



## הבניית תהליך הפרידה בקבוצות

להורדת המצגת: <http://bit.ly/2JnTwdh>

תכנון שלבי פרידה מעשיים:

### 1. הכנה - מתכננים ביחד את תהליך הפרידה

כחודש לפני סיום השנה מקיימים בקבוצה שיחת הכנה, מומלץ עם עו"ס הקבוצה, על התכניות לשנה הבאה. חשוב לדבר על סוגי הפרידה השונים שנחווה בקבוצה: מעבר לקבוצה בוגרת יותר, מעבר לפנימייה אחרת או חזרה הביתה, פרידה מהש"ש או בת השירות. השיחה תציף רגשות רבים, חשוב לתת להם מקום ולהסביר שבמפגשים הבאים נעסוק בפרידה.

### 2. מפגשי סיכום

תכנון שני מפגשים שהם ליבת תהליך הסיכום והפרידה - במפגשים הללו מסכמים את השנה, אוספים ומארגנים חוויות, מעבדים רגשות. מצ"ב מספר רעיונות למפגשים:

- קיר גרפיטי ענק - זו היתה השנה שלנו ... - כותבים כותרת ונותנים לילדים לכתוב בחופשיות גרפיטי.
- אח"כ אפשר להתבונן ביחד על השנה החולפת ולשוחח עליה...
- השלמת היגדים - מצ"ב בנספח
- **הפעלות מומלצות מהמרכזיה:**
  - אגוז ואגוזי
  - חצי הכוס המלאה
  - מחלת הגעגועים של סולי
  - מפגש דימוני
  - עיגולי פרידה

### 3. טקס סיום וצידה לדרך

ארגון **מסיבת** פרידה חגיגית - אירוע מסכם וחלוקת צ'ופר - יומן סיכום, תמונה למזכרת, משפט כתוב יפה וכד'.

משהו חשוב שלמדתי...

מקום אהוב עליי בפנימייה...

פעילות שאהבתי...

חוג שאני אוהב...

איש צוות שהשפיע עליי...

משהו מצחיק שקרה לי...

**אני רוצה להודות ל... על...**

**השנה ויתרתי על ...**

**מאכל שאני אוהב בפנימייה...**

**הכי כיף פה בשבתות...**

**השנה התגברתי על ...**

**השנה הבנתי שאני יכול/ה ...**

**אדם שזכיתי להכיר...**

**השנה למדתי לאהוב ...**

**השנה סלחתי ל...**

**השנה התחברתי ל...**

**השנה זכיתי ב...**

**השנה השגתי ...**

**אני מודה על .....**

# תכנון תהליך הפרידה הקבוצתי

1. טבלת קבוצה

שם החניך	תכניות לשנה הבאה	נקודה טובה לסיום	הערות

2. שתי הפעלות נבחרות לסיכום השנה ועיבוד רגשות

---

---

3. תאריך למסיבת סיום קבוצתית: \_\_\_\_\_

4. צ'ופר סיום: \_\_\_\_\_

5. בקשות מהמח"מ: \_\_\_\_\_

---

---



## הצעה להבניית דפוסי פרידה

נערך עפ"י המלצותיה של ד"ר אסנת בינשטוק

### מטרה:

הבניית דפוסי פרידה תוך העברת **תהליך מודע** של פרידה. (מתאים לתהליכי פרידה שונים בתוך המערכת החינוכית - בין מנהל לצוות, בתוך הצוות, בין מחנך לתלמידים, בין תלמידים למערכת, בין תלמידים לבין עצמם).

### הנחיות להשגת המטרה:

- א. לדבר על הפרידה, לשחזר פרידות קודמות ולבדוק כיצד תיפקדו במצבים אלו ובהתאם לכך להיעזר בדרכים יעילות או לשפר מה שהיה בעייתי.
- ב. להתחבר לרגשות העולים במצבי פרידה - לתת להם לגיטימציה.
- ג. לגייס כוחות לקראת השינוי העומד להתחולל - מה יישאר אתנו אחרי שהדמות המשמעותית תעזוב אותנו, שנפרד מהחברים, מהקבוצה - מה אנחנו כבר יכולים לעשות, מה אנחנו כבר יודעים, כיצד נסתדר במצב הבא וכו.
- ד. לתעד את תהליך הפרידה, את התקופה שעברה ביומן, ספר קבוצה, תצלומים, ציורים, הצגה, שיר וכו. כדי שניתן יהיה לחזור ולהתבונן ולהתחבר אליו.
- ה. לידע מה יהיה בהמשך ולעזור לילדים ולהכין אותם לתפקוד במצב המשתנה – (אנחנו יוצאים לחופשה קצרה, חובנו ניפגש כאן שוב בקיץ לקייטנות, בסוף הקיץ ניפרד מהש"ש ומהקבוצה בהרכבה הנוכחי...)
- ו. לבצע את התהליך בצורה הדרגתית לאורך זמן סביר - לאפשר להתחבר, להביע תסכול או כעס או עצב, וללוות את הפרידה בתמיכה רגשית. חשוב, לא לדחות את התהליך לרגע האחרון או לדחוס אותו בפרק זמן קצר מדי כדי למנוע היווצרות עומס רגשי שלא יאפשר עיבוד הפרידה.
- ז. להתכונן לקראת טקס הפרידה כחלק מתהליך הפרידה - לשתף את הילדים בהכנת התוכנית.
- ח. להפוך את מסיבת הסיום למאורע משמעותי ומתחבר לצורכי הילדים בכדי לעזור להם להבין את סופיות התקופה ואת הפרידה.