

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
מינהל פדגוגי  
אגף בכיר שרות פסיכולוגי ייעוצי

י"ח/אייר/תשפ"א

30/04/2021

## מכתב להורים בעקבות האסון בהר מירון

הורים יקרים,

במהלך היממה האחרונה פקד את עם ישראל אסון כבד. הורים, אחים וילדים עלו בסערה השמימה בהילולת הרשב"י בהר מירון, כאשר עשרות רבות של פצועים הובלו לטיפול בבתי החולים. לדאבון הלב, מעגלי הפגיעות רבים והם ניכרים בכל רחבי הארץ. האנשים שהיו באירוע חוו חוויות מטלטלות של חיפוש נעדרים ודאגה רבה לקרובי משפחה. מצב זה של אובדן כבד מחייב את כולנו לגייס כוחות נפש להתמודד עם האתגרים אותם הוא מציב.

חשוב שנזכור שברגעים קשים אלה עיני הילדים נשואות אלינו. הם מבינים את המציאות באמצעותנו ו"דרך העיניים שלנו". כשמדובר בילדים צעירים, תיווך המציאות עבורם על ידי ההורים ומתן הסברים על המתרחש, מהווים עוגן ונקודת אחיזה, נותנים תחושות של ביטחון בסיסי ורגיעה.

מספר המלצות:

- חשוב לענות על שאלות הילדים בצורה פשוטה, בהירה ואופטימית. רצוי לומר לילדים בניסוח עובדתי את מה שקרה, באופן קצר וברור, בהתאם לגילם ולשלב ההתפתחותי שלהם. יש להימנע מניסוחים דרמטיים ועמוסי פרטים, העלולים להגביר את תחושות אובדן השליטה וחוסר האונים. חשוב ביותר להעביר מסרים של אמונה מוגנות וביטחון, להרגיע את הילדים ולומר שזהו אירוע חריג ונתפלל להי שלא ישנה.
- יש לשים לב לתגובותיהם של הילדים בבית, כמו למשל: פחד, קושי להירדם, קושי להישאר לבד, כאבי בטן, בכי וכעס לעיתים תכופות. תגובות אלה נורמטיביות לאירוע מעין זה, והן הולכות ונחלשות עם הזמן. חשוב לזכור שהכוונה לעשייה ולפעילות יעילה מגבירות תחושת שליטה ומפחיתות חרדה וחוסר אונים.
- מומלץ לאפשר לילדים לשוחח באופן פתוח וישיר מבלי להביע שיפוטיות.
- חשוב לא לחשוף את הילדים למידע מפחיד או לפרטים מיותרים.
- יש לווסת את החשיפה לשיחות ותכנים הקשורים לאירוע. כמו-כן, כדאי להעסיק את הילדים בפעילויות מהנות.

בכל מקרה של דאגה או שאלה הנכם מוזמנים להתקשר לצוות החינוכי ולגנות: \_\_\_\_\_

שולחים תנחומים למשפחות, איחולי החלמה לפצועים ותפילה לבשורות טובות  
הנהלת שפ"י