

צידה לדרך | משמעת וגבולות

מה חשוב שתזכור?

1. ההתמודדות עם התנהגויות מפריעות נועדה **לאפשר פעילות מהנה ואפקטיבית** לחניכים ולך. **זוהי לא הפגנת כוח או ענישה!**
2. לעיתים התנהגויות מפריעות נובעות משעמום או מהפרעות קשב – **תכנן מפגשים מגוונים ופעילים.**
3. התנהגויות מפריעות יכולות גם להעיד על צרכים של החניכים כמו: תשומת לב, שייכות, תחושה שיש להם ערך, ש'רואים אותם'. **אם תדע לענות על הצורך, ההתנהגות המפריעה תיפסק.**
4. במקביל לזיהוי הצורך, **הצב גבולות.** זכור לעשות זאת בצורה **הדרגתית ומותאמת, בעקביות ובהחלטיות.**
5. **התייעץ עם הרכז שלך** בכל מקרה של אלימות בקבוצה או במקרה שאינך מצליח להתמודד לבד עם התנהגות מפריעה.



ישנם ילדים עם **הפרעות קשב**, שמתקשים לשבת זמן ממושך בכיתה. יתכן וילדים אלו ייצרו התנהגויות מפריעות מתוך הקושי שלהם. לכן, חשוב **לייצר מפגש מגוון, דינאמי ופעיל**, הכולל משימות קצרות בהשתתפות החניכים **ולאפשר להם לצאת להתרענן**, במידת הצורך.

חלק מההתנהגויות המפריעות נובעות **משעמום וחוסר עניין** של החניכים. במקרה זה, כדאי שתבדוק את עצמך ותראה אם תוכל ליצור עניין באמצעות הפעלות ומשחקי למידה.



צידה לדרך | משמעת וגבולות

איך מציבים גבולות?

1. להזכיר לחניך את כללי ההתנהגות הרצויים.
 איך זה נשמע? ← 'שירן, אני מזכיר שלא מדברים יחד איתי'.
2. לתאם ציפיות מול החניך שאם ימשיך כך, יצטרך לשאת בתוצאה של התנהגותו.
 איך זה נשמע? ← 'אצטרך לבקש ממך לצאת, אם תמשיכי לדבר'.
3. לפעול באופן שיממש את התוצאה של התנהגותו.
 איך זה נשמע? ← 'צאי בבקשה מהכיתה עד סיום התרגיל'.

כדי להציב גבולות בצורה אפקטיבית, צריך לשמור על כמה עקרונות:

הגב בצורה אחידה ועקבית כלפי אותה התנהגות. שמירה על עקביות מאפשרת לחניכים לדעת למה לצפות במידה ויחצו את הגבול.



לאחר שבחרת בתגובה מסוימת, היה החלטי וקיים את החלטתך. כשהחניך מזהה חוסר החלטיות, ההתנהגות שלו צפויה לחזור על עצמה בתדירות גבוהה יותר.



הגב בצורה הדרגתית ומותאמת להתנהגות החניך, למשל: הזכר את הכללים, תאם ציפיות ורק אז פעל. ההדרגתיות מאפשרת לחניך להבין שחצה את הגבול ולשפר את התנהגותו. בבחירת התגובה, קח בחשבון את חומרת ההתנהגות, מידת ההפרעה למהלך המפגש והתנהגויות קודמות של החניך.

