



## המחלקה לשירותים חברתיים

פסגות, ד.ג. מזרח בנימין 90624 טל: 02-9977102  
 פקס 1532-9977102 דוא"ל revaha@binyamin.org.il

בע"ה

### דף הנחייה להורים בעת אירוע אסון

הורים יקרים,  
 הבשורות הקשות תפסו אותנו עם פתיחת חופשת הקיץ. חלק מהילדים נמצאים במסגרות קייטנה וחלקם בבית.  
 כולנו הינו שותפים לימים של תפילה דאגה ותקווה שהסתיימו בכאב גדול. יש לנו תפקיד כפול הן לעכל באופן אישי את הבשורה וכהורים לסייע לילדינו להתמודד עם המקרה הנורא.  
 לשיקול דעתכם האם וכיצד להשתמש בהנחיות הבאות.  
 ולכל עניין וצורך ניתן לפנות גם לצוות המקצועי בישוב ובמסגרות החינוכיות, ול'קו החם' שמאויש על ידי צוות עובדים סוציאליים ופסיכולוגים של המועצה בטלפון- 025477751.

בדף זה אנו רוצים להתייחס במעט להיבטים פסיכולוגיים הקשורים למה שהילדים עוברים ואף להמליץ על מספר דברים שעלינו להתייחס כהורים לילדינו.  
 בקרב ילדים בגיל טרום בית- ספר יסודי (וכולל), אירועים נתפסים, ביסודו של דבר דרך העיניים של המבוגרים, שמתווכים לילד את המשמעויות הרגשיות שלו. עם זאת, ילדים מתייחסים לאבל ומוות באופן שונה ממבוגרים: עד גיל כיתה ג', המוות נתפס כהפיך ולא סופי. ככלל, ילדים הרבה פחות הגיוניים, מתקשים להבין סיבות ומקשרים אסוציאטיבית דברים שאנו רואים אותם כאינם קשורים לגמרי. יש מבין הילדים שמגיבים מיידית, שואלים ומתייחסים, כולל בביטוי רגשי אך בדרך כלל ילדים מגיבים באופן שונה ממבוגרים לאירועים: ישנם ילדים שכאינו לא יגיבו כלל, אך למעשה בתוכם הם מושפעים מהאירוע דבר שיתבטא בתגובות מאוחרות יותר מאוחרות ולא דווקא ישירות. לא אחת אנו פוגשים ילדים שנחשפו לאסון ישיר והמשיכו "כרגיל", כולל בצחוק, משחק וכ"ד. תגובותיהם באו מאוחר יותר ובאופן מקוטע יותר אבל היו חריפות למדי. נסיונו המקצועי מלמד כי ביטויים חיצוניים לרגשות הלחץ, עוזרים לנו לעכל ולהתגבר עליהם והם בריאים מהבחינה הנפשית. זהו המנגנון הטבעי לבטא את הכאב, ומאוחר יותר "לעכל" אותו ולהתמודד עימו.

ילדים צעירים בדרך כלל מתקשים לבטא ישירות את רגשותיהם ומחשבותיהם, והם מבטאים סימנים (סימפטומים) של לחץ כמו: קשיי הירדמות, חלומות ביעותים ו/או הרטבת לילה, היצמדות להוריהם

C:\Documents and Settings\Chaim de Jongh\Local Settings\Temporary Internet Files\Content.IE5\ZXIPIQ6Z\docx.docx

אדם • אחיה • אלון • אש קודש • בית חורון • בני אדם • גבעת הרדשה • גבעת הראל • דלב • חרשה • חשמונאים • טלמון • כוכב השחר • כוכב יעקב • כפר אדומים • כפר הארונים • מבוא חורון • מגרון • מעלה לבונה • מעלה מנחש • מצפה דני • מצפה יריחו • מצפה כרמים • מתתיהו • נוה ארז • נוה צוף • נופי פרת • נחליאל • נילי • נעלה • נריה • עדי עד • עטרת • עלי • עמונה • ענתות • עפרה • פסגות • קידה • רימונים • שבוע רחל • שילה • תל ציון



מועצה אזורית מטת בנימין

## המחלקה לשירותים חברתיים

פסגות, ד.ג. מזרח בנימין 90624 ☎ טל: 02-9977102  
 ☎ פקס 1532-9977102 דוא"ל revaha@binyamin.org.il

וביטויים של חשש מפרידה, שינויים בתיאבון או קשיים בהירגעות הילדים אינם מדמיינים את המוות כשלעצמו (גם לנו קשה מאד לתפוס אותו) אלא עסוקים יותר במה שסביבו: האלימות והפגיעה הפיזית ("איך הוא מת, איפה פגעו בו?"), כיצד בדיוק זה קרה, אם כאב לו? ירד דם וכ"ד על הפרטים האלו יש להם לא מעט דימונות וחלומות. חשוב לתת להם לשאול והתייחס עד כמה שניתן באופן מרגיע מבלי להיכנס לעודף פרטים והסברים תיאורטיים. אירוע הקבורה מהווה אירוע סתום ומסתורי, המוות לגביהם אינו נתפס בהכרח כסופי, מעורר שאלות שונות, זאת הזדמנות להסביר, ניתן גם בעזרת חיות שמתו או דוגמאות מעולמם, תוך ההדגשה המיוחדת של המוות כהפסקת הסבל. באירוע הספציפי הזה הנוער מעורב מאוד, וחשוב לקיים אתו שיח בסיוע של ימי התפילה והתקווה. לבני הנוער כמו ילדים יכולים להיות מגוון של תגובות והתייחסויות לאירוע. השיחה עם הילדים חשובה מאד לסדר את עולמם של הילדים ולאפשר להם התמודדות המותאמת לגילם. מומלצת שיחה בשלושה שלבים:

בשלב ראשון: נשאל את הילד מה הוא שמע ומה הוא יודע. תפקיד ההורה להסביר בקצרה ובהתאם למה שמעסיק את הילד את ההתרחשות, ללא תיאור מפורט או פלסטי.

בשלב שני: נשאל את הילד לרגשותיו ומחשבותיו בעקבות האירוע, וניתן התייחסות אמפטיית ו"מנרמלת" לכל מה שעולה. בזמנים כאלו עולות תחושות לחץ, חרדה, פחד, עצב, כעס, אשמה, בלבול, זעם ועוד. כל התחושות, המחשבות וההתנהגויות הללו הן נורמליות למצב הלא-נורמלי שנוצר.

בשלב השלישי: האחרון והחשוב של השיחה הקצרה, יש להציע לילד לחשוב יחד מה יכול לעזור לו – ולנו – בזמן כזה: אולי תפילה, אולי חיבוק, אולי עשיה כלשהיא לטובת המשפחה הנפגעת, אולי כתיבה או ציור לביטוי רגשי.

מטרת השיחה היא לקרב ולתווך עבור הילד את ההתמודדות עם המצב, ואפשר אף לחזור על החלק האחרון שלה גם בימים הבאים במידת הצורך.

אנו מקבלים הרבה כוח מהאחדות של העם סביב האירוע ומקווים שהאחדות הזו תמשיך ותסייע לנו בהתמודדות וגם תחזק את כולנו לימים טובים יותר.

בשם צוות המטה החברתי

מחלקת הרווחה

השירות הפסיכולוגי

מחלקת נוער

מדור קהילה

\\Documents and Settings\Chaim de Jongh\Local Settings\Temporary Internet Files\Content.IE5\ZXIPIQ6Z\docx.docx

אדם • אחיה • אלון • אש קודש • בית חורון • בני אדם • גבעת החדשה • גבעת הראל • דלב • חרשה • חשמונאים • טלמון • כוכב השחר • כוכב יעקב • כפר אדומים • כפר האורנים • מבוא חורון • מגרון • מעלה לבונה • מעלה מנחש • מצפה דני • מצפה יריחו • מצפה כרמים • מתתיהו • נוה ארז • נוה צוף • נופי פרת • נחילאל • נילי • נעלה • נריה • עדי עד • עטרת • עלי • עמונה • ענתות • עפרה • פסגות • קידה • רימונים • שבח רחל • שילה • תל ציון