



רציונל

עלייה עקבית במספר הילדים והמתבגרים המתמודדים עם מצוקות רגשיות לצד ירידה בגיל בו מתחילים להופיע סימני המצוקה דורשת תהליכי מניעה שיתקיימו בסביבת הלמידה של הילדים, בתי הספר. הפיכת מוסדות החינוך לסביבת למידה מוגנת ותומכת דורשת תהליך למידה מתמשך, המתבסס על כלים ושיטות ממוקדות מטרה. אנו מאמינים שהמשחק הוא הדרך הטבעית להתפתח וללמוד על עצמנו ועל אחרים, שכן באמצעותו אנו מפתחים מגוון פונקציות ניהוליות, תוך שימת דגש על מיומנויות הקשורות למניעת תוקפנות/אלימות, ביניהן: ויסות רגשי, גמישות מחשבתית, עיכוב תגובה, רפלקציה ובקרה ועוד.

מטרות התכנית

- לחזק היבטים חברתיים, רגשיים וקוגניטיביים באמצעות מגוון סיטואציות מחיי היומיום (בבית"ס ומחוצה לו).
- לתת כלים מעשיים לתלמידים ולצוותי חינוך לויסות תוקפנות ואלימות.
- לבסס הטמעת ערכים ונורמות חברתיות כמו סובלנות, תקשורת מכבדת, אמפטיה, הבנת ה'אחר' ועוד.

שכבות גיל

כיתות ג'-ד'

מבנה תכנית הלימודים

התכנית כוללת 4 יחידות לימוד, בחלוקה למיומנויות/לנושאים השונות:

מיומנויות חברתיות רגשיות	תקשורת בינאישית	מסוגלות עצמית וחוסן מנטלי	אקלים מיטבי ומניעת אלימות
- שיתוף פעולה	- גילוי אחריות	- זיהוי חוזקות/חולשות	- זיהוי ושיום רגשות
- אמפטיה	- לקיחת אחריות	- למידה מסעויות	- מיתון אימפולסיביות
- הבנת האחר	- יצירת תקשורת מיטבית		- בחירה בין אפשרויות
- פתרון בעיות בעבודת צוות			

היקף פעילות

תכנית שנתית (36 שבועות)

אופן הפעלה

- במהלך התכנית, התלמידים מתנסים במשחקי חשיבה מגוונים ובהפעלות חברתיות שונות, במהלכם הם נחשפים לסיטואציות חברתיות- רגשיות מעולמם הקרוב, ולומדים להתמודד ולבחון אותן בעזרת שיטות חשיבה ייעודיות, ביניהן:
- שיטת הרמזור להתמודדות עם אירוע במהלך התרחשותו: בחינת הנתונים בתשומת לב ובדיקת האפשרויות השונות לתגובה/לפעולה.
 - שיטת המשקפיים לבחינת אירוע שקרה במבט רפלקטיבי: מה קרה? מה הרגשתי ובאיזו עוצמה? איך בחרתי לפעול? מה למדתי לעתיד?
 - שיטת המאזניים לפתרון מחלוקות: הקשבה לאחר, בדיקה עצמית על מה אני מוכן לוותר כדי להגיע לפתרון וניסיון משותף להגיע להסכמה.

התכנית כוללת גם פרויקטים במעגלים שונים (בנוסף למפגשים בכיתות):

- תלמידים
- צוות חינוכי
- קהילה