תוכן העניינים של המדריך המלא

שישה־עשר פרקים בשפה פשוטה, בחמישה חלקים, עם טפסים ותסריטי שיחה.

- פרק 1 — אתם לא לבד, וזה לא באשמתכם
- פרק 2 — "סרבנות בית ספר" היא לא עצלנות ואינה מאותה סיבה עבור כל הילדים
- פרק 3 — ארבעה דפוסים שיכולים להסביר מה מניע את ההימנעות
- פרק 4 — מתי זה "רגיל" ומתי זה סימן לבעיה גדולה יותר
- פרק 5 — המלכודת ההורית: "העזרה שמזיקה"
- פרק 6 — לשנות גישה: תמיכה מלאה וציפייה ברורה
- פרק 7 — לגייס את בית הספר כשותף
- פרק 8 — בונים סולם בטוח, בהתאמה אישית
- פרק 9 — מסגרת להתארגנות בשבועיים הראשונים
- פרק 10 — כלי מעקב יומי
- פרק 11 — חיזוקים בלי שוחד
- פרק 12 — "אם קורה X, עשו Y": טבלת פתרון בעיות
- פרק 13 — כשהסיבה היא בעיקר חברתית (לא פרידה)
- פרק 14 — דינמיקה משפחתית: הורה יחיד, הורים לא מסונכרנים, אחים בבית
- פרק 15 — דגלים אדומים: מתי המדריך הזה לא מספיק
- פרק 16 — איך בוחרים איש מקצוע, ומה לצפות מתהליך טיפול
- נספחים: דף סיכום להדפסה, כל הטפסים, מקורות ועל הכותב

📝 דף תצפיות: מה כדאי לברר

ענו "כן", "לא" או "לא יודעים" על השאלות הבאות, בהתייחסות לחודש האחרון, והוסיפו דוגמה קצרה אם יש:

קבוצה א' (הצפה במסגרת):

- יש תלונות חוזרות על גירוי ספציפי בכיתה או בבית הספר (רעש, אור, ריח, שירותים).
- יש הקלה ברגע שיוצאים מהכיתה או מהמסגרת, גם בלי לצאת מהבניין.

קבוצה ב' (מצב חברתי או הערכתי):

- ההיעדרות מתחזקת בימי מבחן, הצגה בכיתה, או פעילות שדורשת "להיבחן" מול אחרים.
- יש שאלות חוזרות מהסוג "מה אם אני אכשל / אני לא אדע".
- יש רמז לקושי חברתי, קונפליקט או בריונות, גם אם הילד לא אומר זאת ישירות.

קבוצה ג' (קושי בפרידה):

- הילד רגוע משמעותית כשההורה נמצא לידו.
- יש שאלות חוזרות על מה יקרה להורה או לבית בזמן שהילד בבית הספר.
- יש קושי דומה גם בפרידות אחרות, לא רק מבית הספר.

קבוצה ד' (חיזוק חיובי מחוץ למסגרת):

- ברגע שההורה מסכים להישאר בבית, המצוקה יורדת במהירות.
- יש דברים ספציפיים (מסך, פעילות, זמן עם הורה) שהילד מרוויח מהישארות בבית.

מה הילד עצמו אומר על זה, במילים שלו: _____

מה ידוע מבית הספר (אם נבדק): _____

חפשו דפוסים ושאלות שדורשות בירור נוסף, בלי לחשב ציון ובלי לחפש "קבוצה מנצחת" — אפשר שכמה דפוסים פועלים יחד, והם עשויים להשתנות עם הזמן. שמרו את התשובות: הן ישמשו אתכם בפרק 8 (בניית הסולם) ובפרק 13 (מצבים חברתיים ספציפיים). חשד לבריונות הוא תמיד סעיף שעומד בפני עצמו, ומצדיק בירור נפרד, לא רק עוד "כן" בטבלה.

⚠️ אם התשובות מעוררות חשד לבריונות פעילה, למצב רפואי לא מאובחן, או לסימנים חמורים יותר ממה שתואר כאן — עברו ישירות לפרק 15 ("דגלים אדומים") לפני שממשיכים.

📝 יומן מעקב יומי

דרגו קושי לפי דברי הילד, כשהוא נרגע ומסוגל, לא באמצע המשבר — ולצדו אפשר להוסיף תצפית נפרדת של ההורה. לא חייבים למלא כל עמודה בכל יום; אפשר גם לסמן שאין מידע.

תאריך	שלב בסולם שנוסה	דירוג קושי לפי הילד (1-5)	תצפית ההורה	מה עזר	מה לא עזר

💡 **טיפ:** מלאו את הטופס בסמוך לאירוע, למשל מיד אחרי שהילד יוצא לבית הספר, ולא בסוף היום — כך הפרטים מדויקים יותר, וההרגל נשמר.

הקובץ הזה הוא טעימה מתוך המדריך המלא "יוצאים מהבית, מגיעים לבית הספר" מאת אלעד דהן, מרכז רימון.
המדריך המלא: rimonclinic.com/school-refusal-guide