

חבר במצוקה: רגישות לפגיעה ותפקידים בקבוצה

דף סיכום: איך מזהים חבר במצוקה ואיך עוזרים



סימני מצוקה

1. מתבודד ושקט מהרגיל
2. לא רוצה לבוא לבית הספר
3. מתעצבן בקלות או מפסיק ליהנות

התפקידים סביב פגיעה

תפקיד	מה הוא עושה?
פוגע	מעליב, דוחף או מוציא מהקבוצה
מצטרף	צוחק ומעודד את הפוגע
צופה שותק	רואה ולא עושה דבר
עומד לצד	תומך בנפגע ופונה לעזרה

איך עוזרים?

חמישה צעדים:

- שמים לב שואלים מקשיבים נשארים לידו פונים למבוגר

זכרו! כדי לעזור לחבר במצוקה: שימו לב – שאלו – הקשיבו – הישארו לידו – ואם צריך, פנו יחד איתו למבוגר: הורה, מחנך או יועצת בית הספר.

דוגמה פתורה: דניאל רואה שכל יום אותם ילדים לא נותנים לעומר לשבת איתם. מה הוא יכול לעשות?

1. לזהות: זו פגיעה חברתית, ועומר כנראה במצוקה.
2. לגשת לעומר, להזמין אותו לשבת איתו ולשאל איך הוא מרגיש.
3. לספר למחנך כדי שמבוגר יעזור לעצור את המצב.

התשובה: לעמוד לצד עומר ולפנות למבוגר

בדקים את עצמנו – השלימו בעזרת דף הסיכום:

- א. מי שצחק ומעודד את הפוגע הוא ה _____ .
- ב. הוצאה מהקבוצה היא פגיעה _____ .
- ג. הצעד הראשון בעזרה הוא לשים _____ .
- ד. כשהפגיעה נמשכת, פונים ל _____ .

תשובות לבדיקה עצמית: א. מצטרף . ב. חברתית . ג. לב . ד. מבוגר