, הנעזרת במרכז "תעצומות" ארבע
שנים, מסבירה את הצורך בשירותיו: "מערכת
החינוך לא תמיד יודעת כיצד להתמודד עם
דחייה חברתית. בעבר זו נתפסה כגזירת גורל
שאינה ניתנת לשינוי. ב'תעצומות' מבינים
שהכול מתחיל ונגמר בחינוך. כולם יודעים
שהחינוך החברתי הוא קריטי, אך המרכז
השכיל לייצר מערכי פעולה שנותנים מענה
לבעיה, זה מחולל שינוי וזה נפלא."

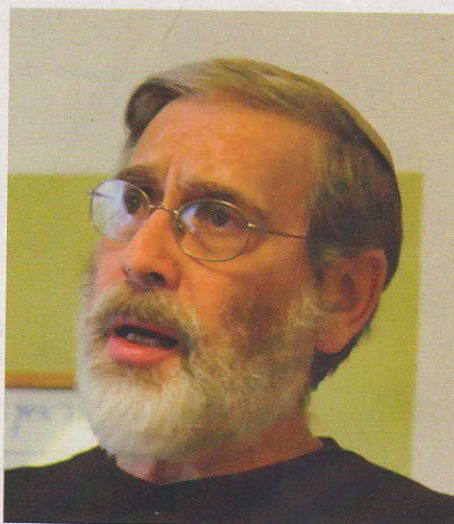
איך מתמודדים עם עלבון

איזי קלמן (63) מתקוע, מומחה לפסיכולוגיה
של בני הנוער, פיתח שיטה יחודית להתמודדות
עם עלבון. בסדרת הפגישות שמקיים קלמן
עם מנחי תעצומות ומורים הוא מלמד אותם
להתמודד עם עלבון בדרך מפתיעה. הכלל
הראשון של קלמן הוא לא להגיב בפגיעה ולא
לפתוח במלחמה כנגד המעליב. "הטעות של
נעליבים היא בתגובה הראשונה שלהם. הרבה
פעמים הם לא מבינים שדווקא הדרך בה הם
מתייחסים לעלבון, גורמת לאדם שמעליב
אותם, או פוגע בהם, לשוב ולחזור על ההערה
המעליבה שלו."

קלמן טוען שאם נפנה למעליב ונבקש ממנו
שיחולל להציק, נקבל דווקא את האפקט הלא
רצוי. "גם אם נאמר לו: 'תפסיק מיד כי אם לא
אני ארביץ לך', זה לא יעזור. זה רק מלבה את
האש. אני מבטיח לך שההצקות יימשכו."



מיה כהן סקלי, מנהלת מרכז "תעצומות" רמת בית שמש



איזי קלמן, מומחה לפסיכולוגיה של בני נוער שפיתח שיטה להתמודדות עם עלבון



דורית וסרצוג

מנהלת ממ"ד ברויאר חפץ חיים ביד בנימין: "מערכת החינוך לא תמיד יודעת כיצד להתמודד עם דחייה חברתית. בעבר זו נתפסה כגזירת גורל שאינה ניתנת לשינוי. ב'תעצומות' מבינים שהכול מתחיל ונגמר בחינוך. כולם יודעים שהחינוך החברתי הוא קריטי, אך המרכז השכיל לייצר מערכי פעולה שנותנים מענה לבעיה, זה מחולל שינוי וזה נפלא"

שאומר מישו מחברי הקבוצה.

קשיים של מחוננים

מאיה כהן סקלי (35) מנהלת מרכז תעצומות רמת בית שמש, סיפרה על העבודה עם ילדים מחוננים: "יש כאן מצב מורכב. הילדים האלה חווים מצד אחד הצלחה בלימודים והישגים גבוהים ומצד שני לא פעם הם חווים כישלונות ביכולת ההסתגלות החברתית

ב'תעצומות' פיתחו קובץ משחקים המיועד לשלושים ילדים, כל משחק נמשך חמש דקות משחק, מתאים לכל מורה.

יעל אברהם (50) פסיכולוגית חינוכית, מטפלת משפחתית מעומר פיתחה שיטה לטיפול חברתי קבוצתי. יעל מגדירה חמישה שלבים בהשתלבות תלמיד בקבוצה: "ראשית, חשוב מאוד להתבונן בקבוצה אליה אתה מנסה להצטרף. חשוב לקרוא את הרמזים החברתיים של הקבוצה, כגון הקירבה הפיזית בין



משחק חברה לאימון רגשות

שלהם. קוראים להם 'חוננים', הם מרגישים בודדים ולא מצליחים להתחבר חברתית לכיתה. חלק מהמחוננים מתקשים להודות שקשה להם". גם כאן, טוענת כהן סקלי, חשוב לשחק, ללמוד לשתף פעולה ולדעת להפסיד בכבוד. "חשוב מאוד ליצור עבורם המשגה של החוקים החברתיים. לגרום למחוננים להבין שיש חוקיות בהתנהלות החברתית. לתת להם להבין זאת דרך המחשבה. ברגע שהם מזהים

החברים, קשר העין ביניהם, המעמד החברתי שלהם בכיתה, עוצמת הדיבור שלהם. לאחר מכן יש להתקרב פיזית לקבוצה בה אתה רוצה להשתלב. שני השלבים הבאים מחייבים הקשבה וריכוז: מצד אחד להיות בשקט לפרק זמן מסוים ומנגד לנסות להבין על מה מדברת הקבוצה? מה נושא השיחה? בשלב האחרון יש לחזור על משפט או מילה של אחד מחברי הקבוצה, או לחילופין לנסות לאשר משהו



חוברת עם מערכי שיעור למגזר החרדי

אומרת. "ככל שהחברה יותר סגורה, כך יכולת ההשתלבות בה יותר קשה. האתגרים החברתיים בחברה החרדית הם רבים: מה עושים, למשל עם ילדה שהוריה אוסרים עליה להיות חברה של מי שיש לו אינטרנט?"

לדברי זלושינסקי, דחייה חברתית במגזר החרדי עלולה להוביל לנשירה דתית ובעקבות כך גם לנשירה מהלימודים. דרך ההתמודדות במקרה כזה היא שיחות עם ההורים, הפנמה של מודעות למחיר שהבנות עלולות לשלם. "הבנה היא צעד ראשון בדרך לריפוי", היא גורסת.

בין ילדי הגן לילדי בית הספר

ההתמודדות עם בעיות חברתיות של ילדי הגן תלויה מאוד בהוריהם. ד"ר עדה בקר, יועצת התפתחותית ומומחית להתפתחות חברתית בגיל הרך, הבונה בימים אלה עם "תעצומות" את תוכנית ההתערבות לגנים, מדגישה כי דחייה חברתית קיימת כבר בגיל הגן. היא מדגישה שהכלל הראשון שעל ההורה לנסח לעצמו היא התובנה שהבעיה לא תיפתר מעצמה. "אסור לפחד ולחשוש מהתמודדות עם הבעיה", היא אומרת. "אם אתה רואה שהילדה שלך אינה חברתית בגיל ארבע, אל תאמר: 'לא נורא. כשהיא תגדל זה יחלוף'. חשוב להתמודד ולטפל כבר בגיל הזה. אמנם הילד עצמו לא שותף למפגשים, אבל באמצעות שיחות עם הגננת וההורים, אנו יכולים לייצר לילד מעטפת טיפולית שתסייע לו."



מנהלת פעילות "תעצומות" במגזר החרדי, רבקי זלושינסקי

חוקיות, החברה כבר לא נראית כמו ג'ונגל. ניתן להתחיל לנווט."

דחייה חברתית במגזר החרדי

רבקי זלושינסקי (34) מנהלת פעילות "תעצומות" במגזר החרדי, היא חרדית המתגוררת בנווה אילן ועובדת בבני ברק. "עיריית בני ברק נותנת אמון בתוכנית כיוון שאנו מתאמצים לעשות את כל ההתאמות הנדרשות והן לא מעטות", היא

טיפים למורים

יעל אברהם (פסיכולוגית חינוכית ומטפלת משפחתית): "חשוב מאוד לדייק את העמדה הפנימית של המורה כלפי הילד השקוף. לפעמים, מבלי לשים לב, המורה הופך להיות תומך פאסיבי בתהליך הדחייה של הילד. המורה עשויה לחשוב לעצמה: 'הילד הביא את זה על עצמו. ההתנהלות שלו בעייתית וזה גורר הצקות משאר בני הכיתה'. זו בעיה. חשוב לנסות ולראות את העולם מנקודת המבט של הילד הדחוי. אני מציעה לשחק את המשחק הבא: לקחת סיפור מוכר, 'הברווזון המכוער' למשל, ולחלק את הכיתה לקבוצות. כל קבוצה תבחר לכתוב ולספר את הסיפור מחדש אך מנקודת ראות שונה. למשל: קבוצה אחת תספר דרך העיניים של האחים. קבוצה אחרת מבעד למבט של בעל החווה. חשוב מאוד לצקת בילדים את היכולת לראות את נקודת המבט של האחר. יכולת לפתח אמפטיה כלפי האחר מביאה לירידה באלימות."

ד"ר עדה בקר (יועצת התפתחותית ומומחית להתפתחות חברתית בגיל הרך): "ילד חברתי הוא קודם כל ילד שיוודע לשחק עם עצמו. משחק חברתי הוא משחק מתפתח. אם הילד לא יידע לעשות זאת עם עצמו, הוא יתקשה שבעתיים ליישם זאת בחברותא. לאחר מכן הייתי מציעה לילד לשחק עם ילד אחד נוסף בלבד. כל משחק שיש בו 'תורות'. פעם אתה ופעם הוא. הטיפ השלישי מיועד להורים עצמם: היו חברתיים בעצמכם. תחזקו את מערכת היחסים שלכם עם בני המשפחה והחברים. ארחו בביתכם. צאו להתארח. אם ילד לא יראה וירגיש כיצד הוריו מתנהלים מול אנשים זרים, לא יהיה לו את מי לחקות. חשוב לזכור שחלון ההזדמנויות חברתי נפתח אחרי 30 שניות ונסגר אחרי דקה וחצי. השקופים מחכים הרבה זמן ומפספסים את הטיימינג. הדחויים נכנסים מאוחר מדי. הילד צריך להבין את הנושא. על מה מדברים? על המבחן בתנ"ך? על החוג אחר הצהריים? כמו כן: חשובה מאוד כניסה צנועה. לא לשדר: 'הנה הגעתי, תראו אותי'. לקבוצה יש כוחות מנוגדים. היא נוטה להתכנס ולהיסגר. חשוב מאוד לדעת לפתח Small Talk. כן, כבר בגיל הזה."

איזי קלמן (מומחה לפסיכולוגיה של בני הנוער): "לפעמים עוזר לתרגל עם התלמידים איך לא להיעלב. תגידו: 'עכשיו אני הולך לעזור לכם להתאמן. אני הולך להעליב אתכם ואני רוצה שלא תיפגעו, לא משנה מה אומר. אם אני מצליח להעליב אתכם אני מנצח ואתם מפסידים. אני מזהיר אתכם, אהיה ממש לא נחמד. אם אתם נפגעים אתם מפסידים'. אל תחששו, אך היו רגישים למסוגלות של הילד להכיל את הכול עובד כשורה תוכלו לראות את התלמיד מחייך ואף צוחק. זה סימן טוב. אם הילד נראה פגוע מדבריכם, הפסיקו מיד. חשוב להסביר שזה רק משחק בו אנו מנסים לעזור לך להתאמן כיצד לא להיפגע. ברגע שמסבירים בפעם השנייה, מעטים הילדים שעדיין מתקשים, ותוכלו לראות את התלמיד מחייך או צוחק גם כשתמשיכו להעליב אותו."