# מהדורה למורה – מפתח תשובות

## מטרות הדף:

- להכיר את ארבעת ערוצי הזיהוי של קפר"ה: קוגניטיבי, פיזיולוגי, רגשי, התנהגותי
- לתרגל זיהוי סימני מצוקה מתוך סיפורי מקרה מחיי בית הספר
- להבחין בין שימת לב לבין אבחון, ולהכיר את מסלול ההפניה הנכון

גרסה רגילה – כל הפריטים.

### חלק א' – הבנת המודל

1. ב – לעזור לצוות לשים לב בזמן לסימני מצוקה
2. ג – קוגניטיבי
3. ב – פיזיולוגי
4. ב – מורה ← נאמני חוסן ← יועצת
5. ב – גלאי עשן

### חלק ב' – נכון או לא נכון

1. לא נכון – צריך לשים לב לשינוי, הצטברות ומשך זמן, לא לסימן בודד
2. לא נכון – המודל עוזר לשים לב בלבד, לא מאבחן ולא מטפל
3. נכון – כך הוגדר בפעילות המיון בקלפים
4. נכון – כך נקבע במסלול ההפניה
5. לא נכון – הם חלק מהמסלול, אך ההערכה המקצועית נשארת אצל היועצת

### חלק ג' – התאמת סימנים לערוצים

1 – ד (קוגניטיבי)
2 – ו (פיזיולוגי)
3 – א (רגשי)
4 – ב (התנהגותי)
5 – ג (קוגניטיבי)
6 – ה (פיזיולוגי)

### חלק ד' – ניתוח סיפורי מקרה

1. הסתגרות ואיחורים – ערוץ התנהגותי; כאב בטן – ערוץ פיזיולוגי
2. קפיצה מרעש – ערוץ רגשי/פיזיולוגי; קושי להתרכז ושאלה חוזרת – ערוץ קוגניטיבי

### חלק ה' – מסלול ההפניה – סדר נכון

1. המורה שם/ה לב לשינוי אצל התלמיד/ה
2. המורה מתעד/ת את מה שראה/תה
3. המורה משוחח/ת בקצרה עם התלמיד/ה
4. פונים לנאמני חוסן
5. נאמני חוסן מעריכים ופונים ליועצת במידת הצורך
6. כשיש חשש לפגיעה – פונים ליועצת באותו יום

### חלק ו' – כתיבה ורפלקציה

1. תשובה טובה תכלול לפחות שני סימנים, שיוך נכון לערוץ מתאים, התייחסות לשינוי/הצטברות/משך זמן, וצעד הבא ברור (לחזק ולעקוב או לפנות כבר היום)

### כרטיס יציאה – מה לחפש

- ק-קוגניטיבי, פ-פיזיולוגי, ר-רגשי, ה-התנהגותי
- לשים לב ולתעד לעומת קביעה מקצועית שנעשית על ידי היועצת
- פונים ליועצת, ובמקרה של חשש לפגיעה – באותו יום

## טיפים להפעלה:

- אפשר לפתוח בדיון קצר בזוגות על סימן ראשון ששמתם לב אליו אצל תלמיד, בלי שמות ופרטים מזהים
- להדגיש לאורך כל הדף שסימן בודד אינו אבחנה – חשוב השינוי, ההצטברות ומשך הזמן
- בסיום מומלץ לחזור ללוח הפתיחה ולמיין יחד את הסימנים שעלו לארבעת הערוצים

# דף תרגול: קפר"ה – זיהוי סימני מצוקה בארבעה ערוצים

דף התלמיד/ה רגיל

**שם:** _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

דף זה מתרגל את מודל קפר"ה – כלי שעוזר לצוות החינוכי לשים לב בזמן לסימני מצוקה אצל תלמידים, בלי לאבחן ובלי לטפל, ולדעת מתי ולמי לפנות.

## 1 חלק א' – הבנת המודל

הקיפו את התשובה הנכונה.

**1.** מה המטרה העיקרית של מודל קפר"ה?

א) לאבחן הפרעות נפשיות ב) לעזור לצוות לשים לב בזמן לסימני מצוקה

ג) להחליף את תפקיד היועצת ד) לטפל ישירות בתלמידים במצוקה

**2.** קושי להתרכז ושכחה שייכים לאיזה ערוץ?

א) רגשי ב) פיזיולוגי ג) קוגניטיבי ד) התנהגותי

**3.** כאבי בטן ושינוי בתיאבון שייכים לאיזה ערוץ?

א) קוגניטיבי ב) פיזיולוגי ג) רגשי ד) התנהגותי

**4.** מהו מסלול ההפניה הנכון כשמזהים סימנים?

א) מורה ← יועצת ← נאמני חוסן ב) מורה ← נאמני חוסן ← יועצת ג) תלמיד ← הורים ← מנהל

ד) יועצת ← מורה ← הורים

**5.** מה הדימוי ששימש בפתיח המפתיע להסביר את תפקיד קפר"ה?

א) מצפן ב) גלאי עשן ג) מד חום ד) פעמון אזעקה

## 2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

| # | משפט | ✔ נכון | ✘ לא נכון |
|---|---|---|---|
| 1 | סימן אחד בודד מספיק כדי לקבוע שתלמיד נמצא במצוקה | ☐ | ☐ |
| 2 | קפר"ה נועד לשמש ככלי אבחון מקצועי | ☐ | ☐ |
| 3 | הסתגרות ושכחה נחשבות סימנים שקטים שקל לפספס | ☐ | ☐ |
| 4 | כשיש חשש לפגיעה, יש לפנות ליועצת באותו יום | ☐ | ☐ |
| 5 | נאמני חוסן מחליפים לגמרי את תפקיד היועצת | ☐ | ☐ |

## 3 חלק ג' – התאמת סימנים לערוצים

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

| | | |
|---|---|---|
| **1.** קושי להתרכז | ___ | **א.** רגשי |

| | | |
|---|---|---|
| **2.** דופק מהיר | ____ | **ב.** התנהגותי |
| **3.** בכי מהיר | ____ | **ג.** קוגניטיבי |
| **4.** היעדרויות | ____ | **ד.** קוגניטיבי |
| **5.** מחשבות שחוזרות | ____ | **ה.** פיזיולוגי |
| **6.** כאבי בטן | ____ | **ו.** פיזיולוגי |

## 4 חלק ד' – ניתוח סיפורי מקרה

ענו בקצרה.

**1.** בסיפור של נוי (כיתה ח') – איחורים, הסתגרות וכאב בטן. ציינו שני סימנים ולאיזה ערוץ כל אחד שייך.

**2.** בסיפור של עמית אחרי האירוע הביטחוני – קפיצה מרעש ושאלות חוזרות. אילו סימנים מופיעים ובאיזה ערוצים?

## 5 חלק ה' – מסלול ההפניה – סדר נכון

מספרו את השלבים לפי הסדר הנכון (1, 2, 3...).

| | |
|---|---|
| ☐ | פונים לנאמני חוסן |
| ☐ | המורה שם/ה לב לשינוי אצל התלמיד/ה |
| ☐ | כשיש חשש לפגיעה – פונים ליועצת באותו יום |
| ☐ | המורה מתעד/ת את מה שראה/תה |
| ☐ | המורה משוחח/ת בקצרה עם התלמיד/ה |
| ☐ | נאמני חוסן מעריכים ופונים ליועצת במידת הצורך |

## 6 חלק ו' – כתיבה ורפלקציה

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

**1.** תארו תלמיד/ה (ללא שם ופרטים מזהים) ששמתם לב אצלו/ה לשינוי. אילו סימנים ראיתם, באיזה ערוץ הם שייכים, ומה יהיה הצעד הבא שלכם?

## כרטיס יציאה

מהם ארבעת הערוצים של קפר״ה?

מה ההבדל בין לשים לב לבין לאבחן?

למי פונים כשיש חשש לפגיעה, ומתי?

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀