מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את מפת התפקידים בבית ספר מדבר חוסן
- להבין את שלושת הצרכים: שייכות, מסוגלות, משמעות
- לתרגל בניית תוכנית שנתית קצרה עם שגרות חוסן

גרסת חנ"מ – פחות פריטים, עד 3 אפשרויות בחירה, בנק מילים, גופן מוגדל ושורות כתיבה רחבות. מומלץ להקריא את ההוראות בקול ולעבוד חלק אחר חלק, בלי הגבלת זמן.

חלק א' – הבנת מפת התפקידים

1. א – מוביל/ת חוסן
2. ב – לשים לב לחברים ולעודד פנייה למבוגר
3. א – לזהות סימני מצוקה ולתת עזרה ראשונית נפשית

חלק ב' – נכון או לא נכון – שלושת הצרכים ועקרונות

1. נכון – כך מוגדר הצורך בדף
2. לא נכון – תפקידם לשים לב ולהפנות, לא לטפל
3. לא נכון – חשוב לבחור תלמידים מגוונים

חלק ג' – השלמת משפטים

1. מוביל/ת חוסן
2. מורים
3. עזרה

חלק ד' – התאמה בין תפקיד לתיאור

- 1 – ג (מתכנן/ת ומטמיע/ה את תוכנית החוסן)
- 2 – ד (מזהים מצוקה ונותנים עזרה ראשונית נפשית)
- 3 – ב (שמים לב לחברים ומעודדים פנייה לעזרה)
- 4 – א (אני חלק ממשהו גדול יותר)

חלק ה' – סדר הפעילות בסדנה

1. פתיחה: שיתוף בתפקיד שהיה לי כנער/ה
2. הצגת מפת התפקידים בבית ספר מדבר חוסן
3. דיון בשלושת הצרכים: שייכות, מסוגלות, משמעות
4. עבודה בקבוצות על לוח שנה עם שגרת חוסן לכל חודש

חלק ו' – מקרה לדיון

1. לפנות באופן אישי לתלמיד השקט ולהציע לו את התפקיד, כי חשוב לבחור נאמנים מגוונים ולא רק בולטים

כרטיס יציאה – מה לחפש

- תשובה מתאימה למפת התפקידים
- קישור ברור לאחד משלושת הצרכים
- שגרה מוגדרת וריאלית מהבנק

טיפים להפעלה:

- אפשר לפתוח בפעילות הפאזל כדי להמחיש שכל אחד הוא חלק מהתמונה
- חשוב להדגיש שנאמני חוסן תלמידים אינם מטפלים אלא מפנים לעזרה
- כדאי לסיים בכתיבה על בריסטול משותף כדי לחזק מחויבות קבוצתית

דף תרגול: בית ספר מדבר חוסן – נאמני חוסן ותפקידים

דף התלמיד/ה חנ"מ

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

בסדנה זו לומדים על מפת התפקידים בבית ספר מדבר חוסן ועל הדרך שבה כל תפקיד מחזק שייכות, מסוגלות ומשמעות.

בנק מילים: מורים | מוביל/ת חוסן | עזרה

1 חלק א' – הבנת מפת התפקידים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מי מתכנן/ת ומטמיע/ה את תוכנית החוסן בבית הספר?

א) מוביל/ת חוסן ב) נאמן חוסן תלמיד ג) המחנך/ת בלבד

2. מה תפקידם העיקרי של נאמני חוסן תלמידים?

א) לטפל בבעיות נפשיות ב) לשים לב לחברים ולעודד פנייה למבוגר

ג) ללמד שיעורים

3. מה תפקידם של נאמני חוסן מורים?

א) לזהות סימני מצוקה ולתת עזרה ראשונית נפשית ב) לארגן מסיבות

ג) ללמד מתמטיקה

2 חלק ב' – נכון או לא נכון – שלושת הצרכים ועקרונות

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	שייכות היא התחושה שאני חלק ממשהו גדול יותר	☐	☐
2	נאמני חוסן תלמידים אמורים לטפל בעצמם בבעיות קשות של חברים	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
3	כדאי לבחור נאמני חוסן תלמידים רק מבין התלמידים הבולטים	☐	☐

3 חלק ג' – השלמת משפטים

השלימו את המילה החסרה.

1. ה_____ מתכנן/ת ומטמיע/ה את תוכנית החוסן בבית הספר

2. נאמני חוסן _____ מזהים סימני מצוקה ונותנים עזרה ראשונית נפשית

3. נאמני חוסן תלמידים שמים לב לחברים ומעודדים אותם לפנות ל_____

4 חלק ד' – התאמה בין תפקיד לתיאור

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. מוביל/ת חוסן	___	**א.** אני חלק ממשהו גדול יותר
2. נאמני חוסן מורים	___	**ב.** שמים לב לחברים ומעודדים פנייה לעזרה
3. נאמני חוסן תלמידים	___	**ג.** מתכנן/ת ומטמיע/ה את תוכנית החוסן
4. שייכות	___	**ד.** מזהים מצוקה ונותנים עזרה ראשונית נפשית

5 חלק ה' – סדר הפעילות בסדנה

מספרו את השלבים לפי הסדר הנכון (1, 2, 3...).

☐	עבודה בקבוצות על לוח שנה עם שגרת חוסן לכל חודש
☐	דיון בשלושת הצרכים: שייכות, מסוגלות, משמעות
☐	הצגת מפת התפקידים בבית ספר מדבר חוסן

☐	פתיחה: שיתוף בתפקיד שהיה לי כנער/ה

6 חלק ו׳ – מקרה לדיון

ענו בקצרה.

1. בכיתה ט׳ מתנדבים להיות נאמני חוסן רק התלמידים הבולטים, בעוד תלמיד שקט ורגיש מוכר לכולם. מה יש לעשות?

כרטיס יציאה

איזה תפקיד מתאים לי בתוכנית החוסן?

איך אני מחזק/ת שייכות, מסוגלות ומשמעות בכיתה שלי?

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀