

על החיים ועל המוות- לצמוח מתוך הכאב/ ד"ר כוכבה כהן



שמי כוכבה כהן, גננת בפרישה, ותק בהוראה, 36 שנים.

בשנתיים האחרונות ראו שני ספריי: "מה קרה בגן של יאיר?" ו " צבע אדם".

* **" מה קרה בגן של יאיר? "**- הספר מתאר התמודדות של ילד בגן (ובכל כיתה) עם מות אמו ממחלה קשה וכיצד הגננת והילדים מסייעים בידו בתקופה קשה זו.

* **" צבע אדם "** - הספר מתאר התמודדות של ילדים ומבוגרים עם המלחמה שכבשה את ימי החופש הגדול וזרעה פחד בלבבות כולם.

ספריי עוסקים בחוסן רגשי של ילדים ומבוגרים כאחד ובהתמודדות עם מצבים של כאב, עצב, מוות ומלחמה, כמו גם עם חברות אמיצה, שמחה, גאווה לאומית, זהות ותקווה שהם מקור להנאה גדולה, תוך יצירת מארג מרגש והתבוננות עמוקה בעולמם של ילדים ומבוגרים כאחד.

היזמה לכתיבת הספרים נבעה מצורך שלי להתמודד עם המצבים המתוארים בספרים כאדם פרטי וכמחנכת הממלאת תפקיד משמעותי בחיי התלמיד ומחנכת לערכים, מקנה תכנים, עוקבת אחר התפתחותו הלימודית והחברתית של התלמיד ומטפחת את קשריה עם משפחתו ועם הקהילה. ואולם, מצבי משבר ואסון עשויים להתרחש בקהילה בכל רגע, ובזיקה לארצנו, ארץ זבת חלב ודבש אך גם ארץ למודת מלחמות ופגועי טרור. כמחנכת עלי לתת מענה ברמה האישית לצרכים אלו וכמובן לתלמידיי והוריהם שרואים בי דמות משמעותית ופונים אלי בכל קושי וצורך שנוצר. מי מכין את המחנך לטפל בבעיות רגשיות ומורכבות ביותר?, איזה תפקידים ממלא המחנך בעת משבר שלו או של תלמידיו, מה מצופה ממנו?, כיצד מתמודד המחנך עם קשיים אישיים בעת משבר, מי מסייע בידו?

הייתי שמחה מאוד לראות שברמה העירונית יעשו הכול כדי לטפל בסוגיות חשובות אלו, שהרי **הסיפורים הללו- הם הסיפורים של כולנו!** מורים המצוידים נכונה מבחינה רעיונית ומנטלית יהיו מסוגלים לדאוג לחוסנם שלהם ושל תלמידיהם החשופים לגורמי הסיכון הללו.

אני רואה חשיבות רבה לצורך להתמודד עם המציאות על כל גווניה, שהרי, ההתמודדות מפתחת את חיישני האינטליגנציה הרגשית ויש נחמה בידיעה שמנעד הרגשות הוא חלק טבעי מן החיים בכל גיל.

בשני הספרים ניתן למצוא דף שכתבה ד"ר עדנה כצנלסון, פסיכולוגית קלינית התפתחותית, אוניברסיטת ת.א המציגה את ההתמודדויות השונות מהיבטים פסיכולוגיים לצד הצעות לדרכי התמודדות וטיפול.

כוכבה כהן, ט"ל : 054-3552321