**אני והפחד, ביחד.**

**המלצות קריאה להורים ולגננות בימי הקורונה**

**אגף החינוך חוף הכרמל והמרכז לספרות ילדים ע"ש מרים רות, מכללת אורנים**

צוות הפיתוח של מרכז מרים רות לספרות ילדים, יצר רשימה של ספרים המותאמים לימים מאתגרים אלו ונותנים לגיטימציה לפחדים של הילדים, העולים כעת, אולי יותר מתמיד.

יותר ויותר הורים מדווחים על פחדים שצפים ועולים אצל הילדים בגיל הרך. חלקם רציונליים וחלקם פחות. כולם מותאמים לגיל ולמצב המאתגר ושובר השגרה שהילדים חווים בכל יום, בעודם חשופים לחלקי אינפורמציה מהחדשות ולחרדה של ההורים. לא רק הפחת ממחלת הקורונה. אלו ימים בהם עולים פחדים נוספים, לכאורה אינם קשורים, אבל נוכחים כעת יותר: פחד ממוות, מחיות טרף, מנחשים ומפלצות, ממלחמה, מגנבים, מהחושך ועוד.

הפחדים העולים בספרים שלפניכם, מאפשרים הזדהות ודרכי התמודדות, מעודדים שיתוף ואומץ לב. פרספקטיבות חדשות נוצרות עם ההתמודדות והשיח על הפחד, ויש שימוש בהומור, כמובן, ככלי מרכזי בפירוק הפחד. הצחוק מנטרל את החשש ופותר את המצב.

לפניכן כמה ספרי ילדים לגיל הרך, העוסקים בהתמודדות עם פחדים וחששות:

**לאן הולכות הדאגות בלילות / אנתוני בראון** - מספר על ילד שבלילה צצות במחשבותיו דאגות רבות, ויום אחד הוא מקבל מסבתא מתנה קסומה: בובת הדאגות שעוזרת לו להתמודד עם הפחדים ולשחרר אותם.



**לילה חשוך אחד/ אורה אייל** - ילדה שרואה מפלצות בחדר כשמכבים את האור, וכל פעם מתברר שאלו בכלל לא המפלות אלא רק הדמיון שלה שמשתולל בחושך.

**אין שם אריה בכלל/ נורית זרחי** - גם פה הפחד הוא יציר הדמיון שלנו, ואפשר ללמוד אותו ולשחרר אותו אם מבינים ומתיידדים איתו.

**טרופותי/ ג'וליה דונלדסון + טרופותי הבת/ ג'וליה דונלדסון** - על עכבר קטן עם אויבים גדולים שממציא דמות מפלצתית כדי להרתיע את מי שמנסה לאכול אותו, אבל אז מתברר שהמפלצת שהמציא קיימת באמת. גם איתה הוא מצליח להתמודד.

בספר ההמשך, הבת הקטנה יוצאת לחפש את העכבר המפחיד, שאפילו אביה מפחד ממנו, ומתמודדת עם הרפתקאות ומפגשים שדורשים ממנה אומץ ונחישות עד ששבה הביתה.



**נא לא לפתוח את הספר/ אנדי לי** - הדמות הראשית בספר מנסה להפחיד את הילדים הקוראים ומבקשת לא להעביר דפים ולהימנע מקריאה של הספר. היא נוקטת בטקטיקות הפחדה שונות, מלאות הומור, והקוראים האמיצים מתגברים על הפחד, כמובן, ומעבירים את הדפים עד לגילוי הסוד של הדמות הראשית. ספר משעשע ביותר שמייצר הפגנת אומץ ונחישות מצד הקוראים הקטנטנים.

**בובות של נייר/ ג'וליה דולנדסון** – אמא ובת מכינות יחד בובות מנייר וכל פעם איום אחר מנסה להשמיד אותן: דינוזאור, נמר, תנין ואפילו ילד עם מספריים. בובות הנייר מתמודדות עם הפחדים יחד ולא נבהלות, גם כשגוזרים אותן לחתיכות קטנטנות. הן מוצאות דרכים יצירתיות להחזיק ידיים, להתגבר ולהישאר יחד.



**כספיון בסכנה/ פאול קור** – כספיון הדג הכסוף מחפש את חברו הלוויתן ופוגש בכריש המאיים לטרוף אותו. אחרי רגע של פחד בא החבר להצילו והכל חוזר ונרגע. סיפור שבו הילד יחווה הזדהות עם מוטיב הסכנה ופורקן רגשי, כשהיא נעלמת.

****

**פחדרון בארון/ מרסר מאיר -** ילד קטן מפחד ממפלצת שמתחברת בארון, אבל מגלה שהיא דווקא מפלצת ידידותי למדי ומתגבר על פחדיו. קלאסיקה מתורגמת שגם הפכה לסרט אנימציה ב 2009.



**קווין הקואלה תקוע למעלה/ רייצ'ל ברייט וג'ים פילד** - על דוב קואלה קטן המסרב לרדת מהעץ מהפחד להתמודד עם החיים עצמם. הוא נשאר תקוע על עץ גבוה, מבודד ומפוחד. עם עזרה מחברים וחוויה משנת חיים הוא מתחיל להתמודד עם הפחד שלו וזוכה לשמחת חיים ואושר רב.

**אנחנו מזמינות אתכם להיכנס לדף הפייסבוק של מרכז מרים רות ולהציע ספרי ילדים נוספים, העוזרים להתגבר על פחדים, ישנים וחדשים.**