

תדריך: לסיוע ותמיכה באחים לתלמידים חולים או מאושפזים

הקדמה

אשפוז או מחלה של אדם קרוב עלול להיות אירוע קשה המחייב התארגנות והתמודדות ברמות שונות. כאשר אדם קרוב חולה במחלה קשה, המשפחה נכנסת לתקופה ממושכת של אי-ודאות לגבי המצב והשלכותיו. אשפוז ממושך של אח הינו בעל השפעות ברמה המשפחתית והאישית. ההשפעה נוגעת בהיבטים רגשיים, חברתיים וכלכליים לכל אחד מבני המשפחה. התמיכה המשפחתית והחברתית במצבים של התמודדות עם מתח לאורך זמן, חשובה מאין כמוה ולמערכת החינוכית יש תפקיד חשוב ביותר במערך זה. כמו בכל תחום מורכב, אופן הסיוע איננו יכול להתבצע על פי נוסחה קבועה והוא דורש רגישות ואמפתיה ברמה גבוהה.

קיימת חשיבות להתייחסות לשלב ההתפתחותי של כל בן משפחה ולהדגיש כי ישנה נטייה להתעלמות מהילדים הצעירים, הזקוקים אף הם למענה מותאם. משאבי ההתמודדות בגילאים צעירים עלולים להיות מצומצמים יותר, ולכן ההתמודדות שונה ומורכבת.

התדריך שלהלן נועד לתת עקרונות בסיסיים בהבנת תהליך הסיוע והתמיכה הנדרשת לילד או נער שמתמודד עם אח חולה או מאושפז במשפחה ובכך לשמש כלי עזר לאנשי טיפול וחינוך.

חשוב לדעת

1. תהליך התמודדות עם אח חולה במשפחה עלול להיות ארוך ומורכב ויש בו עליות ומורדות.
2. קשת הרגשות והתופעות שמעורר החולי רחבה מאוד וכוללת בין השאר: דאגה, חרדה, פחד, כעס [כלפי עצמי וכלפי הסביבה], בלבול, בושה, צער, בכי, געגועים, דכדוך, עצב, פיזור נפש, חוסר אכפתיות, הפרעות בריכוז, תחושות של חוסר צדק ורגשות אשמה. כמו כן, מתח בעקבות מחלת אח עלול לבוא לידי ביטוי בקשיי התנהגות של האח הבריא ופגיעה בתפקוד כמו גם באופן פיסי, בביטויי כאב, הישנות של מחלות, זמן החלמה ארוך יותר מהמצופה ממחלה וכד'.
3. מחלת אח או אשפוזו מחייבים השקעת משאבים פיזיים ורגשיים. כתוצאה מכך לעיתים ההורים מתקשים לתת מענה מספק לצרכי האחים הבריאים. אחים לילדים מאושפזים עלולים להצניע את צרכיהם על מנת שלא להכביד על הוריהם או בשל חוויה כי צרכי האח החולה קודמים לאלו שלהם. התעלמות או דיכוי ביטויים של צרכים עלולה לגבות מחיר רגשי.
4. נראה, שלרוב ילדים (וגם מבוגרים) זקוקים לעיבוד החוויות הקשות שחוו. יחד עם זאת, חשוב לדעת, שאף שישנם תלמידים (וגם מבוגרים), שישתפו פעולה עם יוזמה לשיחה אישית והתעניינות בעולמם, ישנם אחרים, שיהדפו ניסיונות להתקרב אליהם סביב נושא

מדינת ישראל
משרד החינוך
השרות הפסיכולוגי ייעוצי
היחידה להתמודדות במצבי לחץ וחירום
רח' דבורה הנביאה 2, ירושלים 91911
טל: 02/5603236, 02/5603235 פקס: 02/5603256
זה. הסיבות לסירוב לקבלת סיוע עלולות להיות מגוונות: בושה וחשש מלהרגיש חריג,
העדר קשר אישי קודם עם הדמות המציעה עזרה ועוד.
5. התמודדות טובה ומוכלת עם מתח משפחתי כגון בעת אשפוזו של אח, עשויה לפתח
באחים ובאחיות הבריאים רגישות כלפי הזולת, חווית יכולת ומסוגלות.

דרכי התערבות

- ✓ תנאי בסיסי לתיאום ציפיות ושיתוף פעולה הוא העברת שדר של אכפתיות, התחשבות ורגישות שיאפשרו הישענות וקבלת עזרה.
- ✓ ישנו טווח גדול של תגובות נורמטיביות למצבי מתח. התגובה נעה בין רצון להמשיך בתפקוד רגיל לבין רצון לעצור את השגרה לכן יש לנהל שיח רגיש וקשוב להראות גמישות ולהימנע משיפוטיות.
- ✓ יתכן סירוב ראשוני לקבלת סיוע ישיר. יש להשאיר דלת פתוחה, כאפשרות לסיוע עתידי.
- ✓ כחלק מהתמיכה בילד או נער שיש לו אח חולה יש חשיבות רבה לעבודה משותפת ומתואמת עם ההורים. חשוב להיפגש איתם להתעניין במצבם ולשלב אותם בבניית תכנית מותאמת לילדם.
- ✓ התלמיד המתמודד זקוק לגמישות והתחשבות, אך לא לשדר של ויתור גורף על המשימות ההתפתחותיות הטבעיות, כגון: לימודים, חוגים, התנדבות וכד'. בצד הדרישה לתפקוד יש לגלות גמישות לגבי ביטויים רגשיים והתנהגותיים שאינם מווסתים.
- ✓ על מנת לעזור לאנשי הצוות לנהל את הסיוע בצורה ראויה, חשוב שפסיכולוג/יועץ המוסד החינוכי ייתן מידע ויעבד עם הצוות את רגשותיו סביב האירוע הספציפי וסביב מחלות/אשפוזים שהם עצמם חוו.

כדאי לשים לב גם למעגלי החברים של התלמיד ולחשוב גם כיצד לתת להם מענה ובמקביל, לחשוב כיצד לגייסם לעשייה שתתמוך בתלמיד.

ד"ר יוכי סימן-טוב	שלומית שני	ריבה שכטר	רחל אברהם
מנהלת היחידה	מדריכה מחוזית ביחידה	מדריכה ארצית ביחידה	מדריכה ארצית ביחידה

התדריך נכתב בסיוע הצוות הפסיכוסוציאלי בביה"ח אלי"ן

מדינת ישראל
משרד החינוך
השרות הפסיכולוגי ייעוצי
היחידה להתמודדות במצבי לחץ וחירום
רח' דבורה הנביאה 2, ירושלים 91911
טל: 02/5603236, 02/5603235 פקס: 02/5603256