

גיליתם שהילד שלכם בחרם: מה עושים, לפי הסדר

סדר פעולות ברור להורה, מהערב שבו נודע לכם ועד הטיפול בכיתה

אם הגעתם לכאן הערב, קחו נשימה. הדבר הראשון שצריך לקרות הוא לא מהלך גדול אלא שיחה שקטה עם הילד, ורק אחר כך פנייה מסודרת לבית הספר. המדריך הזה בנוי כסדר פעולות, כדי שתדעו בכל רגע מה השלב הבא ומה עדיין לא צריך לעשות.

שלב אחר שלב

הערב שבו נודע לכם

מקשיבים לפני שפועלים

בערב הראשון המשימה שלכם היא בעיקר להקשיב. הילד סיפר משהו, ובדרך כלל הוא בודק איך תגיבו לפני שישפר את השאר. תגובה סוערת מלמדת אותו שעדיף לא לספר בפעם הבאה. אמרו לו שאתם מאמינים לו, שזה לא באשמתו, ושתם תחשבו יחד מה עושים. אל תבטיחו שתסדרו את זה מחר ואל תשאלו מה הוא עשה כדי שזה יקרה. אם קשה לפתוח את השיחה, [שלוש שאלות פשוטות בסוף היום](#) עוזרות להתחיל בלי חקירה. ההורים שכבר עברו את הערב הזה מתארים אותו כאן [במה עושים כשמגלים](#).

לפני שפונים לבית הספר

אוספים עובדות, לא רק תחושות

פנייה מגובה בפרטים מקבלת מענה אחר מפנייה שמנוסחת כתחושה כללית. פתחו מסמך אחד ורשמו תאריכים: מתי הילד חזר ואמר שאף אחד לא דיבר איתו, מתי לא הוזמן, מתי חזר בלי הציוד. אם יש מסרים בקבוצת הכיתה, צלמו מסך ושמרו. כדאי גם לדעת איך התופעה נראית מבחוץ, כי לא כל ריב הוא חרם ולא כל שקט הוא בסדר. [ההגדרה של חרם וסימני הזיהוי והסימנים שילד חווה נידוי חברתי](#) יעזרו לכם לנסח. אם החלק המרכזי קורה ברשת, ראו את [מה שקורה כשתלמיד מודר מקבוצת הוואטסאפ](#).

הפנייה הראשונה

פונים למחנך בכתב וקובעים פגישה

המחנך הוא הכתובת הראשונה, גם אם אתם כועסים וגם אם אתם לא בטוחים שהוא ער למה שקורה. שלחו הודעה קצרה ועניינית: שם הילד, מה קורה, שלוש דוגמאות עם תאריכים, ובקשה לפגישה השבוע. אל תכתבו שמות של ילדים אחרים כאשמים בהודעה הראשונה, זה מזיז את השיחה מהכיתה אל ההתגוננות. בפגישה עצמה בקשו לשמוע מה המחנך רואה, לא רק להשמיע. מחנכות מגיעות לשיחה הזאת עם [תסריט מוכן לשיחה עם הורים](#), ואפשר גם לדעת מראש מה [הפרוטוקול שמחנכת מפעילה בכיתה](#). ההיכרות עם הצד שלהם עושה את הפגישה שיתופית יותר.

אם אין מענה

עולים שלב, בשקט ובכתב

אם עברו כמה ימים ולא חזרו אליכם, או שהתשובה הייתה שאין כאן בעיה, השלב הבא הוא יועצת בית הספר. היועצת רואה את הכיתה כמערכת ויש לה כלים שלמחנך אין. הפנייה אליה נעשית בכתב, עם אותו מסמך תאריכים ועם ציון העובדה שכבר פניתם למחנך ומתי. אם גם שם אין תזוזה, פונים להנהלה. שמרו על אותו טון עובדתי בכל שלב. בכל פנייה בקשו לדעת מה מתוכנן ברמת הכיתה, כי [חרם מטופל ברמת הכיתה כולה](#) ולא ברמת הילד שנפגע. שאלה נוספת ששווה לשאול היא מה עלה [בסקר האקלים ותחושת השייכות](#) בבית הספר.

מה לבקש

מבקשים טיפול בכיתה, לא השגחה על הילד

הבקשה הטבעית היא שישגחו על הילד שלכם בהפסקה, אבל השגחה נקודתית לא משנה את מה שקורה סביבו. בקשו שלושה דברים קונקרטיים: מה יעשו בשעת חינוך בשבועות הקרובים, מי מדבר עם התלמידים שמובילים, ומתי תקבלו עדכון. יש כאן חומרים שאפשר להראות לצוות, כמו [זף העבודה על העומד מהצד](#) ותרחיש מסודר [לתלמיד שיושב לכד בהפסקה](#). אם בבית הספר שוקלים מהלך רחב יותר, [ההשוואה בין גישות למניעת חרמות ומה קורה בפועל בסדנת מניעת חרמות](#) נותנים להם נקודת פתיחה. אם הם רוצים לראות איך נראית תוכנית שלמה לכיתה, עמוד [מניעת חרמות](#) מרכז את הכל במקום אחד.

במקביל, בבית

השיחה עם הילד היא החלק שרק אתם יכולים לעשות

בזמן שבית הספר עובד, התפקיד שלכם הוא לשמור על הילד מחובר. שאלו על דברים שאינם בית הספר, שמרו על שגרה, ותנו לו מקום אחד בשבוע שבו הוא מצליח במשהו ולא נמדד חברתית: חוג, בן דוד, שכן. חבר אחד מחוץ לכיתה מחזיק הרבה. הרעיון של [שמירה על קשר עם ילד שנמצא בחרם](#) מסביר למה זה עובד. אם הילד ביישן או נסוג, [ההתמודדות עם חרדה חברתית](#) מרחיבה. ואם אתם מודאגים ממצבו הרגשי, זו הנקודה לפנות לגורם מקצועי, ליועצת בית הספר או לרופא המשפחה. אין צורך לחכות שיהיה גרוע יותר.

בודקים מה השתנה, ולא רק אם הפסיקו

אחרי שלושה עד ארבעה שבועות שבו ובדקו. השאלה היא לא רק אם החרם נגמר, אלא אם יש לילד עם מי לשבת, אם הוא מוזמן, ואם הוא חוזר בסדר. שינוי חברתי בכיתה נבנה לאט, ולפעמים יש שיפור חלקי לפני שיפור אמיתי. שמרו על הקשר עם המחנך גם כשנרגע, ובאסיפת ההורים הקרובה בקשו שהנושא החברתי יעלה ככיתה. [מה שנאמר להורים באסיפה](#) משפיע על מה שקורה בכיתה אחר כך. ובאופן כללי, כדאי להכיר את [חמשת הסימנים למצוקה חברתית](#) כדי לזהות מוקדם יותר בפעם הבאה.

רשימת הפעולות של ההורה

- ☐ פתחו מסמך אחד ורשמו בו תאריכים ואירועים, כל פעם שהילד מספר משהו. אל תסתמכו על הזיכרון.
- ☐ צלמו מסך של הודעות בקבוצת הכיתה או ברשתות, עם התאריך. שמרו בתיקייה אחת.
- ☐ שאלו את הילד מה קרה ומי היה שם. אל תשאלו מה הוא עשה כדי שזה יקרה, ואל תשאלו למה הוא לא הגיב.
- ☐ אמרו לילד מראש שאתם מתכוונים לפנות לבית הספר, ומה בדיוק תספרו. הפתעה פוגעת באמון.
- ☐ שלחו למחנך הודעה בכתב עם שלוש דוגמאות ותאריכים, ובקשו פגישה השבוע.
- ☐ בפגישה בקשו לשמוע קודם מה המחנך רואה בכיתה, ורק אחר כך הציגו את מה שאתם רואים בבית.
- ☐ בקשו בכתב מה מתוכנן ברמת הכיתה ומתי תקבלו עדכון. בקשה כללית מקבלת תשובה כללית.
- ☐ אם אין מענה תוך כמה ימים, פנו ליועצת בית הספר בכתב, ואחריה להנהלה. שמרו על אותו טון עובדתי.
- ☐ אל תיצרו קשר עם ההורים של הילדים האחרים לפני שדיברתם עם בית הספר.
- ☐ קבעו לילד מקום אחד קבוע מחוץ לכיתה שבו הוא פוגש ילדים אחרים, ושמרו עליו גם בשבועות עמוסים.

הילד מסרב שתתערבו

זה כמעט תמיד פחד שההתערבות תחמיר את מצבו, וזה פחד הגיוני. אל תבטיחו לו שלא תפנו, כי אתם כן צריכים. במקום זה סכמו איתו מה תספרו ומה לא, ובקשו מהמחנך במפורש שהטיפול יהיה ברמת הכיתה וכלי לזמן את הילד לשיחה מול כולם. כשהילד יודע מה הולך לקרות, ההתנגדות בדרך כלל יורדת.

המחנך אומר שזה סתם ילדים

אל תתווכחו על ההגדרה, עברו לעובדות. אמרו שאתם מבקשים לבדוק דבר אחד ספציפי: עם מי הילד עובד כשהכיתה מתחלקת לקבוצות, ועם מי הוא יושב בהפסקה. זו בקשה קטנה שאפשר לענות עליה תוך שבוע, והתשובה עצמה בדרך כלל מזיזה את השיחה. אם גם אחריה אין תזוזה, זה הרגע לפנות ליועצת.

הילד מבקש להחליף בית ספר

הבקשה הזאת אומרת שהוא כבר לא מאמין שמשוהו ישתנה, וזה מה שצריך מענה עכשיו. אל תפסלו את הרעיון ואל תבטיחו אותו. אמרו שאתם בודקים את זה ברצינות, ובמקביל בקשו מבית הספר תוכנית עם לוח זמנים. מעבר הוא החלטה גדולה שכדאי לקבל אחרי שניסיתם משהו, ולא במקום לנסות.

אתם רוצים לפנות להורים של הילדים האחרים

הדחף מובן, אבל שיחה כזאת לפני שבית הספר מעורב הופכת בדרך כלל לוויכוח בין הורים ומרחיקה את הפתרון מהכיתה. אם בכל זאת יש לכם קשר טוב עם הורה מסוים, אפשר לומר משפט אחד בלי האשמה, בסגנון בני עובר תקופה קשה חברתית והייתי שמח אם תשימו לב. את השאר השאירו לצוות.

הכל קורה בקבוצת וואטסאפ

צלחו מסך עם תאריכים לפני שמישהו מוחק. אל תגיבו בקבוצה ואל תכתבו שם בשם הילד. העבירו את הצילומים למחנך ובקשו התייחסות לקבוצה עצמה, כולל השאלה מי מנהל אותה ומה הכללים שלה. הרשת היא המשך של הכיתה, והטיפול שלה נעשה מול אותם אנשים.

הילד לא רוצה לקום לבית הספר בבוקר

בבוקר עצמו אל תנהלו את הבירור. הורידו את עוצמת המאבק, סכמו על יום קצר או על כניסה מאוחרת יותר אם אפשר, ודחו את השיחה לשעה רגועה. אם זה חוזר יותר מכמה ימים, עדכנו את היועצת. אם מופיעים כאבי בטן או ראש בבקרים, שווה גם בדיקה אצל רופא המשפחה, גם כדי לשלול וגם כדי שיהיה מי שמלווה.

עברו שבועות ואין שינוי

חזרו למסמך והשוו: מה בדיוק הובטח, מתי, ומה קרה בפועל. שלחו סיכום קצר בכתב להנהלה עם השאלה מה השלב הבא. אם המענה נשאר כללי, אפשר לבקש שיחה משותפת של מחנך, יועצת והנהלה יחד. פגישה אחת שבה כולם יושבים באותו חדר מקדמת לרוב יותר מעוד סבב הודעות.

אתם כועסים ורוצים להגיב חזק

הכעס הזה במקומו, השאלה היא רק לאן הוא הולך. הודעה נחרצת שנשלחת בלילה בדרך כלל מייצרת התגוננות ומוחקת את הפרטים שכן היו חשובים. כתבו את מה שאתם רוצים לומר, שמרו כטייטה, ושלחו בבוקר גרסה קצרה יותר בלי תארים. הכעס עדיין יעבור, אבל בצורה שאפשר לענות לה.

הילד מבקש שלא תספרו לאף אחד

אפשר לכבד את הבקשה חלקית ולא במלואה. הסבירו שיש דבר אחד שאתם חייבים לעשות, לדבר עם מבוגר אחד בבית הספר, ושאתם מוכנים לבחור יחד איתו מי זה יהיה, המחנך או היועצת. הבחירה מחזירה לו שליטה, וזה בדרך כלל מה שהוא באמת מבקש כשהוא מבקש שקט.

שאלות שתזכורת

+ איך אני יודע שזה חרם ולא ריב רגיל?

+ כמה זמן סביר לחכות לתשובה מבית הספר?

+ האם להוציא את הילד מבית הספר?

+ מה אני עושה עם הילדים שמובילים את זה?

+ האם לספר לילד שפניתי לבית הספר?

+ האם זה יעבור לבד?

להעמיק

גיליתי שהבן שלי עובר חרם: שלושה דברים מיידיים

קריאה קצרה לערב הראשון, כשאין כוח לקרוא הרבה

הילד שלי מוחרם, מה עושים

מדריך פרקטי נוסף להורה, בזווית של הצעדים הראשונים

כיצד להתמודד עם חרמות: מדריך להורים ומורים

רקע רחב יותר על התופעה ועל דרכי הטיפול בה

האם ילד שלא רוצה ללכת לבית הספר עובר חרם

לסימן הכי נפוץ שהורים מזהים בבוקר

עוזר לחבר שלך שנמצא בחרם

פנייה ישירה לבני נוער על התפקיד של העומד מהצד

חבר שלי עובר חרם, מה עלי לעשות

עמוד שאפשר להראות לילד אחר בכיתה שרוצה לעזור

סדנת מניעת חרמות: כמה מפגשים צריך

אם בבית הספר שואלים מה בכלל אפשר לעשות ברמת הכיתה

מאגר החומרים למורים

דפים ומערכים מוכנים שאפשר להעביר למחנך של הילד

מניעת חרמות: התוכנית המלאה לבית הספר

מה בית הספר יכול להפעיל, במקום אחד. זה העמוד להראות למנהלת

מה אפשר להראות לבית הספר

חרם הוא דינמיקה של כיתה שלמה, ולכן הטיפול שעובד הוא ברמת הכיתה ולא ברמת ילד אחד. אלה התוכניות שבית הספר יכול להפעיל, ושלושתן מוכרות למימון מתקציב גפ"ן. אתם לא צריכים להזמין כלום. מספיק שתדעו שזה קיים כשאתם יושבים מול המנהלת.

פעילות גיבוש חד פעמית

אותו מודל בהיקף של כיתה אחת, בלי להתחייב לשכבה שלמה. מתאים לכיתה שיש בה קושי חברתי, או כטעימה לפני החלטה על משהו גדול יותר.

גפ"ן 11854

יום שיא

יום אחד של תחנות מסתובבות בחצר בית הספר, לשכבה שלמה או לבית הספר כולו. כל התלמידים פעילים במקביל, והתחנות בנויות כך שאי אפשר לסיים אותן לבד.

גפ"ן 11854

סדנה למניעת חרמות

ארבעה מפגשים שבועיים רצופים בכיתה, אותו מדריך לאורך כל הסדרה. עבודה על הכלה חברתית ופיתוח אמפתיה, לא הרצאה חד פעמית.

גפ"ן 56427

הדבר שהכי קשה לקבל בתור הורה הוא שהחלק המשמעותי בטיפול בחרם לא נמצא אצלכם בבית. הוא נמצא בכיתה, בין הילדים שעומדים מהצד ולא יודעים מה לעשות. אתם יכולים להחזיק את הילד, לתעד, לפנות בזמן ולבקש בקשות מדויקות, וזה הרבה. את השאר עושים שם, ולכן שווה להביא לבית הספר גם חומר שאפשר לעבוד איתו. כל מה שנמצא כאן פתוח לקריאה ולהעברה הלאה, ואם היועצת או המחנך מחפשים נקודת פתיחה, אפשר פשוט לשלוח להם את הקישורים.

ואם אתם רוצים לדבר עם מישו

אם אתם באמצע זה עכשיו ולא בטוחים מה הצעד הבא, אפשר להתקשר. אני עובד עם כיתות שעוברות את זה, ואשמח לחשוב יחד איתכם איך לגשת לבית הספר. זו לא שיחת מכירה ואין שום דבר להזמין.

 **052-597-7959**

וואטסאפ 052-597-7959 · העוזר החכם באתר dhpe.co.il · טופס יצירת קשר: dhpe.co.il/contact