

מהדורה מורחבת

משא הטראומה

התמודדות מתמשכת עם נפגעי משבר וטראומה בין כותלי בית הספר

2008

פלורה מור ■ איתמר לוריא ■ שי חן-גל ■ יוכי סימן טוב

משא הטראומה

התמודדות מתמשכת עם נפגעי לחץ וטראומה בין כותלי בית הספר

פלורה מור איתמר לוריא שי חן-גל יוכי סימן טוב

המחברים: ד"ר פלורה מור - פסיכותרפיסטית, ראש תחום פיתוח תוכניות פסיכו-חינוכיות באשלים.

ד"ר איתמר לוריא - פסיכולוג, החברה הפסיכואנליטית בישראל.

ד"ר שי חן-גל - פסיכולוג קליני, מנהל תוכניות, אשלים, שפ"י.

יוכי סימן טוב - מנהלת היחידה להתמודדות עם מצבי לחץ, שפ"י - משרד החינוך.

עריכה לשונית: צביה רדיאנו

עיצוב גרפי: פרסומי ישראל ושות'

דפוס: מאור-ולך בע"מ

הוצאה לאור: מחלקת הפרסומים, משרד החינוך התרבות והספורט

הודפס בירושלים, תשס"ח - 2008

כל הזכויות שמורות לאשלים ולמשרד החינוך

"העימות בין הרצון להכחיש מעשים נוראיים ובין הרצון להכריז עליהם בקול רם הוא הדיאלקטיקה המרכזית של הטראומה הנפשית... התגובה הרגילה על מעשי זוועה היא לסלקם מהתודעה. ישנן הפרות מסוימות של הסדר החברתי שהן נוראיות מלהביען בקול. אולם מעשי הזוועה מסרבים להיקבר. לא פחות מהרצון להכחישם, חזקה ההכרה שהכחשתם לא תצלח. הזכירה והסיפור של אירועים מחרידים כהווייתם מהווה תנאי מוקדם הן להשבת הסדר החברתי על כנו והן לריפוי הנפגע היחיד..."

ג'ודית הרמן, "טראומה והחלמה" 1992

פתח דבר

אירועי הטרור ואווירת המלחמה עלולים לפגוע בהתפתחותם התקינה של ילדים, ואנו עדים לטווח רחב של תסמונות הקשורות בכך, החל מהתנהגויות סיכוניות, דרך תגובות הימנעות וכלה בהפרעה פוסט טראומטית. למערכת החינוך תפקיד ייחודי, לא רק להפחית נזקים, אלא לבנות חוסן ולהפוך את בית הספר למקום בטוח עבור התלמידים. הספר מתאר קשר מסוג זה עם ילדים, קשר של הכלה, של חמלה, קשר הנוגע בכאב.

הספר מתבסס על הניסיון הרב שנצבר במהלך פיתוח והפעלת תכניות של השירות הפסיכולוגי ייעוצי במשרד החינוך, ג'וינט ישראל ו"אשלים" מיסודו של ג'וינט ישראל, אשר עסקו בקידום יכולת ההתמודדות של עובדי חינוך טיפול ורווחה עם נפגעי טראומה, התעללות והזנחה. הספר מציג תפיסת עבודה חינוכית פסיכו-חברתית המבוססת על ידע וניסיון מקצועי שהצטבר בקרב מומחים אשר התנסו בעבודה משמעותית עם מערכות חינוך. תיאור המקרים וניתוחם מהווה מקור ידע חשוב ממנו ניתן ללמוד כדי לסייע לרבים אחרים העוסקים בסוגיה כה מורכבת ורגישה בחברה הישראלית. עד היום התקיימו למעלה מ-15 מחזורי קבוצות למידה של יועצים חינוכיים בטיפול בילדים ונוער החשופים לסיכון בין כותלי בית הספר (בר לב, 1987; מור, 1987; 2003; 2006; 2007; מור ולוריא, 2006; מור ומנדלסון, 2006; ראזר פרידמן וסולימני, 2003). כל מחזור נמשך לאורך שנתיים של למידה ופרקטיקה. ההתמדה של הלומדים, על אף אינטנסיביות התכנית, הייתה מרשימה (קרוב ל-100%), היות שהלמידה עונה על הצרכים האקוטיים של היועצים החינוכיים בעבודתם בבית הספר. הדגש בלמידה בקבוצות אלו הושם על העולם הפנימי של היועץ, ועל חשיבות הטיפול המתמשך של ביה"ס בנפגעי טראומה וסיכון בכלל.

הספר הוא תוצאה של ברית הולכת ומתרחבת בין שפ"י ל"אשלים", שמהותה האמונה בחשיבות העבודה של איש המקצוע על עולמו הפנימי. הנגישות לחוויותיו האישיות והמקצועיות, אמונותיו, ערכיו והידע התיאורטי שלו, מהווה תנאי ליכולתו להשפיע על יחידים ועל מערכות. אנו רוצים להודות לכותבי הספר: דר' פלורה מור, דר' איתמר לוריא, ד"ר שי חן-גל וגב' יוכי סימן-טוב על ההשקעה העצומה ועל המקצועיות המרשימה שבאה לידי ביטוי בספר חשוב זה. אין ספק כי השקעה זו תישא פרי בכל הנוגע לעזרה הניתנת לתלמידינו.

ד"ר רמי סולימני
מנכ"ל אשלים

חנה שדמי
מנהלת השירות הפסיכולוגי ייעוצי

תודות

הספר יוצא לאור תודות לעזרתם המבורכת של נושאי התפקיד המסייע לנפגעי טראומה בין כותלי בית הספר - המחנכים, היועצים והמנהלים. הם אשר חשפו בפנינו את מצוקתם והיו שותפים להתפתחויות שאפשרו למידה והמשגה של אותם תהליכים המאפשרים לצוותי חינוך וטיפול להיות גורמים משמעותיים בפיתוח החוסן הנפשי של ילדינו.

תודה להנהלת שפ"י, עמותת "אשלים" וג'וינט ישראל אשר יזמו את יצירת קבוצות הלמידה והעשייה בנושאים של התמודדות עם טראומה וסיכון בין כותלי ביה"ס.

תודה מיוחדת לחנה שדמי -מנהלת שפ"י, לד"ר רמי סולימני - מנכ"ל עמותת אשלים ולארנון מנטבר - מנכ"ל ג'וינט ישראל.

תודה לפדרציות של הקהילות היהודיות בניו-יורק, שללא אמונתן ודבקותן במשימה לא היה מתפתח הידע יישומי המופיע בספר.

תודה לאנשי המקצוע ולקובעי המדיניות הרבים שתמרו ממומחיותם ומניסיונם העשיר והעירו את הערותיהם והארותיהם לספר:

אורית שני, יועצת בכירה

ד"ר בלהה נוי- המנהלת לשעבר של שפ"י, משרד החינוך

ג'ודי בן-עזרא, המנהלת לשעבר של גף הייעוץ, שפ"י, משרד החינוך

ד"ר דני ברום, המרכז לפסיכותראומה, ירושלים

מיכל זקסנברג, יועצת בכירה, שפ"י, מרכזת תכנית ההתמחות ליועצים חינוכיים

מרים שפירא, מנהלת מהו"ת, שומרון

ד"ר נעמי באום, המרכז לפסיכותראומה, ירושלים

ד"ר נפתלי הלברשטאט, ראש תחום טראומה, אשלים- ג'וינט ישראל

עדנה דשבסקי - ממלאת מקום מנהלת גף הייעוץ, שפ"י, משרד החינוך

עמוס כלפון, מפקח ארצי על צוותים טיפוליים, משרד התמ"ת

ד"ר רוני ברגר, עמותת נט"ל, תל-אביב

ד"ר רחל ארהרד, החוג לייעוץ חינוכי, אוניברסיטת תל-אביב

תודה מיוחדת לפרופ' אביגדור קלינגמן - החוג לייעוץ, אוניברסיטת חיפה; לפרופ' עמירם רביב - ראש החוג לפסיכולוגיה, אוניברסיטת תל-אביב; ולפרופ' מולי להד - נשיא מרכז משאבים - המכללה האקדמית תל-חי, על תרומתם החשובה.

מבוא למהדורה המורחבת

כאשר פרסמנו את המהדורה הראשונה בשנת 2005 היינו טרודים בעיקר בהתמודדות מערכת החינוך עם תלמידים ואנשי צוות שהיו חשופים לאירועים טראומטיים הקשורים לפיגועים ולהתרחשויות אלימות שקרו במהלך "אינתיפאדת אל-אקצה". נוכחנו עד כמה אנשי החינוך מחויבים לעזור לתלמידים ולהברי צוות שעברו חוויה קשה בזמן התחוללות המשבר, וכן ראינו שנפגעי טראומה ננטשים ע"י סביבתם לאחר זמן קצר. הניסיון שהצטבר עד לכתיבת הספר ולאחריו מעיד עד כמה התייצבותם, לאורך זמן, של אנשי חינוך למען התלמיד שנחשף לחוויה טראומטית, יכולה לתרום לתהליכי ההתמודדות והריפוי שלו.

"התפיסה החינוכית הפסיכו-חברתית" שהצגנו כבר במהדורה הקודמת, נתרמה גם מניסיונו לסייע לתלמידים שנחשפו לחוויות טראומטיות שלא על רקע ביטחוני. ילדים רבים עוברים חוויות קשות שמטלטלות את עולמם. הם נחשפים לאובדן מסוגים שונים, לשינויים פתאומיים באורח החיים, ולחוויות חברתיות שעלולות להיות משפילות ומבזות. מערכת ביה"ס היא בעלת יכולת רבה לסייע לילדים שחוו חוויות שכאלו, ששכיחותן למצער, הינה רבה. עקרונות הסיוע נשענים על נכונות המבוגר להפוך למעורב בתהליך ההתמודדות של התלמיד, הבנת התהליכים שהתלמיד-ילד עובר, ומיקוד ההתערבות הפסיכו-חינוכית לפי צורכי הילד.

במהדורה זו הוספנו פרק נרחב שבו עסקנו במאפיינים חווייתיים ואישיותיים של מצבים טראומטיים העוברים על ילדים, כגון: אובדן תחושת הביטחון הקיומי, ירידה בביטחון העצמי ותחושת יכולת החוללות העצמית (self efficacy), והדינאמיקה של חווית הבדידות המתעצמת. מתוך שפע של ראיות המצביעות על כך, שתהליך ההחלמה וההתמודדות עם חוויות טראומטיות של ילדים ומתבגרים מסתייע ע"י נוכחות של מבוגר משמעותי, הצענו מספר עקרונות שנועדו לכוון את איש החינוך בעבודתו עם ילדים ששרדו חוויות קיומיות קשות.

ספר זה נכתב בעיקר עבור איש הטיפול בביה"ס ובעיקר מתייחס לתפקיד היועץ החינוכי בביה"ס. ברצוננו להדגיש שהדברים מכוונים גם לפסיכולוגים, עובדים סוציאליים ואנשי טיפול שונים בביה"ס. מאחר שעל פי גישתנו אנו רואים במחנכים דמויות מרכזיות עבור תלמידיהם בתהליך ההחלמה, העקרונות שאנו מציינים רלוונטיים גם לכל אנשי הצוות החינוכי.

הטיפול, לאורך זמן, בתלמידים שעברו חוויות טראומטיות, חופף, במידה רבה, לאופן הטיפול הבית ספרי בתלמידים המצויים בתהליכי סיכון. בית ספר שמכיר את תלמידיו ומעורב בהתמודדות שלהם הוא בעל תשתית טובה יותר להתמודדות עם תלמידו בעת צרה. אנו רואים

כיצד הכרות מוקדמת עם תלמיד ויחסים מסייעים מוצלחים טרם האירוע הטראומתי, מקלים על איש החינוך בבואו לסייע לתלמיד לאחר האירוע הטראומטי.

אנו פוגשים בעבודתנו בשטח באנשי חינוך ואנשי טיפול ההופכים את ביה"ס לגורם מרכזי בתהליך ההחלמה. ספר זה נתרם רבות מעבודה זו של עמיתינו, ומשימושם בתהליכי העבודה שהצגנו במהדורה הקודמת. ראוי לסיים בהדגשה שעל המבוגר המסייע לילד להיות פתוח באופן עמוק לחוויותיו שלו, שעמן הוא מתמודד בעבודתו. פתיחות זו היא אבן המפתח לעבודה פסיכו-חינוכית משמעותית, ואנו מציעים דרכים לטפחה. לשאלה: "כיצד משיגים פתיחות שכזו", אנו מאמצים את הגישה המתוארת בספר תפארת היהודי (ט, ע"א): "פעם אחת הלך היהודי הקדוש (יעקב יצחק מפסישחא) עם תלמידו על פני השדה וראה עופות פורחים ובהמות רועות, ובכל פעם ינהקו ויצפצפו. ואמר לרבו: 'חשקה נפשי להבין צפצופם ודיבורם!' והשיב לו: 'כשתשים על הלב להבין מה אתה מדבר אז תבין דיבורם וצפצופם'. אנו מאמינים כי הקשב הפנימי וההבנה העצמית הם תנאי חיוני להבנת האחר.

מבוא

בשנים האחרונות נחשפו מערכות החינוך למצבי לחץ וטראומה מתמשכים בעוצמה ותדירות שלא הכרנו כמותם בעבר. מצבי לחץ, פיגועי טרור, וחוויות קולקטיביות קשות כמו גם מלחמת לבנון השנייה והתמודדותם של תושבי הדרום עם חיים בצל פצצות הקסאם הנורות לעברם, כל אלה הפכו לחלק מהחיים בישראל. גם במדינות נוספות בעולם וביניהן ארה"ב, אירלנד, דרום אפריקה, תורכיה וספרד החשופות למצבי לחץ וטראומה, היערכות לקראת אסונות אפשריים מהווה תנאי הכרחי לתגובה נכונה של בית הספר.

רבים מבתי הספר בארץ התמודדו עם אירועים קשים והפכו בעל כורחם ל"מומחים" בתחום ההתמודדות עם טראומה. נדיר למצוא בית ספר שתלמידיו או צוותו לא נפגעו באופן ישיר או עקיף במהלך השנים האחרונות. תלמידים רבים הגרים באזורי סיכון מסוימים נחשפים לאיומים יומיומיים, מה שגורם לערעור תחושת הביטחון הבסיסית. בנוסף, המראות הקשים בטלוויזיה לאחר כל פיגוע מגבירים את תחושת החרדה גם בקרב ילדים ובני נוער שלא נפגעו באופן ישיר (חשיפה עקיפה). מצב זה מחייב התגייסות ומחויבות של צוות בית הספר בכלל ושל היועץ החינוכי בפרט.

ברובם המכריע של המקרים, כאשר מתרחש אסון, צוות בית הספר מתגייס במהירות ופועל במסירות והשקעה שאין לה גבול. יחד עם זאת, לעתים אנו מוצאים כי נוכחות זו זמנית בלבד, ואינה נמשכת לאורך זמן. כמו במצבי משבר אחרים, גם במצבי חירום וטראומה ברוב המקרים ההתארגנות של בית הספר הינה מהירה ואינטנסיבית בימים הראשונים, אך ככל שהזמן עובר היא דועכת ונעלמת. במקביל, אצל כ-5-10% מהתלמידים שנחשפו לאירוע טראומתי, תחושות המצוקה ממשיכות להתקיים ואינן נעלמות עם הזמן. תלמידים אלו מוצאים את עצמם לעיתים קרובות מתמודדים לבדם לאורך זמן עם תחושות המצוקה העזות, ויש כאלה הסובלים מהפרעה פוסט טראומטית (D.S.T.P.).

קיומם של משברים בבית הספר עשוי לייצר הזדמנות לגדילה וצמיחה של המערכת בכלל, ושל אנשי הצוות בפרט. דבר זה מתאפשר בעיקר במצבים בהם ההתמודדות עם מצבי משבר יוצרת הזדמנות לפיתוח והרחבה של האופן שבו בעלי התפקיד השונים בבית הספר תופסים את תפקידם, ופועלים להבניית סביבה חינוכית שתבטיח את הגדילה והצמיחה של הילדים. ההתמודדות עם מצבי טראומה ואובדן מבליטה את החיוניות והמשמעות של היועץ ושל הצוות החינוכי בביה"ס. המפגש של קהילת ביה"ס עם אובדן טראומטי מציב אתגר רגשי ותפקודי לכל הדמויות הפועלות במערכת הבית ספרית.

הספר הנוכחי צמח מתוך עשייה עמוקה ורחבת היקף שהיינו שותפים לה בצמתים שונים של עשייתנו בתחום. הספר מבוסס על הניסיון שנצבר בשנים האחרונות במהלך פיתוח והפעלת תוכניות של ג'וינט ישראל, עמותת "אשלים" ושפ"י.

במהלך השנתיים האחרונות נפגשנו עם מאות יועצים ואנשי טיפול שהתמודדו עם אירועי טראומה קשים ביותר, וראיינו עשרות יועצים חינוכיים שטיפלו באירועי טרור. מצד אחד, קבוצות אלו הראו לנו את הבקיאות הרבה והידע הרב שיש לאנשי הטיפול בתחומי התוכן הרבים הקשורים למפגש עם אירועי טראומה. מצד שני, קבוצות אלו הצביעו, הן על החסך העמוק שיש לחלק גדול מהמטפלים בהבנת המשמעות המרכזית שיש לעולמם הפנימי על דרך התמודדותם עם אירועי הטרומה, והן על הקושי שיש לרובם בהבנת מכלול הטיפול במצבי טראומה בעולם בית הספר.

חלק מקבוצות הלמידה התנהלו מראש כקבוצות שמטרתן הייתה עבודה על עולמו הפנימי של המטפל בהתמודדותו עם אירועי אסון, וחלקן התנהלו כקבוצות ממוקדות בעולמות התוכן הקשורים בהתמודדות עם מצבים טראומטיים. יחד עם זאת, בכל קבוצה עלו התלבטויות דומות: מה קורה לי אל מול אירוע קשה? מה המקום והתפקיד שלי בצוות הבית ספרי? כיצד האישיות שלי והחוויות שעברתי בהקשר לאירועי טראומה משפיעות על דרך ההתמודדות שלי? מה "תוקע" אותי במפגש עם תלמיד מסוים ולא מאפשר לי לעזור לו בצורה יעילה? העבודה עם החומרים שעלו הייתה מרתקת וכואבת. לעיתים נוכח הנגיעה במקרים שונים עלה כאב עצום ותחושה של תסכול ויאוש, אך כך גם הסיפוק הגדול מהמקרים שטופלו בהצלחה.

שני קווים מרכזיים מנחים את הספר הנוכחי:

א. החשיבות העצומה שיש לעולמו הפנימי של היועץ בהתמודדות אל מול אירועי טרור וטראומה.

ב. החשיבות של ראיית ההקשר הרחב של עולם ביה"ס; לא רק מתוך ההקשר של הטרומה, אלא גם מתוך ההקשר של החינוך במובנו הרחב - ביה"ס כמערכת חברתית שתפקידה להבטיח התפתחות וגדילה של כלל המתחנכים בה.

מרבית ההכשרות הקיימות לאנשי טיפול וחינוך בנושא התמודדות עם אירועי אסון וטראומה שמות דגש על העברת תכנים הקשורים לנושא הטרומה, ועוסקות פחות בפיתוח העולם הפנימי של היועץ. לעיתים קרובות הדבר נובע מתוך הנחה סמויה כי יועץ ביה"ס ומטפלים אחרים מקבלים הדרכה בצורה קבועה, וכי במסגרת ההדרכה מתקיימת עבודה על עולמו הפנימי של היועץ, אולם לרוב המציאות שונה. המחסור בליווי הקבוע של אנשי המקצוע הטיפולי מותיר אותם פעמים רבות לבד וללא סיוע בהתמודדותם עם סיטואציות קשות ביותר. אנו סבורים כי אין מספיק דגש בהכשרות קיימות על התפתחותו הפנימית של המטפל. מניסיוננו, אחת מהמסקנות המרכזיות היא שעדיף לצמצם את ההכשרות המתמקדות בהעברת

תכנים וידע תיאורטי, ולאפשר יותר קבוצות למידה מתמשכות שיאפשרו עבודה על תהליכים פנימיים עמוקים יותר.

הספר הנוכחי בא להצביע על צרכים אלו ולתת מענה, ולו חלקי, לאנשי המקצוע, כך שלצד הידע המקצועי בנוגע לשיטות טיפול בנפגעי טראומה, תתרחב הידיעה המקצועית לגבי השפעות העולם הפנימי של המטפל ועולם מערכת ביה"ס על הטיפול המתמשך בנפגעי טראומה.

הספר מיועד לכלל הצוות הטיפולי העובד בביה"ס, כאשר הפרקים השונים מתמקדים בזווית הראיה של איש טיפול במערכת החינוך. ברוב הפעמים הכוונה היא ליועץ ביה"ס או לדמות טיפולית אחרת העובדת בצורה קבועה ומתמשכת עם ביה"ס. עם זאת, בלא מעט מהסוגיות הללו יש עניין לאנשי טיפול נוספים, כגון פסיכולוגים, עובדים סוציאליים וכדומה.

לכל אורך הפרקים משולבים בספר דוגמאות רבות הממחישות את עולמות התוכן בהם עוסק ספר זה. כל הדוגמאות מבוססות על מקרים אמיתיים, אך השמות והפרטים המזהים שונו מטעמי שמירה על סודיות וצנעת הפרט. חלק מהדוגמאות מחממות את הלב וחלק מעוררות סימני שאלה. אין כוונתנו בנאמר להעביר ביקורת על תפקודו של איש טיפול זה או אחר, אלא לנסות וללמוד מההתמודדות אל מול האירועים הקשים לקראת הבאות. אנו סבורים כי זוהי חובתנו.

הספר מורכב מארבעה פרקים מרכזיים:

הפרק הראשון מתמקד במפגש בין טראומה לעולמו הפנימי של היועץ ולעולם ביה"ס, ועוסק בשני נושאים שאנו מוצאים אותם כמהותיים ומשפיעים במידה רבה על איכות ההתמודדות של בית הספר עם אירועים טראומתיים:

א. מכשולים מערכתיים-ארגוניים: הקושי של היועץ וביה"ס לספק טיפול מתמשך בתלמידים החווים מצוקה כתוצאה מאירוע טראומטי. הפרק דן בין השאר בנושאים הבאים: הימנעות ושחיקה של הצוות, מידור בעבודת היועץ, צמצום סמכותו של היועץ אל מול דמויות סמכות, הקושי להתייחס לצרכים הרגשיים של דמויות הסמכות בביה"ס וכדומה.

ב. מכשולים אישיים-רגשיים: השפעת העולם הפנימי על תפקוד היועץ. בין השאר, נידונים הנושאים הבאים: היועץ הפוסט טראומטי, החשש המודע והלא מודע ממגע מכאיב בחלקים בעולם הפנימי, נטייה להימנע ממצבים עמומים, הזדהות יתרה עם התלמיד שניפגע, חשש על עצמי והמשפחה וכדומה.

הפרק השני מתמקד בשני היבטים נוספים של ההתמודדות של בית הספר עם נפגעי טראומה: בחלקו הראשון הוא דן בתפקיד בית הספר בקידום עמידות בקרב ילדים ובני נוער בסיכון החווים מצבי לחץ

וטראומה מתמשכים. הוא מציג את גורמי הסיכון אל מול תפקיד ביה"ס כגורם מגן המקדם עמידות בקרב ילדים נפגעי טראומה. הוא מביא תיאורי מקרים הממחישים את ההיבטים השונים בטיפול בית ספרי בנפגעי טראומה. החלק השני מציג את "הטיפולוגיה"- כלי אבחנתי שמציג אבי טיפוס מרכזיים של ילדים בסיכון: נערים בתהליכי סיכון והתנתקות על רקע חוויות כישלון לימודי, על רקע מצוקה רגשית קיומית ועל רקע של דפוסי התנהגות אנטי סוציאליים. הפרק מדגיש את חשיבות זיהוי טיפוס ואת הצורך לתת תגובה מובחנת המותאמת לפרט המובחן.

הפרק השלישי עוסק במצבי טראומה פרטיים שחווים תלמידי בית הספר. בעוד ששני הפרקים הראשונים התרכזו בטראומות המתרחשות כתוצאה מאירועי טרור ומלחמה, המיקוד בפרק זה הוא על טראומות אישיות, שאינן על רקע לאומי-בטחוני (מוות במשפחה, פגיעה פיזית, מצבי השפלה והתעללות, פגיעה רגשית כתוצאה מתאונה, נכות וכדומה). ילדים מכל הגילאים מתמודדים עם אירועים טראומטיים, ונושאים אותם בתוכם גם לבית הספר. בית ספר שמעורב בחיי הילד יכול לצמצם את ההשפעה השלילית של החוויה הטראומטית על התפתחותו. פרק זה סוקר מספר מנגנונים עמוקים המופעלים במצבים טראומטיים של הפרט, ומתאר כיצד נוכחות רציפה ורגישה של אנשי בית הספר לצרכי התלמיד עשויה לשמש עבורו כגורם מגן, לסייע לו להתמודד עם המצב הטראומטי אליו הוא נקלע ולהוות גורם חשוב בתהליך ההחלמה.

הפרק הרביעי שונה מעט משלושת הפרקים הראשונים. לעומת ההעמקה וההרחבה הקיימת בשלושת הפרקים הראשונים, פרק זה מנסה להקיף בקצרה ובתמציתיות את עולמות הידע המרכזיים הקשורים לנושא של התמודדות עם אירועי אסון. הפרק מחלק את עולמות הידע הקשורים להתמודדות עם מצבי מתח בטחוני מתמשכים לשלושה עולמות מרכזיים, כאשר לכל עולם ידע מצורפת רשימת מקורות המכילה ספרים, מאמרים ואתרי אינטרנט רלוונטיים:

עולמות ידע הקשורים לעולם התלמידים: מצבי לחץ ומשבר בחיי הילד והמתבגר; ביטויי המצוקה השונים בקרב תלמידים שנחשפו לאירועי טראומה כתלויים בשלב ההתפתחותי; התמודדות עם מצבי לחץ מתמשכים - מעיני התלמיד; התמודדות עם תופעת האובדן והאבל; ייעוץ להורים בזמן משבר.

עולמות ידע הקשורים לתחום ההתמודדות המערכתית: היערכות והתמודדות מערכתית עם אירועי אסון; היערכות המוסד החינוכי לחירום; הכשרת הצוות החינוכי וחדר מורים להתמודדות בזמן אסון; Debriefing; כלים פסיכו-חינוכיים להתמודדות בזמן משבר ומשאבי התמודדות.

עולמות ידע המתמקדים בהתמודדות איש הטיפול עצמו עם אירועי טראומה ומתח בטחוני: השפעות העולם הפנימי של איש הטיפול על התמודדות עם מצבי חירום; התמודדות עם מצבי לחץ מתמשכים מעיני איש הטיפול וטראומטיזציה משנית.

אין ספק כי ההיערכות וההתמודדות של המערכת החינוכית בכלל ושל היועצים בפרט בארבעת השנים האחרונות עם מגוון האיומים והאירועים הקשים, מתאפיינת, מצד אחד, בהתגייסות מהירה ובהשקעה

אישית ומקצועית עצומה, הנעשית תוך הפגנת תושייה ומקוריות. ההתמקצעות שחלה בשנים האחרונות במערכת החינוך בנושא ההתמודדות עם מצבי חירום מהווה אולי הישג חסר תקדים בהשוואה למערכות חינוכיות מקבילות בעולם. מצד שני, אנו סבורים, כי הנושאים המועלים בספר זה מתארים קשיים נפוצים שנידונו בצורה שאינה מספקת, הן בשדה החינוכי והן בספרות המקצועית, קשיים העלולים במקרים רבים לפגוע ביעילות העבודה החינוכית-טיפולית של היועץ ושל בית הספר.